

# 고치현

韓国語版





# VISIT KOCHI JAPAN

## 목차

### 지역 안내

- 03 동부
- 05 중부
- 07 서부

### 09 모험으로 가득 찬 고치.

- 10 강
- 11 산
- 12 바다

### 13 고치의 먹거리

- 13 바다
- 14 강
- 15 산촌
- 16 향토 요리

### 17 고치의 시장에 가보자!

### 19 고치 하면 빼놓을 수 없는 문화, 오카쿠.

- 21 밝고 활기찬  
요사코이 축제

- 23 88 영장 순례  
시코쿠 헨로

### 25 고치로 오시는 교통편

## 고치현

고치현(옛 이름 '도사')은 시코쿠 섬 남부에 동쪽에서 서쪽까지 초승달 모양으로 길게 이어져 있는 지역이며, 남쪽으로는 도사만(土佐灣)과 접하고 있고, 구로시오해류(일본해류)가 흐르는 해안선, 시만토강과 니요도강 등 맑은 강, 일본 현 최 비율인 84%에 이르는 울창한 초록빛 숲 등 아름답고 풍요로운 자연을 자랑하는 현입니다. 고치는 연중 온화한 기후로 일조 시간이 길고 연간 강수량이 많으며, 제철 음식과 독특한 문화는 이 풍부하고 야생적인 자연으로부터 유래되었습니다.

본 안내 책자에는 고치의 세계에 대한 설명이 기재되어 있으며, 고치의 특별한 매력을 찾는 여러분의 여정에 많은 도움이 될 것입니다.



**고치현 관광컨벤션협회**  
고치현 고치시 마루노우치 1-2-20  
고치현청 본 청사 5층(780-8570)  
전화번호 : +81-88-823-1434  
이메일 : info@visitkochijapan.com (일본어 및 영어 가능)  
VISIT KOCHI JAPAN으로 문의 및 의견을 보내주시십시오.

고치 관광 공식 웹사이트  
**VISIT KOCHI JAPAN**  
The blessings of nature JAPAN  
Visit Kochi Japan 검색

### 자동차

아시즈리곶 약 3시간 고치시 약 40분 고치 료마 공항 약 1시간 30분 무로토곶

### 기차

※특급열차로 스쿠모 약 20분 나카무라 약 1시간 50분 고치 약 1시간 20분 나하리

### 여행자 정보 안내소 <https://visitkochijapan.com/ko/highlights/tourist-information>

시설명	주소	전화번호	운영시간	언어	무료 Wi-Fi	인터넷 PC
고치현 'I' 정보 안내소	고치시 기타혼마치 2-10-17 (도사 테라스 내)	+81-88-826-3337	9:00 ~ 17:00	영어	"무료 이용 가능 *1시간 한정"	무료 이용 가능
고치 관광 내비-투어리스트 센터	고치시 오비야마치 2-1-25 신세이 빌딩 1층 서쪽	+81-88-856-8670	10:00 ~ 18:30	영어	이용 가능	이용 불가
시만토시 관광안내소	시만토시 에키마에초 8-3	+81-880-34-1555	8:30 ~ 17:30	영어	이용 불가	무료 이용 가능



지역 안내  
고치 사람들이 생각하는 동부지역의 자랑  
고치현  
동부

기타가와무라 ‘모네의 정원’ 마루못탄

프랑스 지베르니에 위치한 ‘모네의 정원’이라는 장소는 인상파 화가 ‘클로드 모네’를 매료시킨 곳으로 유명한데, 이러한 모네의 정원을 고치현 기타가와 무라의 풍부한 자연에 재현한 것이 ‘기타가와무라 모네의 정원 마루못탄’이며, 모네의 정원으로 명명하는 것을 허가받은 세계 유일의 장소입니다.



<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10003> MAP- ①



고멘·나하리선

남해안을 따라 운행하는 도사 구로시오 철도 고멘·나하리선에 승차하면 태평양의 전경을 즐기실 수 있으며, 운행 중인 차량 중에는 신선한 공기를 느끼실 수 있도록 양쪽에 창문이나 벽이 없는 등 독특한 객실이 있는 차량도 있습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/highlights/train>



노라 시계

노라 시계는 집집마다 시계가 드물었던 1887년경, 지역의 오래된 가문 출신 지주였던 ‘하타나카 겐마’ 씨가 시계 조립 기술을 익혀 틈나부터 분초까지 직접 제작하고 조립한 시계탑입니다. 노라 시계는 시계탑에서 멀리 떨어진 농지에서 일하는 농부들에게 시간을 알려주었기에 ‘농부 시계’라고도 불렸으며, 전원 풍경 속에 여전히 자리한 모습으로 아직까지 많은 사람들에게 사랑받고 있습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10006> MAP- ⑤



이오키도

이오키도 동굴은 국가 천연기념물로 지정된 양치류 식물군락과 약 300만 년 전 퇴적된 지층으로 이루어진 동굴입니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10004> MAP- ④



무로토 하이코 수족관 (폐교 수족관)

‘무로토 하이코 수족관’은 폐교된 초등학교를 리모델링하여 탄생시킨 수족관이며, 인근 해안에서 찾아볼 수 있는 거북이와 50종 1,000마리 이상의 물고기 등을 수족관 내부 및 야외 수영장을 통해 관람하실 수 있습니다. 또한 무로토 하이코 수족관에는 옛 초등학교의 흔적들이 그대로 남아 있어서 옛날 학교에서 사용하던 책상과 의자 등을 그대로 보실 수 있으며 일본의 학교 분위기도 동시에 즐겨보실 수 있습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10005> MAP- ⑥



야나세 삼림 철도와 철도 유산 및 유자 로드

야나세 삼림 철도는 20세기 초반부터 개발되어 한때 서일본 최대 규모를 자랑했던 철도로서, 아름다운 야나세 삼나무가 이 철도를 통해 대량 운반되었습니다. 이후 기존의 임업이 쇠퇴하자 오래된 철도 자리에 유자나무를 심으면서 대규모 유자 재배가 시작되었고, 이제는 일본 최대의 유자 생산량을 자랑하며 이곳에서 생산된 유자는 일본 식문화와 함께 해외로 수출되고 있습니다. 또한 유자 밭의 풍경이 펼쳐지는 ‘유자 로드’는 2017년에 일본 문화청 선정 일본 문화유산으로 인정을 받았는데, 삼림 철도에서 유자 로드까지 고치 현민들의 삶이 빚어낸 이야기가 인정받아 일본 유산으로 등록된 것이라 말할 수 있습니다. 이 지역의 ‘유즈노모리(유자 마을)’에 방문하면 유자 음료의 포장 과정 등을 볼 수 있는 공장 견학을 해보실 수 있으며, 유자를 사용한 아로마 상품 워크숍에도 참여하실 수 있습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/highlights/yuzuroad> MAP- ⑥



무로토곶과 무로토 유네스코 세계 지질공원

무로토곶 아래의 바다는 이전부터 항해하기 매우 힘든 지역으로 잘 알려져 있으며, 해안선을 따라 기암이 산재하고 아열대 수목과 해안 식물이 우거져 있습니다. 또한 이 무로토곶 일대는 세계에서 지질학적으로 의의가 있는 장소이며 아름다운 경관을 보유하고 있다는 사실이 증명되어 2011년 9월에 ‘세계 지질공원(Muroto Global Geopark)’으로 인정받았으며, 보호, 교육, 환경친화적 개발이라는 총체적 개념 아래 관리되고 있습니다. 지금도 이 일대 지반은 100~150년마다 지진으로 계속 융기하고 있어, 지구의 역동성을 느낄 수 있는 곳입니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10001>  
<https://visitkochijapan.com/ko/highlights/muroto> MAP- ②



지역 안내  
고치 사람들이 생각하는 중부지역의 자랑

고치현  
중부



**고치성**  
고치성의 덴슈카쿠(천수각)와 오테몬(정문)을 비롯한 15개의 건축물은 국가 중요 문화재로 지정되어 있습니다. 고치성은 도사 번주였던 ‘야마우치 가쓰토요’의 명에 따라 1603년에 처음 세워졌으나, 1727년 대화재로 소실되었다가 1749년에 현재의 성곽 모습으로 재건되었습니다. 고치성은 혼마루(본성)를 구성하는 모든 건축물들이 보존된 일본 유일의 성입니다. 또한 일본에서 오테몬과 덴슈카쿠 모두를 한 번에 촬영할 수 있는 곳이기에 사진 촬영 장소로도 인기가 많습니다.



