

高知西南

四万十市・宿毛市・
土佐清水市・黒潮町・
大月町・三原村・四万十町

はたも～ら特別増刊号2025夏

令和7年7月発行



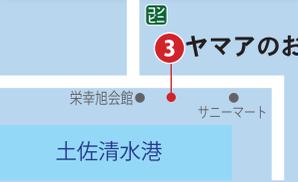
高知西南 MAP

はたも〜ら特別増刊号2025夏





土佐清水市街地MAP



■掲載店一覧■

- ①土佐ユートピアカントリークラブ
- ②土鍋ゴハン おたふく
- ③ヤマアのお椀
- ④中華料理 蘭
- ⑤いわき食堂
- ⑥しまんとリバーサイドBBQ
- ⑦ストローベイルSANKANYA
- ⑧かわらっこ
- ⑨ラーメン 泉や
- ⑩四万十ぶしゅかん(株)
- ⑪カフェ アイドル
- ⑫四万十うどん工房 麦屋
- ⑬たこ焼き志保ちゃん
- ⑭AMI
- ⑮居酒屋 びそあ村
- ⑯割烹 常連
- ⑰居酒屋 いなか
- ⑱人情酒場 いわちゃん
- ⑲コの字サカバ mihoki
- ⑳季節料理 たにぐち
- ㉑厨房 わかまつ
- ㉒彩食空間 より道
- ㉓お好み焼き 横田
- ㉔パラダイス
- ㉕ちきん館 本店
- ㉖ちきん館 四万十店
- ㉗はなまるうどん 高知四万十店
- ㉘コメダ珈琲店 マルナカ四万十店
- ㉙丸源ラーメン 四万十店
- ㉚なっとく

いつか
しまんと

優しく包み込んでくれます。

訪れる人の心を

悠久なる聖地として

四万十川は

肌で感じる心地良さ・・・

自然の息遣いを

水面のせせらぎや川風など、



はたも～ら増刊号 2025 特別クーポン

お得なクーポン有り！



このマークの付いているお店では、お得な特典があります！
スマートフォンで右の二次元バーコードを読み取って特典
内容を確認して、お店でクーポン画面をお見せください。



クーポンで
おトク♪



お得な
クーポン画面は
コチラから！
☞

① 夏の人気NO.1メニュー



冷麺 1,100(税込)円

👉 ゴルフをしないお客様も大歓迎👈

初代料理長からの伝統醤油ダレを使った冷麺が今年も登場！レストランからは太平洋が一望でき景色も最高です。お食事や日帰り温泉のみもご利用頂けます。



**土佐ユートピア
カントリークラブ**

高知県幡多郡黒潮町浮鞆3878
TEL. 0880-43-2345
🕒 8:00～14:00(レストラン)
12:00～18:00(温泉)
🏠 休 不定休【駐車場完備】



お得なクーポン有り！



旬の食材で土鍋料理を楽しむ！

前菜からデザートまで、土鍋の魅力にハマった女将が、いろいろな種類の土鍋を使って旬の食材を料理します。

《ご予約制》1日1組のみ。
[前日までにお願ひします]

TEL 080・3923・0696

土鍋ゴハン

おたふく

高知県幡多郡黒潮町伊田903
🕒 営 11:30～



③ 創業90年・歴史と伝統を引きついだ
ヤマアの宗田節
究極のカレーうどん




土佐清水市旭町3-13
TEL 090-8978-5752
営/11:00～15:00 定休日:火曜日



がっつり 出汁うどん



日替わりランチ「お碗」

土佐清水の「味」を食べに来てや



四万十市 ヤマアのお碗
栄幸組合会館 サニーマート
港

土佐清水に
OPEN



4 幅広い世代に人気の中華料理店です！

香ばしく炒められた焼き飯は、地元でも評判の一品。しっかり味がついているのにしつこくなく、ラーメンと唐揚げとの相性も抜群です。看板料理の『天津飯』他、全てのメニューが何度食べても飽きがきません。



中華料理 蘭

高知県宿毛市押ノ川213-1
TEL 0880-63-1853

営 11:30～14:30、17:00～20:30

休 水曜日、木曜日

詳しくは
HPへ→



5 四万十の幸を味わえる食堂です！

雄大な四万十川を眺めながら、川エビやアオサノリを使った「四万十うどん」や味付けがしっかりした「ゴリ丼」で「四万十の食」を満喫。その他、川魚料理のメニューもあります！



いわき食堂

高知県四万十市西土佐津野川647-5
TEL 0880-52-1172

営 8:00～20:00(LO.19:00)

