

●高知県の自然・文化・歴史とてあう体験学習施設のごあんない●

こつましん  
好奇心のとびらを開いて、

たんけん  
探検

あそぼう! まなぼう! たいけんしよう!

# こうち探検ミュージアム



## 春 ♪いちばん♪

お花らんまんのミュージアムへGo!!

木々芽ぶき、花まう季節がやってきました!! 小学生のみなさん、進級おめでとう!! 新スタートの春は、お花満開のミュージアムで遊ぼう、学ぼう、体験しよう♪ 高知の生きものたちも元気いっぱい、笑顔いっぱい、楽しいイベントも盛りだくさんで、みなさんを おむかえするよ。



Vol.108

3.4月  
2025年  
3月1日発行

もくじ

- 03 こうち探検ミュージアムまっぶ
- 04 高知県立牧野植物園
- 05 公益財団法人桂浜水族館
- 06 高知城(高知公園)
- 07 高知県立浦喜ヶ峰森林公園
- 08 安芸市立歴史民俗資料館
- 09 国立室戸青少年自然の家
- 10 室戸ドルフィンセンター
- 11 四万十町立美術館
- 12 西土佐環境・文化センター 四万十楽舎
- 13 高知県教育委員会

またたかい春は  
お友達もご家族も  
みんないっしょに  
ミュージアム探検!!



高知県小中学校PTA連合会推薦





東部エリア

- ★ 1 室戸ドルフィンセンター
- ★ 2 国立室戸青少年自然の家
- 3 キラメッセ室戸館
- 4 北川村中阿曇太郎館
- 5 北川村「モネの館」マルモットン
- ★ 6 安芸市立歴史民俗資料館
- 7 安芸市立書道美術館
- 8 高知県立西天文学習館
- 9 絵金蔵
- 10 高知県立のいち動物公園
- 11 財団法人龍河湖保存会
- 12 高知県立森林研修センター・情報交流館
- 13 香美市立美術館
- 14 香美市立やなせたかし記念館
- ★ 15 高知県立南富ヶ峰森林公園
- 16 ゆとりすとパーク
- 17 高知県立埋蔵文化財センター
- 18 高知県立歴史民俗資料館

高知市エリア

- ★ 19 高知県立牧野植物園
- 20 高知県立美術館
- ★ 21 公益社団法人桂浜水族館
- 22 高知県立坂本龍馬記念館
- 23 わんぱーくこうちアニマルランド
- 24 高知市立自由民権記念館
- 25 横山隆一記念まんが館
- 26 高知県立文学館
- 27 高知城懐徳館
- 28 高知みらい科学館(オーテピア5F)
- 29 高知県立図書館(オーテピア高知図書館)
- 30 高知市民図書館(オーテピア高知図書館)
- 31 高知こどもの図書館
- 32 高知県立高知歴史博物館
- 33 高知市日山内家下屋敷長屋展示館
- 34 高知県立公文書館
- 35 高知市立龍馬の生れたまち記念館
- 36 高知市春野郷土資料館

西部エリア

- 37 いの町の博物館
- 38 佐川町立佐川地質館
- 39 佐川町立青山文庫
- 40 越知町立横倉山自然の森博物館
- 41 黒潮工房(黒潮本陣)
- 42 カルスト学習館
- 43 中士佐町立美術館
- 44 靖原町歴史民俗資料館
- ★ 45 四万十町立美術館
- 46 西土佐環境・文化センター四万十葉舎
- 47 砂浜美術館・大方あかつき館
- 48 四万十市郷土博物館
- 49 トンボ王国・あきつお(四万十川学遊館)
- 50 ジョン万次郎資料館
- 51 土佐清水市立市民児童館海のギャラリー
- 52 高知県立足摺海洋館
- 53 足摺海産館・海中展望塔
- 54 宿毛市立宿毛歴史館
- 55 すさきまかちギャラリー
- 56 津野町吉村虎太郎館
- 57 四万十イロトコロの森ネイチャーセンター

# わくわく探検に出発しよう!

私たちの高知県には、先人たちが残してくれた自然や文化、歴史の宝ものがいっぱいあります。

ここでご紹介する施設は、そんな宝ものごとである

ワクワク体験学習館。好奇心のとびらを開くと、

たくさんの驚きや発見が、

きっと、みなさんを待っています。



西部エリア

高知市エリア

西部エリア

その他

3



ホームページでも見られるよ!! <https://www.tanken-m.net>  
**Tm** 探検ミュージアム連携地域：こうち・わかやま

**ご注意!**

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベントの会期や内容が変更になる場合があります。お出かけの際は、事前に各施設のHPかお電話にて最新情報をご確認ください。

★マークの施設は本文に詳しく紹介しています。紹介の施設は発行月によって一部変わります。■本文の情報ならびに写真は、各施設の学芸員さんおよびスタッフの方々より提供されています。●©阿波アブレン 2008 本誌掲載の記事、写真等の無断複製・複製・転載を禁じます。  
 ■「こうち探検ミュージアム」は、本誌広告各所に掲載されている企業・団体様等の協力(広告料)により運営されていますが、広告の内容と、本誌で紹介の各施設・果樹園等とは、なんら関係はありません。広告についてのお問い合わせ等は、発行元の株式会社アブレン(☎088-884-3500)までお願いします。