<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10009> **MAP-7**



**고치 현립 마키노 식물원**

고치 현립 마키노 식물원은 고치현 출신의 세계적인 식물학자인 ‘마키노 도미타로 박사(1862~1957)’의 업적을 기리기 위해 1958년에 개원한 일본 유수의 종합 식물원입니다. 이곳에는 마키노 도미타로 박사가 직접 그린 식물도감 등을 전시한 상설 전시실 외에도 계절 식물과 열대 식물 약 3,000종을 관람할 수 있는 온실, 약용 식물 구역, 동아시아 원예 식물 정원 등 볼거리가 아주 다양하며, 오리지널 상품을 갖춘 매장과 고치의 식자재를 사용해 인기 있는 레스토랑도 구비되어 있습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10019> **MAP-10**

**사카모토 료마**

사카모토 료마(1835-1867)는 1835년 고치성의 성하 도시에서 태어나 에도 막부를 무너뜨리는 중요한 역할을 한 역사적 인물입니다. 33세 생일에 교토에서 암살당하기까지 그의 업적은 세대를 거쳐 여전히 전해지고 있으며, 고치현에는 이를 기린 사카모토 료마 기념관, 가쓰라하마 해변 사카모토 료마 동상 등 그와 관련된 관광 명소가 다양하게 있습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/highlights/ryoma> **MAP-11**



**가쓰라하마 해변**

가쓰라하마 해변은 우라도만 입구, 류즈곶과 류오곶 사이에 활모양으로 펼쳐진 해안에 위치하고 있으며, 해안이 뒤로 울창하게 자란 소나무 숲, 해변의 오색빛깔 자갈, 푸른 바다가 모험 정원처럼 조화를 이룬 아름다운 경승지입니다. 또한 예로부터 달을 볼 수 있는 명소로도 잘 알려져 있습니다.



<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10011> **MAP-12**



**고치 타비히로바**

JR 고치역 앞에 있는 ‘고치 타비히로바’에는 일본의 역사적 영웅인 ‘사카모토 료마(1835~1867)’의 생가를 재현한 세트 및 전시품이 전시되어 있습니다. 같은 건물 안에는 고치의 모든 기념품과 특산품 등을 갖춘 기념품 판매점 ‘도사야’가 있으며 고치 과자 세트도 이곳에서 구매할 수 있습니다. 또한 고치 타비히로바에서는 고치의 관광 종합 정보 센터인 ‘도사 테라스’도 이용하실 수 있으며, 이곳에서는 고치현 내 관광 명소, 지역 맛집, 숙박과 같은 모든 관광 정보 안내는 물론 수하물 숙소 배송 서비스 이용 및 대중교통 티켓도 구매하실 수 있습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10044>  
<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10020> **MAP-6**



**고치 요사코이 정보 교류관**

요사코이 축제는 1954년에 시작해 현재는 고치에서 가장 큰 축제이며, 요사코이 정보 교류관은 역사와 지식을 주제로 한 ‘요사코이 서클’, 진화와 체험을 주제로 한 ‘요사코이 스케어’, 150인치 대형 스크린에서 요사코이 축제의 60년 역사를 상영하는 ‘요사코이 시어터’, ,이 3요소로 구성되어 있습니다. 또한 ‘요사코이 체험 코너’에서는 전통의 방법으로 농작물에서 새를 몰아내는데 사용한 ‘나루코’를 손에 들고 정조 요사코이 나루코 춤을 체험하거나 축제 의상을 입고 기념 촬영을 할 수 있으며, 방문객이 직접 자신만의 나루코를 만들 수 있는 특별 코너도 마련되어 있습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10021> **MAP-9**



**도사 와시(일본 전통 종이)**

고치현의 고급 수제 ‘와시(일본 전통 종이)’인 ‘도사(고치의 옛 이름) 와시’는 천 년 이상의 역사를 자랑하며, 국가 전통 공예품으로 지정되어 있습니다. 니요도강이 흐르는 이노초에서는 수제 종이 중 세계에서 가장 얇은 두께인 0.03mm의 ‘도사 덴꾸조시’를 제조합니다. 도사와시 코게이무라(공예마을)의 ‘클라우드’ 및 ‘이노초 종이 박물관’에서는 종이 제작 체험을 해볼 수 있습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/activities/list> **MAP-14**



**니요도강 - 니요도 블루**

기적의 청류이자 정부 선정 전국 1위의 수질, 전체 길이 약 124km를 자랑하는 니요도강에서는 환경의 차이나 태양의 위치, 계절의 변화에 따라 다양한 천연색을 즐기실 수 있으며, 최근 들어서는 니요도강의 아름답고 신비한 청색의 강물때문에 ‘니요도 블루’로 널리 알려지고 있었습니다. 니요도 블루를 감상하기에 가장 좋은 곳은 나카쓰 계곡, 야스이 계곡, 니코부치이며, 니요도강을 따라 전통적인 놀이배 ‘야카타부네’도 운행되고 있습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/highlights/niyodriver> **MAP-13**



**노면 전차(트램)**

1904년에 개통된 고치현 도사덴 교통 노면 전차(트램) 시스템은 일본에서 가장 오래된 전차 시스템이며, 일본 국내에서는 드물게 동서, 남북 십자로 교차하는 노선이자 총구간이 25.3km로 일본에서 가장 긴 길이의 노선입니다. 노면 전차의 정류장 간 정류 구간 기록 중에는 63m로 일본에서 가장 짧은 정류 구간 기록도 있으며, 전차 내에서 연회가 가능한 ‘오카쿠 전차’도 인기를 끌고 있습니다.



<https://visitkochijapan.com/ko/highlights/train>



지역 안내  
고치 사람들이 생각하는 서부지역의 자랑

고치현  
서부

가이요도 하비관 시만토

‘애니메이션’과 ‘피겨’는 일본이 세계에 자랑하는 문화 중 하나이며, 이 애니메이션과 피겨를 모두 볼 수 있는 곳이 바로 ‘가이요도 하비관’입니다. 이곳에는 애니메이션에 등장하는 캐릭터와 공룡, 동물, 미생물, 로켓, 차량 등 다양한 장르의 피겨가 전부 모여있습니다. 가이요도는 세계적인 피겨 제조사로서, 정교하고 섬세한 디자인과 조금은 특이한 모티브로 많은 사람을 매료시키고 있습니다. 이곳에는 가이요도가 1960년대부터 제작해온 피겨와 개러지 키트(고급 조립 모형), 캡슐 토이, 소형 완구 등 1만 점 이상을 전시하고 있습니다.



<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10035> MAP- ⑥

시코쿠 카르스트 현립 자연 공원

시코쿠 카르스트는 일본의 ‘3대 카르스트’ 중 하나로서, 해발 1,400m의 고원에 동서 약 25km 길이로 뻗어있습니다. 공원 내에는 산책로가 정비되어 있으며, 그중 삼림 사이로 사이프러스 조각이 깔린 산책로에서는 쾌적한 환경을 즐기며 힐링 되는 시간을 가지실 수 있습니다. 또한 이 공원에서는 넓게 펼쳐진 평원의 풍경과 더불어 밤에는 별이 빛나는 하늘의 전망을 즐기실 수 있으며, 지형과 기상 조건이 좋을 경우, 환상적인 구름바다를 볼 수도 있습니다. 이 현상은 11월과 12월 이른 아침에 주로 보실 수 있습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10037> MAP- ⑦



시만토강

약 196km 길이인 시만토강은 시코쿠에서 가장 긴 강으로, ‘일본 최후의 청류’로도 잘 알려져 있습니다. 시만토강에서는 계절에 따라 자연과 조화를 이루며 살아가는 지역 주민과 강의 관계를 엿볼 수 있어 일본 문화청에서는 시만토강 유역 전체를 ‘중요 문화 경관’으로 지정했습니다. 강이 불어나면 강물 아래로 잠기도록 설계된 난간 없는 다리 ‘진카바시(잠수교)’ 또한 빼놓을 수 없는 지역의 명소이며, 해마다 많은 관광객이 놀잇배인 ‘아카타부네’로 시만토강을 체험하고 있습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/highlights/shimantoriver> MAP- ⑩



구마 겐고의 건축물

유스하라초에서는 ‘프리츠커 건축상’을 받은 건축가이자 2020년 도쿄올림픽 주경기장의 설계자인 ‘구마 겐고’ 씨가 설계한 대형 목조 건물을 볼 수 있습니다. 유스하라초의 유스하라초 청사, 마치노에키 유스하라, 구름 위의 갤러리, 구름 위의 호텔, 유스하라초 도서관 등 총 5곳이 구마 겐고 씨가 설계한 건축물입니다.



