校長室だより　うんとこしょ　どっこいしょ　第１１１号　令和６年２月１１日

渋谷区立原宿外苑中学校長 駒崎 彰一

高知県四万十市に行ってきました

９日（金）に高知県にある四万十市立中村中学校の校内研修会に行ってきました。本校の「学び」の実践を紹介して四万十市の先生方とともに「これからの学び」について考える研修会です。

先月１８日に本校で実施した「教育実践カンファレンス」の出前版というような感じでした。

校長室だより第８１号 https://shibuya.schoolweb.ne.jp/weblog/files/1320122/doc/87628/562942.pdf でお伝えした通り、「四万十」は・・・現１年生が令和７年度修学旅行の行先予定地になります。

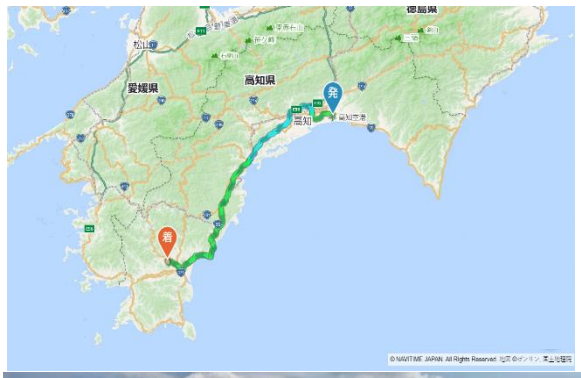
今回、９日（金）の午前中は移動。午後に研修会。１０日（土）に「四万十川」について現地で一人探究活動をしてきました。

なんと９日にも・・・予定より３０分ほど早く到着しましたので中村中学校山崎校長に学校周辺の四万十川を案内していただきました！ 研修会終了後にも、中村中学校の先生方や四万十市教育委員会事務局の皆様から現地の貴重な情報をいただきました。

研修会・情報交換会も充実して・・・これから四万十市立中村中学校とオンラインで生徒交流を！という話もいただいております。（実現させたいと思います。本校よりも生徒数の多い学校です！）

高知空港（愛称：高知龍馬空港Kochi Ryoma Airport）到着すると高知県 土佐藩出身の明治維新の志士 坂本 龍馬 やよさこいの巨大「鳴子」が出迎えてくれます。

空港から四万十市までは約１３０kmあります。



車で２時間８分（Google マップ＋実測）かかります。電車でも行くことができますが単線区間で・・・特急でも４時間を超えるそうです。空港から四万十市までの間も見どころが沢山あります！　校長室だより第３９号 https://shibuya.schoolweb.ne.jp/weblog/files/1320122/doc/82683/552471.pdf にも一部掲載しております。

四万十までの素敵なスポットをたくさん見つけてきましたが・・・今回は「四万十川」の特集にします！

ちょこっとだけビーチの写真も載せておきます。（こんな広い砂浜で・・・みんなで想い出共有できそうです！）

四万十川　(高知県公式サイトより抜粋)

四万十の名前は、文字どおり四万余りの支流をもっているという説やアイヌ語の「シ・マムタ」(はなはだ美しい) からきたという説があるそうです。全長 196 キロメートル、流域面積 2,186 平方キロメートル。標高 1,336 メートルの不入山 (いらずやま) の東斜面が水源とされています。

