



目次

春を愛でる 2

夏と遊ぶ 6

秋を感じる 12

冬に憩う 16

旨いかつおには訳がある
愛南びやびやかつお20

愛南町が日本一の生産量を誇る
河内晩柑(愛南ゴールド).....22

愛南町 ご当地キャラクター
なーしくん24

自然の恵み 愛南ブランド26

愛南土産28

愛南町のレジャースポット30

愛南の宿32

愛南町の
イベント情報・近隣観光地34

English36

広域アクセスガイド40

巻末MAP

- 愛南町内全体マップ
- 愛南町内中心部マップ

本書の便利な使い方

巻末に折り込まれた
マップを開くと...

本文の観光情報を見ながら、
同時に場所も調べることができます！



★本文内の下記2つのマークがマップへの近道！

青は全体マップ オレンジは中心部マップ

・map・A-1

・map・A-1

春

を愛でる
— 寒と過ぎ去り、山一面を春色に染める



春プラン 春の山を歩こう

- ① 篠山登山 ● アケボノツツジを眺めながら
(登山口から) 徒歩 約20分
- ② 白滝を観光 ● 篠山7合目にあります
車で 約45分
- ⑥ 山出憩いの里温泉キャンプ場 ● 温泉で疲れを癒して
徒歩 約10分
- ③ 山出の棚田観光 ● 田植え体験もできます

・map・A-8



▲シャクナゲ
◀アケボノツツジ

① 篠山・アケボノツツジ Sasayama・Akebonotsutsuji

愛媛県と高知県の県境に位置する標高1064.6mの篠山。古くから山岳信仰の霊地として知られ、頂上には篠山神社が鎮座しています。4月下旬から5月上旬にはアケボノツツジやシャクナゲの花で山一面が春色に染まります。

- 問い合わせ
愛南町役場 商工観光課 ☎ 0895-72-7315
愛南町役場 一本松支所 ☎ 0895-84-2211

② 白滝 ●map・A-7 Shirataki

篠山の7合目にある落差約50mの滝。その様子は、まるで山の緑の中に1枚の白い布を垂らしたかのようです。

- 問い合わせ
愛南町役場 商工観光課 ☎ 0895-72-7315
愛南町役場 一本松支所 ☎ 0895-84-2211

③ 山出の棚田 ●map・B-6 Yamaidashi no tanada

古くより山間地域ならではの棚田が広がる山出地区。新緑のころには、青々とした美しい棚田風景が広がります。

- 問い合わせ
愛南町役場 商工観光課 ☎ 0895-72-7315



南レク城辺公園桜まつり Nanreku jouhen kouen sakura matsuri

約3,000本の桜が咲き乱れ、大勢の花見客でにぎわう春の南レク城辺公園・大森山桜園。特に数百個のぼんぼりに照らし出される、夜桜は圧巻です。

桜まつり開催時期 / 3月下旬～4月上旬

- 問い合わせ
南レク(株) 南宇和管理事務所 ☎ 0895-72-3212





4 グリーンパークすのかわ

オートキャンプ場

・map・A-3

Gurin paku sunokawa oto kyanpu jou

須ノ川公園に隣接した 10 サイトの小さなオートキャンプ場。7月中旬～8月末の間、管理人が 24 時間体制で常駐しているので、初心者でも安心して楽しめます。

●問い合わせ グリーンパークすのかわ管理事務所
☎ 0895-85-1000
須ノ川公園管理事務所 ☎0895-85-0200

	須ノ川公園キャンプ場	グリーンパークすのかわオートキャンプ場
営業期間	通年	4～10月
営業時間 (利用時間)	9:00～17:00(売店・管理事務所) ※5月の連休、7月中旬～ 9月下旬は時間延長の場合あり	チェックイン 15:00 チェックアウト 13:00 (デイキャンプは、 10:00～16:00)
サイト概要	区画は自由、芝生	10 区画(1区画約100m)、 芝生、流し台、テーブル、 ベンチ据付け、AC 電源 (100V、15A)
共用施設概要	売店、炊事棟、水洗トイレ、 女子更衣室、水シャワー(小 学生以上、1回100円)、 休憩棟	炊事棟、温水シャワー(コ イン式5分200円)、水洗 トイレ、洗濯機(コイン式 1回200円)、乾燥機(コ イン式1回100円)
利用料金	清掃協力費として小学生以 上 1人1泊300円	1サイト1泊3,500円 (デイキャンプの利用の方は1,500円) 電源使用料500円
その他	レンタル用具/ テント(ドーム型4人用)1,000円 駐車場/無料 大型4台、普通車83台 キャンプ予約/不要 住所/須ノ川公園管理事務所 798-3703 愛媛県南宇和郡 愛南須ノ川 288	レンタル用具/テント (ドーム型4人用)1,000円 予約/必要 ペット/キャンプ場内禁止 住所/グリーンパークすの かわ管理事務所 798-3703 愛媛県南宇和 郡愛南町須ノ川 61

