



2026年4月号

おかげさまで

【駅長から皆さまへメッセージ】

道の駅「よって西土佐」は4月10日にてオープンして10年を迎えることとなりました。

また、先月の2026年3月25日には、シジ通過者数150万人を突破いたしました。いつもご愛顧いただいている皆さまのおかげと、心より感謝申し上げます。

そして、生産者の皆さまにあえられ、ここまで来られたと感じています。生産者の皆さんが心を込めて作った品物が道の駅のステーションに乗り、地域内外の方々に見てもらい、買ってもらう。西土佐を知っていただく事ができました。

おかげさまで、この道の駅はリピーターが多い場所となり、多種多様な商品があることで、お客様に楽しんでいただけている道の駅に成長しました。

これもひとえに皆さまのおかげでございます。誠にありがとうございます。11年目の道の駅「よって西土佐」も何卒よろしくお願ひ申し上げます。



林大介



祝 150万人達成

2016年 3月31日
プレオープン

2016年 4月10日
グランドオープン

2026年 3月25日
レジ通過者数
150万人達成



オープンの時の店内



オープンの時のもちなげの様子！

出荷者数は、2016年254名から2026年363名に増えています。

オープンの時の様子は、道の駅よって西土佐のYouTubeでご覧いただけます！



道の駅よって西土佐は4月～11月まで全館無休

生産者さんに よってみた!

きくちゃん
「四万十町金上野地区」
112日目
杉本智子さん



今回ご紹介するのは、繊細な編み目が美しいマクラメの小物を出荷してくださっている杉本智子さんです。もともとパッチワークや小物作りが大好きだったという杉本さん。「時間にゆとりができたので、新しいことに挑戦したい」とマクラメを始めて約半年、その魅力にすっかりハマっているそうです。

最初は作り方が分からず一週間ほど悩んだそうですが、初めてパーツが完成したときは「結ぶだけで形になるんだ！」と感動したそうです。ひとつの小物が完成までに約4時間、季節の壁飾りともなれば、パーツを組み合わせて仕上げるまでに2日はかかりますが「形になっていくのが楽しくて」と笑顔で話してくださいました。

杉本さんのこだわりは「自分だったら何がほしいかな？」と考へて商品を作るように心がけているとのこと。まずは自分でサンプルを作ってみて、使い心地を確かめ、色合わせにもこだわっています。「マクラメという作品があることを知ってもらえたら嬉しいです」とコメントをいただきました。

西土佐の地食

59 地食料理研究家 中脇裕美

道の駅よって西土佐の10周年は新生ストローベイル SANKANYAの10周年でもある。

6畳一間のわらの家、ストローベイルSANKANYAはちゃんと流しもある、コーヒーマシンもあって、ケーキのショーケースも入って、お客さんが6〜7人は座ってカフェしてもらえる。不思議な空間。窓からのながめがとても良くて、ポストカードのよう。木で作ったテラスもなつかしい。

「川のほとりの小さなケーキ屋さん」は、大きく生まれ変わって道の駅に併設された。18年になる。何とか今に至る。いろんな事がありました。こんな田舎のケーキ屋さんがあるに残っているのは地域の皆さんのおかげです。

折にふれ使ってもらえる。こんなうれしいことはない。本当にありがとうございます。そして、また新たな年を迎えます。これからもどうかどうかよろしくお願い致します。



ゆみさん

グビグビ



リープルのお酒

160ml 390円

よって酒店10本目。今回ご紹介するのはリープルのお酒です。高知県内の方ならリープルは一度は飲んだことのあるドリンクではないでしょうか。そのリープルのお酒バージョンなのです。水々しい市場レジでは持って来られたお客様に「これはお酒ですがいいでしょうか？」と確認します。そうすると何人かに1人はお酒とは思わずにお買いもためになろうとする方がいらっしゃいます。さて、そのお味ですが甘さの中にほんのり濁酒感もあります。また甘酒にも近い感じ。飲み方は、冷やしてそのまま呑むかロックで呑むのをオススメします。合う肴は、肴と言っているかどうかわかりませんが、ショートケーキやモンブランが頭に浮かびました。高知県人なら必ずノスタルジーを感じるリープルのお酒、ぜひご賞味ください。

※呑んだ感想等あくまでも個人の主観ですのでご了承ください。

ヨーグルトのお酒だよ!