# 高知県立牧野植物園

〒781-8125 高知市五台山4200-6  
tel.088-882-2601 fax.088-882-8635  
https://www.makino.or.jp



- 開園時間／午前9時～午後5時(最終入園4時半)
- 休園日／年末年始(12月27日～1月1日)  
※メンテナンス休園日あり

●駐車場／無料(普通車225台、バス6台)

●入園料／一般730(630)円、高校生以下無料

※1日複数回往来(2028812) ※4,131～※1288979に550  
※身体障害者・聴覚・精神障害者・介護福祉士・高齢者・障害者  
手帳・聴覚者・聴覚者手帳所持者とは別料金1名および高知市・高知県民  
手帳所持者は無料 ※車いすとベビーカーの無料駐車区あり



## イベント・インフォメーション

3月22日(土)～5月11日(日)

「ごんごん山花さんぽ～虹色の風」

関連イベント

3月22日(土)、4月12日(土)

①「原っぱ図書館」

気持ちのいい青空のもと、やわらかい芝生の上で読書を楽しもう

●ごんごん山広場に於て10時～15時



3月22日(土)・23日(日)、4月26日(土)・27日(日)

②「ワークショップ」

身近な植物を使ったワークショップ、ヒノキのコマや風車、果物を使ったスタンプなど、みんなは何をつくるかな?

●ごんごん山広場・本館ウッドデッキにて10時～15時

4月12日(土)・13日(日)

③「音楽演奏」

春の園地に心地よい音色が広がります。

●ごんごん山広場ステージにて10時～、14時～

3月28日(土)・29日(土)

夜間開園「桜の宵」●17時～20時

※画像はすべて高知県立牧野植物園 提供

りたくさん!



●「ごんごん山花さんぽ～虹色の風」  
五台山という山の上にある牧野植物園。そのなかでも一番高いところであり、園全体を見渡すことができる。ごんごん山広場。そこには約2万株もの色とりどりの花々が一面に咲いて、みなさんをあたかくおもかせます。そよそよとした気持ちのいい風を感じながら、赤や青、ピンクにオレンジ、と虹色に染まった広場をおさんぽしてみませんか? 期間中は楽しいイベントも盛りだくさん!

春らんまん!  
花いっぱい植物園で  
草花とふれあってみよう!

●「夜間開園「桜の宵」」  
春を代表する花のひとつ「桜」はたいへん人気がありますが、実は夜も風間とはちがったとても美しい姿をしています。ライトアップされた桜でも幻想的で、そのように思わすつくり。音楽演奏も開催するので、心地よい音色といっしょに、夜の桜を楽しんでください。ね。

●牧野植物園では約3千種類もの植物が植えられていて、季節ごとにちがった花々を観察することができます。これから暖かくなるにつれて桜やツツジ、スミレの仲間が次々に咲き、ごんごん山植物園が色鮮やかになっていきますよ。お友だちやおうちの人と遊びに来て、お気に入りの植物を探してね!



モノづくりで、ともに未来へ

創業1947年  
モノづくり77年  
一歩一歩へ

Matsumuraは  
存在価値のある企業をめざし

3社7工場の専門性を生かした独自の技術や感性を突き詰め、総合力で製品価値創造を追求。

MGM  
Matsumura Group for Good Metal working

株式会社松村鉄工所

■本社工場 ■紫線工場 ■美良布工場 ■岡山工場  
高知県南国市岡室町中島378-11  
Tel.088-866-5525 Fax.088-866-7013  
URL : http://www.maico.co.jp  
E-mail : maicinfo@maico.co.jp

《松村グループ》  
高須工業株式会社 ■本社工場 ■片山工場  
MGM大阪事務所・インドネシア



〒781-0262 高知市浦戸778(桂浜公園内)  
tel.088-841-2437 fax.088-841-2451  
https://www.katurahama-aq.jp  
e-mail: info@katurahama-aq.jp



▲大人気の鎮にスッポン展示

- 開館時間 午前9時～午後5時
- 休館日 年中無休
- 駐車場 なし(桂浜公園駐車場利用)
- 入館料 大人.....1,600円  
小中学生.....600円  
幼児(3歳以上)....400円



春のハマスイは、お楽しみいっぱい!!

●新展示エリア「L×M×Lカビラキ」誕生

昨年12月にオープンしたカビラキ舎では、住宅設備機器業界大手の株式会社「L×M×L」さんよりバスタブをプレゼントしていただき、新たにカビラキとケツメリクガメのエリアを新設。カビラキとケツメリクガメも仲良し同居生活を送っています。暖かい日には、えさやり体験イベントも開催。春の陽気にほこりしているカビラキとケツメリクガメを間近で見られるハマスイへみなも遊びに来て!



●「カワウソのおうち」完成

一昨年10月から始まったクラウドファンディング「カワウソ舎」なんか変える大作戦により、今年1月2日に完成お披露目会が実現。デザインでは1転

イベント・インフォメーション

「金運ヘビのおすそわけ」

今年は巳年。お正月から販売している、金運のお守り替わりとして大人気のヘビ皮。ヘビは脱皮して成長することや、お金にご縁があるといわれています。ハマスイの「アキラの部屋」にもたさんのヘビがいます。そんな幸運のヘビ皮のおすそわけとしてマリノスタアで販売中!