<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10029> MAP- ⑩



구레 다이쇼초 시장

구레 다이쇼초 시장은 100년 이상에 걸쳐 지역 주민들에게 주요 식품 공급 장소로 사랑받고 있습니다. 고장의 어부가 잡은 생선이 가게 앞에 진열되는 오전 11시 무렵이 되면 시장은 더욱 활기를 띠기 시작하며, 자신이 고른 신선한 생선회를 직접 밥 위에 얹어 먹는 ‘가이센동(구레동)’이 특히 유명합니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10034> MAP- ⑩



아시즈리 해저관

아시즈리 해저관은 아시즈리 우와카이 국립 공원 내 시코쿠에서 가장 맑은 해역에 세워진 24m 높이의 거대 전망탑과 함께 위치해 있으며 탑의 내부에는 해상 관측실과 수중 관측실이 있어 해저 7m 근처에 모인 열대어와 계절에 따라 다양하게 변화하는 어군을 살펴볼 수 있습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10031> MAP- ⑳



JR 요도선 3형제

시코쿠 철도의 요도선은 시만토강을 따라 고치현 서부와 에히메현 남부를 연결하는 3개의 독특한 열차를 운행합니다. ‘시만토룻코’는 2량 열차로, 양쪽에 창문이나 벽이 없는 객실이 있어 신선한 공기를 마실 수 있으며 ‘가이요도 하비 트레인’은 시코쿠 철도와 피겨 제작 회사인 주식회사 가이요도와의 합작으로 탄생했습니다. 또한 ‘철도 하비 트레인’은 신칸센 초대 열차를 모델로 만들어졌습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/highlights/train>



아시즈리곶

아시즈리곶은 시코쿠 최남단에 위치해 있으며 태평양의 푸른 바다로 돌출된 아시즈리 반도의 선단에 있습니다. 아시즈리곶 전망대에서는 약 270도의 시계가 확보되어 지구가 둥근 것을 실감할 수 있음과 동시에 자연이 자아낸 경관을 감상할 수 있으며, 또한 이 전망대는 별빛을 가리는 가로등이나 인공조명 등 시야를 방해하는 물체가 없기 때문에 별을 보기에 아주 좋은 명소이기도 합니다. 눈앞에 펼쳐지는 화려한 밤하늘과 바다위에 둥둥떠있는 섬에 서있는 듯한 기분을 느껴보세요. 유성우나 은하수 등 많은 별이 비처럼 쏟아지듯 한 느낌을 생생하게 즐겨보실 수 있습니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10033> MAP- ㉑



가시와섬

가시와섬 주변 바다는 이 지역으로 유입되는 구로시오 해류 덕분에 상대적으로 따뜻하며, 먼바다의 에메랄드빛 녹색이 섬 주변에 다다르면 밝은 파란색으로 변하는 색감의 아름다움이 정말 유명한 곳입니다. 또한 섬 주변의 바다에는 1,000종이 넘는 물고기가 서식하며 대규모의 산호초가 있습니다. 여기 섬들은 갯바위 낚시와 스쿠버 다이빙을 포함한 해양 스포츠의 명소로도 알려져 있습니다. 섬에서의 시간이 좀 더 천천히 지나는 것처럼 느껴지는 자연 치유의 장소이기도 합니다.

<https://visitkochijapan.com/ko/see-and-do/10030> MAP- ㉒



자연 체험으로 기분을 전환하자!  
모험으로 가득 찬 고치

아름다운 강, 바다, 산으로 둘러싸인 고치는 야외 활동에 이상적인 곳입니다.  
이 페이지에서는 아름다운 고치의 자연이 소개되어 있습니다.



자연과 함께하는 삶.

가파른 시코쿠 산맥을 배경으로 태평양을 마주하고 있는 고치는 자연이 풍부한 남쪽 땅입니다. 동쪽 무로토에서 서쪽 아시즈리까지 이어지는 고치에는 매우 수려한 바다, 산, 강이 있으며, 현 내 전역에 다양한 방법으로 자연을 체험하고 즐길 수 있는 장소들이 많이 있습니다.

고치의 자연환경에서 모험을 즐기거나 기분을 전환해보세요.

<https://visitkochijapan.com/ko/activities>



고치의 매력적인 강.

고치에는 큰 공장이나 대도시가 없어, 강이 아주 맑습니다. 시만토강은 일본에 마지막 남은 청정 강으로 잘 알려져 있으며, 니요도강의 수질은 이미 일본 최고로 유명합니다. 요시노강 역시 아름답고 깨끗한 물이 흐르는 고치의 하천 중 하나이며, 강 상류를 따라가다 보면 수많은 하천과 아름다운 계곡을 발견할 수 있습니다.

강에서 할 수 있는 체험 활동 또한 풍부하며, 수영뿐만 아니라 낚시 및 플라이낚시, 카누, 래프팅 등을 즐길 수 있으며, 계곡에서는 사위 클라이밍과 계류 타기를 즐길 수 있습니다.

수많은 종의 물고기와 생물이 포함된 생태계를 유지하고 있는 고치의 강에 대해 지역 주민들은 큰 자부심을 가지고 있으며, 많은 이들이 은어 낚시와 산천어(아마고) 낚시 금지가 해제되는 계절을 간절히 기다립니다. 고치의 강을 체험하며 자연과 가까워지는 느낌을 만끽해보세요.

카누를 타면 강 수면이 눈높이와 거의 비슷해져 마치 자신이 산의 일부가 된 것 같고, 새들이 산과 강가 전체에서 노래하는 것처럼 느껴집니다. 고치의 모든 강 중에서도 특히 투명한 니요도강에서는 물고기를 쉽게 볼 수 있습니다.



카누 타기

니요도강과 시만토강을 위를 가르며 즐기는 카누 타기로 무한한 재미와 놀라움을 경험해보세요.



계류 타기

요시노강의 여러 지류 등 시코쿠 섬의 강에서는 본격적인 계류 타기를 체험할 수 있습니다. 강을 따라 걷거나 바위에 오른 후 느껴지는 그 짜릿한 기분을 한 번 맛보면 절대 잊혀지지 않을 것입니다.



래프팅

8명이 함께 특수 고무보트를 조종하며 급류를 타고 내려가는 래프팅을 즐겨보세요. 그리 위험하지 않으며, 요시노강, 니요도강, 시만토강을 따라 적절한 장소에서 래프팅을 체험할 수 있습니다.







## 따뜻하게 관광객을 맞이하는 고치의 산.

고치현이라고 하면 해변을 떠올리는 사람들이 많지만, 한 번 방문하고 나면 많은 분들이 생각을 바꾸시게 될 것입니다. 오랫동안 '시코쿠의 지붕'으로 불리리고 있는 고치의 높고 가파른 산에서는 각자의 능력과 경험에 맞게 초보자도 트레킹, 하이킹, 클라이밍을 즐길 수 있습니다.

각 산악 시설에는 캠핑장과 산장 등이 완비되어 있어 조류 관찰과 자연 산책을 즐기거나 숲에서 휴식을 취할 수 있으며, 니요도가와초 아가와에는 패러글라이딩 필드도 있습니다. 과거부터 인기를 끌고 있는 체험은 산길을 따라 오프로드 바이크를 타는 것이며, 산을 즐기는 또 다른 방법으로 자전거를 타고 산간 마을을 방문하는 것이 최근 몇 년간 각광받고 있습니다.



## 사이클링

자전거로 천천히 마을을 돌며 새소리와 함께 주위의 아름다운 풍경을 즐기고, 바쁜 일상에서 모르고 지나쳤던 지역 주민의 일상생활도 엿보는 여유를 가져보세요. 현 내 각지에서 자전거를 대여할 수 있습니다.



사이클링은 오감을 사용하는 스포츠입니다. 도로 위의 계절을 감상하며 산과 바다의 아름다움, 마을에서 풍기는 좋은 냄새, 현지인과의 대화 등을 즐겨보세요. 이 모든 요소가 사이클링의 즐거움을 증폭시켜 줄 것입니다.



## 캠핑

고치현에는 수많은 캠핑장이 있습니다. 다양한 캠핑장에서 여유로운 시간을 보내며 일상의 걱정은 잠시 잊고 별빛 아래에서 행복한 바비큐 시간도 즐겨보세요.



## 하이킹

시코쿠 산맥은 광대한 하이킹 체험 기회를 제공합니다. 섬의 중추가 현 북부를 관통하는 고치에서는 많은 하이킹 코스를 자동차로 간편하게 갈 수 있습니다. 적절한 준비가 필요하다는 것은 항상 숙지해주세요.

### 점심을 먹고 산행을 시작해보세요!

시코쿠 카르스트 덴구 고원에는 산길 '삼림 테라피 로드'가 있습니다. 산길 초입에 있는 덴구소에서는 개인 안내와 현지 건강식으로 구성된 '테라피 점심 도시락'을 받을 수 있습니다. 두 서비스 모두 유료이며, 점심은 적어도 하루 전에 사전 예약을 해야 합니다.



## 패러글라이딩

땅에서 발이 떨어지며 몸이 하늘로 날아오르는 순간의 말로 설명할 수 없는 흥분을 직접 느껴보세요. 아가와 스카이 파크를 둘러싼 평온한 하늘은 패러글라이딩을 체험할 수 있는 완벽한 장소이며, 초보자도 강사의 지도를 받으며 안전하게 즐기실 수 있습니다.