休 第1・第3日曜日



6 道の駅よって西土佐で本格BBQ！

手ぶらで気軽にBBQを楽しめる！食材はすべて味付けされていて四万十牛コースとスタンダードコースがあり要予約制！必要な道具も完備されていて安心です。



しまんとリバーサイド BBQ

高知県四万十市西土佐江川崎2410-3
TEL 0880-52-1398

営 11:00～15:00

休 12月～2月火曜日定休(要予約)

詳しくは
HPへ→



7 山の中の西土佐にゆっくりしに来てや

地元で採れた果物などを使ったケーキやドリンクをご用意しています。道の駅の座席もご利用できますので、どうぞおくるぎください。特製シロップのゆずドリンクもオススメです！



ストローベイル SANKANYA

高知県四万十市西土佐江川崎2410-3 道の駅よって西土佐内
TEL 0880-31-6070

営 10:00～17:00

休 3月～11月無休、12月～2月火曜日
(祝日の場合は営業)





8

四万十川で川ガキになって遊ぼう。

カヌーやサップで四万十川をのんびり川下り。大自然と一体になる解放感を味わいませんか。お泊りはオートキャンプサイトやバンガロー等があります。



四万十カヌーとキャンプの里

高知県四万十市田出ノ川24
TEL 0880-31-8400

営 8:00~18:00
休 月曜日(7月~9月無休)



Instagram



homepage



9

味噌カツラーメン 1,000円税込

カツ150g
ネギたっぷり!

全てのラーメンに京都九条ネギを使用!

一番人気は味噌ラーメン! 味噌カツはボリュームたっぷり! しょうゆ、バカとろ、激辛も人気! ランチタイムにはミニサラダ&ミニごはんサービスあり♥夏季には冷やし中華もおススメ!

ラーメン泉や

高知県四万十市荒川370
TEL 0880-37-1800

営 11:00~15:00
休 水曜日【駐車場完備】

貸店舗



珈琲館ひいらぎ跡
(天神橋アーケード内)
マルケイ 0880-35-4674
佐竹正教 090-3460-8000

お得なクーポン有り!

10 “夏はスツキリ”ぶしゅかんで乗り切ろう!

“ガツンと”ぶしゅかん!
アイスクャンデー **ぶしゅかん**



南国土佐・四万十育ち キレのある酸味が特徴の柑橘系アイスクャンデーに

【買えるお店】

サニーマート四万十店・サニーマート清水店・フジグラン四万十・フジ中村店・フジ宿毛店・サングリーンくりはら・commons大月・四万十屋・かわらっこ

“夏はさっぱり”

ぶしゅかんどリンク

さっぱりとした酸味と爽やかな後味のぶしゅかん果汁入り。



四万十育ちの“禁断の果実”

四万十ぶしゅかん 株式会社

高知県四万十市山路2494-1
(四万十屋内)

TEL 0880-31-9211
FAX 0880-36-2588

営 9:00~15:00
休 水曜日



ぶしゅまる

何にでも合う
“爽やか”ぼん酢



四万十の地元で愛される味を再現!!
ぶしゅかんぼん酢かけだれ

“甘みとピターな風味”

ぶしゅかん佃煮 旨辛



【買えるお店】

サンリバー四万十・四万十屋

ぶしゅかんの皮の甘い佃煮。ご飯のお供、おにぎりの具、酒のあてや薬味にも最適。

11 **おすすめ!**

平日のみ

※写真は一例です

目替わりランチ ドリンク・デザート付 700円 税込

☺ 1日モーニングやっています! ☺

モーニングもランチもメニュー豊富でボリュームもたっぷり! お腹大満足♪ 店主手作りの人形も、季節毎に衣装を変えて皆様のお越しをお待ちしています♪

ポンパリス
チキンの玉子焼きトマトソース

税込 880円

カツサンドモーニング

税込 850円

カフェアイドル

高知県四万十市国見1955
TEL/FAX 0880-37-3730

営 7:30~15:00
休 無休 (元旦のみ休み)

12

製麺所直営のセルフうどん店

夏のおすすめは肉ぶっかけうどん! 製麺所ならではのゆであつうどんに地域野菜の美味しい天ぷらをのせて楽しくアレンジしてください!

四万十製麺所

夏のおすすめは肉ぶっかけうどん!
製麺所ならではのゆであつうどんに
地域野菜の美味しい天ぷらをのせて
楽しくアレンジしてください!

四万十製麺所

高知県四万十市佐岡541
TEL 0880-34-8031

営 11:00~15:00
休 無

表屋 HP

MUGIYA_UDON

13

甘めのこだわりソースが人気です!

