



PERFECT TRAVEL GUIDE OF

久礼お宮さん通り商店街

く れ た い し ょ う ま ち い ち ば

久礼大正町市場

~How Do You Enjoy Kure Taishomachi Ichiba!?!~




400年以上も前から伝え継がれている久礼のカツオの一本釣り漁。
「家族に一等美味しい魚を食べさせたい！」そんな思いで毎朝遠方まで漁に出かける漁師さんの思いは今も変わらず、この町に根付いています。
そして旦那さんが命がけで釣ってきた新鮮な魚を天日干しして売っておかみさんの干物は、どのおかみさんも味自慢のオリジナルレシピ。
美味しいものが大好きな久礼の人は「これも美味しいやろ！これも良いで！」っておしゃべりしながらみんなに教えたいんです！！
都会みたいにオシャレで分かりやすい看板も無くて案内不足な久礼大正町市場ですが、事務局スタッフがとびきりの楽しみ方をご紹介します☆
海の恵みとともに美味しく楽しく生きる。そんな久礼大正町市場へ、ようこそ♪

久礼大正町市場事務局



-  久礼大正町市場ってどんなところ? ... 04
-  カツオの命余さず頂戴します! 鯉凶鑑 ... 05
-  こだわりの薫焼きカツオのタタキ! ... 06
-  ココで食べられる季節のお魚カレンダー ... 07
-  漁師のおかみさんの所の魚の買い方 ... 09
-  ただ者じゃない魚技術! おかみさん名簿 ... 10
-  久礼大正町市場でカツオ食べ比べ〜! ... 11
-  カツオ以外も! 名物いろいろ♡ ... 13
-  久礼大正町市場で買えるおみやげ ... 15
-  休憩所せよびあ活用術 ... 17
-  久礼大正町市場周辺観光 ... 19
-  久礼大正町市場 SHOP情報 ... 21
-  カツオのない人生なんて! NO KATSUO NO LIFE. ... 24
-  久礼大正町市場周辺MAP ... 25



久礼大正町市場

営 大体10~16時
休 元日
問 0889-59-1369
住 高知県高岡郡
中土佐町久礼6372-1

※平日は店によって定休日がありますが、比較的空いています。
※土日祝はほぼ全店舗開いていますがお客様も多いので、少しお待ちするかもしれません。



久礼大正町市場アクセスはコチラ↑をチェック

久礼大正町市場への行き方

中土佐IC⇒久礼大正町市場ご案内

- ①中土佐ICで下りた後最初の信号を右折
- ②ガソリンスタンドのある交差点で左折
- ③四国銀号を40mほど通り過ぎた所を右折
- ④100mほど進んで左手にアーケード入口有



詳しい地図は本誌25ページをご参照ください!

【JRご利用の場合】 JR特急列車で約50分
JR土讃線 高知駅⇒土佐久礼駅 ※土佐久礼駅から徒歩5分
*特急列車の本数が少ないので、時間はご確認ください
*普通列車だと所要時間は約2時間かかります



正面入り口にはカツオの看板

久礼大正町市場 って どんなところ?

約40mの小さな通りに、高知の魅力がギュッと詰まった商店街なんです!



アーケードの反対側に恵比寿さま

漁師町・久礼

カツオー一本釣り400年の漁師町

久礼は400年以上前からカツオの一本釣りが盛んな漁師町。昔ながらの町並みは平成23年に国の重要文化的景観に選定されています。カツオの他にも地元取れの旬の魚が水揚げされます。



140年の歴史

明治時代に物々交換で始まった市場

漁師が釣った魚と農家が育てた米や野菜を物々交換する場所として明治時代の中ごろに始まった市場。それから約140年、明治・大正・昭和・平成・令和と5つの時代を見ている市場です!



生カツオ

冷凍でない、生のカツオが味わえる!

釣ってすぐに冷凍されることが多いカツオですがここでは漁師さんが長時間かけて漁場へ行き、そのまま急いで持って帰ってくれます。冬はカツオが遠方に行くため冷凍カツオが多くなります。



魚屋の目利き

目利き力・さばき力が鍛えられる環境

漁師町の魚屋は、お客さんが漁師だったりその奥さんだったり魚のプロ! 鮮度が良いのは当たり前で、その中でも美味しい魚を見分ける目利き力・さばき力が磨かれて引き継がれています。



カツオの命余らず頂戴します☆彡

鰹鑑

何百年の間カツオと共に生きてきた漁師町では、命のすべてを余すことなく戴きます！どの部位も鮮魚店で売っていて、氷を入れてくれるので持ち帰れますよ！



チチコ

カツオの心臓。塩焼きや煮つけにして食べる。

ハランボ

おなかの大トロの部分。塩焼きや唐揚げにして食べる。

腹節

腹側の部位。刺身には脂があった方が良いという人向き！

おかしら

タコ釣りのエサや久礼の有機野菜の肥料として使用。

背節

背中側の部位。赤身の味を堪能したい方に向いている。

尾っぽの骨

骨を割いて爪楊枝として使える「かつ尾楊枝」に。竹林呉服店で販売中。

水揚げされるカツオの1~2割は「ゴシ」で、刺身にはならんきね〜！店頭には並ぶ刺身はエリートだけで〜！

久礼ではカツオの骨も、煮物のダシとして活躍しちゃうよ！タケノコと一緒に煮込んだら、春のご馳走やね〜♪

「ゴシ」ってなに？

久礼大正町市場では、朝水揚げされた新鮮なカツオ全てが刺身やタタキになるわけじゃないんです!! カツオを開いてみて「これは生で食べるには美味しくない!!」って判断されたものは「ゴシ」と呼ばれ、加工用に回されます! この判断ができるのは何百本とカツオ特別にしている久礼の魚屋さんだからです!



