



An Information Magazine for the International Community in Kochi

在住外国人のための生活情報冊子「Tosa Wave」2007年4月・5月号(Vol. 17) 発行:財団法人高知県国際交流協会

Are you tired of shopping at supermarkets with an abundance of standardized services and products? Or do you want to buy safer and fresher foods more economically? If so, then this edition will provide you with some answers and expand your range of shopping options in Kochi.

What attracts you to “Ichi” BY SUSUMU YOSHIDA

We can see a variety of “Ichi” (markets) in Kochi. They have different names such as *Nichiyō-Ichi* (Sunday Market), *Ryōshin-Ichi* (Honesty Markets), *Chokuhansho* (Direct-Selling Markets), etc. I think that a common characteristic of all is “confidence”. Producers harvest their agricultural products, lay them out at their stall and sell them in person on the same day. Because you meet the producers face-to-face while shopping, you can have more confidence in their merchandise. Please try to ask more about their products and bargain as well if you can speak Japanese. You will be able to enjoy the experience much more than just shopping. It may be that you have some trouble conversing with “*obachan*” (middle-aged women) vendors who speak Tosa dialect with a strong accent. But don’t worry, just try to talk to them with a smile! You may discover new things about Kochi.



Street Markets in Kochi City BY SUSUMU YOSHIDA

I think there are hardly any residents in Kochi who don’t know the *Nichiyō-ichi* (Sunday Market), the most famous of all street markets in Kochi City. But probably you may not know that street markets also open on other days. You can find markets on Tuesdays, Wednesdays, Thursdays, Fridays and Sundays (unfortunately the Saturday Market closed in March this year).

Outline of each market

Tuesday Market:Map

It’s located on the street one block south from the tramcar road between Kamimachi 4 chōme and Kamimachi 5 chōme. About 40 stalls line up there and many of them sell vegetables, fruits and processed agricultural products.

Access: Get off at the Kamimachi 4 chōme stop if you head there by tramcar from Harimayabashi Bridge, and take a one-minute walk to the south.

Wednesday Market:Map

It’s smaller than any other market and a little bit hard to find. Surrounded by the residential area of Hyakkoku-chō, a car parking lot turns into a market every Wednesday. Mainly vegetables, fruits and processed agricultural products are sold.

Access: Get off at the Sanbashidōri 3 chōme stop if you go there by tramcar from Harimayabashi Bridge, and walk five mins to the west.

Thursday Market:Map

It’s situated on the street that you can see as soon as you cross the tramcar road from the city hall. It’s the biggest after the Sunday Market. In close proximity to the business district, businesspeople dressed in dark suits are often seen shopping here. Personally I sometimes buy O-manjū (steamed bun with sweet bean filling) here.

Access: Get off at the Kenchō-mae stop if you go there by tramcar from Harimayabashi Bridge, and walk 30 seconds to the south.

Sunday Market in Tosayamada BY HIROMI ŌTSUKA

Do you know there is another Sunday Market in Tosayamada? There are two markets in Tosayamada open on Sundays -*Nichiyoichi Heiseikumiai* (south of Kami City Office) and *Furusatoichi* (southeast of Kami City Office)-. You can get seafood (from Muroto, Aki and Niida), farm products, livestock products, traditional local products (bladed tools: Tosayamada is famous for *uchihamono*) and groceries (homemade buns, sushi and tempura etc.) etc. My favourite is deep-fried Tempura (*Satsuma-age*: deep-fried ground fish)

Access:About 5 minutes on foot from JR Tosayamada station.

Inquiries:Division of Commerce, Industry and Tourism, Kami City
TEL:0887-53-1084 Hours: every Sunday 6:30 ~ 16:00

There is a car park only on Sundays.

If you bargain with them, they might lower the price. You should try to say “*Maketekuren?*” = “Could you give me a little discount?”

Friday Market:Map

It’s positioned in the vicinity of an elevated bridge being constructed by JR at Atagomachi and has around 50 stalls. Since the market is close to the Atago shopping district, people often use both.

Access: Walk west for about 10 minutes from the JR Kochi Station.