## 바다는 가장 재미있는 곳입니다!

동서로 약 700km에 이르는 긴 해변을 자랑하는 고치에는 해양 스포츠를 즐길 수 있는 수많은 장소들이 있습니다. 고치의 바다는 스쿠버 다이빙과 서핑에 이상적이기에 일본 각지의 다이버와 서퍼가 매년 찾고 있는 곳입니다. 많은 분들이 다양한 해양 생물과 아름다운 산호초를 보기 위해 다이빙과 스노클링을 즐기지만, 바다에서 할 수 있는 것은 수영만이 아니며, 바다 카약과 고래 구경은 바다를 즐기는 또 다른 방법입니다. 고치의 해안은 다양한 모습을 하고 있습니다. 아자수와 아름다운 백사장이 있는 해변이 있는가 하면, 다른 곳에서는 바위, 절벽 등을 볼 수 있는 리아스식 해안을 찾을 수 있습니다. 지역 주민들에게 수영하기에 안전한 장소나 낚시하기에 괜찮은 장소를 질문해보세요. 모두 기꺼이 알려줄 것입니다.



## 고래 구경

고치는 태평양과 접하고 있어 고래나 돌고래 떼를 볼 수 있는 장소가 많습니다. 물에서 돌고래가 뛰어올라 보트와 나란히 헤엄치는 광경을 감상할 수 있으며, 물을 뿜어내는 모습이나 꼬리지느러미까지도 가까이에서 볼 수 있습니다. 몇 번을 봐도 무한한 매력을 느끼는 것이 고래 구경입니다.

## SUP(스탠드 업 패들 보드)

SUP은 보드에 서서 패들을 젓는 수중 스포츠이며, 마치 물 위를 걷는 것 같은 기분을 느끼실 수 있습니다. 초보자도 두려워하지 마시고 웅장한 숲과 맑은 물이 흐르는 고치현의 자연을 만끽하며 수중 스포츠를 체험해보세요.



## 바다 카약

태평양 파도를 타고 부드러운 바닷바람을 맞으며 바다와 하나가 되는 기분을 느껴보세요. 전문 강사가 동행하오니 카약 경험이 없어도 걱정하실 필요가 없습니다.



여기에서는 방해 없는 광대한 바다와 하늘을 느껴보실 수 있습니다. 완만한 만에서는 초보자도 카약을 즐길 수 있으며, 만에서 먼 바다는 해안에서 보는 것보다 더 거칠어 카약 숙련자들이 즐기기에 좋은 장소입니다.

다이빙은 다양한 재미를 줍니다. 크고 작은 해양 생물을 가까이에서 보고 만지면서 바다 여행을 즐겨보세요. 오키노시마와 가시와지마 섬은 다이빙 인기 명소입니다.

## 스노클링과 다이빙

혹시 다이빙을 꺼려하시는 분이라면, 스노클링으로도 바다를 충분히 즐길 수 있습니다. 바다 위에 떠 있는 것만으로 아름다운 산호나 기비나고 멀리 떠 등 작은 물고기들이 산호초 주변을 헤엄치는 것을 살펴보세요.

### 산호초와 물고기 낙원

고치 해안 곳곳에서는 다양한 산호초와 물고기를 볼 수 있는 스노클링을 즐길 수 있으며, 가시와 지역은 일본에서 가장 많은 어종을 보유하고 있는 것으로 유명합니다.





# 고치의 먹거리

바다, 산, 강 계절의 아름다움과 함께 즐기는 요리.

## 가다랑어와 함께 여행을 시작해보세요.

고치에서 가쓰오다타키를 맛보는 순간, 그동안 맛보지 못했던 또 다른 신선함을 느끼게 될 것이며, 그 섬세한 맛의 비결은 가다랑어(가쓰오)에 대한 고치 현민들의 애정에 있습니다. 연간 가계 소비량이 다른 현보다 월등히 높아 고치현 해역 어획량을 포함 고품질의 가다랑어가 고치현으로 유입됩니다. 가다랑어를 사랑하는 고치 현민들을 위해, 요리는는 최상의 가다랑어만을 제공하기 위해 양질의 가다랑어를 고르는 좋은 눈을 갖춰야 합니다. 배꼽 줄무늬 상태, 몸의 탄력, 뒷지느러미의 모양은 상태를 검사하는 요소이기는 하나, 더 자세한 상태는 생선을 해부해야만 알 수 있습니다. 고치의 레스토랑에서는 풍부한 경험을 가진 전문가가 가다랑어를 선택하므로, 언제나 믿고 드실 수 있습니다. 머리부터 꼬리까지 생선의 모든 부분을 요리에 사용하며, 고치에서는 가다랑어를 요리하고 먹는 방법 그 자체가 문화입니다.

고치는 생선이 시장에서 식탁에 오르기까지, 효율적인 유통망을 갖추고 있어 신선함이 그대로 유지됩니다.

고치에 오셔서 직접 그 신선함을 느껴보세요.



## 가쓰오다타키(살짝 구운 가다랑어)

가쓰오다타키는 마치 레어 스테이크처럼 생선의 표면만을 살짝 굽는 요리입니다. 얇게 자른 가다랑어에 마늘, 차조기 잎, 양파를 듬뿍 넣고 주로 유자 폰즈 소스를 곁들여 먹습니다. 이런 기본적인 방법 외에도 최근에는 시오다타키(소금을 뿌린 가쓰오다타키)가 인기를 끌고 있습니다. 소금과 폰즈 외에도 가쓰오다타키와 잘 어울리는 소스는 아주 많습니다.

고치의 여러 레스토랑에서 신선한 가다랑어를 직접 맛보시기 바랍니다.



## 가쓰오 사시미(회)

일 년에 두 번, 봄과 가을은 가다랑어 철입니다. 봄에 북쪽으로 이동하다 고치 근해에서 잡히는 첫 가다랑어를 하쓰가쓰오라고 합니다. 하쓰가쓰오는 지방이 적어 비린내가 적고 맛이 깔끔하기 때문에, 은빛 껍질을 제거하지 않고 얇게 썰어 먹는 것이 가장 좋습니다. 가을에 남쪽으로 돌아오는 중에 잡히는 것은 모도리가쓰오라고 부르는데, 지방을 많이 함유하고 있어 풍미가 더 가득합니다.



## 시미즈 사바(시미즈 고등어)

도사시미즈 지역 앞바다에서 잡은 고마사바(망치고등어)를 말합니다. 아시즈리קות에는 망치고등어가 일 년 내내 모이지만, 가을과 겨울에 잡힌 것이 가장 살이 올라 탱탱한 식감이 살아있습니다. 사시미(회), 스가타즈시(생선 모양을 띤 만든 초밥), 야끼사바즈시(고등어구이 초밥) 등 여러 방법으로 드시길 추천합니다.



## 긴메다이(금눈돔)

금눈돔은 고급 생선으로 분류됩니다. 무로토시는 금눈돔 최대 생산지로, 갯잡은 신선한 금눈돔을 맛볼 수 있습니다. 생선회, 국물 요리, 구이 등으로 조리할 수 있고, 말린 것 역시 맛이 우수합니다.



## 우쓰보(곰치)

곰치의 생김새는 살갑지는 않지만 살이 부드럽고 은은한 풍미를 자랑하며, 특히 콜라겐 함량이 높아 여성분들에게 인기가 많습니다. 곰치를 먹는 가장 좋은 방법은 다타키, 가라야게(튀김), 니코고리(생선 국물을 응고시킨 음식)입니다.



## 소다부시

소다부시는 소다가쓰오(물치다랑어)를 얇게 썬 포로, 진한 국물과 소스를 만드는 데 사용되며, '가다랑어의 향에 소다가쓰오의 진한 맛이 더해졌다'라고 표현됩니다. 도사시미즈시 아시즈리קות 연안에서 잡은 물치로 만들며, 이곳은 일본 내 가장 높은 소다부시 생산량을 자랑하고 있습니다.



공장 견학을 통해 소다부시 제조 방법을 살펴보고 다시 국물도 맛볼 수 있습니다.



## 스지 아오노리(파래김)

시만토강 근처 염분이 있는 물에서 생산되는 파래김은 겨울과 봄이 제철이며, 겨울에 생산된 것을 간노리, 봄에 생산된 것은 하루노리라고 합니다. 이자카야(일식 주점)에서는 튀긴 파래김을 기본 메뉴로 제공하는 곳이 많습니다.



은어는 강에서 돌 이끼를 먹으며 성장하므로, 니요도강의 맑은 물에서 자라는 은어가 맛있고 직접 잡아 맛볼 때의 느낌은 이루 말할 수 없습니다.

고치의 청정 강에서 나는 음식들 강



## 아유(은어)

고치에는 시만토강과 니요도강과 같은 깨끗한 강이 있어 은어 낚시가 활발합니다. 소스에 따라 맛이 달라지기는 하나, 이 지역 강에서 잡은 생선이 가장 맛있다고 지역민 모두가 자신합니다. 은어는 소금을 넣어 볶거나 세고시(잘게 썬 생선회)로 말려 조리하거나 조스이(죽)에 넣어 먹을 수 있습니다.



