



海岸で安全に遊ぶために

事前に準備すること

- 裸足ではなくマリンシューズやビーチサンダルを着用
- 干潮・満潮時間の確認
- 地震、津波情報をすぐに受信できるよう携帯端末を持参
- 夏は日焼け対策や熱中症対策を忘れない(飲み物、紐付きの帽子)
- もしもの時のために近くの病院を確認、保険証や乳児医療証を持参
- 簡単な救急セットを持参する

海岸に着いたら

- 危険な場所を確認し、近づかない
- 健康状態が悪いときやお酒を飲んだときは海に入らない
- 「離岸流」や「急な深み」に注意
- 自分が出したごみは必ず持ち帰る
- ペットとは浜で遊ぶ
- 風で荷物が飛ばされないように注意
- 海の事件・事故の緊急通報用電話番号は「118」番(海上保安庁)
- 天気の急変に注意

こどもと一緒に遊ぶ時は

- 定期的に休憩をする
- こどもだけでは遊ばせない、こどもから目を離さない
- クラゲなど生き物の知識をこどもに伝える
- ライフジャケットを着用

発行/香川県環境管理課

お問い合わせ/ TEL 087-832-3220

2020年2月時点での情報ですので、おでかけの際は事前にご確認ください

里海ガイド おすすめ編

かがわ「里海」づくり

海辺の おでかけ マップ

海辺のおでかけマップ

里海ガイドおすすめ編

里海ビギナーズ

おすすめコース



＼里海ガイドおすすめ！／

里海初心者も行ってみよう！

おだやかな浜でこどもの海デビュー、
インスタ映えスポット、グルメ満喫、海辺のまち並み散策など
自分にあった里海の楽しみ方を見つけてください。

場所

年 月 日

場所

年 月 日

海に行って感じたこと・見つけたものを書いてみよう

場所 _____ 年 _____ 月 _____ 日

場所 _____ 年 _____ 月 _____ 日

里海ビギナーズおすすめコースの海岸



B 本島泊海岸
史跡&アートが楽しめるよ!

A 沙弥島海岸
瀬戸大橋の絶景を楽しもう!

E 津田の松原海水浴場
縁結びスポットで祈願しよう!

D 父母ヶ浜
インスタ映えスポット★

C 有明浜
素足で散歩♪ロングビーチ★

カップルにおすすめ 撮影におすすめ こどもにおすすめ

	駐車場	トイレ	水道	シャワー	更衣室	海の家	海水浴	釣り	ビーチ コーミング	生き物 観察	BBQ	キャンプ
A しゃみじまかいがん 沙弥島海岸 坂出市	○ 有料 ※1	○	○	○ 無料・冷水	×	○ ※2	7月中旬～ 8月中旬のみ	○ ※3	○	○	○ 有料 ※4	×
B ほんじまとまりかいがん 本島泊海岸 丸亀市	×	○	○	○ 有料 ※2	○ 有料 ※2	○ ※2	7月下旬～ 8月中旬のみ	○	○	○	×	×
C ありあけはま 有明浜 観音寺市	○ 無料	○	×	×	×	×	7月上旬～ 8月下旬のみ	×	○	×	×	×
D ちちぶがはま 父母ヶ浜 三豊市	○ ※5	○	○	○ 有料 ※2	×	○ 水曜定休	7月上旬～ 8月下旬のみ	×	○	○	○ 有料 ※6	×
E つだのまつばら 津田の松原 海水浴場 さぬき市	○ 無料 ※7	○	○	○ 有料 ※2	○ 有料 ※2	○ ※2	7月上旬～ 8月中旬のみ	○	○	○	×	×

※1 海水浴期間中は有料（期間外は無料） ※2 海水浴期間中のみ開設 ※3 海水浴期間中は遊泳区域内での釣りは不可
 ※4 海水浴期間中は有料・要事前連絡（期間外は無料・事前連絡不要） ※5 自家用車無料、中型バス・大型バスは有料 ※6 施設エリアのみ
 ※7 道の駅、海水浴期間中の土日は臨時駐車場あり

A 瀬戸大橋の絶景が楽しめる

in 沙弥島海岸(香川県坂出市)

ガイドのおすすめ ▶ 瀬戸大橋記念館やこども広場など施設が充実。小さなこどもの海デビューにもおすすめ。



Webで詳しく

E カップルにおすすめの縁結びスポット

in 津田の松原海水浴場(香川県さぬき市)

ガイドのおすすめ ▶ 海水浴や白砂青松の松原散策、イルカとのふれあい。1日海を満喫できます。



施設	管理事務所、津田小学校、津田石清水八幡宮、道の駅、津田の松原海水浴場
アクティビティ	海水浴、散歩、イルカとのふれあい
住所	香川県さぬき市津田町津田
連絡先	さぬき市商工観光課 TEL 087-894-1114