5 南レク大森山 キャンプ場

Nanreku oomoriyama
kyanpu jou

・map・D-6
・map・F-7

キャンプファイヤー、調理施設やシャワーなどの設備が整うキャンプ場。キャンプ道具の有料レンタル、炭などの燃料の販売もしています。

●問い合わせ 南レク大森山キャンプ場 ☎ 0895-73-0664



6 山出憩いの里温泉 キャンプ場

Yamadashi ikoi no sato onsen
kyanpu jou

・map・B-6

大小 3 棟のログハウスとテント
設営可能な広場を備えたキャンプ
場。野外ステージがあり、イベントなどにも利用で
きます。温泉施設やドッグランもあります。

●問い合わせ 山出憩いの里温泉 ☎ 0895-72-6263



夏

と遊ぶ

— 降り注ぐ太陽と青に包み込まれる夏

夏プラン 海とふれあう

⑧ 須ノ川海岸でマリンレジャー体験

車で 約30分 ● お好きなマリンレジャーを

⑫ 宇和海域公園 展望船から水中観察

● 泳げなくても心配ありません

⑦ 高茂岬

・map・E-3

Koumo misaki

愛媛の最南端に位置し、100mを超える断崖が続く高茂岬。晴れた日には遠く九州が一望できることも。秋になると渡り鳥が羽を休め、白い野路菊が咲き誇ります。

● 問い合わせ

愛南町役場 西海支所

☎ 0895-82-1111



野路菊
(11月中旬頃開花)



⑧ 須ノ川海岸

・map・A-3

Sunokawa kaigan

足摺宇和海国立公園に位置し、「日本の渚百選」に選ばれたこの海岸は、ウバメガシ林の緑と海の青が調和した景勝地。マリンレジャーの拠点としても人気です。

● 問い合わせ

須ノ川公園管理事務所

☎ 0895-85-0200



愛南町の夏まつり

Ainan chou no natsu matsuri

毎年、7月・8月に各地区において開催される愛南町の夏まつり。なかでも、御荘地区の豪華な仕かけ花火は、にぎやかに祭りを盛り上げます。

開催場所 / 愛南町内各地区

開催予定 / 7月・8月

● 問い合わせ 愛南町商工会本所 ☎ 0895-73-0700

愛南町役場 商工観光課 ☎ 0895-72-7315





・map・B-3

⑨ シーカヤック

Shikayakku

潮風を切って、海の上を滑るように走るシーカヤック。海拔0mから見る海は、いつもよりずっと魚たちを近くに感じられます。透き通った美しい海をそっと覗いてみましょう。

●問い合わせ

須ノ川公園管理事務所
☎ 0895-85-0200

⑩ シュノーケリング

Shunōkeringu

青く美しい海。その中には、もっと美しい色鮮やかな世界が広がっています。愛南の海では、シュノーケリングで気軽に水中観察を楽しむことができます。

●問い合わせ

須ノ川公園管理事務所
☎ 0895-85-0200
愛南町役場 西海支所
☎ 0895-82-1111

・map・B-3

・map・D-3

・map・B-3

・map・D-3

⑪ スキューバダイビング

Sukyūba daibingu

透明度が高く、スキューバダイビングの聖地として知られる愛南の海。カラフルな熱帯魚、広がるサンゴ礁…幻想的な世界があなたを迎えてくれるでしょう。

●問い合わせ

愛南町役場 西海支所 ☎ 0895-82-1111
愛南町役場 内海支所 ☎ 0895-85-0311

12 宇和海域公園 ・map・D-3

Uwakai kaiiki kouen

カラフルなサンゴの森を色鮮やかな熱帯魚が泳ぐ海…宇和海域公園。幻想的なその世界に誘ってくれるのが海中展望船「ユメカイナ」と「ガイアナ2」。目の前に広がる海中の美しさに自然の神秘を感じられます。そして、四国初導入の「シーウォーカー」でどなたでも夢の海中散歩を楽しめます。

●問い合わせ

愛南町役場 西海支所 ☎ 0895-82-1111

瀬ノ浜観光船待合所 ☎ 0895-82-0280

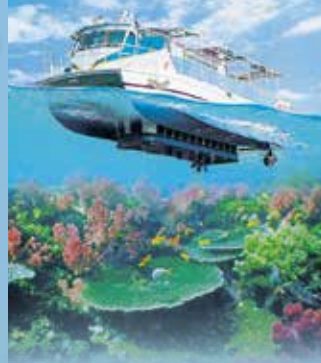
※西海観光船のHPをご覧ください



シーウォーカー



海中展望船「ガイアナ2」 海中展望船「ユメカイナ」



13 鹿島 ・map・D-2

Kashima

その昔、宇和島藩伊達家の狩猟地であった鹿島は、現在動植物豊かな自然公園になっています。野生の猿や鹿に出会えるかも…。

島の北東にあるコーラルビーチでは、シュノーケリングによるサンゴウォッチングを気軽に楽しむことができます。海水浴場やキャンプ場もあり、夏には家族連れから若者まで多くの方々が訪れます。

●問い合わせ

愛南町役場 西海支所

☎ 0895-82-1111

瀬ノ浜観光船待合所

☎ 0895-82-0280



14 天嶼の鼻 ・map・D-5

Tengi no hana

南予十景の第1位に選ばれた「天嶼の鼻」。足摺宇和海国立公園の景勝地で、切りたった断崖の下には奇岩怪石が乱立しています。白亜の灯台もあり、展望台からの太平洋の眺めはまさに絶景です。

●問い合わせ

愛南町役場 商工観光課

☎ 0895-72-7315



秋

を感じる
— 伝統の石垣に
脈々と息づく先人の心

秋プラン いにしえのときを感じる

⑮ 観自在寺参拝 ●弘法大師を想いながら

車で 約10分

⑮ 紫電改展示館を鑑賞 ●戦争の歴史を
学びましょう

徒歩 約3分

⑮ 馬瀬山公園 展望タワーで景色を堪能

車で 約15分 ●こども動物園で遊ぶ

⑮ 石垣の里 外泊でひと息 ●だんだん館にて



⑮ 石垣の里 外泊

Ishigaki no sato Sotedomari

「日本の美しいむら農林水産大臣賞」を受賞。「未来に残したい漁業漁村の歴史文化財産百選」にも選定。整然と積み上げられた石垣が台風や季節風から人々の暮らしを守っています。