Sunday Market:Map

About 500 stalls line up along about 1.3km of Ōtesuji Street. You can’t miss visiting this well-known market at least once during your stay in Kochi. Even if you don’t need to buy anything, just walking through the market is extremely enjoyable. For more details, please look it up by googling “Sunday Market Kochi”.

The street markets of Kochi City have been dwindling gradually, partly due to the invasion of big shopping malls into the suburbs, which steal customers from the markets. To keep these traditional street markets alive, we all have to use them as often as possible.



とくしゅう

特集：市（いち）

画一的なサービスと商品で溢れるスーパーでの買い物に飽きていませんか？より新鮮で安全な食品をリーズナブルな価格で買い求めたいですか？
そう思っている方に対して今回号ではいくつかの答えを提供するとともに、あなたの高知での買い物の幅を広げたいと思います。

市の魅力（担当：吉田 進）

高知には色々な「市」がある。日曜市、良心市、直販所と名称は様々だが、それらを統一するものは一言で言えば「信頼」ではないだろうか？高知の生産地からその日に収穫された農産物が店に並び、それを生産者が自ら販売する。生産者の顔が見えるので、商品に対する信頼性が自然と湧いてくる。会話ができれば商品のことを詳しく聞いたり値切り交渉も可能になるので、物を買うこと以外の楽しさを発見できる。強いアクセントの土佐弁を話すおばちゃんとの会話は確かに難解かもしれないが、そんなことは気にせず、ニコッと微笑んで話しかけてみてはどうだろう？きっと新しい高知を発見するに違いない。



高知市の街路市（担当：吉田 進）

高知市内の街路市で最も有名な「日曜市」を知らない人はほとんどいないと思いますが、日曜日以外にも街路市が開かれていることを知っている人は少ないと思います。実は 3月まで月曜日以外の曜日に高知市内のどこかで街路市が開かれていました。残念ながら土曜日はなくなってしまいましたが、火曜日、水曜日、木曜日、金曜日は開かれています。

各街路市の概要

火曜日：地図

火曜日は高知市上町4丁目から5丁目の電車通りから1つ南の道路沿いに、約40店舗の店が出ています。青果、農産物加工品を取り扱う店が多いです。

アクセス：はりまや橋から路面電車で上町4丁目電停下車、南へ徒歩1分

水曜日：地図

水曜日は最も規模が小さく場所も分かりづらいです。百石町の住宅街の駐車場が水曜日だけに変わります。ここも青果、農産物加工品が多いです。

アクセス：はりまや橋から路面電車で棧橋通3丁目電停下車、西へ徒歩5分

木曜日：地図

木曜日は市役所から電車通りを渡ってすぐのところにあります。日曜日以外では最大規模で、ビジネス街に近いことからスーツを着たサラリーマンのお客も多く見られます。私も時々ここでおまんじゅうを買います。

アクセス：はりまや橋から路面電車で県庁前電停下車、南へ徒歩30秒

金曜日：地図

金曜日は高知市愛宕町のJR線高架橋付近に約50店舗軒を連ねています。愛宕商店街に近いことから商店街と金曜市を両方利用するお客も多いです。

アクセス：JR高知駅西へ徒歩約10分

日曜日：地図

日曜日は追手筋通りの約1.3kmに約500店舗が軒を連ねています。高知滞在中に是非とも一度は訪れてもらいたいです。買いたい物がなくてもただ歩くだけでワクワクしてきます。もっと詳しいことを知りたい方は、インターネットで「高知 日曜日」と打って検索してみてください。

高知市の街路市も近年徐々に衰退傾向にあります。郊外に大型店が進出し、お客を奪われていることが一部関係しています。ですので、この伝統的な街路市を存続していくため、私たちとしてもできるだけ街路市を利用することを心がけるべきだと思います。

土佐山田の日曜日（担当：大塚ひろみ）

土佐山田にもう1つの日曜日があるのをご存知ですか？土佐山田では日曜日に「日曜日平成組合」（香美市役所南隣）と「ふるさと市」（香美市役所南東）の2つの市が開かれます。そこでは海産物（室戸・安芸・仁井田から）、農作物、畜産物、地場産物（土佐山田は打刀物で有名です）、食料品（手作りのパンや寿司、大ぶら等）等が買えます。揚げたての大ぶら（薩摩揚げと同じで、魚のすり身を揚げたもの）はすごくおいしかったです。

