

第1章 原始・古代

- 第1話 馬門石をつくった奇跡の谷
- 第2話 宇土に最初に人が住みはじめた頃
- 第3話 海が育てた縄文の人々
- 第4話 ドングリとヒョウタン
- 第5話 宇土市の自然環境
- 第6話 城山に環濠集落
- 第7話 宇土半島は甕棺の南限
- 第8話 前方後円墳の出現
- 第9話 絢爛たる女王墓
- 第10話 権力者の住まい - 西岡台遺跡 -
- 第11話 石棺の中に刀掛突起が
- 第12話 県内最古級の横穴式石室
- 第13話 船団を描いた日本最大の装飾
- 第14話 大王のひつぎに使われた馬門石
- 第15話 ワイングラス形土器の謎
- 第16話 宇土半島にも額田部が
- 第17話 宇土郡のはじまり
- 第18話 立岡の安徳天皇伝説
- 第19話 鶴の恩返し - 鶴見塚伝説の意味するもの -

第2章 中世・近世

- 第20話 寒巖禅師と如来寺
- 第21話 肥後安国寺と甘酒まつり
- 第22話 馬瀬観音菩薩と得万太良
- 第23話 中央政治に結びついていた宇土地域の荘園
- 第24話 名和氏 vs 相良氏 豊福城をめぐる攻防
- 第25話 宇土城発掘最前線
- 第26話 中世宇土の道
- 第27話 路傍に残る歴史の足あと
- 第28話 征西將軍宮、宇土津へ
- 第29話 ウォーターフロントの宇土城
- 第30話 クルスを胸に
- 第31話 行長の最期
- 第32話 加藤清正の宇土城大改修
- 第33話 宇土で育った天草四郎
- 第34話 吉良上野介を治療した医者
- 第35話 武蔵の一番弟子
- 第36話 宇土支藩誕生
- 第37話 宇土町の建設
- 第38話 いまも生きる江戸時代の上水道
- 第39話 手永と村
- 第40話 行きと帰りで違う参勤交代のルート
- 第41話 マルチな才能を発揮した殿様
- 第42話 誇り高き宇土御獅子舞の伝統
- 第43話 温知館と温故堂
- 第44話 熊本藩主となった二人の殿様
- 第45話 はだか島は風流島・たばこ島
- 第46話 宇土藩の台所事情
- 第47話 藩御用の石
- 第48話 佐方一竿人と俳諧文化
- 第49話 宇土の牧場
- 第50話 宇土町を通る薩摩街道

- 第51話 網田焼を全国ブランドに
- 第52話 島原大変 宇土迷惑
- 第53話 宇土の公共事業
- 第54話 宇土の孝行もん
- 第55話 宇土のつくりもん
- 第56話 天にとどけ大太鼓の響き
- 第57話 不知火型土俵入りはここからはじまった
- 第58話 銘菓「加世以多」の原料は宇土産マルメロだった

第3章 近代・現代

- 第59話 黒船と宇土藩
- 第60話 宇土藩はどうして「宇土県」にならなかった？
- 第61話 宇土に官軍本営
- 第62話 国立銀行が、宇土にできた
- 第63話 熊本で唯一のマッチ工場
- 第64話 宇土の街に電灯が灯る
- 第65話 私立鶴城学館 - 旧藩主の肝いりで -
- 第66話 女教師 嘉悦孝子と宗方光
- 第67話 宇土の人は、どんな仕事をしていたのだろうか
- 第68話 明治の大合併
- 第69話 三角築港と三角線の開通
- 第70話 宇土の運命を左右する陸上交通
- 第71話 明治天皇宇土行幸
- 第72話 俳句大会 一等賞金はなんと一〇円
- 第73話 日清の「祝宴」、日露の「祝勝会」
- 第74話 宗方小太郎と清国海軍の情報
- 第75話 「轟座」売却の報に決起
- 第76話 県立宇土中と町立宇土実科高女
- 第77話 新天地を求めて
- 第78話 消えた「逆流水灌漑」
- 第79話 大正・昭和初期の宇土町の街並み
- 第80話 鐘紡から一転 日本合成へ
- 第81話 ヒトラー・ユージェントにうっとり
- 第82話 カライモとモンペ
- 第83話 城下町炎上 - ドキュメント宇土空襲 -
- 第84話 進駐軍がやってくる
- 第85話 新市鶴城中学校創立の頃
- 第86話 宇土市誕生
- 第87話 宇土市の基礎を築いた市長
- 第88話 農業と農家は生き残りをかけている
- 第89話 有明海漁業の深刻な変化
- 第90話 刈り養殖とドゥルー女史の功績
- 第91話 一流の舞台が続々と
- 第92話 キリシタン大名小西行長の復権
- 第93話 宇土商業の厳しい現実
- 第94話 日本一の駒と撥
- 第95話 全国を制した選手たち
- 第96話 「宝の海」も時代とともに
- 第97話 平成の大合併
- 第98話 郷土の生き物たち
- 第99話 海の生物
- 第100話 宇土のあした