●問い合わせ

愛南町観光協会 ☎ 0895-73-0444

愛南町役場 西海支所 ☎ 0895-82-1111



お土産「石鑑」



⑮ 石垣の里 「だんだん館」

Ishigaki no sato
「Dandan kan」

里を上がっていくと、憩いの場「だんだん館」があります。眼下に広がる宇和海を望みながらひと休み。予約をすれば郷土料理も食べられます。

営業時間 / 8:30 ~ 17:00 定休日 / 毎週火曜日

●問い合わせ だんだん館 ☎ 0895-82-0311



・map・D-3

石垣の里イルミネーション

Ishigaki no sato iruminēshon

だんだん雛祭りは、石垣の里ならではの素朴なお祭りで、3月3日から1カ月間開催されます。イルミネーションは、4月3日からゴールデンウィークまでライトアップされます。この時期だけの幻想的な里の風景をぜひご覧ください。

●問い合わせ 愛南町役場 西海支所 ☎ 0895-82-1111



・map・D-3



旧日本海軍局地戦闘機
紫電改 -しでんかい-



17 紫電改展示館

Shidenkai tenjikan

日本に残る唯一の旧日本海軍戦闘機・紫電改を展示しています。パイロットの写真や機体とともに引き上げられた品々も多数展示しています。

開館時間 / 9:00～17:00

定休日 / 12月29日～1月1日【入場無料】

●問い合わせ

南レク(株) 南宇和管理事務所

☎ 0895-72-3212



18 四国霊場第40番札所 観自在寺

Shikoku reijou dai yonjuu ban hudasho
Kanjizaiji

平城天皇の勅願所として弘法大師が807年に開祖したと伝えられています。山門は約7mもある総けやきづくり。毎年多くの方が参拝に訪れます。

●問い合わせ

観自在寺 ☎ 0895-72-0416

map・C-5
map・C-5

19 南レク馬瀬山公園

Nanreku baseyama kouen

馬瀬山山頂にそびえる宇和海展望タワーが目印の馬瀬山公園。この展望タワーは回転昇降式で、乗っているだけで360度の景色を堪能できます。また、園内にはリスザルやクジャク、フラミンゴなどの小動物と触れ合わせることも動物園(入場無料)もあります。

●問い合わせ

南レク(株)

南宇和管理事務所

☎ 0895-72-3212

遊びに来てね!
待ってるよ!



トレッキング・ザ・空海あいなん

Torekkingu za kuukai ainan



毎年11月に開催される松尾峠へんろ道、柏坂へんろ道を地元ボランティアの方々のお接待に励まされながら歩くイベントです。

●問い合わせ

愛南町内海公民館

☎ 0895-85-1021





冬プラン 癒しの湯めぐり

- 磯釣りに挑戦 ●初心者から熟練の方まで誰でも楽しめます
- 22 ゆらり内海で温泉とお食事
 - 車で 約30分 ●冷えた身体を芯から温めて
- 21 山出憩いの里温泉で湯浴み
 - 車で 約30分 ●土日は地元野菜を使ったバイキングも楽しめます
- 20 一本松温泉あけぼの荘に泊まる
 - 温泉だけでなく、お隣には特産品販売所も！

map・C-8



20 一本松温泉あけぼの荘

Ipponmatsu onsen Akebono sou

浴場のほか気泡風呂など数種類のお風呂やサウナが楽しめます。子どもが遊べる遊具施設や特産品販売所「フレッシュ一本松」も隣接しています。

●問い合わせ 一本松温泉あけぼの荘 ☎ 0895-84-3260

map・B-6



21 山出憩いの里温泉

Yamadashi
iko no sato onsen

いつも新鮮なかけ流しの湯が自慢の温泉です。家族風呂やキャンプ場も併設されているので、いろいろな楽しみ方ができます。

●問い合わせ
山出憩いの里温泉
☎ 0895-72-6263

map・A-3



22 ゆらり内海

Yurari Uchiumi

ゆらり内海では、宇和海の海水を汲み上げた潮湯が楽しめます。湯上りに、地元の食材を使った料理を味わえるレストランも魅力のひとつです。

●問い合わせ ゆらり内海 ☎ 0895-85-1155

磯釣り Iso zuri

愛南町の磯は変化に富んだ西日本屈指の人気の釣り場です。年間を通じて、ハマチやグレ、幻の魚・石鯛などさまざまな魚が釣れるため、いつ訪れても魚たちとの駆け引きを大いに楽しむことができます。



こんな大物が釣れるんよー!