魚屋さんが毎朝、自身の手で焼く!

カツオのタタキ

MAP番号は本誌25・26ページの周辺地図をご参照ください!

久礼の港で水揚げされる日戻りカツオ。久礼大正町市場では、釣られてすぐのカツオを毎朝魚屋さん自ら薫で焼いてタタキに。熟練の枝が光っちゃうよ!

こだわりポイント



新鮮な生カツオ

久礼漁港で水揚げされた新鮮な生カツオを使用! 冬場、水揚げがない日は店頭「冷凍」と表記。



選ばれたカツオのみ使用

カツオをさばいてみて、魚屋のメガネにかなったものだけを使用。新鮮でも店頭には並ばないカツオも。



毎朝薫で手焼き!

機械化が進む令和の時代でも、すべてのタタキは店主が毎朝手焼き。熟練が成せるワザ。



薫は自ら収穫

秋の収穫シーズンには、魚屋自ら1年分の薫焼き用の薫を収穫! 秋のタタキは新薫で香りが濃い。

自家製タタキのタレ
久礼大正町市場ではタタキのタレは、どの店もオリジナルレシピ! 各店こだわりがあり、同じ味はひとつもないんです!



薫の香りが芳ばしくて火入れは絶妙

こりゃ、うまいぜよ〜!

カツオの薫焼きタタキ体験ができる場所

全店要予約です!

MAP 01 ① 田中鮮魚店

大人数の場合、そのうちの何人かのみがタタキ体験をして、他の人は見学だけでもOK! 食事の際はカツオ以外の旬の魚も注文して、色んな地魚と一緒に楽しんでください!

料金	1,500円(1人)	タタキ、ごはん、味噌汁付き
場所	田中鮮魚店 (久礼大正町市場内)	人数 2名〜
問	0889-52-2729	

MAP 11 ② 山本鮮魚店

国から重要文化的景観に指定されている築100年以上の元木炭倉庫でタタキ体験ができます! 汚れても良い格好で来てください! 平日限定で食事内容などは応相談。

料金	料金・食事内容は 応相談	
場所	ふるさと海岸近く (久礼大正町から徒歩5分)	人数 10名〜
問	0889-52-3373	

MAP 17 ③ 陣や (ど久礼もん)

久礼大正町市場から車で約5分。海が見渡せる場所を貸し切ってタタキ体験&食事ができる団体向け施設。海を見ながらみんなでワイワイ♪タタキ以外の食事内容は応相談。

料金	2,000円〜(時間) ※食事内容応相談	
場所	小鎌田の浜 (久礼大正町から車5分)	人数 10名〜
問	0889-52-3822	



久礼大正町市場で食べられる 季節の

お魚カレンダー

※自然のもので時期がズレたり不漁だったりすることもあります。どうぞご容赦ください！

はる 3・4・5・6月 なつ 6・7・8・9月 あき 9・10・11・12月 ふゆ 12・1・2・3月

イチオシの旬魚



初鯉

「目に青葉 山ほととぎす 初鯉」は春の訪れとともに初鯉を味わえる喜びを詠んだ江戸時代の俳句。冬の間、暖かい海域を周遊していたカツオがついに土佐沖にやってきます！初鯉は赤身の味をしっかりと堪能することができます。



メジカの新子

7月末～9月末ごろの夏の数か月、しかも釣り上げてから半日だけ刺身で味わえるメジカの新子(新子とは幼魚)。シケで漁がなければその日は誰の口にも入らない「幻の魚」。もっちもちの食感と仏手柑+醤油の変った食べ方で近年大人気。



戻り鯉

太平洋を回遊するカツオが再び土佐沖に戻ってくる秋の戻り鯉。大きく肥えて、赤身の味と脂の乗りのバランスが絶妙なものが多いです。表面が白くなるほどに脂の乗理が良いものは、「トロカツオ」と呼ばれたりもします。

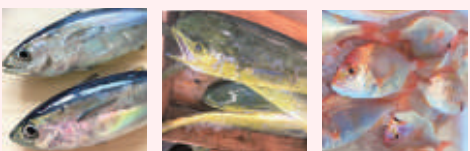


ウルメイワシ 潤目鯉

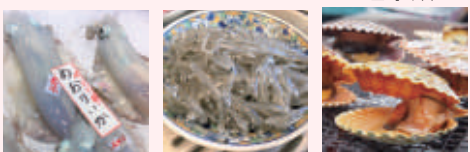
ウルツとした瞳のウルメイワシ。体長15cmの小さな魚も、久礼では魚体が傷まないように一本釣り。だからこそ「魚偏に弱い」と書くほどに鮮度落ちの早いイワシでも、美味しく刺身でいただけます。寒い冬は干物で食べても最高。

いろいろな旬魚

※土佐湾で取れた新鮮な海の幸を刺身や惣菜にして販売しています！もちろん食材として



スマガツオ シイラ れんこだい 連子鯛



アオリイカ ドロメ ちょうたろうがい 長太郎貝



カツオ ※おなかに紋(黒丸)がある 紋付カツオも上がる時期！ キハダマグロ イサキ

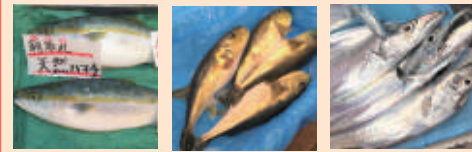


カラスのくち タコ 岩ガキ

持ち帰りもOK! 高知名物「ウツボのタタキ」は常時、取り扱っています!