その流れは周囲の自然を懐深く抱え込み、多くの動植物を育みながら蛇行し大河となり、河口の町「土佐の小京都・中村」で太平洋に流れ込みます。

四万十川流域に住む人々は、昔からこの川を愛し、生活の場として川の営みを大切にしてきました。

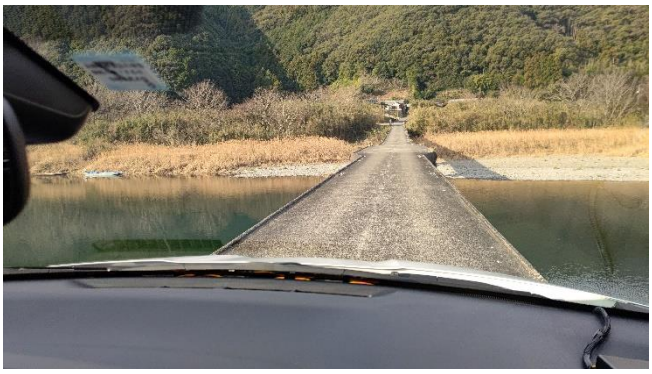
川は今も人々の素朴な気風や地域の歴史、文化を育み、日本最後の清流として変わることなく、流れ続けています。

沈下橋 四万十市公式サイト https://www.city.shimanto.lg.jp/soshiki/13/1454.html

四万十川の沈下橋とは、増水時に川に沈んでしまうように設計された欄干のない橋のことです。

緑の山々に青い四万十、そして沈下橋という風景は、もっとも四万十川らしい風景でしょう。河口からいちばん近い沈下橋は、佐田 (今成) 沈下橋で、橋を渡るときの気分はそう快です。

他に、四万十川の本流域 (四万十市内) だけでも、三里、高瀬、勝間、口屋内、岩間、長生、中半家、半家の沈下橋があり、いずれも四万十川らしい、川と人との関わりの感じられる風景が見られます。



まさに生活道路であり、生活と川が密着している風景です。車で渡りました・・・美しい川に吸い込まれそうで・・・ギリギリの緊張感あります。

本当に川の美しさに圧倒されます。日本各地に美しい渓流等がありますが「四万十」はスケールが大きい。河口から上流まで・・・どこに行っても素敵でした。今回は真冬の四万十でしたが 4 月以降は遊覧船やカヌー、川遊びなど、もっと自然を満喫できそうです。

河口の町「土佐の小京都・中村」

「小京都」とは、古い街並みや景観が京都に似ていることから名付けられた、街の愛称のことです。公式に小京都と名乗れるのは全国京都会議に加盟した自治体で、次の条件に１つ以上合致していれば承認されます。

１.京都に似た自然と景観　　２.京都との歴史的なつながり　　３.伝統的な産業と芸能があること

四万十市も昔から「土佐の小京都」と呼ばれています。起源は室町時代。応仁の乱の戦火を避けるため、関白一條教房公はここ中村（現・四万十市）に中村御所を構えました（現在の一條神社）。都を懐かしんだ一條公は、京都を模した碁盤の目状の街づくりをしました。昭和21年の南海大地震で昔ながらの街並みはほとんど残されていませんが、現在でも碁盤の目の街並みや鴨川や東山など京都に見立てた地名やゆかりの神社などもあちこちに残っています。「大文字の送り火」や土佐一條公家行列「藤祭り」、「一條大祭」などの京文化の名残りもあります。四万十市は、「小京都」の３条件を全て満たしているそうです。

中村のメインストリートから四万十川を渡る「四万十川橋」 地元のみなさんは「赤鉄橋」と呼ぶそうです。大正１５年に四国初の鉄橋として完成したそうです。

「四万十グルメ」四万十川まるごと定食

天然鮎　天然物は骨をきれいに抜くことができます。四万十ならではの風味。絶品です

「ごり」の卵とじ

清流で生きる小魚「ごり」鶏卵で閉じるのは、この地区の伝統料理です。クセなく、白米に合います。これまた絶品です。丼にして食べたい！

天然「青のり」の天ぷら

「天然の青のり」が発育する川の環境はきわめてデリケートです。光合成を行うための明るい太陽と、その陽光を水底まで通すための透明な水、さらには水温や水中の栄養素、海水・淡水のバランスが保たれてはじめて、青のりはすくすく成長するそうです。これらの好条件が理想的に揃う日本でも有数の場所が、四万十川の河口域。