「ハマスイえさやり体験豊富」

ハマスイは、ショーはしていませんが、生きものたちの特徴をお客様のタイミングでより近くに体験できるようにえさやり体験をしています。ウミガメをはじめ、屋外エリアの生きものたちで体験が可能(注:カワウソ除く)。  
※トド・オットセイ・アシカ・カビラ・リクガメ・ペンギン・海水魚・ドクターフィッシュ・金魚など各100円で体験開催中!



●摩訶不思議! 天がら金魚のえさやり体験  
テレビでも話題になった天がらを掲げている音かする水槽がハマスイにはあります。この音は、金魚のえさやり体験の水槽で聞けます。音の正体は、なんと金魚がいつせいに口をパクパク開けた時に発する音が天がらを掲げているように聞こえるのです。金魚の特徴を楽しく体験できるえさやり水槽で摩訶不思議体験をしてね。



2軒いり4〜5転ぐらい変更があり、スタッフたちもいっしょになったら完成するのか?と気をもみましたが、やっとステキなカワウソ舎ができました。ハマスイにいるカワウソたちもすっかり気に入って、早速あちこちを破壊?しています。元気いっぱいのコツメカワウソに会いに来てくださいね!



◆土佐中学校  
TEL.088-833-4394  
https://www.tosa.ed.jp/

文武両道

仲間と共に





〒780-0850 高知市丸ノ内1丁目2-1  
 高知公園管理組合・高知城管理事務所  
 tel.088-824-5701 fax.088-824-9931  
<https://kochipark.jp/kochijyo/>



- 開館時間 / 午前9時～午後5時  
 (入場は午後4時30分まで)  
※高知城は閉館期間中は午後5時まで、GWやよこい期間中なども延長延長あり、むしくはお問い合わせください。
- 休 日 / 12月26日～1月1日
- 入 場 料 / (高知城天守・櫓門) 420(340)円  
 18歳以上・……………500(400)円に決定  
 18歳未満……………無料  
※高知公園は時間によって異なる入場料です。※1日団体料(団体20名以上)  
 ※高知城 中世行事・城跡や中世館がある高知公園に併設している。中世館  
 および高知城長寿寺や高知城歴史博物館など併設されている施設



イベント・インフォメーション

4月4日(金)・5日(土)・6日(日)  
 ～和で綴る花と灯り～「高知城花回廊」

- 18時～21時
  - 会場 / 高知城・高知公園
  - 主催 / 高知市観光協会
- 灯籠のほのかな灯り、生け花の鮮やかな彩り、羅やかに流れる和の調べ。春の宵、桜舞う高知城。花と灯りが織りなす「なごみ」の世界が楽しめます。



※お問い合わせは、高知市観光協会 ☎088-823-4016

3月7日(金)～5月6日(火) 連休  
 高知公園ボンボリ点燈

- 18時30分～21時30分
- 高知県の桜の開花宣言の基準となる標本木は、高知城三ノ丸にあり、毎年3月中旬～下旬ころに開花。夜桜見物に花を添えるばんぱりも点燈され、大ぜいの花見客でにぎわいます。



※お問い合わせは、商工会議所地域振興課 ☎088-875-1178

※イベントについて、最新情報は上記お問い合わせ先でご確認ください。

**桜満開のお城を探検しよう!**

みなさん、高知城を探検してみませんか。高知城は土佐藩初代藩主の山内一豊やまうち・かよとよが築いた400年余りの歴史を持つ南海の名城で、江戸時代の木造の天守と追手門が今に残っている全国でも数少ないお城です。(江戸時代のお城で天守と追手門がそろって残っているのは日本に3か所だけ)。そして、下の写真のように天守と追手門が1枚の写真におさまるお城も数少ないんだよ。

また、天守に接続している本丸御殿など本丸内の建物もほぼ完全形で残っているのは全国でもここだけで、国の重要文化財に指定されています。

高知城ではお城を守るためのさまざまな工夫がされています。まず、追手門からの石段は、敵が攻めるのは上がりにくく、守るのに降りにやすい足籠になっていますし、語門は敵が容易に通り抜けられないように入り口と出口の扉が一筋



▲天守と追手門



▲天守と本丸



▲からくり門(語門)



▲忍び返しと石落とし



▲南から石垣を守る石籠

違いになっています。さらに、敵の侵入を防ぐための忍び返しや石落としなどの仕掛けも見られます。

そのほか、日本でも特に雨の多い高知ならではの工夫も見られます。石垣は石垣から突出した設計になっており、集められた排水が石垣に当たらないようになっています。

みなさん、追手門から本丸まで段が何段あるか、石落としや石籠がどこにあるか調べてみてください!!

満開の桜がみなさんをおむかえします!!

職場、店舗、公共施設の衛生管理に。拭くだけの除菌シート!!



MYWET 除菌シートは、拭くから清潔!!



使用方法はYouTubeにて動画配信

- 手指のふき取りに
- テーブル、イス、ドアノブ、スイッチ、手すり、電話機などの除菌に!!
- 衛生管理は、使い捨てのウェットシート!!