アサヒナさんのおすすめ



本日快晴

駅長・林大介の暖かいランドセル姿を見かけると、4月を実感します。

道の駅がオープンして早くも10年が経ち、驚くばかりです。準備に追われた当時のことも、今では懐かしい思い出です。

オープン日の深夜12時ちょうど、看板を覆っていた白いカバーが外される瞬間に立ち会い、大きな感動とともに気持ちが高まりました。店内の準備も時間との勝負で、やり直しを重ねながら朝まで作業したことを思い出します。

この10年で私自身も多くの学びを得ていただきましたが、何よりスタッフ一同の頑張りがあり、「明るく元気な道の駅」のお声を多く頂いています。

これから20年、30年と続く道の駅を目指し、生産者の皆さんとともに歩んでまいります。今後ともよろしくお願ひいたします。



駅長

まだまだ

10周年ふるまいケーキ



季節が巡り、時間が経つのは早い早いと思っていたらあっという間に、道の駅よって西土佐が出来て10年が経つんですね。私事ですが、道の駅が出来たタイミングで転職したので前職を辞めてからもうそんなに経ったのかと驚きです。

いろいろな事があったなー、これからはいろいろな事があるんだろうなー、良いものをお届けし続けるため努力し続けてまいります！

ストローベイルSANKANYAは、周年イベントでは毎年ふるまいケーキを製造しています。もちろん今年も作ります!! いろんなケーキが出来るかはイベント当日のお楽しみ! ふるまいケーキも食べにぜひお越しください。



ちゅめちゃん

4月に入りウナギ漁と川エビ漁が解禁。何もなかった冬の時間に少しだけ名残惜しさを感ずるが、いよいよ今年も始まりました。正直川の状態は良くない。心配。心配なだけじゃなく、状況を見守るしか出来ず... 4月に解禁したとは言え、また川の水位は冷たく、本格的な漁になるのはまだまだちょっと先になるでしょう。四万十の生き物たちが活発に動き出すまで、いよいよ、いよいよ、川が洗われるのを祈ります。

今年の入荷がどうなるか、と今まではどっさり読めませんが、毎年始まりはそんな感じ。そんな感じを繰り返しながら、道の駅で10年歩んで来ました。これからも変わらぬ気持ちで、毎日船を焼くこと、天然だけにこだわること、あるものを活かして大事に売ること、ないものはない!と覚悟を決め、つづけていこうと決まっています。

そして何より健康第一! 毎日元気に笑って仕事が出来ることが、欲張らず自然のままに、ケセラセラをモットーにこれからも頑張ります! さて、この春新登場した鮎市場メニュー「鮎フリッター」特大鮎を3枚におろし、一口サイズにして、サクッと揚げています。特大の鮎なので、身が厚く、おろすと仕上がりが厚みがあります。おやつ感覚でパクッと行っちゃいましょう!



ちゅめちゃん



ミックスソフト



480円

今回は「ミックスソフト」をご紹介します。北海道のバニラソフトとチョココレートのソフトがミックスされています。特に北海道の生乳たっぷりなのバニラソフトは甘くて濃厚! 滑らかな口当たりです! コーンは、ワッフルコーンを使用しています。ソフトクリームはコーンかカップを選べるようになっていきますので、お気軽にお声がけください! 他にも、バニラソフト、チョコソフト、鮎ソフトもあります。最近はいよいよ暖かくなってきましたので、これからの時期ぜひ食べてみてください!

◎今月のおすすめ



食堂スタッフ みづきちゃん

TOKU'S キッチン

【焼きスナップえんどうの春サラダ】

【つくり方】

- ①新たまねぎを薄切りにする。
- ②スナップえんどうは筋を取り、フライパンにオリーブオイルを熱して中火で焼く。
- ③焼き色がつき、少ししんなりしたら塩・こしょう(またはお好みのハーブソルト)で味を調える。
- ④①と③を混ぜる。
- ⑤器に盛り、仕上げに粗びき黒こしょうをふり、最後にかつおぶしをかけて完成。

【材料】(2人分)
スナップえんどう 約150~200g
新たまねぎ 約100g
オリーブオイル 大さじ1弱
塩・粗びき黒こしょう 適量
※お好みでハーブソルトもおすすめ!
かつおぶし 適量

スナップえんどうは、焼くだけで甘みが増します。玉ねぎのシャキッとした食感と合わせて、春の味を楽しんでみませんか?