トビウオ カンパチ サワラ



ハマチ サバフグ タチウオ



ブリ ヒラメ マヨコ (本マグロの子)



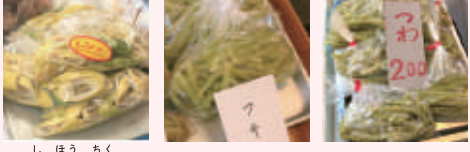
グレ ハモ ナマコ

旬の青果

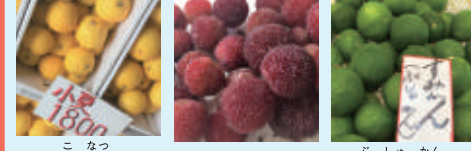
※高知県には独特の野菜や果物がたくさん♪ ほとんどが地取れでおいしいものばかり!



朝取れイチゴ タケノコ イタドリ



しほうちく 四方竹 フキ ツワ



こなつ 小夏 ヤマモモ ぶしめ かん 仏手柑



ミニトマト トウモロコシ リュウキュウ

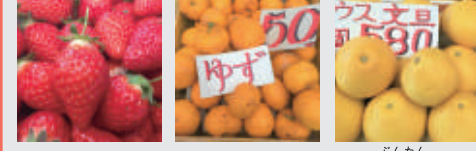
調理方法や食べ方が分からないものは、お店の人に聞いてみてくださいね☆



にいたかなし 新高梨 もも ギンナン



さまつ 早松 チャーテ つくね芋



朝取れイチゴ ゆず ぶんたん 文旦



みかん おうごんしょうが 黄金生姜 にんにく葉

漁師のおかみさん所の… 魚の買い方・持ち帰り方

アーケード内で簡易な台を出して魚を販売しているのは漁師のおかみさん（奥様や家族）。家族が釣ってきたばかりの魚を新鮮なうちに販売しています。何が釣れたかはその日のお楽しみ♪旬の魚や掘り出し物の高級魚、見たことない地元の魚まで！
実はこの魚、買って帰れるし、刺身に捌いてもらってその場で食べることもできるんです☆



STEP 1
アーケードで魚を売ってるおかみさん。話しかけると、めっちゃしゃべってくれます。



STEP 2
今日はどんな魚が釣れてるか～とチェック。見たことない魚がいるかも！



STEP 5
持ち帰り時間に応じて氷を入れてくれるから、漁師町の新鮮な魚を家で楽しめます！



STEP 4
見事な包丁さばぎ！
購入するとその場でさばいてくれます。おかみさんの包丁さばぎは見事で見惚れてしまう！



STEP 3
一本釣りで今朝釣れたのタチウオ！こんなキレイな色、初めて見た！これください！

おかみさんの魚は立ち食いOK！持ち帰りOK！配送可能な露店もあるよ！

胃物用にクーラーボックス持ってくる人も！



魚をさばいたら早くて丁寧！熟練の干物技術！

このおかみさんたちただ者じゃないんです！**おかみさん名簿**

鮮魚はその場で刺身にできるさね～！立ち食いしていきや～！



えみちゃん
(浪上恵美子さん)
＜出店品＞ 干物(タイ・ウルメ・サバ・シイラ・みりん干し…)
＜場所＞ 「浜ちゃん」向かい



かうこちゃん・ちーちゃん
(浜田和子さん・浜田千沙さん)
＜出店品＞ 鮮魚(メジカ・タチウオ・タイ・サワラ・イトヨリ…)
干物(フグみりん…)
＜場所＞ 「浜ちゃん」向かい



まおちゃん
(谷山満寿子さん)
＜出店品＞ 鮮魚(アジ・タイ…) 惣菜(アジやタイの南蛮漬け)
＜場所＞ 「山本鮮魚店」となり



愛ちゃんの店
(又川ふみえさん)
＜出店品＞ 鮮魚(メジカ・ウルメ・サバ・タチウオ…) 干物(フグみりん・アジ…)
＜場所＞ 「竹林呉服店」向かい



ひろこさん
(岩本ひろこさん)
＜出店品＞ おじゃこ
＜場所＞ 「田中鮮魚店」向かい



むっちゃん
(辻村睦子さん)
＜出店品＞ 鮮魚(メジカ・カツオ…) 干物(フグみりん・アジ…)
＜場所＞ 「田中鮮魚店」向かい



きみちゃん
(辻村喜美子さん)
＜出店品＞ 惣菜(サバ寿司・天ぷら…) 野菜(イタドリ・タケノコ…)
＜場所＞ 「田中鮮魚店」向かい



てつぶねさん
(松本時世さん)
＜出店品＞ 鮮魚(タコ…) 干物(塩フグ・フグみりん…)
＜場所＞ 「田中鮮魚店」となり



かうちゃん
(松沢和子さん)
＜出店品＞ 鮮魚(岩ガキ…) 干物(アジ・フグみりん…)
＜場所＞ 「田中鮮魚店」となり

気軽に何でも聞いてくださいな～☆



久礼大正町市場のおかみさん衆

鯉乃國だからこそ！のメニューがたくさん

カツオ 食べ比べ〜♪

MAP番号は
本誌25・26
ページの周辺
地図でご確認
ください♪

新鮮な刺身やタタキはもちろん、ここだけのカツオメニューを食べ比べて！



MAP

06 カツオ丼ぶり

市場のめし屋 浜ちゃん

白ごはんの上にカツオの刺身がたっぷり！とろろ芋とネギ、紅シヨウガ、大葉がアクセント。味噌汁・香物付きで650円



MAP 11 カツオの薫焼きタタキ (塩)