은어는 강에서 돌 이끼를 먹으며 성장하므로, 니요도강의 맑은 물에서 자라는 은어가 맛있고 직접 잡아 맛볼 때의 느낌은 이루 말할 수 없습니다.

고치현 전역에는 맑은 시냇물과 강이 있습니다. 얼마 전까지만 해도 어부뿐만 아니라 강가에 사는 일반 주민들도 장어를 직접 잡아 집에서 요리했기 때문에 장어 맛에 매우 까다로운 사람이 많습니다. 고치의 모든 장어 레스토랑에는 최고의 맛을 내기 위한 특제 조리법이 있습니다.

## 우나기(장어)

장어는 전 세계 많은 지역에서 멸종 위기에 처한 종입니다만, 아직 고치 강에서는 쉽게 찾을 수 있으며, 가장 인기 있는 장어는 시만토강에서 자란 것입니다. 제철은 여름이지만 현민들은 늦가을에서 초겨울 사이를 사실상 최고로 꼽습니다. 깨끗한 수로에서 양식한 장어는 특히 뛰어난 것으로 평가됩니다.

미네랄이 풍부한 물이 시코쿠 산맥에서 시작해 고치의 맑은 강으로 흘러갑니다. 은어와 장어는 고치의 맛있는 강의 산물입니다.



# 산촌

산과 밭에서 생산된  
음식의 축복.

## 토마토

고치는 품종 토마토로도 유명하며, 다양한 토마토를 생산하기에 '토마토의 성지'로 불리고 있습니다.



### 덧글

고치는 일조 시간이 길어 하루 동안 식물 및 채소의 광합성량이 높습니다. 그뿐 아니라 토마토 재배에 관한 선진 지식과 생산자의 노력 덕분에, 고치에서 생산되는 토마토는 단맛과 신맛이 잘 어우러져 맛있는 풍미를 자랑합니다. 토마토는 연중 내내 생산됩니다.



## 생강

고치의 생강은 향이 진하여 찜 채소 요리나 아마즈스케(단 식초 절임)에 자주 사용되며 생강 시럽과 진저에일로도 가공됩니다.



## 도사 와규(소고기)

고원 지대의 깨끗한 물과 공기 속에서 한 마리 한 마리 심혈이 기울여져 키워진 소는 풍부한 향과 마블링이 특징이며 육질이 부드럽습니다.



## 구보카와 돼지고기

시만토초에 있는 구보카와 지역은 고치에서 가장 큰 돼지 사육 지역입니다. 돼지는 사료에 따라 맛이 달라집니다만, 이 지역에서 보리를 먹이며 키운 돼지는 지방에 단맛이 있고, 쌀을 먹여 키운 돼지는 살코기와 양질의 지방이 특징이며, 시만토 돼지고기로 불리고 있습니다.



### 덧글

유자 재배자가 전하는 말입니다. "화학 비료를 쓰지 않고 유자를 키우니까 해마다 생산량이 달라지지만, 저는 사람들이 항상 걱정 없이 유자를 먹을 수 있기를 바라고 있습니다. 그러니 생산량을 안정시키려고 화학 비료를 쓰는 일은 없을 겁니다."

## 유자

유자는 유자 폰즈 소스, 샐러드드레싱, 청량음료 등 많은 가공식품에 사용되며, 유자의 독특한 풍미 덕에 고치에서는 특히 유자 식초를 만드는데 많이 사용됩니다. 생선에 곁들이거나 된장 또는 강판에 간 무와 섞어 사용하기도 하고, 초밥이나 다른 요리 혹은 제과에도 사용합니다.

### 덧글

육계는 보통 알에서 부화한 후 약 60일 이내에 출하되지만, 도사지로는 150일 동안 심혈을 기울여 키워집니다. 다 큰 닭은 지방이 거의 없고 단백질 함유량이 높으며 달걀노른자는 진한 맛이 특징입니다. 맛있게 즐겨보세요!

## 도사지로(닭고기)

도사지로는 고치에서 생산되는 닭고기를 말합니다. 고기와 달걀 모두 요리에 사용할 수 있으며, 지방이 거의 없고 씹으면 씹을수록 깊은 단맛이 느껴집니다. 달걀은 크기가 작은 편이지만 영양이 풍부합니다.



## 도사 하치킨 지도리(토종닭)

도사 규킨과 오사모의 교배종입니다. 다른 닭에 비해 지방이 적고 훌륭한 맛을 내는 것이 특징입니다. 다리 살은 소금구이를, 가슴살은 다타키, 안심은 회로 먹는 것을 추천합니다.

고치는 현 전체가 84%가 숲으로 덮여 있으므로 대규모 축산에는 적합하지 않지만, 자연의 축복으로 축산업을 꾸리고 있는 소규모 축산업자가 많이 있습니다. 고치 지역의 맛있는 고기를 즐겨보세요.



## 도사 분탄

분탄은 고치의 대표적인 감귤류 과일입니다. 온실에서 재배한 과일은 1월에서 봄까지 판매되지만, 밭에서 재배한 도사 분탄은 이른 겨울부터 시장에 나옵니다.



## 고나쓰

초여름에 생산되는 감귤류 과일입니다. 상쾌하면서 약간의 신맛이 도는 독특한 맛이 특징이며, 고치 현민들은 사과처럼 껍질을 벗기고 조각을 내어 먹습니다.

### 덧글

도사 아카우시는 아주 드문 품종입니다. 일본의 구로게 와규(검은 소)보다 지방은 적지만 부드러우면서도 씹는 맛이 좋아 씹을수록 살코기 특유의 맛있는 단맛이 느껴집니다.



## 이나카즈시(산채 초밥)

이나카즈시는 고치의 각 지역에 따라 구색이 달라지며, 보기에도 예쁘고 맛도 좋습니다. 이타도리(감제풀), 묘가(양하), 류큐(연 줄기)와 같은 산채 외에도 곤약, 죽순, 표고버섯으로 만든 고치 특유의 초밥이 있으며, 식초로 버무린 밥이 맛의 핵심입니다.

### 덧글

야스다초 주민들은 70% 정도 익은 유자로 만든 식초와 현지에서 생산한 식자재를 더해 초밥을 만듭니다. 지역마다 초밥 맛의 특징이 다릅니다. 고치의 여러 지역을 방문해 각지의 이나카즈시를 비교해보는 것도 추천합니다.



## 사와치

사와치는 고치 지역 잔치에서 빠지지 않는 요리이며, 커다란 접시에 바다와 산에서 난 특산물을 높이 쌓는 것이 특징입니다. 담으며, 고치 현민들은 원하는 음식을 담아 사와치 요리를 즐깁니다.



## 보시 빵(모자 빵)

1958년 고치시의 한 제과점으로부터 출시된 빵으로 넓은 쉼 부분이 달콤한 스펀지케이크로 만들어졌습니다.



## 아이스크림

고치에서는 아이스크림을 '아이스크린'이라고 부르며 이 아이스크림은 20세기부터 지금까지 많은 사랑을 받고 있습니다. 또한 길가에서 대형 파라솔을 펴고 아이스크림을 파는 광경은 고치 특유의 여름 풍경입니다.



## 일요 시장

**일요 시장(고치 현민들이 생필품을 사는 곳)**

매주 일요일에는 오테스지 2차선 중 한 차선을 따라 고치성까지 노점이 늘어선 일요일 시장이 열립니다.

1690년부터 300년 이상 이어진 일요 시장은 지역 주민의 일상생활을 책임지고 있으며, 종일 열리는 시장으로는 일본 최대 규모입니다. 1.3km에 걸쳐 약 430개의 점포가 늘어섬, 지역 농부가 재배한 신선한 과일과 채소, 고치산 잡화와 칼, 목욕에서부터 야생화, 금봉어에 이르기까지 다양한 산물을 판매합니다. 그렇기에 이곳에서 판매되는 물건의 종류들은 꽤 독특하며 판매자 역시 열정적입니다. 하루에 약 15,000명이 일요 시장을 방문합니다.

일요 시장을 방문하면 재미있는 일은 편의점이나 마트와는 다르게 판매자와 대화를 즐길 수 있다는 것입니다. 일요 시장의 중심부에는 방문객이 걸어 다니며 구매한 음식을 먹을 수 있는 장소가 있습니다. 일요 시장은 일례하면 고치의 보물입니다. 경경도 좋지만, 물건을 사는 재미와 먹는 재미도 함께 즐겨보세요.