海苔の香りの強い絶品でした。

「ぶしゅかん」佃煮

珍しい柑橘系「ぶしゅかん」の佃煮。これも白米に合う絶品です。

川エビ唐揚げ
　四万十川で獲れた「手長エビ」をカラッと揚げ、塩味で。地元では「川エビ」と呼ばれ、手掴みでいただくのが流儀のようです。
　カリカリ香ばしい一品です。このサイズになるとカリカリだけではなく、しっかり「海老」です。
おいしかったぁ～

「生青のり」の味噌汁
　「生青のり」たっぷりの磯の香りがたまらない味噌汁。

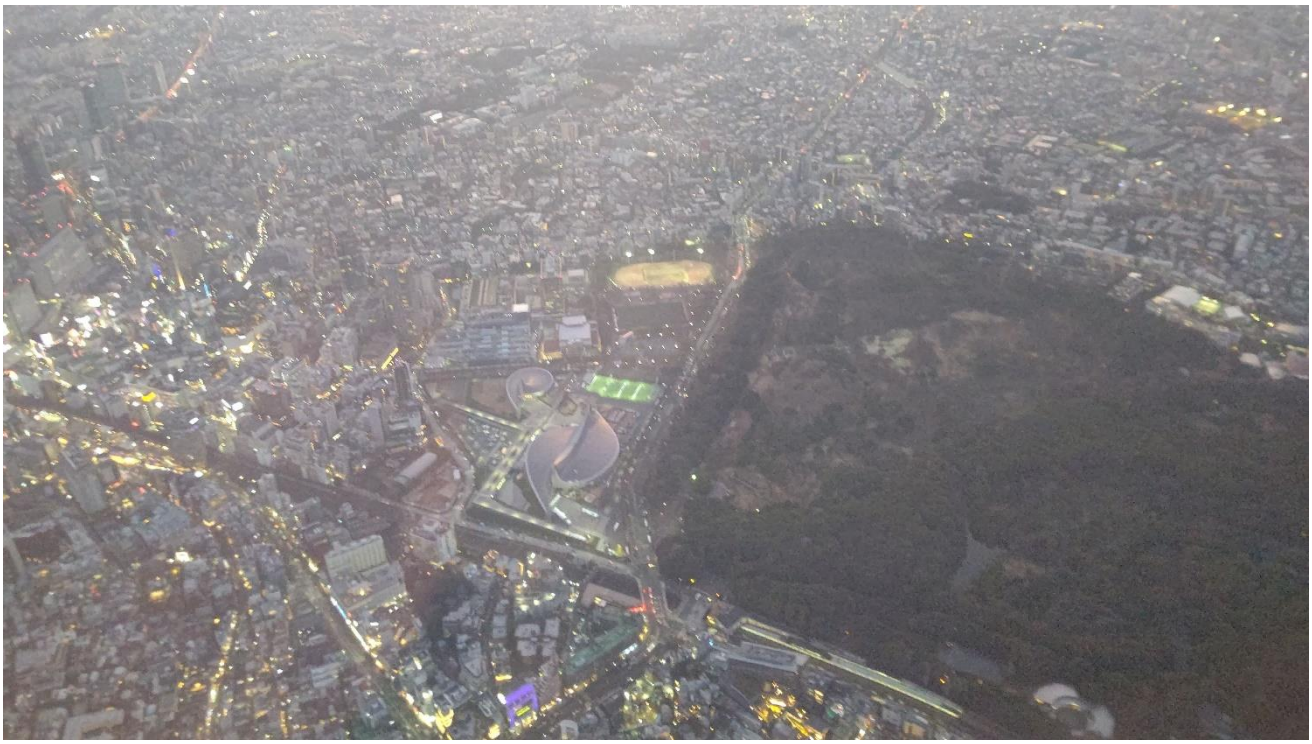
天然「うなぎ」蒲焼
　現在、禁漁期で獲り置きの「うなぎ」でしたが・・・４月から漁が再開するそうです。
　養殖ものと比べると身が締まっていて、じゅわーっと「あまい」脂が口の中に広がります。
忘れられない逸品です。