山本鮮魚店

薫100%で焼かれたカツオのタタキは、芳しい風味が口いっぱい広がる。塩タタキでは、カツオ本来の味が楽しめる。700円〜



MAP 17 カツオの焼きラーうどん

市場食堂 ど久礼もん

カツオがゴロッと入った「食べるラー油」で作った焼きうどん。少しピリ辛で、クセになる味。熱々の鉄板で提供される。600円



MAP

04 カツオのハランボ串焼き

串焼きボン吉

カツオのハランボ(大トロ部分)を串焼きで。素材の良さが引き立つように、味付けはシンプルな塩味。1本200円



MAP 08 カツオ100%バーガー

なかとさバーガー

パテにカツオを100%使用したハンバーガー。魚のバーガーとは思えないほどボリューム満点。チーターチーズと野菜入り。650円



MAP 21 カツオ飯

むつみ屋

カツオの炊き込みごはん。米と調味料でごはんを炊いておき、別で煮たカツオを最後に混ぜこむというこだわり。大350円 小200円



MAP 19

カツオのなめろう丼

とみいの台所

カツオの刺身を包丁で叩いて味噌やネギ、生姜などを混ぜ込んだ「なめろう」をごはんに乗せて。ザ・漁師めし！800円

19

カツオのカルパッチョ

とみいの台所

新鮮なカツオをお洒落なカルパッチョで♪地元の旬野菜と柑橘類を使用。魚は刺身かタタキか選べます。650円



MAP 21

カツオラーメン

むつみ屋

カツオの生姜煮がゴロッと入ったあっさり醤油味のラーメン。スープはカツオと豚のダブルだし。ゆずの風味で後味さっぱり。600円



カツオの生姜煮ベーグル

やました商店

ベーグルの上に、生姜で煮込んだカツオがたっぷり。ワンランク上のツナトーストといった感じ。チーズは熱々トロロ。300円

MAP

12

鯉だして食べるところてん

高知屋

四十万川の源流水と国産の天草を使った、こだわりのところてん。かつおだしで食すのは、鯉の町ならではの。持ち帰りもできる。200円

※価格はすべて税込みです



MAP

02 カツオ刺身+タタキ+α盛

漁師小屋

目の前の「田中鮮魚店」で好きな魚を選ぶと刺身盛にしてくれる。手間賃は無料。旬の魚をいろいろと食べたい人向け。時価



MAP

16 カツオもなか

西村菓子店

カツオ形の手作りもなか。粒あん、こしあん、柚子あんの種類がある。暑い時期、あんこは購入後に入れてくれる。150円
※カツオ成分は入っていません

夏季限定♪

3~10月ごろ



ココに来たら食べんと損やで～！ カツオ以外のいろんな名物♡

美味しいもの大好きな町・久礼には、ここだけの味があります☆

MAP番号は
本誌25,26
ページの周辺
地図でご確認ください！

MAP 17

なぶらスープカレー

市場食堂 ど久礼もん

旬の魚介と野菜をふんだんに盛りこんだスープカレー。「なぶら」とは漁師用語で魚の群れのこと。ライス・小鉢付きで1,000円



MAP 06

干物定食

市場のめし屋 浜ちゃん

好きな干物に、ごはん・味噌汁をつけて。干物は炭火で焼いてくれる。炭代を払えば、おかみさんの干物も持込み可。550円～

MAP

11

ウツボのタタキ丼

山本鮮魚店

高知県で昔からよく食べられていたウツボのタタキが乗った丼ぶり。コーラーゲンたっぷり、チキンのような食感。900円



MAP 07

いも天・ひじきのかき揚げ

浜岡惣菜店

高知名物いも天はカリっとした衣に芋の甘さが引き立つ。200円
ダシにひと晩漬けて味を染み込ませたひじきのかき揚げ。300円



夏季限定♪

MAP

04

四万十ポークの串焼き

串焼きボン吉

高知県特産の四万十ポークをシンプルに串焼きで。くさみが無く、良質な脂の甘さが引き立つ美味しさ。150円



MAP 16

生イチゴミルクかき氷

西村菓子店

久礼特産のイチゴを丸ごと使って手作りのシロップに。甘酸っぱい苺本来の味と練乳のハーモニーが素晴らしい、大人の贅沢かき氷！600円



5～10月ごろ

MAP

13

手淹れ珈琲とわらびもち

古久家

マスターが一杯一杯、丁寧に手淹れしたコーヒーとわらびもちのセット。古風で趣がある店内で穏やかな時間を。600円



MAP

18 苺ミルク

やました商店

旬の時期の久礼取れイチゴを使ったやさしい味の手作りドリンクは、一度飲むとリピーターになる人続出。300円



※価格はすべて税込みです

MAP 17

生姜ソフトクリーム

市場食堂 ど久礼もん

高知の特産品の生姜を練りこんだソフトクリーム。甘すぎずキリッとした生姜の風味がして、大人のソフトクリームという感じ。300円



冬季限定♪

MAP 12

おでん串

高知屋

昔ながらの具材を、継ぎ足し継ぎ足しされてきたダシで。昭和の懐かしい感じが現代に甦ったおでん。1串150円



11～6月ごろ

MAP 16