## 일요 시장 지도



## 히로메 시장

## 고치의 음식과 문화를 널리 알린다

히로메 시장은 고치 방문객이 꼭 들러야 하는 곳이며, 일식당, 양식당, 중식당, 기념품점, 생선 가게, 잡화점 등 약 60여 개의 점포가 모여있는 인기 장소입니다. 히로메 시장은 ‘고치의 식문화와 고치 현민의 생각 및 일상생활을 널리 알린다’라는 목적으로 1998년에 문을 열었습니다. 히로메 시장에서는 활기찬 시장 분위기와 함께 고치 특유의 음식과 현민들이 주로 즐기는 음식을 모두 맛볼 수 있으며, 낮부터 음주를 즐기는 사람이 눈에 띄는 것도 애주가가 많은 고치에서만 볼 수 있는 광경입니다. 함께 어울려 대화를 나누며 즐거운 식사 시간을 보내보세요.



테이블을 공유하며 함께 식사하고 대화하는 광경을 쉽게 볼 수 있습니다.

고치 헌민들은 혼자든 가족과 함께든 거리낌 없이 관광객과 잘 어울리며, 함께 음식을 먹고 술을 즐기는 것을 좋아합니다. 히로메 시장은 낯선 사람들도 마치 오랜 친구를 만난 것처럼 좋은 음식과 음료를 편안하게 즐기 수 있는 장소이며, 주인과 친해지면 메뉴에는 없는 특별 메뉴도 맛볼 기회도 잡으실 수 있습니다.





함께 마시며 서로에 대해 알아가보세요.

# 고치 하면 빼놓을 수 없는 문화, 오카쿠.

고치에서는 연회를 ‘오카쿠’라고 부르며, 서로 잔을 나누기 위해 자리를 이동하며 술을 마십니다. 본 페이지에서는 고치의 오카쿠 문화를 알아볼 수 있으며, 많이 마실수록 더욱 흥겨운 오카쿠를 즐길 수 있습니다.

## 고치의 음식과 음주 문화는 오카쿠에 있습니다.

오카쿠 문화는 고치의 일상생활에 깊이 뿌리 박혀 있으며, 결혼, 계절 축제, 신사 의식, 상량, 액막이, 전역 기념, 벚꽃 구경 등을 축하하기 위해 열리는 잔치입니다. 과거에 오카쿠는 '잔치에 오는 손님'을 뜻했지만, 시간이 지나면서 고치에서는 오카쿠가 '연회'를 의미하게 되었습니다. 고치 현민들은 오카쿠 문화를 사랑하며, 오카쿠에 초대되는 것을 매우 기쁘게 생각합니다. 잔치가 시작될 때는 조용히 앉아서 이야기하지만, 자리가 무르익으면 술병을 들고 자리를 이동하며 도사의 방식으로 술을 주고받습니다.

## 오카쿠에서는 사와치 요리가 필수입니다.

에도 시대(1600~1800년대)부터 지금까지, 오카쿠는 ‘사와치 요리’가 없으면 시작될 수 없었습니다. 오카쿠의 식탁에는 신선한 도미, 생선회, 바다의 진미와 산에서 난 채소, 과일, 양갱 등의 음식으로 가득 찬 커다란 접시가 올라오며, 각자 자신이 좋아하는 음식을 작은 접시에 덜어 먹습니다. 사와치 접시를 난텐(대나무 잎) 잎과 하란(엽란) 잎으로 장식하기 때문에, 연회가 끝난 후에도 회장에 남아있는 사람들을 난텐 구미(그룹) 또는 하란 구미(그룹)이라고 부릅니다. 오카쿠에서는 하시켄(젓가락 게임), 베로베로노 가미사마(술 취한 사람들의 신) 등과 같은 술자리 놀이를 합니다. 여러 음식과 음주 문화로 오카쿠를 즐깁니다.



오카쿠에는 사와치 요리가 필요합니다.

# 고치 현민이 술을 마시는 방법

고치에는 여러 세대에 걸쳐 전해 내려온 흥미로운 음주 문화가 있습니다. 여기서는 다양한 음료, 향토 요리 및 사와치 요리가 제공됨과 함께 오카쿠에서의 음주 방법을 알아보실 수 있습니다.



## 기쿠노하나(국화꽃)

인원수만큼 술잔을 준비하고 전부 거꾸로 얹어 두며, 그중 하나에만 국화꽃 1송이를 넣어 둡니다. 그 후 참가자들이 차례로 술잔을 뒤집어 열고, 꽃이 든 잔을 뒤집는 사람이 뒤집힌 술잔 수만큼 술을 마셔야 합니다. 마치 러시안룰렛처럼 긴장감 있는 놀이입니다.



## 베쿠하이

‘베로 베로 노 가 미 사 마’를 부르면서 팽이를 돌리는 놀이이며, 팽이가 쓰러진 방향에 있는 사람이 팽이에 그려진 잔으로 술을 마셔야 합니다. 덴구(코가 튀어나온 요괴)잔, 호토코(못난이 가면)잔과 같은 특별한 잔은 다 마시지 않으면 테이블에 놓을 수 없습니다.

## 겐파이와 헤파이

‘겐파이’는 연장자에 대한 예의를 보여주기 위해, 자신의 잔에 술을 채워 연장자에게 주는 예절이며, 그 후 연장자가 잔을 받아 멈추지 않고 마신 뒤 다음 차례를 위해 빈 잔을 돌려주는 것을 ‘헤파이’라고 합니다. 오카쿠에서는 겐파이와 헤파이를 위해 장소를 이동하는 광경을 쉽게 볼 수 있습니다.



## 도사노 사카구라

고치의 향토주는 당과 산도가 낮아 부드러우면서 쌉싸름한 맛이 납니다. 고치에는 18개의 일본주 양조장이 있습니다. 양조자는 현지의 물과 세대에 걸쳐 전승된 전통 기술을 사용하여 일본주를 만듭니다.

### 양조장



회사	상표	회사	상표
하마카와 상점	비조후	도사 주조	게이게스
미나미 주조장	미나미	스이케이 주조	스이케이
도사쓰루 주조	도사쓰루	고치 주조	다키아라시
기쿠스이 주조	기쿠스이	가메이즈미 주조	가메이즈미
아리미쓰 주조장	아키토라	쓰카사보탄 주조	쓰카사보탄
센토 주조장	도사 시라키쿠	니시오카 주조	준페이
다카기 주조	도요노우메	후미모토 주조	모모타로
아리사와	분카진	무테무카	무테무카
마쓰오 주조	마쓰오키나	후지무스메 주조	후지무스메



### 도사의 오카쿠

3월 첫째 주 토요일부터 둘째 주 일요일까지 고치시 중부 및 기타 지역에서 열립니다.



베로베로노 가미사마  
©デハラユキノリ ©土佐のおきやく



### 도사 호조사이(풍양제)

매년 9월부터 11월까지 고치현 전역의 먹거리를 모아 현 내 7곳에서 개최합니다.

\*본 책자에 기재된 내용 외에도 축제 기간에는 많은 음식 관련 행사가 열리므로, 자세한 내용은 홈페이지에서 확인해주시기 바랍니다.



도사 호조사이(풍양제)는 모도리가쓰오(가다랑어), 햅쌀, 은어, 산채 등 고치 현민이 자랑하는 맛있는 음식과 식재료를 맛보는 먹거리 축제입니다. 행사 기간에 현 내 7개의 장소에서 크고 작은 다양한 이벤트가 열립니다. 방문객들이 고치현 전역의 훌륭한 음식을 맛볼 수 있는 좋은 기회입니다.



# 밝고 활기찬 요사코이 축제

1954년에 시작된 요사코이 축제는 고치 현민들을 위한 연례 여름 행사입니다. 많은 팀이 이 행사에 참여하며, 각자 독특한 의상을 입고 독특한 음악과 안무를 선보입니다.



## 요사코이 - 고치의 축제

여름이 다가올수록 고치 현민들은 들뜨기 시작하는데, 바로 요사코이 축제가 곧 열리기 때문입니다. 요사코이 축제는 1954년 경제가 침체 속에서 현민들을 격려하기 위해 시작되었습니다. 이 행사는 고치 시내에서 8월 9일부터 12일까지 개최되며, 고치현 내외를 합쳐 약 2만 명의 무용가가 행사에 참여하고, 무용가들은 16개의 공연장(경연장/연무장) 순회하며 도시 전체를 에너지로 채웁니다. 요사코이 축제가 너무 좋아 고치시로 이사한 사람들이 있을 정도며, 이들은 '요사코이 이민자'로 불립니다. 활기찬 요사코이 춤은 고치에서 일본 전역으로 퍼졌고, 현재 요사코이 춤은 전국 200개 이상의 이벤트와 축제에서 공연됩니다.



사에키 다이스케  
고치 요사코이 감독  
고치 요사코이 정보 교류관

요사코이 축제 동안 고치시는 새로운 모습으로 방문객을 맞이하고 있습니다. 댄서와 관객 모두가 열렬히 열광하며, 도시 전체가 에너지로 가득 차 있습니다. 이와 같은 분위기가 요사코이를 매력적으로 만들며, 그렇기에 많은 사람의 지지를 얻습니다.