アクセス：JR土佐山田駅から徒歩で約5分

問い合わせ先：香美市役所商工観光課 / TEL:0887-53-1084

営業：毎週日曜日/6:30～16:00 *日曜日のみ駐車場あります。

交渉次第では値切れるかもしれませんよ。「まけてくれん?」と尝试してみてください。



Taishōmachi Ichiba BYTAISUKE MATSUO

There is a market called Taishōmachi Ichiba exclusively dealing with fish in Kure, Nakatos Town, in western Kochi. The market is crowded with seasonal fresh fish that are caught and landed at the Kure fishing port every morning and afternoon throughout the year.

The market opens from around noon until after 5pm every day, as fresh fish caught on that day isn't laid out until noon. It's best to shop in the afternoon to get fresh fish.

You can even ask the vendors how to prepare the fish you buy. Please feel free to ask them how to cook and serve it as well, and you may even get an extra fish for free.

Moreover, handmade whole-fish sushi and side dishes are sold in the arcade and on "Showa St." and "Heisei St".

The market was refurbished in December 2003, with the whole arcade remade in wood. The market has the atmosphere of a fishing village with big flags streaming from the ceiling as well as nostalgia to remind us of the atmosphere of the 3rd decade of the Showa era.

Access : About 20 mins by car via Route No. 56 from Susaki East IC / about 7 mins walk from JR Tosakure Sta.

Markets carrying organic vegetables

BY SHIMA MATSUI

These days, there has been a lot of attention directed at the lifestyle of people interested in health and the environment, expressed in the acronym "LoHaS", for Lifestyle of Health and Sustainability. Here, I would like to introduce some markets carrying safe and healthy organic vegetables or products.

- Ootoyochou Nousanbutsu Chokuhanten (8-3 Saenbachou, Kochi City)
- Hidamari Kousaten BAL Tosayama (139-3 Tosayama, Kochi City)
- Tosa touhouichiba Mana (98-1 Takasone, Kochi City)
- Kawausoichi (263-3 Shimobunkou, Susaki City)
- Michinoeki "Agurikubokawa" flea market (284-1 Hiragushi, Shimanto Town)
- Kaguranosato Shimantomura (654-1 Funato, Tsuno Town)
- Touwa no daidokoro (121-1 Toukawa, Shimanto Town)
- Taninouchi fresh market (in front of Ochi Town Office)
- Shikinosato (Shimonokae, Tosashimizu City)
- Kahoku ryoushinichi (1293 Bira fu, Kami City)

Ryōshin-ichi~The Honesty Market~ BYTOMOYUKI KATTŌ

When you walk along a road or a path in the countryside, you may happen to see a shed-like set of shelves laden with fruits and vegetables etc. All the goods have price tags and there is a small box to put your money in. As there is no shop assistant, all you need do is deposit your money and take your goods.

These are called 'Ryoushin-ichi ~ Honesty Markets' in Kochi. In other prefectures, they are just called 'Un-manned peculiars'. The name 'Honesty Market' is peculiar to Kochi.

The sellers trust customers, and the customers don't betray this trust, making such markets feasible.

The honesty markets are usually managed by nearby farmers, who offer fresh fruit and vegetables at a reasonable price. Why not try them out?

If you want to get foreign food....

BY MATT DOUGLAS

There are several places in Kochi where you can get your hands on foreign goods.

1. **Avenue.** Right behind McDonalds and Baskin Robbins in Obiyamachi is this eclectic shop that stocks all sorts of foreign sweets, chips and assorted cosmetics to boot!
2. **Natural House.** This organic supermarket sells a variety of healthy products, ranging from whole-wheat flour and rice-milk to organic meats and vegetables. Located one block north of Sunday Market Street, near Ōtemae High School.
3. **Sunny Axis in Nankoku** (on route 55) is another great place to find all sorts of foreign cheese, pasta and sauces. Jusco at Aeon Mall also stocks some foods from abroad.
4. For those looking for great bread, there is a small stand at the Thursday and Sunday markets selling whole-wheat and grain breads. Walk around a bit and you will find it.