いちご大福

西村菓子店

大きなイチゴを丸ごと包み込んだ大福。黒あんと白あんの二種類あり、あんこも皮も手作りの老舗の味。150円



1～4月ごろ

刺身に天ぷら、串焼き...

自分だけのオリジナル丼ぶりを作ろう！

久礼大正町市場の名物をいろいろ食べたい！そんな人は、くれ丼予約がおススメ。鮮魚店や惣菜店、串焼き店から、好きな刺身や惣菜を選んで自分だけの丼ぶりが作れるよ！

くれ丼提携店は...

MAP

01 04 07 と

漁師のおがみさん



好きな小皿を5皿選んで...
自分だけの丼ぶり完成！

前日までの要予約！

2名～予約OK！

「くれ丼」予約電話番号

0889-52-2729

田中鮮魚店 (9～17時)



ごはん・みそ汁・漬物・テーブル予約付 「くれ丼」1,250円

※GW中・夏休み時期・冬季は「くれ丼」お休みします。詳しくは電話で問い合わせを。

実はいろいろあるヨ！ 久礼大正町市場みやげ

各店舗が自信をもってお届けするおみやげもの、豊かにそろってます♪

MAP番号は
本誌25・26
ページの周辺
地図でご確認
ください！



MAP 11
カツオのタタキセット
山本鮮魚店

菓100%で焼いた山本鮮魚店
自慢のカツオのタタキが家でも
楽しめる♪写真は約6人前・送
料と消費税込みで7,000円

配送
OK



MAP 01
カツオのタタキセット
田中鮮魚店

タタキや干物など、田中鮮魚店
の店頭に並んでいるものはほと
んど持ち帰り&配送可能。賞味
期限はお店に確認を。時価

配送
OK



MAP 19
なめろうふわふわ天
とみいの台所

生のカツオを包丁で叩いて味噌
や薬味と和えた漁師めしの「な
めろう」を油で揚げて、ふわふわ
の天ぷらに。540円

MAP

01 21

カツオのコンフィ

*田中鮮魚店*と*むつみ屋*
地物のカツオを使ったオイル煮
。サラダやサンドイッチなどツナ
缶と同じ使い方でOK！油切り不
要がうれしい♪500円



MAP 20 くれ天
岡村かまぼこ店

創業から80年以上の間、地
元で愛されている天ぷら。土佐
沖の小魚を骨ごと使っている。
卵白不使用。5枚入り375円



MAP 17
かつお辛焼き味噌 カラヤン
市場食堂 どく礼もん

ごはんのおともに最高なカツオ
味噌。パッケージの色で辛さが
違う。数ある「どく礼もん」みや
げの中でもレア商品。各580円



MAP 06
鰹角煮・かつおめしの素・かつお生節
市場のみし屋 浜ちゃん

角煮はそのままおつまみに。か
つお飯の素は炊きたてごはん
に混ぜるだけ。生節は薄くスライ
スしてマヨや醤油で。400円～



MAP 14
久礼大正町市場絵はがき
雑貨 PUSAKA

旅の思い出に絵はがきを♪
MAP16の西村菓子店で切手
を売っているので市場前の赤ポ
ストから投函もできます！150円



MAP 22
山八オリジナル日本酒
山八酒店

高知のお酒がほほろう老舗酒
屋のオリジナル日本酒「八三郎
」。奥深い味わいで、地元民お
墨付きの味。720ml 3,300円～

※価格はすべて税込みです



MAP 06
久礼大正町市場Tシャツ
市場のみし屋 浜ちゃん

「カツオなしでは生きられない！
」そんな思いのこもった、久礼大
正町市場オリジナルTシャツ。
買えるのはここだけ！2,000円



MAP 18
ギョサン（漁師サンダル）
やました商店

漁師さん愛用のサンダル「ギョ
サン」。滑らない・頑丈・快適！
と人気沸騰中。カラフルで種類
豊富。漁師町価格の550円～



MAP 05
かつ尾楊枝
竹林呉服店

カツオの尾っぽの骨を洗浄して
細かく裂いて、爪楊枝として使
えるように加工してある。300円



MAP 18
カツオの箸置き
やました商店

カツオの形の箸置き。裏には「
土佐一本釣り」の文字が記され
ているので、旅の思い出にぴつ
たり。1ヶ250円



MAP 14
豆皿いろいろ
雑貨 PUSAKA

刺身の醤油皿や、お漬物などの
小皿として使える豆皿。センス
の良い和食器が種類豊富にそ
ろっている。1皿270円



MAP 03
芋けんぴ&はちみつ
長井芋けんぴ&蜂蜜

高知名物芋けんぴは海洋深層
水味や黒糖味など。300円～
国産はちみつは、レンゲやみか
んなど、花の種類ごと。2,000円



MAP 10
久礼の朝取れイチゴ
松沢青果店

地元久礼で朝取れたばかりのイ
チゴ。大人から子どもまで地元
ファンも多く、リピーター続出。売
り切れ必至。1kg1,300円程度

1～6月ごろ

中土佐町観光拠点施設

久礼大正町市場入口の八百屋
のとなりにあるよ〜♪

ぜよびあ活用術

無料休憩所「ぜよびあ」は、みんなの憩いの場所。お酒も食べ物も、何でも持ち込んでOK! 高知や中土佐町のプロモーションビデオを見ながら、楽しいひと時をお過ごしください。