오웬 위드  
경연장 무대 직원

저는 2013년부터 요사코이 춤 공연장 중 하나인 상점가에서 관광버스를 안내하는 일을 하고 있으며, 이처럼 유명한 축제에 참여하게 되어 매우 기쁘고 행복합니다. 저는 이제 외국인이 아닌 고치 현민입니다!



미야자키 미하루  
요사코이 이민자

저는 13살에 고치에서 전국적인 요사코이 축제를 경험했고, 너무 즐거웠기에 커서 고치에서 살기로 다짐을 했었으며, 이시카와현 출신인 저는 결국 고치로 이주하였습니다. 또한 저는 요사코이 이민자라기보다는 요사코이 춤을 추고 싶은 사람입니다.

## 요사코이 축제 정보

날짜	행사	시간	장소
8월 9일	요사코이 축제 개막 행사	17:00~(미정)	주오 공원
	불꽃놀이	19:30~	가가미강 미도리 광장
8월 10일, 11일	요사코이 축제	11:00~22:00	오비야마치
		11:30~22:00	주오 공원
		12:30~21:30	시내 12개 경연장 및 연무장
		13:15~21:30	오테스지
		18:30~21:30 (8월 11일만)	아나기마치
8월 12일	피날레 행사	13:30~21:30	고치성, 오테스지, 오비야마치
	전국 대회	18:30~22:00	주오 공원



## 요사코이 행사는 연중 개최됩니다.

### 마치나가 요사코이

- 기간: 4월 8일~6월 24일 매주 일요일 12:00~14:00
- 장소: 고치시 오비야마치 오후시도리

※상기 내용은 2018년도 일정입니다. 세부 사항 및 시간은 변경될 수 있습니다.

### 요사코이 양코르

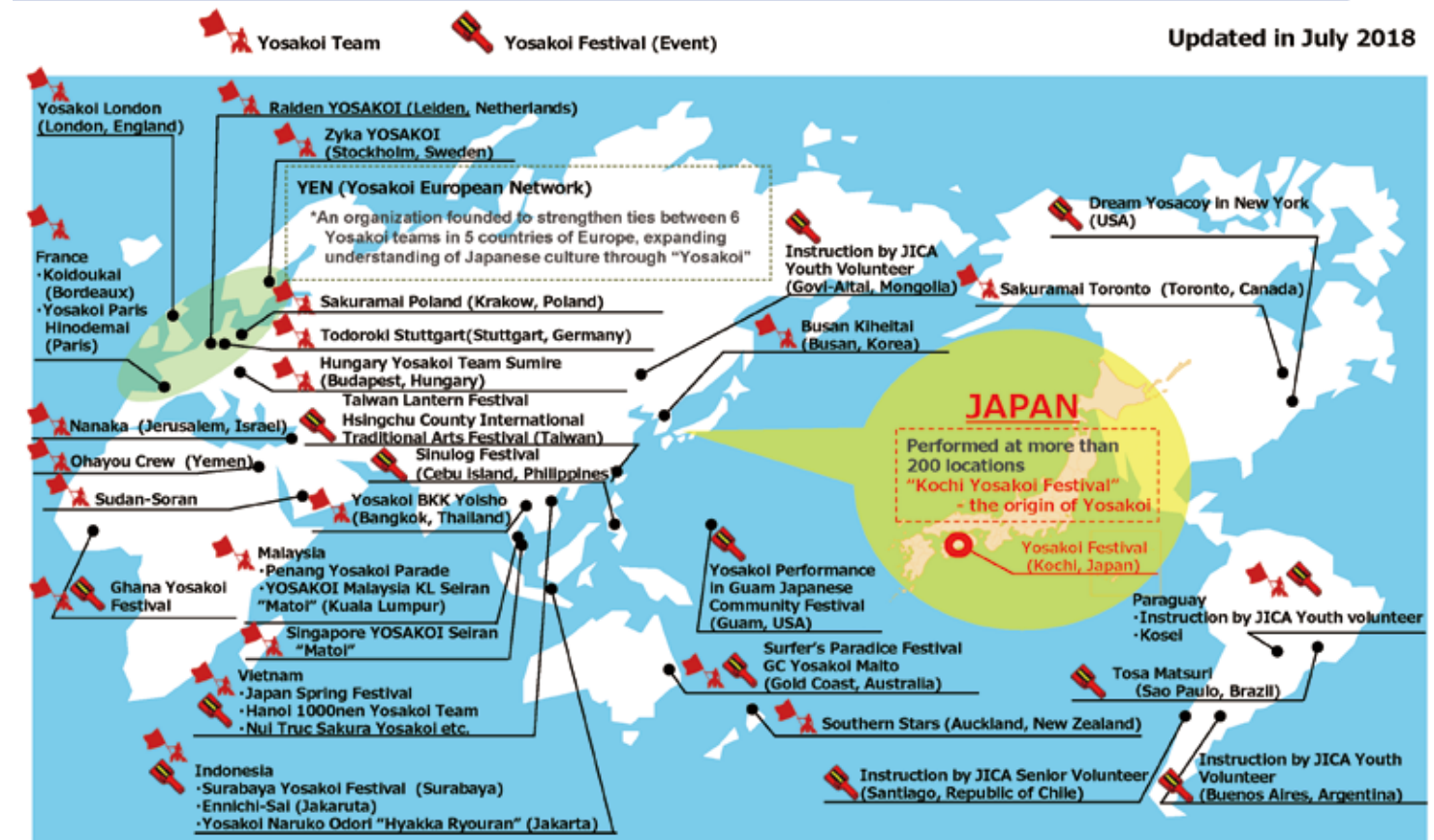
- 기간: 8월 17일~26일 18:00~18:45
- 장소: 오후시도리 상점가 아케이드



## Worldwide Spread of Yosakoi

More than 28 countries/regions (apart from Japan)

Updated in July 2018





# 시코쿠 헨로 — 88 영장 순례

시코쿠 순례길은 세계에서 몇 안 되는 원형 순례길 중 하나입니다. 9세기에 불교도인 고보 대사(구카이)는 시코쿠를 걸으며 88개의 영장(찰소)를 세웠다고 합니다. 총 경로는 약 1,200km이며, 이 88개의 영장을 순례하는 것을 ‘오헨로 (신성한 여정)’이라고 부릅니다. 모든 곳을 순례하면 번뇌가 사라진다고 하며, 이 순례는 자신의 삶을 되돌아보고 더 나은 방향으로 변화할 기회를 제공합니다. 고치현에는 24번부터 39번까지 88개의 영장 중 16개가 있으며, 2015년 문화청에서는 88개의 영장을 일본 유산 제1호로 지정했습니다.

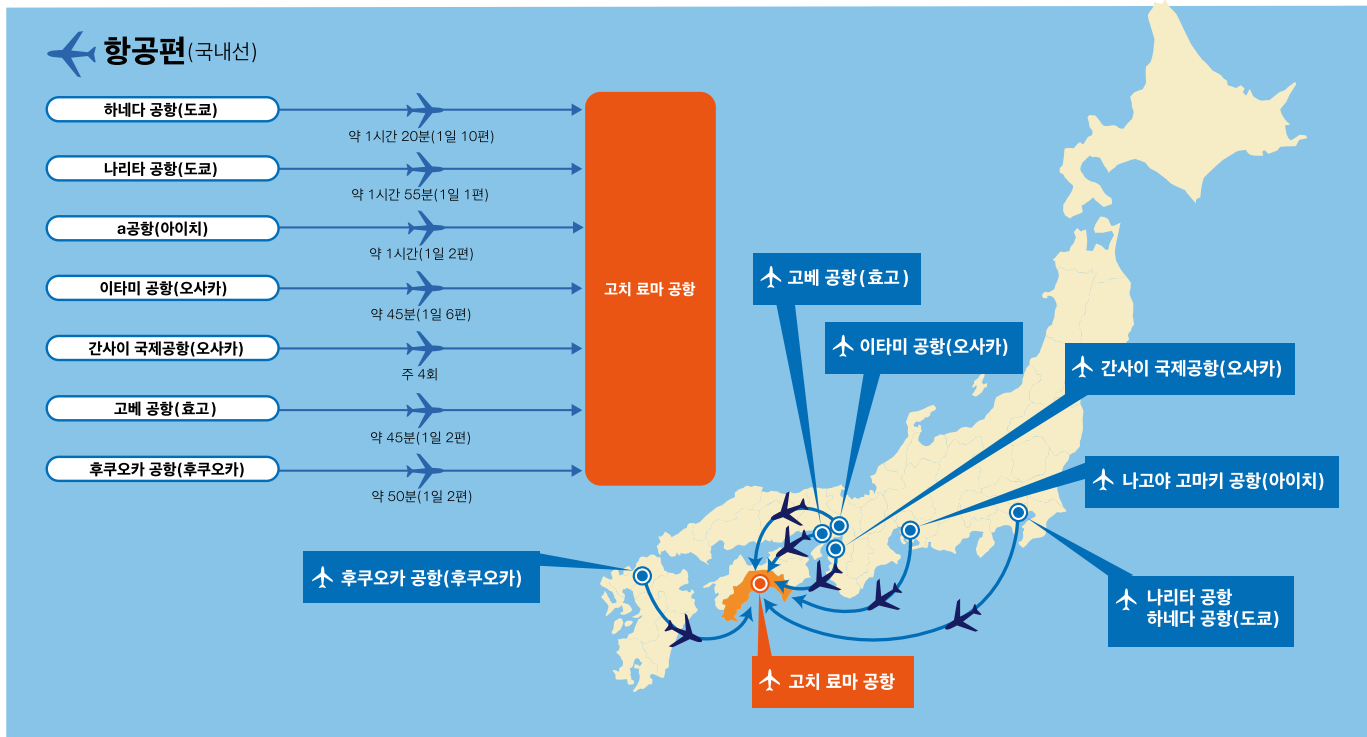
<https://visitkochijapan.com/ko/highlights/henro>  
<http://www.tb.mlit.go.jp/shikoku/88navi/korea/>