また、毎年10月には「あいなん磯釣大会」を開催。腕に覚えのある釣り人たちが自らのプライドと賞品をかけ、グレの部・他魚の部など各部門に分かれて競い合います。

あいなん磯釣大会

Ainan iso zuri taikai

●問い合わせ

愛南マリンイベント実行委員会事務局
(愛南町役場 西海支所) ☎ 0895-82-1111
(愛南町役場 内海支所) ☎ 0895-85-0311

愛南ファミリー釣り大会

Ainan famiri tsuri taikai

毎年5月に、家族で海釣りの腕を競いあう「愛南ファミリー釣り大会」を実施。かつおづくしの昼食会や抽選会もあります。

●問い合わせ

愛南町観光協会
☎ 0895-73-0444



愛南の釣りのポイント

●釣りのポイント周辺の磯渡しに関しては、下記、渡船組合各店へ問い合わせください。



愛南町内海渡船組合

佐々木	☎0895-85-0528
みなとや	☎0895-85-0073
中田	☎0895-85-0573
松田	☎0895-87-2170
かどや	☎0895-85-0555
古川	☎0895-85-0197
マリンランドりば	☎0895-73-7077

愛南町中泊渡船組合

ながはま	☎0895-82-1071
ひので	☎0895-82-0036
末光	☎0895-82-0165
えひめ	☎0895-82-0198
つばめ	☎0895-82-0125
しば	☎0895-82-0196
こだま	☎0895-82-0193

愛南町西海南部渡船組合

山洋	☎0895-83-0330
あづまや	☎0895-83-0567
A B 屋	☎0895-83-0377
なぎさ	☎0895-83-0130
いろは	☎0895-83-0335
ほてい	☎0895-83-0706



旨いかつおには
訳がある



●かつおの刺身 katsuo no sashimi

新鮮だからこそいただける臭みのない究極の刺身。漁師の熟練のメ方(しめかた)により、もちもちとした食感をお楽しみいただけます。

水揚げ量四国一!! 愛南のかつお

愛南町の「町の魚」に指定される“かつお”。愛南漁協は四国一の取扱量を誇ります。

●かつおのたたき Katsuo no tataki

かつおの表面をあぶり、冷やして切ったものに薬味とタレをかけて食べる定番のかつお料理。元々は漁師のまかない料理です。

愛南のかつおは
新鮮やけん
おいしいんよ!

愛南町内取扱店

市場食堂 ☎0895-73-2556

黒潮海閣 ☎0895-72-6091

ホテルサンパール ☎0895-72-3131

お食事処 なにわ ☎0895-72-1411

ゆらり内海 ☎0895-85-1155

※入荷状況を事前に
お問い合わせください。



“愛南びやびやかつお”とは？

- 一、一本釣りまたは曳縄釣りされたもの。
 - 一、釣り上げてすぐに活け締め・血抜き処理をしたもの。
 - 一、釣り上げたその日のうちに水揚げされたもの。
 - 一、水揚げした後、スラリーアイスで保管されるもの。
 - 一、愛南漁協が管理し、品質の確かさを認めたもの。
- 以上の条件をみたしたものです。

●問い合わせ 愛南漁業協同組合 ☎0895-72-1135



●かつおの丼 Katsuo no donburi

温かいごはんの上に、厚く切ったかつおを贅沢に敷き詰めた丼。しょうが、ぎざみのりなどとタレをかけてお召し上がりください。

●かつおの角煮 Katsuo no kakuni

角切りのかつおを濃口しょうゆと酒だけで甘辛く煮詰めた料理。そのまま食べるほか、お茶漬けにするのもまた美味しいです。



香り豊かな黄金色の果皮
ほどよい甘さと爽やかな酸味

愛南町が日本一の
生産量を誇る

河内晩柑

愛南
ゴールド



食べ頃が
長～い
(4月～夏期)

重量の約40%の果汁を混え黄金色に輝く果肉は、ジューシーで柔らかく、さっぱりとしていて愛南町の初夏を彩ります。5月以降も木に成らせておく「木成り」はパリッとした食感が楽しめます。ほかの柑橘に比べ、長い期間いろいろな味を楽しむことができます。生搾りジュースはもちろん、お酒と割るのもおすすめです。



●河内晩柑・
柑橘加工品
Kawachibankan・
Kankitsu kakouhin

愛南ゴールドをはじめとする、柑橘類を加工した商品。ジュースやジャム、ソースなど、柑橘の香る爽やかな味わいでさっぱりといいただけます。

●問い合わせ
愛南町商工会
☎0895-73-0700

河内晩柑の
更なる可能性

河内晩柑（愛南ゴールド）の果皮には、認知機能低下の原因となる脳内炎症を抑える効果があると言われる「オーラプテン」という成分等が多く含まれています。高齢者等を対象とした飲用試験でも、その効果が確認されました。



お土産に
いかがで
しょうか？

旬を迎えると、あちこちの直売所や道の駅では河内晩柑（愛南ゴールド）がずらりと並びます。また果実だけでなく、ジュースやドレッシング、味噌やアイスクリームも人気です。

●河内晩柑に関する
問い合わせ
愛南町農業支援センター
☎0895-72-7311



愛南町 ご当地キャラクター

なーしくん



なーしくん
(特別天然記念物：ニホンカワウソ)

名 前:	なーしくん
出身地:	愛媛県愛南町
性 別:	男の子
年 齢:	ヒミツ
性 格:	好奇心旺盛で元気いっぱい、 女性の前ではちょっと甘えん坊
相 棒:	餌と間違えて尻尾に噛み付いた カツオのかっちゃん
秘 密:	ヒオウギ貝の形をした前掛けの中には...
仕 事:	愛南町役場商工観光課で愛南町をアピール する「特別職員」をしているんだ

なーしくんの名前の由来となった「なーし」という言葉は愛南町の方言です。会話の語尾に付けて「あのなーし」とか「ようきたなーし」というように使います。この言葉にはお客さんを温かく迎え入れる住民のお接待の心が込められています。