できたてを食べられるふわトロ食感のたこ焼! リーズナブルな値段で地元の老若男女から愛されています。

※20個以上のご注文は、お電話でのご予約でスムーズにお渡しが出来ます。

たこ焼き志保ちゃん

高知県四万十市駅前町3-7
TEL 090-3180-4007

営 7:30~17:00
休 不定休

20個 **750円**
12個 **450円**
8個 **300円**

※価格は税込みです。

14 **deux Ami Cafe**

十和田牛バラ焼きセット

玉子でお召し上がりください。
ライス・スープ付 **1,400円**

生産者直送

朝から晩までゆったり寛げるカフェ

ランチはおすすめの十和田牛バラ焼きセットや定番人気のチキン南蛮、各種カレー、お得な日替りランチ(ドリンク付1,300円)もあり。時間帯に合わせ自分スタイルで寛げるカフェ。

揚げたてエビの本!
エビカツカレー1,300円

Ami (アミーカフェ)

高知県四万十市具同田黒1-12-41
TEL 0880-37-0900

営 10:00~19:00 (Lo.18:30)
休 水曜日(駐車場完備)

STAFF募集中

お得なクーポン有り!



15

醤油ラーメン 七五〇円
味噌ラーメン 八〇〇円
カレーラーメン 八〇〇円
みそカツ・ピリ辛・激辛 〇

自家製にこだわったラーメン昼夜OK!

毎朝仕込むスープと独自で開発した特製かえし醤油と味噌で作るこだわりの美味しいラーメン! 昼はお得なセットメニュー有り。第4日曜はLIVEの日♪



居酒屋 びそあ村

高知県四万十市中村大橋通3-6
TEL 0880-34-6099
営 昼11:30~14:00 (Lo.13:30)
夜17:00~夜中
休 日曜【駐車場有・店前/横】



お得なクーポン有り!



16

ぶしゅかんちらし寿司 770円 (税込)

落ち着いた雰囲気ので元の旬の食材を

選び抜いた地元の旬の食材を使い、お客様に満足いただける一品をリーズナブルに提供しています。お一人様より宴会最大30名様まで承ります。

ぶしゅかんドレッシング



好評

210ml
550円 (税込)

割烹 常連

高知県四万十市中村小姓町33
TEL 0880-35-2360
営 17:00~22:00
休 日曜日 (連休の場合は最終日)
【駐車場あり(店前・店横)】



17

アオサ天・カツオ塩たたき
ウツボ唐揚げ・鮎塩焼き

新鮮な海・山・川の幸をお届けします

店主自ら仕入れる魚介類をはじめ、自然の恵み豊かなこの地ならではの素材をこだわりを持ってお届けしています。各種宴会(最大100名様)承ります!



好評・利き酒セット

居酒屋 めなか

高知県四万十市中村東下町31
TEL 0880-35-6060
営 17:00~22:00
休 不定休【駐車場完備】



スタッフ募集中!



18

地元の食材に感謝しながら日々精進

豊かな自然で育った魚や野菜をなるべく手を加えず提供。国産熟成骨付鳥も大人気! テイクアウトもOK! 1階カウンター、2階テーブル個室あり。団体様13名様まで。



カツオ塩たたき

人情酒場 いわちゃん

高知県四万十市中村天神橋18
TEL 0880-34-4640
営 17:30~22:30 (Lo.)
休 月曜日





19 季節のおまかせコース (1名様より)

6,600円~(ドリンク別)

地元獲れ一期一会の和食コース料理

カウンター9席のみ1名様より予約優先制で営業中。もちろん飛び込みもOK! 地元の食材にこだわった季節のおまかせコースと県内外の銘酒を揃えています。



この字サバ mihoki

高知県四万十市中村天神橋39
はれのば内
TEL 0880-34-0444
営 18:00~23:00 (L.O.22:00)
休 月曜日 ※価格は税込です。



20 四万十料理・一品料理

四万十と黒潮の恵をお楽しみください

ウナギ、鮎、ゴリやカツオなど四万十川と海・山の幸を季節に合わせてご提供。地元の方はもちろん観光客の方も、お一人様から団体様までお待ちしております!