START!
1

つだのまつばらかいすいよくじょう 津田の松原海水浴場の浜辺を散策

- 「日本の渚百選」に選ばれた風光明媚な海岸。
- 夏にはたくさん家族連れやグループで賑わいます。
- 浜辺を散歩してビーチグラスを拾ったり、波止でのんびり海を眺めたり、思い思いに海を楽しめます。

2分

2

縁結び祈願

さんりんこうえん at 琴林公園

- 「願い橋・叶え橋」は渡るときに願いごとを心に秘め、引き返すときに「叶いますように」と念じると、願いが叶うと伝えられています。



6分

3

イルカとふれあう

at 日本ドルフィンセンター

- イルカにえさをあげたり、一緒に泳いだり、ふれあい体験ができます。

住所 香川県さぬき市津田町鶴羽1520-130
連絡先 TEL 0879-23-7623



START!
1

瀬戸大橋を学ぶ

at 瀬戸大橋記念公園(瀬戸大橋記念館)

- 動く模型や映像で橋ができるまでを紹介。
- 親子で大迫力映像が楽しめるブリッジシアター。
- 香川大学生の「Hashi cafe」でひと休み。

住所 香川県坂出市番の州緑町6番地13
連絡先 TEL 0877-45-2344

瀬戸大橋記念館
営業時間 9:00~17:00 定休日 月曜日(祝日の場合は翌日)、ただしGW・夏休み期間は開館 12月29日~1月1日



10分

2

遺跡を探検

at 沙弥ナカンド浜遺跡

- 縄文土器が出土する香川県内で貴重な遺跡。
- 遊歩道を歩けば文学や史跡めぐりが楽しめます。
- 柿本人麻呂が讃岐を訪れたときに詠んだ歌碑もあり。



11分

浜カフェ

- 日曜日の日の出から9:00ごろまでオープンする限定カフェ



住所 香川県さぬき市津田町津田1325-122
連絡先 瀬戸内グラノーラファクトリー TEL 090-4902-7632

ひと足のばして 周辺スポット

5分

クアタラソさぬき津田

- 水着で入る温泉施設

住所 香川県さぬき市津田町鶴羽24-2
連絡先 TEL 0879-42-5888
営業時間 温泉 平日 12:00~21:30、土曜 10:00~21:30、日祝 10:00~20:00



定休日 毎週火曜日(祝日の場合は翌平日)・12/31(7/21~8/31は無休)

※お店の営業時間、定休日はWebでご確認ください。

夕暮れ時に訪れたいインスタ映えスポット

in 父母ヶ浜(香川県三豊市)



ガイドのおすすめ カメラを持ってぜひ行きたい話題のインスタ映えスポット。

START! 1 天空からの絶景を撮る

at 高屋神社~天空の鳥居~

- 「天空の鳥居」として注目され、2018年に四国八十八景に選定。
- 鳥居越しに観音寺市街と有明浜が一望できます。
- 駐車場近くの展望台からは父母ヶ浜、つた島、丸山島が眺められます。

住 所 香川県観音寺市高屋町2800 **営業時間** 拝観自由
連絡先 観音寺市観光協会 TEL 0875-24-2150 **25分**



つた島や父母ヶ浜も見えるよ

2 ちちぶがはま 父母ヶ浜 夕暮れ時の一瞬を撮る

- 干潮と夕暮れが重なるとき、砂浜の潮だまりに空が映り鏡のような絶景写真が撮れます。
- カニやヤドカリ、ハゼなどの生き物観察も楽しめます。
- 1kmの穏やかなロングビーチは夏は海水浴場としても人気。



干潮の時間をチェック!



施設 **アクティビティ**

住 所 香川県三豊市仁尾町仁尾乙203-3 **連絡先** 父母ヶ浜ポート事務局 TEL 070-2272-7061

3 ナカダ浜から4分 しゃみじまかいがん 沙弥島海岸で遊ぼう

- 環境省の「快水浴場百選」に選定された海岸。
- 波がおだやかな波止場内は小さな子どもも安心。
- トイレやシャワーなどの施設が充実。
- 夏以外の季節は浜辺散策。



施設 **アクティビティ**

住 所 香川県坂出市沙弥島 **連絡先** 坂出市にぎわい室 TEL 0877-44-5015

ひと足のばして 周辺スポット

15分 海岸から



ここで作られた塩を買えるよ

昔の塩づくりを学ぶ at うたづ海ホテル

- 昔の塩田と釜屋を保存。
- 予約制で入浜式塩田の作業も体験可能。
- 夕陽や瀬戸大橋のライトアップが望め「恋人の聖地」として人気。

住 所 香川県綾歌郡宇多津町浜一番丁4
連絡先 TEL 0877-49-0860
営業時間 9:00~21:00
定休日 月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始