「なーしくんの
チョコムース」
ナチュラル工房 la vita

なーしくんのおもてなし スイーツ



「なーしくんの
ヘルシークッキー」
Order cake MUMU



「なーしくん
メダルクッキー」
パティスリー・
ジュテーム
愛南店



「なーしくん印の
焼きドーナツ」
ぶー・ふー・うー
キッチン



「あいなん
ショコラ」
カイユ



「なーしくんまんじゅう」
梶原製菓



自然の恵み 愛南ブランド

愛南の豊かな自然に育まれた海の幸、山の幸。

どれもまごころあふれる自慢の味です。

魅力ある愛南ブランドの品々を
ぜひご賞味ください。



●愛南サツキマス Ainan satsukimasu

淡水で過ごすアマゴが海に下ったものがサツキマス。養殖は全国的に珍しく、きめ細かい身質でほどよい脂がのって柔らかく甘みのある味わいです。

●由良の媛っこ地鶏 Yura no himekko jidori

歯ごたえ・旨み・肉付きの三拍子揃った地鶏。焼いて食べるほか、鮮度がよければ刺身でも美味しくいただけます。



●ひがしやま Higashiyama

皮をむいたさつま芋をあめ色になるまで煮詰めて天日で乾かしたの。やさしい甘さの昔ながらの芋菓子です。



- 1 小魚をまるごとすり身にして形を整えて揚げた練り製品。揚げたては絶品です！
- 2 酢でしめたさびなごにおからをつめて握ったもの。古くから親しまれているお寿司です。
- 3 伊勢海老やアワビ、サザエ等をはじめ、かまぼこ、揚巻、ようかん、果物などを盛り合わせた豪華な料理。祝いの宴席には欠かせないものです。

1じゃこ天▶



2さびなごの丸寿し▲

3さわち料理(盛り込み)▶



愛南町 郷土料理

ふるさとを 味わう

●愛南町の鮮魚ーヒラメ・クエ・ブリ・タイ Ainanchou no sengyo -Hirame · Kue · Buri · Tai

愛南町はおだやかな宇和海と黒潮うなる太平洋とが合う豊かな町です。ここで育った魚はどれも新鮮美味と評判です。タイやヒラメ、鍋物や刺身でいただく旨みたっぷりの高級魚・クエ、そして愛南町といえばブリ。とくにブリを一番美味しく食べるのなら12月～2月の「寒ブリ」がおすすです。



ハラパン



●ヒオウギ貝 Hiougi gai

自然が生み出した色鮮やかなヒオウギ貝。愛南町は日本有数の生産量を誇ります。ホタテ貝よりも甘みのある味が特徴。刺身や炉辺焼き、パスタなど幅広いメニューで楽しめます。



●ひじき Hijiki

丈夫な骨をつくるカルシウムたっぷりのひじき。愛南のひじきは宇和海に豊富にある真珠養殖筏を有効利用して生産されています。国内でひじき養殖を行っている例はまだ少なく、国産ひじきとして高い需要が期待されます。

●マガキ・岩ガキ Magaki · Iwagaki

リアス海岸で育まれた愛南の良質なカキ。冬の味覚「マガキ」と夏限定で味わえる「岩ガキ」の2つが堪能できます。



ひめたかみ

●伊予の媛貴海(スマ) Iyo no himetakami (Suma)

平成28年に新たな愛媛県のブランド養殖魚が誕生。愛南町で育てられたスマは、「全身トロ」のような味わいが特徴です。

愛南 土産

あいなんみやげ



体験
できます

このマークのある
体験に関する詳細・
問い合わせは…

愛南グリーン・ツーリズム
推進協議会
☎ 0895-72-7311

体験
できます

●ヒオウギ貝の装飾品

Hiougi gai no soushokuhin

ヒオウギ貝の特徴であるオレンジ、赤、黄、紫色の美しい貝殻。色とりどりの貝殻を使った装飾品はお土産にぴったり。中でもおすすめはテーブルランプです。色とりどりのヒオウギ貝で作られたランプシェードから柔らかな光が灯ります。ヒオウギ貝と光がおりなす美しい世界は、見ている人をロマンチックな世界に誘います。