※お買い求めは、以下の直販店で  
**三昭経業株式会社**  
 化粧品製造販売部(1989年)  
 本社 / 〒781-1111 高知県土佐市北地2424-7  
 TEL.088-854-0521 FAX.088-852-2170  
<https://www.sanshoshigy.jp>

# 高知県立南喜ヶ峰森林公園

〒789-0583 高知県香美市土佐山田町平山  
 指定管理者 一般社団法人 高知県山林協会  
 tel. 0887-57-9007  
<http://www.kochi-sanrin.jp/hoki/>



▲記念の森広場

- 開園・開館時間 / 午前9時～午後4時30分
- 休園・休館日 / 年末年始(12月29日～1月3日)
- 駐車場 / 無料
- 入園料 / 無料

※キャンプ場・展示学習館を利用する場合は  
 事前にお申し込みください。

高知市より国道32号にて約1時間ほどで帰ります。



## 春の南喜ヶ峰森林公園

南喜ヶ峰森林公園には「アセビの森」という場所があります。白やうすいピンク、むらさきがかかったピンクなど、さまざまな色の花が咲きます。

むかしは、山が真っ白になったように見えたそうですが、何年も咲き続けて、少し元気がなくなってきた木もあるのを整備して、少しずつ元気にさせています。それでも春になるとアセビの花は左の写真のようにアセビの森だけでなく、公園のいろんなところで見ることが出来ます。ただし、毒があるそうですので気を付けてください。漢字で書くと馬酔木、馬が酔う木と書きます。

もうひとつ、南喜ヶ峰森林公園で咲く花で特徴的なものが「ハルリンドウ」です。有名なハルリンドウは秋に咲きますが、ハルリンドウはその名のとおり春に咲きます。

この花も南喜ヶ峰森林公園のいろんなところに咲きますが、太陽が出ていると花を咲かせ、夕方や曇っているときは、花は閉じています。ハルリンドウの花で真っ青になっているところもあって、とてもきれいです。

ほかにも、スミレの仲間が、次々に何種類も咲いたり、コブシやアケビなどいろいろな花が咲き、静かだった山もにぎやかになってきます。

ぜひ、みなさん遊びに来てください！また、イベントもいろいろご用意しています。くわしくは、公園のHPなどでご紹介しますので、お楽しみに！



### イベント・インフォメーション

※イベントについて詳細は、HPまたは事務所までお問い合わせください。定員に達している場合や、日程や内容に変更がある場合もありますので、お電話での確認をお願いします。

※イベント参加の方はお申し込みのご連絡をください。

## 生姜

知って得する

しょうがの秘密？

### Q&A

4

## 生姜は野菜ですか？

生姜はスパイスやハーブのような使われ方をする料理が多いですが、食品としての生姜は根菜類の一種であり、野菜に分類されています。一般的に食用として利用されているのは生姜の「根茎」と呼ばれている部分です。



共に創るしあわせ！

## 株式会社あさの

香美市土佐山田町旭町1-5-25  
 TEL. 0887-53-2504  
<https://shouga.jp>  
 ■工場 / 香美市・四万十町  
 ■事業所 / 高知市  
 ■営業所 / 東京・大阪・横浜





〒784-0042 高知県安芸市土居953番地4  
 tel. fax. 0887-34-3706  
<https://www.city.aki.kochi.jp/rekimin/>



▲たつみやさんのおひなさま

- 開館時間 / 午前9時～午後5時
- 休館日 / 毎週月曜日(祝日は開館、翌平日休館)  
年末年始(12月29日～1月3日)
- 入館料 / 一般……………330(220)円  
中高生……………110(70)円  
小学生……………50(30)円

※「安芸のおひなさま」期間中のみ、一般350(440)円、  
 中高生160(110)円、小学生80(50)円となります。  
 ※( )は団体割引料金(20名以上)  
 ●隣接の書道美術館との共通券があります ●土曜日は中高生無料



## イベント・インフォメーション

開催中～4月13日(日)

特別展  
**「安芸のおひなさま」**  
 ●9時～17時

2月28日(金)～3月2日(日)

**「五藤家安芸屋敷のおひなさま」&  
 「おひなさまに変身！」**  
**「野村家のおひなさま」**

2軒のお屋敷の中に、ひな人形や市内の子どもたちによるおひなさま作品を飾ります。また、五藤家安芸屋敷の中には自由に着られる着物(打掛)も用意しますので、おひなさまといっしょに写真を撮りましょう。

●10時～16時 入場無料



▲おひなさまに変身!

※各イベントのくわしい内容は当館までお問い合わせください。



▲安芸

そのほか、市松人形やフランス人形などのお人形も展示します。  
 時代をこえて受け継がれてきたおひなさまやお人形たちに会いに来てね。



▶市松人形

特別展「安芸のおひなさま」開催中!!  
 いろいろなおひなさまを見てみよう!

今年もひな祭りの時期がやってきました! 安芸市立歴史民俗資料館では、特別展「安芸のおひなさま」を開催中、地元の人々が大切にしてきたおひなさまをたくさん紹介しています。古いおひなさまと新しいおひなさまのちがいをよく見て探してみよう。

- 書道美術館のおひなさま  
 2月20日(木)～4月13日(日)の間、書道美術館の中にもおひなさまを飾ります。  
 七段飾りのおひなさまのほかには、焼き物(内原野焼)でできたかわいなおひなさまも展示します。資料館とあわせてぜひ見に来てください。
- お屋敷の中でひなまつり  
 2月28日(金)～3月2日(日)にかけて、資料館近くの「五藤家安芸屋敷」と「野村家住宅」を、ひな人形や市内の子どもたちによるおひなさま作品が飾ります。  
 歴史あるお屋敷の中で、ひなまつりを楽しんでみませんか?