大正町市場 (担当: 松尾泰輔)

高知県西部、中土佐町久礼に魚専門の市場がある。市場では、一年中その季節毎に旬となる久礼漁港にあがった「朝どれ・昼どれ」の新鮮な魚がここに集まり市場をにぎわしている。

市が開かれるのは、毎日正午すぎくらいから夕方5時すぎくらいまで。市が昼から開かれるのは、その日獲ってきたばかりの朝どれ・昼どれの魚が並ぶからだ。新鮮な魚を求めるには午後からの買い物がいーだろ。

購入した魚の取扱については店の人に聞くのが一番。おいしい食べ方や調理方法など気軽に聞くといー。さらに魚のおいしい食べ方を教えてくれたり、もしかしたらおまけしてもらえるかもしれない。他に手作りの「姿寿司」や惣菜などが、アーケード内や「昭和通り」や「平成通り」で売られている。

平成15年12月にリニューアルオープンし、アーケード全体が木造アーケードとなった。昭和30年代の雰囲気や彷彿とさせる懐かしさに加え、天井には大漁旗がなびき漁師町の雰囲気も満載。

アクセス: 高知自動車道須崎ICから国道56号を経て約20分 / JR土佐久礼駅より徒歩約7分

有機野菜を取り扱う市 (担当: 松井姿寿)

最近、健康や環境問題に関心の高い人のライフスタイル、Lohas (Life styles Of Health and Sustainability) が注目されています。ここでは安全で健康的な食材の有機野菜やオーガニック農産物などを販売する市を紹介します。

- ・大豊町農産物直販店 (高知市菜園場町8 - 3)
- ・ひだまり交差点BAL土佐山 (高知市土佐山139 - 3)
- ・土佐東方市場まな (高知市高そね 98 - 1)
- ・かわうそ市 (須崎市下分甲263 - 3)
- ・道の駅「あぐり窪川」フリーマーケット (四万十町平串284 - 1)
- ・神楽の里 四万十村 (津野町船戸654 - 1)
- ・十和の台所 (四万十町十和) 1121 - 1
- ・谷の内フレッシュ市 (越知町役場前)
- ・四季の里 (土佐清水市下ノ加江)
- ・かほく良心事 (香美市美良布1293)

良心市 (担当: 甲藤知之)

田舎の道を歩いていると、野菜や果物が並んでいる箱のような、棚のような小屋を見かけることがある。小屋には店番もあらず、ただ値札のついた品物と、料金を入れる箱が置いてある。お客さんはお金を箱に入れ、商品を持って帰ればいー。

これが、良心市だ。県外では無人市と呼ばれており、良心市というネーミングは高知独特のものらしい。売り手がお客さんの良心を信頼して、お客さんがその信頼を裏切らないから、良心市は成り立っている。

良心市は大抵、近所の農家の方が経営していて、リーズナブルで美味しい野菜や果物が並んでいる。是非一度利用してみてはいかがだろうか。

外国食材を取り扱う店 (担当: マット・ダグラス)

高知には海外輸入品を取り扱っているお店がいくつかあります。

1. **Avenue** 帯屋町のマクドナルドと31アイスクリームの真後ろにあります。海外のスナック類やお菓子、化粧品を幅広く取り揃えています。
2. **Natural House** 有機商品を取り扱うこの店はいろんな健康商品を置いています。例えば、全粒粉、お米から作られたミルク、有機野菜や肉などです。お店の場所は、追手筋の追手前高校の角を北へ入り、最初の信号の右側です。
3. **サニーアクシス南国** (国道5号線沿い) ここは、外国のチーズ、パスタ、ソースなどを手に入れることができる穴場です。イオンのジャスコでも種類は少ないですがこれらのものを置いています。
4. おいしいパンを探している方は木曜市や日曜市に行くとき、全粒粉のパンや、穀物パンを売っている所があります。ぶらぶら散歩しているうちに見つけれられるはず。

Events and others

Tosa-ben Musical – Hercules and The Pilgrimage of Love

This year marks the 12th annual Tosa-ben Musical, staged by local English teachers. All lines are in the local dialect, but there are plenty of gags for those who don't speak Japanese. This year's plot follows the adventures of a hapless Greek god as he travels around the 88-temple pilgrimage. The performance will be held as below.