お酒も食べ物も何でも持ち込みOKの「ぜよびあ」でワイワイしよう♪



店への食器返却や
ゴミの片付けは皆
さま自身でお願い
しま〜す♪

こんな時に「ぜよびあ」が活用できる三箇条>

① みんなで好きなものを食べたい時に!

「私はかつおのタタキが食べたい!」「自分は漁師めし!」「僕はラーメン!からあげが良い〜!」と、みんなの意見が分かれた時は「ぜよびあ」の出番☆好きなものを持ち込んで、みんなハッピー♡

② お酒を呑んでワイワイしたい時に!

「新鮮な刺身と地元のお酒でいっぱいやりたい!さあ今日は美食美酒を楽しむぞ〜!」という方。お酒は品ぞろえ豊富な近くの酒屋で、新鮮な刺身やつまみは近くのお店で選んで、準備はOK!さあ楽しんでくださ〜い☆

③ 小さいお子様連れの方に!

「大人は生魚が食べたい!けど子供はまだ食べられない…」という方も、ぜよびあなら好きに持ち込みOK!手洗い場やトイレが備わっているので、子連れには安心♪子どもさんもゆったりできる広さがあります(*^▽^*)

久礼のキャラクター
くれ坊

《子どもさんにオススメはこちら!》

子どもが食べやすいごはん

MAP 06
しらす丼 650円
市場のめし屋浜ちゃん
※紅生姜や大葉などのトッピング
不要の場合はお申し出ください。

MAP 21
おにぎり弁当 280円
むつみ屋

MAP 07
鶏の唐揚げ 300円
浜惣菜店

おにぎり弁当 280円
むつみ屋

鶏の唐揚げ 300円
浜惣菜店

子どもがヒマをし出したら…

MAP 20
ゾウの乗り物
※100円で動きます(子ども用)
岡村かまぼこ店

MAP 05
懐かしおもちゃ
竹林呉服店

ゾウの乗り物
※100円で動きます(子ども用)
岡村かまぼこ店

懐かしおもちゃ
竹林呉服店

食後のデザート♪

MAP 16
西村菓子店



アイスクリン 200円 かき氷 300円

※10円〜買える駄菓子は西村菓子店と

MAP 22 山八酒店で販売中♪

MAP番号は
本誌25,26
ページの周辺
地図をご確認
ください♪

5~10月ごろ

《大人向け!おすすめお酒》

MAP 22
1,265円
(720 ml)



山八酒店
久礼 純米酒
ここ「久礼」でカツオの刺
身に合うように作られたお
酒。サラッと辛口。

MAP 23
1,380円
(750 ml)



高橋酒店
コノスル ピノ・ワール レゼルバ
やさしく女性的な赤ワイン
は赤身魚に合う!カツオに
合うワインもあります!

* ぜよびあの設備 *

【開館時間】9~17時
【閉館日】元日

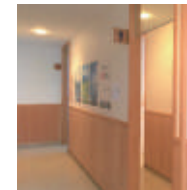
設備はご自由にお使いください。何かあれば、2階スタッフまたは近くの店までお声かけくださいネ!



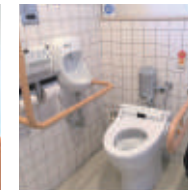
座席は約50席



手洗い場



男女別トイレ各3



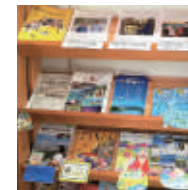
手すり付トイレ



オムツ台・ベビーチェア



車イス貸出し無料



パンフレットコーナー

2階
は貸し会議室
になってるよ!会
議の合間に美味し
いランチ食べて
行ってね!

2階会議室予約 ☎
0889-59-1369



* 久礼大正町市場周辺観光 *

今も昔も海とともにある町「久礼」。土佐久礼駅近くの消防署（場所は本誌P25MAP 10参照）では、無料でレンタサイクルが借りられます！半日あれば全制覇できます！

MAP番号は
本誌P25ページ
の周辺観光地
図でご確認ください
ださい！

久礼八幡宮 1



久礼八幡宮

1707年の地震による津波による社殿が破損してしまったため、それ以前の歴史を遡るのは難しいが、600年以上この地を見守っている八幡様。勝利開運、漁業・農業、厄よけ、良縁、安産などのご利益があるとされる。