▲五藤家安芸屋敷



▲野村家住宅(昨年の様子)



▲書道美術館

# Marketing Support

●創業/1977年7月25日  
 【事業紹介】

- デザインシステム/マーク、ロゴタイプ等企画・制作
- 商品サポート/ネーミング、パッケージ等企画・制作
- プロモーション/広告計画、企画・制作、販売促進ツール企画・制作
- Web/ホームページ企画・制作
- 情報誌発行/文化施設紹介情報誌「こうち探検ミュージアム」

企業の、商品の、  
 コミュニケーション  
 できていますか?



Advertisement & Design / Creative work  
**株式会社アドブレン**  
 高知県薬園場町8-21 Tel.088-884-3500



# 独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立室戸青少年自然の家

〒781-7108 高知県室戸市元乙1721  
tel.0887-23-2313 fax.0887-23-2484  
https://muroto.niye.go.jp/



- 開館時間/午前8時30分～午後5時15分
- 休 館 日/年末年始、施設整備日(随時)
- 施設使用料/幼児(3歳未満)0円/泊  
幼児(3歳～5歳)300円/泊  
小学生(小学生～高校生)600円/泊  
大人2500円/泊  
※詳細はHPをご覧ください。

○注意事項/活動科目によっては人数制限や材料費が必要になりますので要相談。



## 室戸の自然を体で感じてみよう！

ふくらむ桜のつぼみが春の到来を告げ、晴れわたった青空の下、室戸の山々が若草色に染まり、そこそこ早春の息を感じ季節となりました。

自然の家にはたくさん生きものがすんでいるので、森の中を歩いて動物や野鳥をさがすのもよいですね。標高280mの高台にある施設なので、眼下に広がる太平洋をながめてみてください。

今回は、昨年実施した事業と今年度新しく開発予定のプログラムを紹介いたします。

### ●くろしお祭り2024 in とろむ

毎年秋に施設開放イベントとして大人気のくろしお祭り。昨年は、10月5日、6日の日程で「海の駅とろむ」に会場を変え、室戸市内の多くの施設にも協力してい



## イベント・インフォメーション

### まもなく新登場予定!

#### 「家族でわいわいBBQ体験」

緑に囲まれた自然の家で、家族いっしょにBBQ(バーベキュー)を行ってみてはどうでしょうか。

自然の家には仲間といっしょにカレーやピザなどを作る野外炊事がありますが、現在家族などの少人数でもできるBBQを検討しています。家族で楽しく自然を感じながらBBQをしてみませんか?  
※プログラムができればHPやSNSにて告知いたしますので楽しみに!(有料プログラム)



イベントについて、  
くわしくはHPや  
Instagram, facebook  
(https://www.facebook.com/muroto.niye/)   
で情報をチェックしてください。

※イベント情報は開催日の1か月前のご案内を予定しています。

ただき一イベントとして開催。450名をこえる方が参加され、バトカーや消防車に乗って写真撮影したり、ゲームやクラフトづくりにチャレンジしたり。また、最後には参加者で力を合わせてミカメの放流を行い、家族の楽しむ声が響きわたりました。

### ●防災キャンプin室戸

昨年秋季の教育事業「防災キャンプin室戸」には、定員をこえる申し込みがあり、開催日を10月26日・27日と11月23日・24日の2回に増やして実施。地震や津波、日々の備えについて学び、国内唯一の津波避難シミュレーターにて実際の避難生活を想定して宿泊体験を行いました。限られた水や電気での生活を行い、自助や共助を学ぶことで、災害時にみんなが命や安全を守っていけるよう防災意識を高めることができ



**使って納得!!** 一度セットしたらなかなかなくなる、150mのロング巻き!!

**一度使えば実感できる**

**ロング巻きTP。** トイレットペーパー

●長〜く使えて、経済的。●取り替えの手間が省けます。●パルプ100%。  
●確かな品質。ふんわりソフト、破れにくく、吸収性も抜群。  
★お買い求めはホームページをご覧ください。 <http://niyodoseishi.co.jp/>

お客様に選ばれ続けて35年  
おかげさまで大好評!!

**SUN HONEY**  
(サンハニー) 150m Long Roll Tissue

通常長 50~60m  
※シングル50~60m  
ダブル25~30m

**長持ち 3倍!!**

通常のロール

**ニヨド製紙株式会社**  
〒781-1101 高知県土佐市海陽町甲1652  
Tel.088-852-0335 Fax.088-852-2726

東部エリア

中部エリア

西部エリア

南部エリア

# 室戸ドルフィンセンター

〒781-7101 高知県室戸市室戸岬町字鯨浜6810-162  
tel.・fax.0887-22-1245  
http://www.muroto-dc.net



- 開園時間／午前10時～午後5時  
(最終受付午後4時30分)
- 休園日／10月～翌年3月の毎週水曜日  
(水曜日が祭日、冬休み、春休みの場合は営業予定)
- 駐車場／無料(20台)
- 入場料／大人(中学生以上).....550円  
小人(4歳～小学生).....440円  
3歳以下.....無料