マネージャー とくちゃん



BBQしよ! 分厚いステーキの焼き方

BBQ担当 しゅーへい

今回は分厚いステーキの焼き方の紹介です。スーパーや精肉店で見かける分厚いステーキはとても魅力的ですが、どうやって焼くの?となることもあるかと思えます。BBQをする際、失敗せずに綺麗なミディアムに焼くための方法をご紹介します。

※カークリル、肉芯温度計が道具として必要です。

- ①ステーキに塩コショウをかなり多めに振る。
- ②炭を熾す。
- ③炭が熾ったら、BBQグリルの片側に高く盛り。
- ④①のお肉をBBQグリルの直火にならないところに置き肉芯温度を上げていく。
- ⑤肉芯温度が45℃程度になったら焼いたお肉をアルミホイルでしっかり包み5分程度休ませる。
- ⑥5分経ったら、アルミホイルを外し直火のゾーンで両面1分ずつ焼く。
- ⑦まな板の上で何も覆わずに3分程度休ませて完成。

※ステーキの表面にしか味がついていないので、調整用の塩などがお皿やカッティングボードにあればうれしいと思います。

花見や集まりのある春に、テンションの上がる分厚いステーキを焼いてみてください。



ビバにしとさ

Youは何しに西土佐へ?!

聞き手: いなかパイプ・レोकくん

今回は、神戸出身大宮育ち・大宮で暮らす甫喜本 司(ほきもとつかさ)さんに突撃インタビュー!

Q. Youは何しに西土佐へ?!

コロナ禍がきっかけで、古民家バンクで大宮の空き家を見つけて、縄文遺跡のそばでもあって、縄文時代から人が住んでいる場所ということが決めてで直感的に移住しました。

もともと父・母が、四万十町の興津出身。私は関西から出たことはないです。若い頃は、プロ野球を目指してましたが、21歳からは競輪選手を16年。その後は整体師として20年くらいやってきました。

旅するのが好きで、西土佐をベースに旅しながらのんびりと暮らそうと思いましたが、プール監視員、道路工事手伝い、役場の宿直の仕事、去年の7月からは集落支援員として大宮産業の給油所・店番・お米や肥

料の配達、ライスセンターの仕事と、流れの中でいろいろやっています。

Q. 西土佐に暮らしてみようですか?

目の前に目黒川があって、天然うなぎをとったり、3年前から米作りも始めました。空気は綺麗、夜は静か、家も気に入っているし、都会ではできない暮らしを楽しく暮らしています。

Q. これからやりたいことは?

若者達が関われる流れをつくり、この四万十の景観や暮らしを次の世代に渡していきたい。これからの3年間は腰を据えて、この地域に向き合うつもりです。

また、整体師の経験を活かしてT年を重ねても歩ける身体「寝たきりにならない生き方」が当たり前になる社会もつくりたい。その実践として、昨年自分自身もマスターズ陸上に挑戦しています。

加えて、日本各地を旅したので、これからは世界にも足を伸ばしていきたいです。



甫喜本さん

93 また来月!

よるぎん

【編集後記】花見の季節。桜の花粉には「エフェドリン」という興奮成分がある。そこにお酒がはいるからさらに楽しくなる。また、偽物のお客さん「サクラ」。パッと派手にやってパッと帰るごとの粋な見立て。



採用の方には粗品をプレゼント! 投稿はこちらから



読み手 ゆきさん (高知市)

【読み手のところ】小学校1年生の息子がケーキバイキングに行ったときの感想です。

よりすぎ川柳

おいしいね ケーキたくさん

バイキング

井戸端 インタビュー

異動の季節

夢 「どうでした?」
Aさん 「全員残留です!」

夢 「どうでした?」
Bさん 「変わりましたー。お世話になりました。」

夢 「どうでした?」
Cさん 「西土佐になりました。」

異動の季節ですねー。

はな画伯の 今月の おえかき

軽トラ

【お絵描きエピソード】
店内の軽トラも10年が経ちました! これからもよって西土佐のシンボルとしますます活躍してほしいです!
※前号の「さくら」の絵について、「本当にはなちゃんが描いたが!?!」と色んな方にお声をかけていただきましたが、本当に描いてます!(笑)

にしとさの 標準語講座

まぎる

<例文>
荷物、ここに置いたらまぎるろうか?

「邪魔になる」という意味です。「まぎる」は、人にも物にも使います。相手に「邪魔だ」と直接的に言うよりも、場の状況を優しく伝えたい時に使われることもあります。今は亡き父がよく「よいまぎる!」と言ったことを思い出しました(笑)