見どころ1



厄抜け石

一枚岩をくぐると厄が抜けると言われている。穴は小さく見えるが意外と通れる！

見どころ2



カツオの絵馬

社殿入ってすぐのところに飾られている絵馬は「カツオ」と「カツオのタキ」！

見どころ3



御朱印

場所：本殿横の社務所
初穂料：300円
問い合わせ：
☎0889-52-2408

土佐三大祭りのひとつ 秋季大祭

旧暦の8月14・15日に
行われる。深夜の大松明練
り歩きや御神幸がある。

MAP 周辺散策 2

久礼大正町市場周辺に溶け込んだ日常レトロを見つけてみて☆



レトロな雰囲気看板【場所】久礼大正町市場入口
丸ポストとポンプの手洗い場【場所】久礼大正町市場入口
昭和の看板約40枚！【場所】ぜよびあ駐車場
今も現役！ゾウの乗り物【場所】岡村かまぼこ店



手作りカキ氷シロップ(夏)【場所】西村菓子店
鯉乃國のマンホール【場所】P25のMAP左参照
ネコちゃんウロウロ♪【場所】久礼全域
散策後はレトロ喫茶で一眼♪【場所】喫茶 古久家

太平洋周辺

海周辺は見所がギュッと詰まっています！



ふるさと海岸 3 5分 1分
鯉供養碑 3 5分 1分
双名(ふたな)島 4 30分 5分
だるま朝日 3 5分 1分

鯉の供養碑が海を見守る海岸は散歩でGood。津波避難タワーから望む太平洋は美しい♪
何百年も前から鯉の恵みを受けて来た町だからこそ、カツオへの敬意と感謝を込めて。
鬼伝説が残る小島。ふたつの島は歩道でつながって歩いて渡れる。海が透き通って綺麗。
11~3月ごろまでの天気が良い日、太平洋から昇る朝日はだるま形に。ふるさと海岸から見える。

久礼6545(神社向かい) 同左(ふるさと海岸内) 双名島(ふたなじま) 久礼6545(神社向かい)

近隣の施設

車でちょっと足を延ばせば、楽しい施設がいろいろと！



道の駅なかとさ 5 15分 5分
黒潮本陣(日帰り入浴) 6 20分 5分
西岡酒造 7 7分 3分
JR安和(あわ)駅 8 相当ハード 25分

野菜や魚介がそろうマルシェのほか、食事処、パン屋、ケーキ屋、子どもの玩具やドッグランも。
太平洋を眺める露天風呂は日帰り入浴もOK。【時間】昼10時半~16時(木曜休):夜18時半~20時
江戸時代から続く酒造。約240年前の酒蔵は高知県最古。見学と試飲は無料。予約不要。
海に面した無人駅は、近年写真映えスポットとして有名。撮影時は周囲に気をつけて！

☎ 0889-59-9090 ☎ 0889-52-3500 ☎ 0889-52-2018 高知県須崎市安和253

周辺アクティビティ

いなかでは自然の中で遊ぶ! お金かからなくていいね!(笑)



漁師町さんぽ(船だまり) 3分~ なし
シーグラス拾い 5分~ なし
釣り 5分~ 好きな場所
水遊び 5分 好きな場所

船だまりには漁船と洗濯物と漁の道具とが混在。昔から変わらぬ漁師町の暮らしがうかがえる。
はるか遠くの地から海岸に流れ着いたシーグラス。たくさん見つけて、楽しい旅の思い出の品に♪
道具を持参すれば、海沿いで釣りが楽しめる。手軽に行くなら道の駅周辺の堤防がおススメ。
ふるさと海岸で水遊び。急に深くなるので、気をつけて自己責任で遊んで。更衣室などはなし。

場所 田中鮮魚店側の出口を抜けてまっすぐ約100m 場所 ふるさと海岸 場所 久礼新港 場所 ふるさと海岸

久礼お宮さん通り商店街
久礼大正町市場
SHOP情報

久礼大正町市場

※店番号は本誌25・26ページのMAPと対応。
※電話番号の記載がない店は0889-59-1369
(大正町市場事務局)までお問い合わせください。
※通常時間より早く店を開める場合があります。