※当日に限り再入場は回数でも可  
※室戸岬はいつでも入場無料(1グループ4名まで)(居住を示すのが必要)



## イベント・インフォメーション

開催中～3月31日(日)

### 『室戸市応援キャンペーン』

期間中ドルフィンズイムに参加された方に室戸市内の飲食店・観光施設等で使える500円分のチケットをプレゼントします。イルカと泳いでお得に室戸を満喫してください。

#### ①陶器色付け体験

いろんな動物の形をした陶器を選んで、色を付けて世界に一つだけの陶器をつくらう！  
●料金／500円 ●10分間程度



#### ②ミニチュアビーチ作り

小さな瓶の中に好きなカラーサンドを入れて、貝殻やシーグラスを置いてオリジナルビーチをつくらう！  
●料金／1,000円 ●20分～30分間程度



※上記イベントは公式HPやSNSよりご確認ください。

「むろドルでは、イルカの魅力を発信しつつ、なかなか見られない距離感と実際にイルカにふれる、そんな日常

「むろドルでは、イルカの魅力を発信しつつ、なかなか見られない距離感と実際にイルカにふれる、そんな日常

「ムロドル」の非日常的体験を室戸で!!  
水族館でイルカを見られる方が多いかと思えます。また水族館では、イルカの魅力がかわいさ、かっこよさなどの迫りも身近に感じることができ、学びの場もたくさんあります。  
「むろドルでは、イルカの魅力を発信しつつ、なかなか見られない距離感と実際にイルカにふれる、そんな日常



▲体験の様子

では味わうことのできない体験、感覚を存分に体験していただけます。  
室戸の地域は水温が高いので、早春の季節でももちろん寒い冬でも、毎年プログラムとして、ドルフィンズイムを開催。どなたでもご参加いただけるプログラムとなっています。実際にむろドルの海でイルカとふれあい、大自然が織りなす美しい室戸岬の景色を楽しみながら体験いただけます。  
一日一日がう動きを見せてくれるイルカたちに会いに来ませんか？ みなさまをイルカたちと室戸でお待ちしています。

理解

共感

◎コミュニケーションするパッケージデザイン

◎「らしさを」伝える

「ファン」づくりしてありますか？

情報

◎ブランディング

一貫性

ADO

Advertisement & Design / Creative work

株式会社アドブレン 〒780-0823 高知市菜園場町8-21 TEL.088-884-3500





●開館時間 / 午前10時～午後5時30分  
 (日曜日は午後4時30分まで)

●休館日 / 月曜日・祝日

●入館料 / 一般200円、高校生以下無料

身体障害者手帳(1-2級)、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳も提示の方、および長寿手帳に添するもの(運転免許証や保険証など)を提示する60歳以上の方は無料



イベント・インフォメーション

3月7日(金)～29日(日)

「収蔵作品展」

四万十町立美術館に収蔵している作品の中から、中澤竹太郎の作品を約15点展示します。四万十町立美術館ができるきっかけとなった作家の作品をぜひご覧ください。



▲船不詳 / 中澤竹太郎



▲陶楽山景松文来入  
 図 / 中澤竹太郎

今年度も、大原先生におこなったき、修復作業を行いました。昨年10月には修復作業の見学を行い、20名ほどの方が参加されました。参加された方は修復作業の様子をじっくり見たり、大原先生の説明を聞いたりと、質問をしたりと充実した時間を過ごされました。修復のノウハウだけでなく、国・気候・風土によってもさまざまな配慮や違いがあることが知れた。修復の仕事の魅力を感じた。祖父の洋画作品がたくさんあるので、今後の整理に



▲修復作業の様子



▲修復作業見学会の様子

**収蔵作品の修復作業を行っています!**  
 四万十町立美術館は、図書館と同じ建物の中にある小さな美術館で、作品の収蔵庫の環境は決して整っているとは言えません。  
 そのため時間の経過とともに、作品に亀裂や剥落が見られました。収蔵している作品を良好な状態で保存し次世代に引き継いでいくため、美術館では、令和5年度より絵画修復家の大原秀之氏による収蔵作品(油絵)の修復と、紙作品修復の専門家による作品の応急保存処置を行っています。

大いに役立ちそうといったお話をいただきました。また11月には、「絵画修復ピフォーアフター展」として、今回の修復の記録と修復された絵画を展示しました。  
 収蔵作品の中にはまだまだ修復が必要なものが多くあり、今後も修復作業を続けていく予定です。小学生のみならず、ただ単に美術館に遊びが作品を鑑賞するだけでなく、その裏で果たすべき美術館の役割。それらの作品を本来あるべき良好な状態に保つための「修復作業について」にも思いを寄せ、理解を深めていただければと思います。

Marketing Support

Branding

- Brand Identity
- Design System
- Brand Naming
- Brand Logotype
- Brand Character

# にしと きかんきょう ぶんかセンター 四万十菜舎

〒787-1323 高知県四万十市西土佐中半408-1  
tel.0880-54-1230 fax.0880-31-9788  
http://gakusya.info/jp/



▲岩間沈下橋をくぐるカヌーツーリング

- 営業時間/午前8時30分～午後5時30分
- 休館日/原則として毎週水曜日  
年末年始(12月28日～1月4日)  
(7・8・9月は無休)
- 宿泊料/1泊2食付7,200円～(予約制)  
※会員割引500円・小学生以下1,000円割引・2歳以下無料
- 自然体験メニュー/カヌー・魚釣り・沢歩き  
イカダ体験など



春は、みんなで四万十川で遊ぼう。  
楽しい体験メニューが、いっぱいあるよ!!