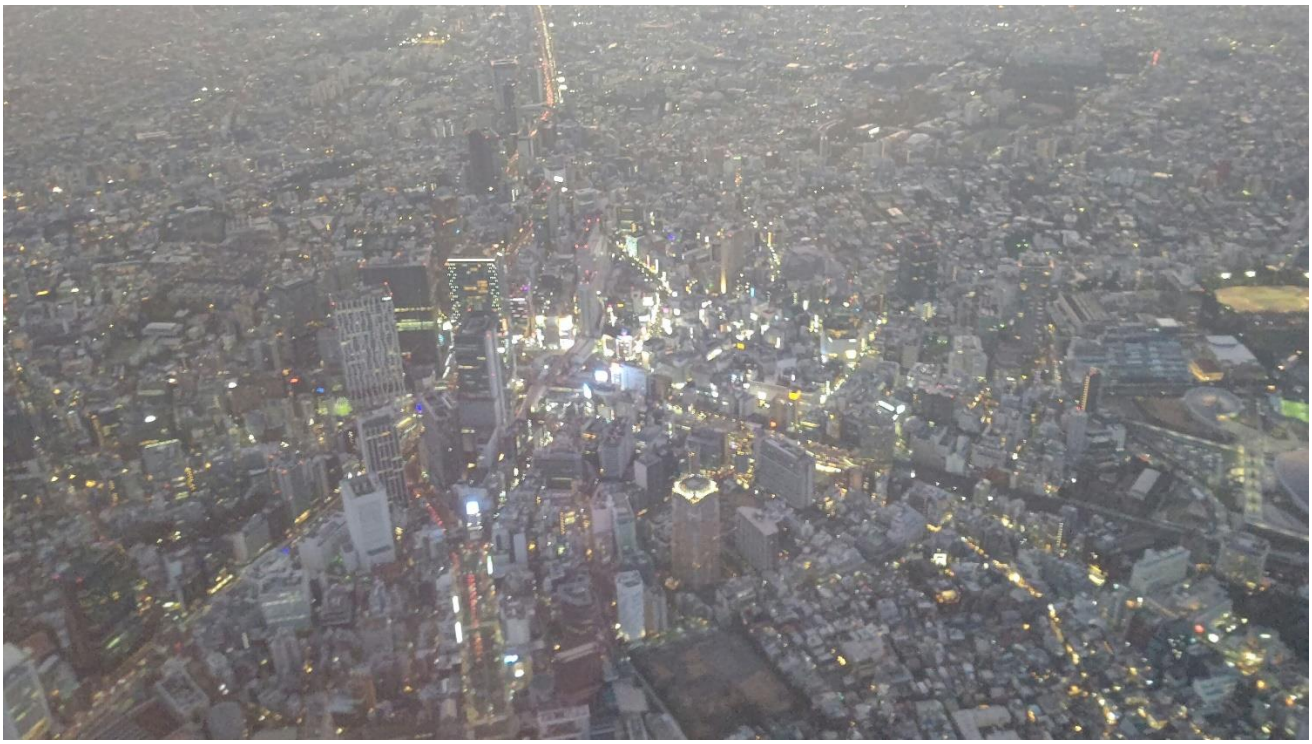
四万十グルメ取材協力「四万十屋」

　グルメ漫画「美味しんぼ」に登場している漁師料理のお店です。

修学旅行に向けて様々な情報を四万十市の皆さんからいただいてきました！
ありがとうございました！
四万十市立中村中学校とは、生徒交流も進めていきたいと思います！！
これからもよろしくお願いいたします！

オマケ
　帰りの飛行機で原宿そして渋谷の上空を通過しました！





　写真は撮れませんでしたが夕方で富士山も美しく
　新幹線ではなく飛行機で行く修学旅行
　飛行機の窓からも「学び」がありそうです！