季節料理 たにくち

高知県四万十市中村大橋通4-50
TEL 0880-34-3388
営 11:30~13:00
17:00~21:00
休 日曜日 ※(月)が休日の場合は(日)営業、(月)休み



21 受け継いだ伝統の味 「厨房わかまつ」の塩たたき



「山・川・海」の旬彩を心を込めておもてなしいたし候



厨房・わかまつ

四万十市中村愛宕町17 TEL 0880-35-0051
営 午後5時~午後10時 休 毎月曜日 Pあり



22

彩りを添えて……。

四季折々の地元の素材に

彩りあざやかな旬の美味しさをお届け

地元の旬の御料理を、隠れ家的個室で御堪能いただけます。2名様より団体50名様までOK!各種コース有。不定休です、お気軽にご予約・ご相談ください。



国産黒毛和牛
フィレスステーキ

ミニサラダ付 6,500円



名物
血うどん

彩食空間より道

高知県四万十市中村一条通3-4-16
TEL 0880-34-5883

営 17:30~22:00 (Lo.21:00)
休 不定休
【駐車場完備】



23

個室で楽しむご当地サワー

全席個室で味わう!季節限定お好み焼きや鉄板焼き、多彩なクラフトビール、地元果実のオリジナルサワーもおすすめです。



📍 okonomiyaki_yokota

お好み焼き 横田

高知県四万十市中村大橋通4-25
TEL 0880-35-0335

営 平日17:00~21:30(Lo.)
金・土・祝祭日前17:00~22:30(Lo.)
休 日曜日、月曜日(祝祭日・繁忙期により変更あり)



24

お子様連れでも大歓迎!

「おでん屋」です。ちよっと変わった



『はたまへら』観た!でおばんざい一品サービス

Diner's Bar
PARADISE
パラダイス

四万十市中村天神橋19サワチカビル2F TEL 0880-34-5334

■営業時間/18:30~23:00 ■定休日/日曜・祝日

広げる食の和、広がる人の和。



和風ローストチキンまるっぼ鶏

25

ちきん館 本店

高知県四万十市有岡31番地1
TEL: 0880-37-0326

営 8:00~19:30 休 元旦のみ



26

ちきん館 四万十店

高知県四万十市古津賀4丁目102
TEL: 0880-34-8676

営 10:00~20:00 休 元旦のみ **イートインできます**



いつでも気軽に美味しいを味わえます

27

はなまる

高知県四万十市具同2540-1
TEL: 0880-31-1870

営 10:30~21:30
休 元旦のみ



くつろぐ一番いいところでありたい

28

珈琲所 コメダ珈琲店

高知県四万十市具同225-1
TEL: 0880-34-8350

営 7:00~21:00
休 元旦のみ



毎日でも食べたくなるこだわりの味

29

丸源

高知県四万十市古津賀1丁目1番
TEL 0880-34-8871

営 11:00~24:00 (L.O23:30)
休 元旦のみ

カワマートグループ スタンプラリー

スタンプが溜まったら、どこかーが所で割引!!

- はなまる20%引き
- コメダ20%引き
- 丸源20%引き
- ちきん館5%引き

各店舗おひとり様1回のご注文で

- ちきん館本店・四万十店 1,000円以上お買い上げ
- はなまるうどん 700円以上お買い上げ
- コメダ珈琲店 1,000円以上お買い上げ
- 丸源ラーメン 1,000円以上お買い上げ

スタンプ
押印条件



※スタンプは各店舗、お支払い時に押印します。 ※スタンプ押印及び商品交換期限:2025年8月31日迄

30

なっとく
帆かけ舟
参上つかまつり候

8月上旬より
運行予定!



太古の昔より変わることなく流れ続ける四万十川

この雄大なる川の聖地には、
陽光に映える水面や
さわさわとたなびく川風など
都会では味わえない心地良さがある。



川面目線で楽しめる屋形舟の旅・・・
まさに『なっとく』いたし候

四万十川屋形舟・四万十川料理

有限会社 なっとく



四万十市田出ノ川 846-1 TEL 0880-38-2918

営 8:00~17:00

休 無休(天候・河川の状況により出航できない場合があります)



豊富な旬の食材
そのまんなまの自然
底抜けに明るい人



Free paper

有限会社 せいぶ印刷工房
<http://www.seibu-p.com>

地域とともに 『はたも〜ら』

特別増刊号2025夏
 冊子形態 A5版 16頁フルカラー
 発行部数 15,000部
 配布場所 高知県幡多郡・四万十町及び近隣地域の
 道の駅・コンビニ・スーパー・宿泊施設・公共施設 等
 約500カ所
 本体価格 無料(フリーペーパー)
 編集発行 有限会社せいぶ印刷工房



■各種印刷物・販促物 ■動画・写真撮影 ■HP制作 ■SNS運営代行・ネット広告 ■イベント企画



はたも〜ら 特別増刊号 2025 夏

掲載している情報は、

令和7年6月25日現在のものです。

0 円

企画・編集
発行・印刷



有限会社

せいべい印刷工房

〒787-0668 高知県四万十市荒川 1039-6

TEL(0880)37-2000 FAX(0880)37-3888

<http://www.40010.com>

E-mail mo-ra@40010.com