●菜の花を菜しみながらカヌーツーリング

四万十川と言えばカヌーツーリング。コースが初心者向けとなっておりますので、初めてカヌーをされる方もゆったりとスイスイと川の流れるのって進めます。ゆったりと流れる四万十川をガイドといっしょに下りましょう!! 左上の写真は、四万十川でも特に有名な岩間沈下橋の下をくぐるコースです。3月から4月、菜の花が一面に咲くこの場所は、絶好のフォトスポットともなっています。

●時間が無い方に手軽に体験できるコースも!! カヌーツーリングとはちがいで、川下りではないので、体験時間は目安次第。時間がない方にも、ちやうと乗りができるプランです。

家族で回し乗りましたり、川遊びしながら、自由にカヌーに乗れるのが特徴です。4人がいっしょに乗れるカブティーンもありますよ。



## イベント・インフォメーション

※イベントについては未定となっております。お出かけの際は、事前に当館HPかお電話にて最新情報をご確認ください。



この春は、お友達やご家族といっしょにいそいそなプランを自由に選んで、ぜひ体験してみてくださいね。

●清流四万十川で、のんびり楽しく魚釣り。

四万十菜舎から徒歩3分の河原へ行き、緑のエサを針につけて川に糸を垂らして、魚が食い付くのを待ちましょう! カムツオイカワ、ウグイなどが釣れるかもしれません。こつは、ウキの動きを再確認すること! 1回目と2回目のあたりの間に竿を引き上げろ!

釣れるかどうかは腕次第。時間制限なし、思う存分四万十川で魚釣りを体験してください。

広告のお問い合わせ・お申込みは

Tel.088-884-3500

株式会社アドブレン

情報出版事業部

〒780-0823 高知市菜園場町8-21

Fax.088-884-3201





# 家族でつくりよう!生活リズム



早起

早ね



朝ごはん



運動



読書

©やなせたかし/やなせスタジオ

## 早ね 早おき よいリズム!

よい睡眠のリズムができると、朝、目覚める時間帯に体温が上昇し、登校する時間には体がしっかりと起きた状態になります。また、体が元気になる物質がたくさん出て、心身を健康に保ちます。



**早ね 早おきのリズムを大切にしましょう!**

## 元気いっぱい体を動かそう!

体を動かした後は、体も心もすっきりします。お昼がすき、夜は眠くなります。

**遊びやスポーツ、地域で行われている活動に参加して、体と心を大きく育てましょう!**



## 朝ごはんをしっかり食べよう!

ごはんは体や脳のエネルギー源です。朝ごはんを食べることで、体や脳が活発に働き始め、集中力ややる気が増します。



**朝ごはんをしっかり食べて、元気に一日をスタートさせましょう!**

## 読書の習慣をつけよう!

本を読むことは、知識を得るだけでなく、考える力や表現力、人とのきずなを育みます。

**読書をする習慣をつけ、心の世界を広げましょう!**

※オーナビア高知図書館で、電子図書館の利用を申し込むと、高知県電子図書館所蔵の電子書籍を利用できます。詳しくは、オーナビア高知図書館へお問い合わせください。



**規則正しい生活リズムが、子どもの意欲や情緒の安定につながります!**

## 高知県生涯学習ポータルサイト「まなび場Search」のご紹介

県内のあらゆる「学び」につながる情報と学んだことを「活かす」場の情報を掲載したポータルサイト「まなび場Search」を開設しています。

この「まなび場Search」には、キャリアアップ講座、親子体験活動、民間企業が実施している年間を通した書道・体操等の講座や出前講座、ボランティア募集の情報を掲載しています。