●真珠 Shinju

愛南町は真円真珠発祥の地。おだやかな宇和海の深い入江で生まれた真珠。その美しさは「月のしずく」、「人魚の涙」と称されています。



●備長炭 Binchoutan

愛南町の木である「ウバメガシ」を利用して生産。調湿、消臭などの効果があり、近年インテリアとしても注目されています。

●問い合わせ 愛南町商工会 ☎ 0895-73-0700

絶対食べたい！ 愛南グルメ&スイーツ！

タイレッ丼 Taireddon

愛南町の児童が考案したメニュー。愛南の真鯛をカツにし、卵とじにしてご飯にのせるという贅沢な献立。

ゆらり内海 ☎ 0895-85-1155



愛南ゴールドの ソフトクリーム・シャーベット Ainan gōrudo no Sohuto kurīmu・Shābetto



愛南ゴールド（河内晩柑）は、愛南町が生産量日本一を誇る柑橘。ソフトクリームやシャーベットなどの加工品も人気。

みしょうMIC
☎ 0895-72-1115

愛なんうまいもん

Ainan umaimon
「愛なんうまいもんコンテスト」でグランプリに輝いたご当地グルメ。

お食事処 なにわ
☎ 0895-72-1411



第1回
熱アツ！プリさつま

第2回
冷えひえ！
カツオしぐれ

23 南レクジャンボプール

Nanreku janbo pūru

50mのスライダープールや流水、造波プールなど各種プールが揃っており、子どもから大人まで楽しめる施設です。

営業時間 / 9:00～17:00 営業日 / 7月1日～8月31日

●問い合わせ 南レク(株)南宇和管理事務所 ☎ 0895-73-0170

・map・C-5

・map・C-2

レジャースポット 満載の愛南町



24 南レク松軒山公園

Nanreku shoukenyama kouen

スリル満点のジャンボスライダー・スローパー・ローラー滑り台など設備が充実しています。展望台からの眺めも最高です。

営業時間 / 9:00～17:00 休園日 / 12月29日～1月1日

●問い合わせ 南レク(株)南宇和管理事務所 ☎ 0895-72-3212

・map・C-5

・map・A-3



25 須ノ川公園

Sunokawa kouen

家族連れや若者のグループがキャンプや海水浴に訪れる須ノ川公園。シュノーケリングなども体験できます。

●問い合わせ

須ノ川公園管理事務所

☎ 0895-85-0200

・map・A-3

・map・D-5

・map・D-4



26 道の駅みしょうMIC

Michi no eki Mishou mikku

町内中心部の国道56号沿いにあり、トイレ休憩や観光・道路などの情報収集やお土産の買い物に便利です。

●問い合わせ

道の駅みしょうMIC

☎ 0895-72-1115

27 南レク城辺公園

Nanreku jouhen kouen

大自然の中に、野球場やテニスコート、人工芝で整備された屋外運動場があり、広く活用できる総合運動公園です。

●問い合わせ

南レク(株)南宇和管理事務所

☎ 0895-72-3212

・map・D-6

・map・F-8



28 あけぼの リフレッシュゾーン

Akebono rihresshu zōn

一本松温泉あけぼの荘に隣接。子どもが元気に遊べる遊具を完備しています。

●問い合わせ

一本松温泉あけぼの荘

☎ 0895-84-3260

・map・C-8





愛南の宿

旅の疲れを癒すのは、愛南の野趣あふれる宿。
はじめて訪れたはずなのに、どこか懐かしくあたたかい…
そんな憩いの宿でゆったりとお過ごしください。

城辺地域

施設名	電話番号 (0895)	定員 (名)	特 徴
ペンション みどりのおうち	72-3955	12	1日1組限定 自家製の野菜や果物を使った家庭料理が味わえる
松乃屋旅館	72-0099	10	城辺商店街にあり家庭料理が味わえる お遍路さん大歓迎
城辺ビジネス ホテル	72-2311	12	城辺バス停横で便利 お遍路さん・長期滞在の方大歓迎
山出憩いの里 温泉	72-6263	54	自慢の温泉は大浴場のほかに家族風呂もあり キャンプ場、ログハウス、土日バイキングあり
御宿 釣り舟	73-8855	6	釣り客・観光客・お遍路さん大歓迎 ペット同伴もOK

御荘地域

施設名	電話番号 (0895)	定員 (名)	特 徴
民宿ビーチ	74-0126	20	天然魚、耕肩貝、トサカノリ、ひじきなどの魚介類と 自家製の野菜、季節の山野草を使った料理が自慢
民宿よしもと	72-2285	15	新鮮な魚介類を提供
ビジネスホテル ひかり	72-1024	25	国道56号沿いにあり、南レク公園、ジャンボプ ールまで徒歩10分 お遍路さんも大歓迎
民宿磯屋	72-0467	15	観自在寺まで徒歩20分 お遍路さんにも明るい雰囲気のある宿として人気
ホテル サンパール	72-3131	74	運動公園や四国最大級のジャンボプールに囲まれている 館内の大浴場は山出憩いの里温泉源泉を使用している
南レクロッジ	72-2221	73	サンパールの別館
きさらぎ旅館	72-1307	30	御荘地域の中心地にあり観自在寺まで徒歩5分 お遍路さん大歓迎
山代屋旅館	72-0001	30	観自在寺まで徒歩2分 地元食材を使った新鮮で ボリュームのある料理が自慢 お遍路さん大歓迎
さくらや旅館	72-0240	15	観自在寺まで徒歩10分 小中学生の団体なら30名受け入れ可能
ビジネスホテル プラザ御荘	73-1826	30	愛南町の中心に位置しビジネスや観光にとっても便 利 また、40番札所観自在寺へ徒歩約5分
青い国ホテル	72-2131	70	玄関、トイレはバリアフリー 車イス(常備)利用OK 結婚式場や披露宴(少人数～240名)も利用可能
民宿山本屋	75-0230	15	釣り宿
上甲商会	74-0136	20	御荘湾でイカ釣りを楽しむことができる カキ養殖も営んでいる

西海地域

施設名	電話番号 (0895)	定員 (名)	特 徴
シーサイド とらや	82-1131	40	海中展望船乗り場横 窓からは宇和海の雄大な絶 景を望める 料理は宇和海自慢の海の幸を提供
大下民宿	82-0211	35	新鮮豪快な活魚料理(名物のホーロク焼き、クエ 料理等)が自慢
民宿せんごく	82-0114	10	新鮮な活造り料理が自慢の宿
民宿こだま	82-0193	20	磯釣り可能 新鮮な魚料理を提供
民宿ひので	82-0036	12	中泊地区の中心部にあり磯釣り可能 新鮮な魚料理を提供
民宿石垣荘	82-0421	30	「石垣の里」集落の高台にある宿 魚介類を中心とした料理が人気

一本松地域

施設名	電話番号 (0895)	定員 (名)	特 徴
あけぼの荘	84-3260	50	温泉は単純硫黄冷鉱泉 施設内の各種スポーツ施設も充実
民宿大盛屋	84-3292	15	おふくろの味の料理が自慢の宿 お遍路さん大歓迎
ホテルセレクト 愛媛愛南町	84-3311	87	国道56号沿い ビジネスに観光におすすめ 長期滞在も可能