Sat April 14: Tosa Town Tai Kaizen Centre 15:00-16:30

Sun April 15: Muroto City Yasuragi Yume Hiroba 10:00-11:30

Tano Town Fureai Centre 14:00-15:30

Konan City Noichi Fureai Centre 18:30-20:00

Sat April 21: Sukumo City Chuo Kominkan 10:00-11:30

Shimanto Town Kubokawa Shimanto Kaikan 15:30-17:00

Sun April 22: Nakatosato Town Koryu Kaikan 9:00-10:30

Tosa City Shimin Kaikan 13:30-15:00

Kochi City Otemae High School Geijutsu Hall 18:30-20:00

Entrance: Free (Donations are welcomed. Proceeds go to Kochi students who are going to study overseas.)

Inquiries: Matt Douglas (Kencho CIR) Tel: 080-3162-5668

Doronko (mud) Festival

This rice planting festival, with a history of about 400 years, is held at the Wakamiya Hachiman Shrine to pray for a bumper harvest. The highlight is when local women dressed as "saotome" (rice planting girls wearing special kimono) paint men with mud they have been carrying around in a round wooden tub. The men painted with mud are believed to be protected from disease the following summer.

Date: April 7th (Sat)-9th (Mon)

Place: around Wakamiya Hachiman Shrine (Nagahama 6600, Kochi City)

Access: about 20 mins by car from JR Kochi Station toward Katsurahama.

Inquiries: Wakamiya Hachiman Shrine Tel: 088-841-2464

Dorome Festival

This festival is held to pray for a large catch of Dorome (Sardine fry). The main event is a sake skulling competition where men must down 1.8L of rice wine, and women 900mL, accompanied by chants of 'Guuuu to Gutto' (Gulp Gulp!). Entrants are given points for speed and style.

Time: Sun April 29 Place: Konan City, Akaoka Town Coastline

Access: about 5mins walk from Akaoka Station on the Tosa Kuroshio Railways Gomen-Nahari Line

Inquiries: Akaoka Yoshikawa District Chamber of Commerce

TEL:0887-54-3014

Wisteria Festival

130 people parade through the town dressed in the traditional wear of the Muromachi Era. Each will be wearing a colourful outfit appropriate to their job description. It will be as if an ancient scroll has come to life in Nakamura.

Time: Thurs May 3rd (Public Holiday)

Place: Around Ichijo Shrine and the streets of Shimanto City.

Access: about 5mins by car from Nakamura Station on the Tosa Kuroshio Railway

Inquiries: Shimanto City Chamber of Commerce TEL:0880-34-4333

18th Annual Bonito Festival

2.5 tons of new Bonito fish will be polished off at this indulgent festival in Nakatosato. Come along and partake of char-grilled bonito, bonito rice, bonito soup, a 'Luxury Bonito Set' and other delicacies only available here in the town of the Bonito.

Time: Sun May 20 10:30am-3:30pm

Place: Event Plaza in front of Nakatosato Kure Hachiman Shrine

Access: about 7mins walk from JR Tosa Kure Station

Inquiries: Nakatosato Town Fisheries, Commerce and Industry Division TEL:0889-52-2473

Locations where Tosa Wave magazines are available

Section of Foreign Registration of each municipality, Immigration Office, Prefectural Library, Prefectural Museum, Budoukan, Kochi Castle, Hirome Ichiba, Tourist Information in Kochi Station and Kochi Airport, Nonna(Italian Restaurant), Nakajimacho Catholic Church, Macou's Bagel Café, Karaoke Big Echo Central Park Branch, Irish Pub, Love Jamaican (Club), Cake(Bar), Si-rutu(Club)

Published by Kochi International Association (KIA)

TEL:088-875-0022 FAX:088-875-4929 Email: kia@mb.inforyoma.or.jp

Edited by Tosa Wave volunteers and KIA staff

English Edited by Matt Douglas(Kencho CIR)