開催場所、開催日、カテゴリーなど、さまざまな条件から「学び場」や「活かす場」が検索できます。

ご自身のスキルアップやリフレッシュ、親子の体験活動の充実のために、ぜひ一度、「まなび場Search」をご覧ください。興味のある講座等を検索してみてください。

高知県教育委員会事務局生涯学習課委託事業  
高知県生涯学習ポータルサイト

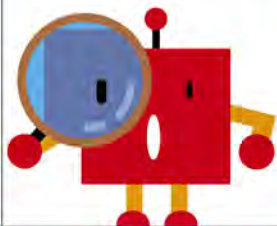
まなび場  
Search



●お問い合わせ・・・高知県教育委員会事務局 生涯学習課 TEL.088-821-4911 FAX.088-821-4505

高知県の自然・文化・歴史とてよう体験学習施設のごあんない

こうち探検ミュージアム



# 感染対策

新型コロナウイルス感染症をはじめとする  
感染対策の基本は「手洗い」「咳エチケット」「換気」です。

医療機関や高齢者施設などでは、重症化リスクの高い方への感染予防のためマスクの着用を求められることがあります。

## 正しい手の洗い方



① 流水で汚れを洗い流し、手のひらで石けんを泡立てます。



② 手の甲を伸ばすようにこすります。



③ 指先・爪の間を念入りにこすります。



④ 指の間を洗います。



⑤ 親指と手のひらをねじり洗います。手首も忘れずに洗います。



⑥



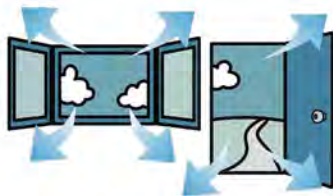
⑦ 石けんを流水で洗い流します。

## 3つの咳エチケット



口と鼻をしっかり覆いましょう！

## こまめな換気



寒いと、つい窓を閉めっぱなしにしがちですが、ときどき窓や扉を開けて空気を入れ替えましょう。





認知能力+非認知能力=生きる力

未来に  
生きる/  
2つの力を  
伸ばそう!

認知能力

目に見える「学力」



非認知能力

主体性 やり抜く力  
自制心 自己肯定感



幼児歓迎/

春の**無料体験学習**

対象 幼児(年少・年中・年長) 小学生・中学生

教材 さんすう・こくご・えいご 算数(数学)・国語・英語

内容 学力診断テスト/2回の教室学習と家庭学習

※英語、中学生については教室にお問い合わせください。※幼児のえいごは年長のみです。

月謝は、  
こちらから  
ご確認  
ください。

2月~4月付  
入会の方  
全員対象

通常 5,500円  
(税込)

入会金 **0円**  
キャンペーン実施中!

読む力・考える力——伸びる学力

**学研教室**

幼児/算数・数学・国語/英語

無料体験のお申し込み・お問い合わせは、  
こちらからお近くの教室へ

学研教室 検索

0120-114-154 祝日を除く  
月~金 9:00~17:00

「学研教室の先生」

同時募集中!

あなたの目標やライフスタイルに合わせて  
学研教室の先生を始めてみませんか?

お問い合わせはこちら

0120-889-100

(祝日を除く月~金 9:00~17:00)

まずは説明会に  
ご参加ください

# 個別指導

志望校別・目的別・科目別に最適を選べる個別指導  
個別部門で1万7千名を超える合格実績 / 効率よく学習できる多様な学習スタイル

# アキス AXIS

- 受験  
対応力
- 選べる  
学習スタイル
- 充実の学習  
サポート

自分に合った勉強のやり方を見つけて  
一足早く、新学年を始めよう!

小学生  
中学生  
高校生

# 春の体験授業

すべての  
学習スタイルを  
**無料**  
で体験できます

アキスでは、事前の学習相談で学習への希望や悩みをじっくり伺い、一人ひとりの目標と現在の学力を基理める春の学習プランをご提案します。

- 中学受験対策 高校受験対策 大学受験対策 新高1・新高2進学準備 総復習・先取り 苦手・弱点克服

新学年の成績アップ・志望校合格に向けて、春からのスタートを応援します!!

春の入学  
キャンペーン  
**春得**  
3/29 土  
まで

入会金  
**無料**  
通常  
22,000円 → 0円

授業料  
**最大2ヵ月無料**<sup>※</sup>  
個別指導(1対1/1対2/オンライン)  
教科書準拠学習AxisPLUS

春期講習  
**5回9,900円**<sup>※</sup>  
個別指導(1対1/1対2/オンライン)  
6回以上も割引特典があります

※1. 春期講習は年度末までの2ヵ月のみの実施です。アキスの入会金制度は個別指導のみに適用されます。※2. 個別指導(1対1/1対2/オンライン)は初年度以上(中学2年生から)は通常授業より1割引きの9,900円(中学生)の受講料を特別価格として実施いたします。※3. オンラインコースは別途料金がかかります。※4. 4ヵ月以上継続学習を希望する場合は、個別指導(1対1/1対2/オンライン)の9,900円(中学生)に、さらに個別指導AxisPLUS(中学生)の受講料(月額10,000円)が適用されます。

## 春期講習

申込  
受付中  
受験部門公式キャラクター  
ごうかくん<sup>®</sup>

目標レベル、教え方など  
ベストな指導者を選定

お yours の志望校や  
理解度、性格に合わ  
せて、相性の良い指  
導者を選定します。

志望校別、入試方式別、  
科目別の受験対策

入試からの逆算で  
一人ひとりに必要  
な内容を徹底的に  
強化できます。

実施期間 **3/1(土)~4/12(土)**

自分のペースで学べる  
個人別の学習プラン



体験授業と  
春期講習の詳細は >>>

学校カリキュラム・進度  
教科書に対応

教科書や宿題を使っ  
た授業もできます。質  
問しやすい授業で疑  
問を解決できます。

**新高1 新高2 限定!!**

オンラインゼミ  
春期講習 無料  
刺激と発見でいっば  
いの授業を同じ目標  
を持つ仲間とともに。

※教材費のみ必要です。

# 個別指導 Axis

- はりまや橋校 088-802-2066 追手筋入ロセンビル南2人2階  
愛宕校 088-802-1611 産業道路沿い 愛宕中東どなり  
万々校 088-826-7721 JR行幸町駅徒歩1分

高知県の教室はコチラから検索  
各教室の様子や学習内容を詳しくご覧!  
個別指導アキス 検索