内海地域

施設名	電話番号 (0895)	定員 (名)	特 徴
かめや旅館	85-0007	20	新鮮な活魚料理 お遍路さん大歓迎
みなとや旅館	85-0073	20	磯釣り船営業 新鮮な魚介料理が自慢の宿
マリナランド ひらばえ	73-7077	12	マリンスポーツが楽しめる 全室から美しい海が望める

農家・漁家民宿 ※必ず1週間前までにご予約ください。

施設名	電話番号 (0895)	定員 (名)	特 徴
漁家民宿 「海人」	72-1400	1組 6名	地元深浦湾で水揚げされた新鮮な魚料理が自慢 体験メニューも人気
漁家民宿 「大内浦」	75-0502	1組 5名	宿の前の御荘湾で魚釣りや様々なアクティビティ 体験可能
農家民宿 「花ごよみ」	73-2627	1組 6名	緑あふれる自然の中で新鮮な海の幸、自家製の米、 野菜を味わえる
農家民宿 「風山の里」	74-0518	1組 5名	自家製の旬野菜、新鮮な魚料理が自慢 農業体験も可能
農家民宿 「かじか」	72-2654	1組 5名	棚田と清流に囲まれた宿 郷土料理作り等も体験可能

内容は変更されている場合があります。料金等詳細は各施設へお問い合わせください。

イベント情報



ぎゅぎゅっと愛南！夏の陣
～海と山を喰らう～



愛南町いやしの郷
トライアスロン大会



愛南まるゴチ秋の味覚祭
& リレーマラソン



ぎゅぎゅっと愛南！冬の陣
～海と山を喰らう～

もっと楽しむ！

愛南町イベントカレンダー

開催時期	イベント
5月上旬	愛南ファミリー釣り大会
5月第4日曜日	ぎゅぎゅっと愛南！夏の陣～海と山を喰らう～
6月上旬	愛南町いやしの郷トライアスロン大会
7月中旬～8月下旬	会いに行こう海の生き物シュノーケリング探検隊 in 須ノ川
7月・8月	愛南町夏まつり
旧暦7月11日	増田はなとりおどり
10月上旬	愛南まるゴチ秋の味覚祭&リレーマラソン
10月下旬	あいなん磯釣大会
11月3日(文化の日)	秋まつり
11月	トレッキング・ザ・空海あいなん
旧暦10月18日	正木花とり踊り
12月	パールイルミネーション in DE・あい
1月下旬～2月上旬	ぎゅぎゅっと愛南！冬の陣～海と山を喰らう～
3月3日～(1ヶ月間)	だんだん雛祭り

愛南町近隣の観光地

愛媛県と高知県の境に位置する愛南町。
町内だけでなく、近隣の特色豊かな市町があなたを待っています。
ちょっと足を伸ばしてみてくださいはいかがでしょうか。



四万十市 四万十川

四国西南地域を大きく蛇行しながら、太平洋に注いでいる四万十川。豊かな自然に恵まれ、たくさんの生物が生息する日本最後の清流です。

●問い合わせ

四万十市役所 ☎ 0880-34-1111

宇和島市「牛鬼」

毎年7月に開催される和霊大祭・うわじま牛鬼まつりの主役「牛鬼」。長い首を打ち振りながらまちを練り歩く、勇猛な牛鬼の姿をぜひご覧ください。

●問い合わせ

宇和島市観光協会 ☎ 0895-22-3934



鬼北町 成川溪谷

高月山・梅ヶ成峠に源流を持つ成川溪谷。近くには宿泊可能な休養センターや大浴場から溪谷美を望むことのできる高月温泉があります。

●問い合わせ

鬼北町役場 ☎ 0895-45-1111

松野町 滑床溪谷

四万十川支流の源流域、鬼ヶ城山系に抱かれた延長12kmの溪谷。滑らかな岩肌が特徴で、滝や淵、奇岩が随所に見られます。

●問い合わせ

松野町役場 ☎ 0895-42-1111



宿毛市「だるま夕日」

晩秋から初春にかけて、宿毛湾の咸陽島公園で見られる冬の風物詩「だるま夕日」。日の入りのわずか数十秒間だけ見られる神秘的な夕日です。

●問い合わせ

宿毛市役所 ☎ 0880-63-1119

AINAN

English



Experience



● Ishigaki-no-Sato (Sotodomari area)

Stone walls were built to protect houses from tide damages and seasonal winds, made by hand about 130 years ago.



[Dandan-Kan]

Enjoy good food and tea at Dandan-kan cafe while viewing the beautiful ocean.

TEL: 0895-82-0311

Hours 8:30-17:00 Closed on Tuesdays



● Uwakai-Kaiiki-Koen (Marine Park)

The Ainan Ocean is warm and clear, and the temperature of the water stays above 15° celcius year-round. It's an ideal habitat for colorful tropical fish and coral reefs.

● Kaichu-Tenbousen (Marine Observation Boat)

Go underwater in a glass-bottomed boat and see the beautiful marine life.

[Senohama ships office]

TEL: 0895-82-0280

Hours: 9:00-16:00 (Depends on the season,

/ Subject to cancel or change course due to bad weather)



● Marine Leisure

Whether it be kayaking, snorkelling, or more - the clear Ainan ocean offers many activities for you to enjoy.



See

● Yamaidashi-Tanada (Terraced fields)

Yamaidashi is a valley in northeastern Ainan. There is a spring called "Yamaidashi kannonn sui".