イベント・その他

【土佐弁ミュージカル「ヘラクレスの純愛の巡礼」】

県内の ALT によって上演されている土佐弁ミュージカルは今年で12回目となります。台詞は全て土佐弁ですが、日本語が出来ない人でも見る楽しみが十分あります。今年のストーリーはおっちょこちょいなギリシアの神様が88ヶ所巡礼に出る大冒険の話です。公演日程と会場は次のとおり。

4 / 14 (土) 土佐町 田井改善センター 15:00 ~ 16:30

4 / 15 (日) 室戸市 やすらぎ夢ひろば 10:00 ~ 11:30

田野町 ふれあいセンター 14:00 ~ 15:30

香南市 のいちふれあいセンター 18:30 ~ 20:00

4 / 21 (土) 宿毛市 中央公民館 10:00 ~ 11:30

四万十町 窪川四万十会館 15:30 ~ 17:00

4 / 22 (日) 中土佐町 交流会館 9:00 ~ 10:30

土佐市 市民会館 13:30 ~ 15:00

高知市 追手前高校芸術ホール 18:30 ~ 20:00

入場料: 無料(海外留学希望の県内中高校生のために募金を受け付けます)

問い合わせ: マット・ダグラス(県庁 CIR) TEL:080-3162-5668

【どろんこ祭り】

豊作を祈願する若宮八幡宮の田植え祭りで、約400年続く。名物は早乙女に扮した女性が手桶に入れた泥を男性にバタバタと塗る泥塗り。泥を塗られた男性は夏病みをしないとされている。

日程: 4月7日(土) ~ 9日(月) 場所: 若宮八幡宮周辺(高知市長浜6600)

アクセス: JR高知駅から桂浜方面へ車で約20分

問い合わせ: 若宮八幡宮 TEL:088-841-2464

【どろめ祭り】

ドロメ(イワシの稚魚)の大漁を願う祭り。祭りのメイン、大杯早飲み大会は「ぐーっと、ぐっと!」の掛け声に合わせて、男性一升・女性五合を一気に飲み

ほし、タイムと飲みつぱりを競う。

日時: 4月29日(日) 場所: 香南市赤岡町海岸

アクセス: 土佐くろしお鉄道ごめん・なはり線、赤岡駅から徒歩約5分

問い合わせ: 赤岡吉川地区商工会 TEL:0887-54-3014

【藤祭り】

室町時代の衣装を身にまとった総数130名の参加者が市内を練り歩く。それ

ぞれ役職に応じた色とりどりの衣装は時代絵巻さながらです。

日時: 5月3日(木) 祝日 場所: 一條神社周辺および四万十市街地

アクセス: 土佐くろしお鉄道「中村駅」より車で約5分

問い合わせ: 四万十市商工会議所 TEL:0880-34-4333

【第18回かつお祭り】

2.5トンもの初ガツオを一日で平らげる豪快な祭り。かつおのタタキ、かつお飯、かつお汁などかつおづくしの「かつおざんまいセット」をはじめ、かつおの町でしか食べられない珍味も食べることができます。

日時: 5月20日(日) 午前10時半 ~ 午後3時半

場所: 中土佐町久礼八幡宮前イベント広場

アクセス: JR土佐久礼駅より徒歩約7分

問い合わせ: 中土佐町水産商工課 TEL:0889-52-2473

TosaWaveを置いている場所(設置のご協力ありがとうございます!)

各市区町村外国人登録窓口、入国管理局高知出張所、県立図書館、県立美術館、武道館、高知城、ひろめ市場、観光案内所(高知駅・高知龍馬空港)、ノナ(イタリアレストラン)、中島町カトリック教会、モーズベールカフェ、カオビッグエコー中央公園店、アイリッシュパブ、ラブジャマイカン(クラブ)、ケイク(バー)、シルツ(クラブ)

発行: 財団法人高知国際交流協会(KIA)

電話: 088-875-0022 FAX: 088-875-4929 Email: kia@mb.inforyoma.or.jp

編集: 広報ボランティア・KIAスタッフ

英文校正: マット・ダグラス(県国際交流員)