01 田中鮮魚店

配送 OK

新鮮な旬の魚が常時そろう。カツオのことはカツオマイスターの店主に聞いて！



HP



営 9～17時 休 毎月第4火曜日 問 0889-52-2729

02 漁師小屋

店にないもの持込みOK

※田中鮮魚店の食堂です

田中鮮魚店で魚を選ぶと血跡にして運んでくれる。ごはん100円、鯛からダシを取った味噌汁は150円



営 9～16時 休 毎月第4火曜日 問 0889-52-2729

03 長井芋けんぴ蜂蜜

配送 OK

高知の名産品「芋けんぴ」と国産純粋蜂蜜の店。どうぞ気軽にご試食ください！



営 10～16時ごろ 休 不定休 問 0889-52-3944

04 串焼きポン吉

配送 OK

カツオのハランボ串やチチコ串のほか四十ポークや精原猪肉の串焼きなど。



営 10～15時ごろ 休 不定休 問 なし

05 竹林呉服店

配送 OK

約100年続く呉服店。大漁旗や古布をリメイクした手作り雑貨が人気。



営 10～16時 休 火曜終日と水曜午前 問 0889-52-2327

06 市場のめし屋 浜ちゃん

店にないもの持込みOK

定番のカツオ丼ぶり・タタキ丼ぶりは各650円。干物は炭火で焼いてくれる。



営 10～15時 休 木曜日 問 0889-52-2060

07 浜岡惣菜店

ひじきの天ぷらやウツボの唐揚げ、高知名物いも天など、どれを食べても美味しい！



営 10～16時ごろ 休 不定休 問 なし

08 なかとさバーガー

カツオ100%のパテを挟んだボリューム満点のハンバーガー。タビオカミルクティーあります。



営 11～15時 休 月火水曜日 問 なし

09 グラツェミーレ

高知県野菜を使用したドレッシングをはじめハイクオリティの高知県みやげがそろう店。



HP



<http://www.grazemille.info>

営 11～15時 休 月火水曜日 問 088-854-8399

10 松沢青果店

配送 OK

季節の果物や野菜が市場価格。八百屋の目利きで、どの青果もハズレなし！



営 10～16時ごろ 休 元日 問 0889-52-2665

11 山本鮮魚店

魚以外持込みOK

配送 OK

薬100%にこだわったカツオのタタキ！一流のカツオに薬の風味がマッチして最高。



HP



営 10～17時(食堂11～16時) 休 不定休 問 0889-52-3373

12 高知屋

配送 OK

久礼名物・鰹ダシで食べる「ところてん」。たこ焼きやうどん、甘味なども。



HP



営 7～16時ごろ 休 不定休 問 0889-52-4747

13 喫茶 古久家

ゆったりした時間が流れる古民家カフェで、マスター手淹れのコーヒーを。



営 10～16時 休 水木曜日 問 0889-52-3557

14 雑貨 PUSAKA

配送 OK

センスが良い和食器が店内にズラリ。その他洋服やアジア雑貨などもあります。



営 10～16時 休 水木曜日 問 0889-52-2905

15 ミュージックバー FAMILY

普段は夜のみ営業のバー。カツオを使った店主の気ままランチ、不定期でやってます。



営 18～0時 休 火水曜日 問 なし

16

西村菓子店

配送 OK

手作りの和菓子やドーナツのほか夏季限定
手作りシロップのかき氷が人気。



営 10~16時ごろ 休 火曜日 問 0889-52-2953

17

市場食堂 どす礼もん

魚以外
持込み OK! 配送 OK

カツオ丼や海鮮丼のほか、スープカレーや焼
きラーうどんなど、鮮魚以外も充実。



営 10~16時 休 水曜日 問 0889-52-3822

18

やました商店

配送 OK

中土佐町の特産品や土産ものコーナーの他、
季節の果物を使った手作りドリンクが人気。



営 9~17時 休 木曜日 問 0889-52-2454

19

とみいの台所

何でも
持込み OK! 配送 OK

元漁師が作る漁師めしなどの海鮮もの以外
にも、お弁当や惣菜など販売しています。



営 10~16時 休 水曜日 問 なし

20

岡村かまぼこ店

配送 OK

創業から80年以上愛される「くれ天」は1枚
75円。店舗なら、毎日揚げたてが味わえる。



営 9~17時 休 水曜日 問 0889-52-2956

21

むつみ屋

魚以外
持込み OK! 配送 OK

ダシや素材からこだわって作るラーメンや
うどん、カツオめしなどが人気。



営 11時半~16時 休 水木曜日 問 0889-52-3903

22

山八酒店

配送 OK

日本酒や焼酎など多数あり。高知の酒もそ
う。酒選びは店主におまかせ!



営 9~20時 休 不定休 問 0889-52-2024

23

高橋酒店

洋酒やワインなどを多く扱う酒店。カツオに
合うワインも教えてくれる。



営 9~20時半 休 不定休 問 0889-52-2303

この町に生まれて良かった! コ
コで働いていると「毎がだよ
〜」「カツオが釣れだす季節や
ね〜」と食を通して自然を感じ
られます。いち早く「旬」をキ
ャッチできる幸せ♥
チャレンジショップ事務局 田口

あたしたちの町は
カツオありきで成り立っています!
~カツオがない人生なんて考えられない~
NO KATSUO NO LIFE
カツオがあれば
みんなあが笑顔になる!
自慢のカツオはココにあるでえ~!

久礼大正町市場に遊びにきてくださ~い!

漁師町は気さくで親切な人
ばかり! 魚のことや観光のことな
ど、商店街の人に聞いたら200%
で返ってきますよ! (笑) ぜひ地
元の人との会話も楽しんでくださ
い! 事務局 青木

僕も久礼大正町市場のファンです!
高知ユナイテッドSC 松本 翔 選手
漁師町の絶品のカツオや新鮮な魚、人柄あふれるお店の
人たち、家族のような市場。すぐに心を奪われた僕は、こ
こを高知一番のスポットにしたいほど! 来たら良さが分
かるのが高知。食べれば分かるのが久礼大正町市場!
みなさんもどうぞ楽しんでください!



久礼大正町市場

カツオ大好き
高知県民が
食べに来る市場!

高知市内から車で約1時間♪
カツオ一本釣り400年の漁師町を楽しむ

PERFECT TRAVEL GUIDE OF
久礼お宮さん通り商店街
く れ た い し ょ う ま ち い ち ば
久礼大正町市場
~How Do You Enjoy Kure Taishomachi Ichiba!??~
人.....人.....心.....人.....

FREE
無料
ご自由にお持ちください

久礼大正町市場スタッフが愛を込めて作りました♡



最新情報は「大正町市場」で

久礼お宮さん通り商店街 発行
〒789-1301 高知県高岡郡中土佐町久礼6372-1
TEL. 0889-59-1369
kureomiyasan@gmail.com






[公式HP](#)
[Twitter](#)
[Facebook](#)
[インスタ](#)