고치현 순례지 목록

	이름	주소
24 <sup>th</sup>	호쓰미사키지 절	最御崎寺 무로토시 무로토미사키초 4058-1
25 <sup>th</sup>	신쇼지 절	津照寺 무로토시 무로쓰 2652-0
26 <sup>th</sup>	곤고초지 절	金剛頂寺 무로토시 무로토초 모토오쓰 523
27 <sup>th</sup>	고노미네지 절	神峯寺 아키군 야스다초 도노하마 2594
28 <sup>th</sup>	다이니치지 절	大日寺 고난시 노이치초 보다이지 476-1
29 <sup>th</sup>	고쿠분지 절	国分寺 난코쿠시 고쿠부 546
30 <sup>th</sup>	젠라쿠지 절	善楽寺 고치시 잇쿠시나네 2-23-11
31 <sup>th</sup>	지쿠린지 절	竹林寺 고치시 고다이산 3577
32 <sup>th</sup>	젠지부지 절	禅師峰寺 난코쿠시 도치 3084
33 <sup>th</sup>	셋케이지 절	雪蹊寺 고치시 나가하마 857-3
34 <sup>th</sup>	다네마지 절	種間寺 도사시 하루노초 아키야마 72-1
35 <sup>th</sup>	기요타키지 절	清瀧寺 도사시 다카오카초 테이 568-1
36 <sup>th</sup>	쇼류지 절	青龍寺 도사시 우사초 류 163
37 <sup>th</sup>	이와모토지 절	岩本寺 다카오카군 시만토초 시게쿠시초 3-13
38 <sup>th</sup>	곤고후쿠지 절	金剛福寺 도사시미즈시 아시즈리미사키 214-1
39 <sup>th</sup>	엔코지 절	延光寺 스쿠모시 히라타초 나카야마 390





## 일본 고속도로 패스

일본 고속도로 패스는 ETC 시스템을 통해 일본 고속도로를 무제한 이용할 수 있는 특별 서비스입니다. 차량과 함께 지정된 ETC\* 카드를 렌트하십시오.

### 이용 자격

이 패스는 일본 이외의 여권을 소지한 일본 방문객만 이용할 수 있습니다만, 다른 나라 영주권을 가진 일본인도 자격이 인정됩니다(일본에서 허용되는 운전면허증을 소지해야 합니다). 신청 시 운전면허증과 함께 여권 또는 상기 명시된 조건을 증명하는 서류를 제시해 주십시오.

### 이용 조건 및 이용 요금

연속 일수	가격
7일	20,000엔
14일	34,000엔

※차량 및 ETC 카드 대여료는 포함되어 있지 않습니다.  
※사용 기간은 연장할 수 없습니다.  
※고속도로 정책에 따라 '일반 차량'으로 분류된 차량에만 유효합니다.

자세한 내용은 [DoRaPuRa](#) [검색](#)

## ALL SHIKOKU Rail Pass

### 이용 자격

- ALL SHIKOKU Rail Pass(이하, '패스')는 일본 이외의 국가 정부 등이 발행한 여권을 소지하고, '출입국 관리 및 난민 인정법'에 근거하는 '단기 체류'에 해당하는 재류 자격 소유자를 대상으로 합니다.
- 전용 패스 케이스에 이름을 기재한 고객님이 사용하는 때에만 유효합니다(양도 불가능).

### 이용 조건 및 이용 요금

패스	해외에서 구매	일본에서 구매
3일	9,000엔(어린이 4,500엔)	9,500엔(어린이 4,750엔)
4일	10,000엔(어린이 5,000엔)	10,500엔(어린이 5,250엔)
5일	11,000엔(어린이 5,500엔)	11,500엔(어린이 5,750엔)
7일	12,000엔(어린이 6,000엔)	12,500엔(어린이 6,250엔)

※6세부터 11세 사이의 어린이에게는 어린이 요금이 적용됩니다.  
※다음 노선에서 내에서는 유효 기간 내 승하차가 자유입니다:  
JR 시코쿠선 전 노선 및 도사 구로시오 철도선 전 노선의 특급, 쾌속, 보통 열차의 보통차 자유석

자세한 내용은 [All Shikoku Rail Pass](#) [검색](#)

## 마이유 버스 - 고치시 관광버스

마이유 버스(My Yu Bus)는 고치시의 각 관광 명소를 연결하는 관광버스 서비스이며, 1일권으로 모든 버스 정류장에서 자유롭게 승하차할 수 있습니다. 하리마야 다리, 마키노 식물원, 가쓰라하마 해변 등에서 정차합니다.

### 요금

**가쓰라하마 1일권** : 어른: 1,000엔, 어린이(13세 미만): 500엔  
**가쓰라하마 2일권** : 어른: 1,600엔, 어린이(13세 미만): 800엔  
**고다이산 1일권** : 어른: 600엔, 어린이(13세 미만): 300엔  
\* 외국 여권 소지자의 경우, 승차권이 반값으로 할인됩니다.

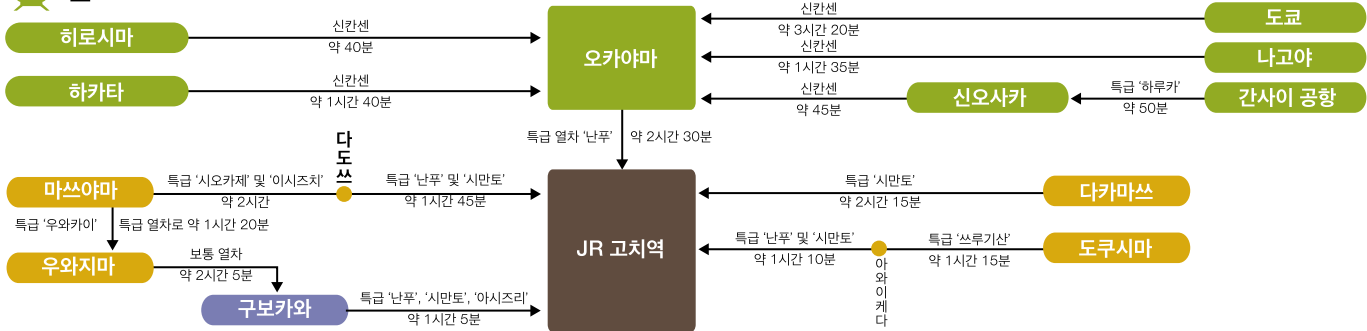
### 특별 혜택

**승차권 소지자는 일부 시설 입장료 할인, 트램 무료 이용(200엔 지역 한정), 도사덴 교통 버스(가쓰라하마~JR 고치역) 편도 1회 무료 이용 혜택을 받으실 수 있습니다.**  
\*고다이산 1일권 이용 승객은 도사덴 교통 버스 특별 혜택을 이용하실 수 없습니다.

자세한 내용은 [My Yu Bus](#) [검색](#)



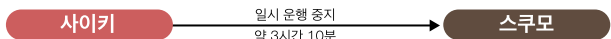
### 철도



### 고속 버스



### 페리



### 자동차



\* JR, 고속 버스, 비행기, 페리를 이용한 서비스는 날씨와 교통 상황에 따라 지연이 발생할 수 있으므로, 미리 각 운영처에 교통 상황을 확인하시기 바랍니다. (2018년 1월 기준)



고치현 관광컨벤션협회

고치현 고치시 마루노우치 1-2-20

고치현청 본 청사 5층(780-8570)

전화번호 : +81-88-823-1434

이메일 : info@visitkochijapan.com (일본어 및 영어 가능)

VISIT KOCHI JAPAN으로 문의 및 의견을 보내주시시오.

2020.3

고치 관광 공식 웹사이트