5分 海岸から

アートにふれる

at 香川県立東山魁夷せとうち美術館

- 日本画家 東山魁夷の祖父は坂出市榎石島出身。
- 版画作品を中心に所蔵しています。

住 所 香川県坂出市沙弥島字南通224-13
連絡先 TEL 0877-44-1333 **営業時間** 9:00~17:00
定休日 月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始(12月27日~1月1日)、展覧会準備期間



カフェからの眺めもステキね



ひと足のばして 周辺スポット

仁尾の街並み

18分 海岸から 4分 海岸から



cafe de flots

- 父母ヶ浜の海水から塩を作り料理に使用。

住 所 香川県三豊市仁尾町仁尾乙165-1
連絡先 TEL 0875-82-4525 **5分 海岸から**



B

歴史と文化が薫る島の海旅

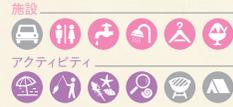
in 本島泊海岸(香川県丸亀市)



Webで詳しく

ガイドのおすすめ 塩飽水軍の根拠地として栄えた島で、歴史を物語る史跡やアート作品も楽しめます。

釣スポットとしても人気!



住 所 香川県丸亀市本島町泊
連絡先 丸亀市本島市民センター TEL 0877-27-3222

START!
1

ほんじまとまりかいがん 本島泊海岸で海水浴・釣り体験

- 透明度が高く、水質がよい。
- 夏には海の家、シャワー、更衣室があり快適。
- 瀬戸大橋や周辺の島々の眺めが美しい海岸。
- 透明度が高く、潮の流れが速い、よい漁場。
- 水深が深い波止は人気の釣スポット。
- 大きな船が目の前を行き交う様子も楽しめます。



立派な建物ね



ひと足のばして
周辺スポット



こがらす
木鳥神社 海岸から1分

● 全国でも重要な舞台30のうち1つに数えられる芝居小屋があります。

住 所 香川県丸亀市本島町泊670

瀬戸内国際芸術祭2013作品
「漆喰・鏝絵
かんばんプロジェクト」

海岸から1分



HONJIMASTAND

● 瀬戸大橋や行き交う船を見ながらランチやお茶ができる。

住 所 香川県丸亀市本島町泊494-16
連絡先 TEL 070-2301-5862

海岸から4分

塩飽勤番所跡

海岸から11分

- 塩飽水軍の歴史を知ることができる資料館。
- 織田信長、豊臣秀吉、徳川家康が領地を認めた朱印状を展示。
- 江戸時代の建物や敷地は国指定史跡に指定(1970年)。

住 所 香川県丸亀市本島町泊81
連絡先 TEL 0877-27-3540
営業時間 9:00~16:00 **定休日** 月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始



素足で散策したいロングビーチ

in 有明浜(香川県観音寺市)



Webで詳しく

ガイドのおすすめ 銭形砂絵やかまぼこ店など海の恵みを楽しめるスポットが充実しています。

START!

1

金運祈願 at 銭形砂絵「寛永通宝」

- 有明浜に描かれた巨大な砂絵。(東西122m、南北90m、周囲345m)
- この砂絵を見た人は長生きし、お金に不自由しないとされています。
- 春と秋には形を整える「砂ざらえ」が行われています。

住 所 香川県観音寺市有明町
連絡先 観音寺市観光協会 TEL 0875-24-2150



2

ありあけはま 有明浜を素足で散歩

15分

小さな貝がいっぱい!



- 干潮時には遠浅の砂浜が広がり素足で散歩が楽しめます。
- 潮がひいたあとヤドカリや小さな貝が現れます。
- 4月~5月はマテガイが採れます。
- 浅瀬は小さな子どもの海遊びに最適。



住 所 香川県観音寺市有明町7 **連絡先** 観音寺市観光協会 TEL 0875-24-2150



琴弾八幡宮

海岸から10分

● 10月に琴弾八幡宮大祭開催。ちょうさ奉納。

住 所 香川県観音寺市八幡町1-11
連絡先 TEL 0875-25-3828

ひと足のばして
周辺スポット

海岸から15分 海岸から6分

山地蒲鉾

- 上質なすり身に旬の素材を練り込んだ天ぷらが人気。
- ご当地グルメの骨付き鳥を再現した「骨付き鶏天」は新名物。



住 所 香川県観音寺市観音寺町甲2695 **連絡先** TEL 0875-25-3609

※お店の営業時間、定休日はWebでご確認ください。