● Kanjizaiji (Kanjizai Temple)

Kanjizaiji is the 40th temple on the Shikoku pilgrimage. It is said that at the behest of the Emperor Kobo Daishi founded this temple in 807.



● Akebonotsutsuji - Flower of Ainan Town

For an azalea, akebonotsutsuji is very big, growing up to five meters tall with a trunk up to 30 cm in diameter. It can be found at altitudes of 1000m or higher. The best time to see its beautiful pink blossoms is the middle of April.

Relax

● Onsen (Hot Springs)

Ainan offers several popular hot springs which provide good food and time to relax.



[Yurari Uchiumi]

TEL: 0895-85-1155
Hours: 11:00-22:00



[Yamaidashi Ikoino-sato Onsen]

TEL: 0895-72-6263
Hours: 10:00-21:00



[Ipponmatsu Akebono-so Onsen]

TEL: 0895-84-3260
Hours: 11:00-21:00

Taste



● Hiougi-gai (Noble scallop)

Hiougi-gai grows in the sea of Uwa-kai. It has colorful shells and the taste is very rich. These scallops are one of Ainans specialties.



● Buri (Yellowtail)

● Tai (Sea bream)

Buri is in season from December to February every year. It's a fatty meat called "Kanburi." "Madai," or sea bream, lives in the Kuroshio current. The color is pink like cherry blossoms and is revered on auspicious occasions.



● Higashiyama (Sweet potato processed food)

"Higashiyama" is a sweet made by boiling sweet potatoes and drying them in the sun.

● Himekko Jidori (Chicken)

Himekko Jidori is a chewy chicken dish. Charcoal-grilled Himekko Jidori tastes especially good.



● Kaki (Oyster)

Ainan oysters are known for their puffy meat and good smell. Both grilled oysters and fried oysters are very good.



● Katsuo (Bonito) - Fish of Ainan-Town

Known in English as bonito, Ainan katsuo is some of the best in Shikoku. Dried bonito (katsuo bushi) is a popular souvenir.



● Ainan Gold (Mandarin Orange)

Ainan Gold is a locally grown orange that is known as Japanese grapefruit. The juice tastes fresh and delicious.



Shop



● Boiled fish paste (Kamaboko / Jakoten)

Kamaboko is a processed food similar to a fish loaf made from fresh fish caught in the Uwa sea. Jakoten is a local specialty of the Nanyo area in Ehime. It is made from small local fish that are blended into a paste and fried.



● Dried sardine

Ainan dried sardines are a delicious sea food with a rich flavor dried by experts.

● Citrus fruits juice

Much time and effort is spent growing mandarin oranges in Ainan. Juice and jelly are popular souvenirs. Please enjoy the rich taste and smell.



● Binchotan (charcoal)

Binchotan is produced using Ubamegashi - a tree found in Ainan. It is used in interior settings to improve air quality.



● Hiougi-Gai shellwork

Colorful Hiougi-gai shells are used as lamp shades and other accessories.

● Pearls

Ainan is the birthplace of Shinen Pearl. The beauty of the pearl is called "moon drop" or "tears of a mermaid".

ACCESS to Ainan-Town

— National Highway
— Japan Railway
— Driveway

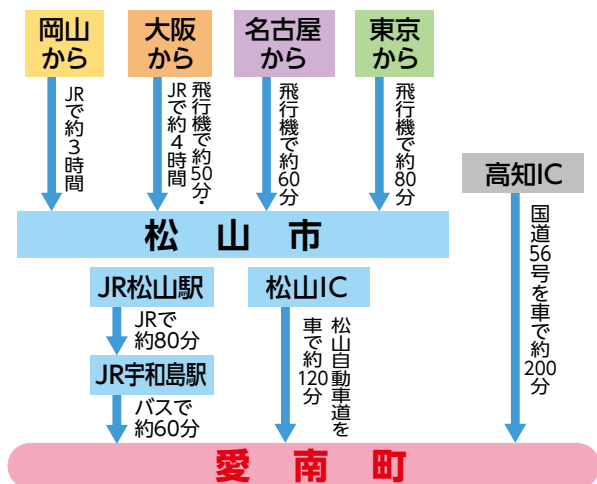
Ainan Town
2420 Johen-ko, Ainan-cho,
Minamiuwa-gun, Ehime, Japan
798-4196



ACCESS 広域アクセスガイド



● 四国・愛南町への交通案内



※九州地方の皆様は飛行機(松山空港)またはフェリー(八幡浜・宿毛)のご利用となります。

※各都市からの高速バスもあります。

季節に彩られ、美しい景観を見せる愛南町

This vertical collage presents a diverse range of natural and cultural landscapes from Aino Town. The top image shows a vast, deep blue sea under a clear sky, with several dark, forested islands visible on the horizon. Below this, a small bird is seen perched on a thin branch amidst lush green foliage. The second row features a dramatic sunset with a large, bright orange sun low on the horizon, casting a warm glow over a rugged, rocky shoreline. To the left of this, a person is captured underwater, wearing a wetsuit and fins, swimming gracefully. The collage continues with a traditional Japanese stone building, possibly a historical site, and a close-up of a black and yellow butterfly resting on delicate pink flowers. Other images include a serene night scene with a boat on a calm lake reflecting the moon, a close-up of vibrant red maple leaves, a sunset over the ocean with silhouetted islands, a colorful fish swimming over a coral reef, and a scenic view of a coastline from a grassy hillside with white flowers in the foreground.

