

Higashi Matsushima

東松島をディープに旅するガイドブック

感動
スーパード
東松島

東松島市公式観光ガイドブック
Higashimatsushima Guidebook

〈8月下旬〉 松島基地航空祭

2017年、東日本大震災以降、休止していた航空祭が7年ぶりに再開を果たしました。基地内では、様々な展示と出店が並び、上空では、主役のブルーインパルスが華麗なアクロバット飛行を披露します。多くの航空ファンが集う1日。東松島の夏を熱く盛り上げます。

◆場所：航空自衛隊松島基地
◆お問い合わせ：TEL 0225-82-2111

〈8月下旬〉東松島夏まつり

東松島市の夏を堪能する恒例イベント。会場内を練り歩く「八咫神輿(やつかみこし)」、音楽パレードやステージイベントなど様々な催しが披露される他、たくさんのお店が沿道を賑わせます。なかでも人気なのは、会場上空を飛ぶブルーインパルスの展示飛行。主役が駆け抜ける度に大きな歓声が上がります。ぜひ参加してみてください。

◆場所：東松島市商工会館周辺
◆お問い合わせ：東松島市商工会
TEL 0225-82-2088



東松島での時間をさらに楽しくする

お祭り・イベント情報



〈8月16日〉 東松島市鳴瀬流灯花火大会

送り盆の伝統行事として継承されてきた地元ならではのまつり。夏の鳴瀬川に約1,000発の色鮮やかな大輪の花を咲かせます。流し灯籠を川面へ浮かべ、花火との幻想的な共演が楽しめます。対岸からの打ち上げは、かなりの迫力があって見てたえは十分。

◆場所：国道45号線 鳴瀬大橋付近河川敷
◆お問い合わせ：東松島市観光物産協会
TEL 0225-87-2322



〈10月下旬〉

奥松島 縄文村まつり

秋の恒例のおまつり。縄文体験の他、縄文料理、日本最大級の大きさの貝塚ウォークラリー、フリーマーケットやお店、縄文カキ剥き競争など、一日中縄文村で遊べるイベントがいっぱいあります。

◆場所：奥松島縄文村歴史資料館
◆お問い合わせ：TEL 0225-88-3927



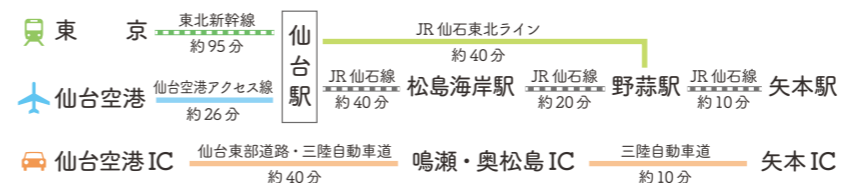
〈7月下旬～8月下旬〉月浜海水浴場

波がおだやかで、親子で楽しめる浜として親しまれている海水浴場です。海の透き通るような青さと浜の美しさを感じることができます。

◆場所：月浜海水浴場
◆お問い合わせ：東松島市観光物産協会
TEL 0225-87-2322



交通のご案内



東北自動車道でお越しの場合

鳴瀬奥松島 IC まで
大和ICから
一般道利用で約40分

仙台南ICから
仙台東部道路利用で約45分

タクシーのご案内

矢本タクシー 0120-02-3181
奥松島観光タクシー 0225-88-3048
東松島まるせんタクシー 0120-44-2188
あんしんタクシー 0225-98-7177

発行／東松島市産業部商工観光課

問合せ／東松島市観光物産協会

東松島市観光物産交流センター
(奥松島イートプラザ)

〒981-0303 宮城県東松島市小野字新宮前5番地 / TEL. 0225-82-1111 (代表) FAX. 0225-87-3804
WEB. <http://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp> / Email. kanko@city.higashimatsushima.miyagi.jp

〒981-0303 宮城県東松島市小野字新宮前5番地 / TEL. 0225-87-2322 FAX. 0225-87-3804
WEB. <http://okumatsushima-kanko.jp>

〒981-0416 宮城県東松島市野蒜ケ丘1-15-1 / TEL. 0225-88-2611

東松島市観光物産協会HP▶



集 新しい感動のストーリーを求めて
 遊ぶさ来ざいん、東松島。

特別名勝「松島」の一角をなす奥松島。
 四方を一望できる桜の名所・滝山。
 そして、魅力ある施設が並ぶ矢本地区。
 海に、空に、島に、そして人々の暮らしに
 つねに新しい発見と可能性に満ちた
 「感動フィールド東松島」。
 さあ、新しい出会いの物語を求めて
 東松島の旅に出かけましょう。



奥松島宮戸島の外海に位置し、日本三大深にも数えられる嵯峨深の「女島(めじま・写真左手前)」と「屏風岩」。太平洋の荒波と風雨によって生み出されたダイナミックな白い岩肌は午前の陽ざしがおすすです。

H!gashimatsushima Photogenic
 地元民おすすめの絶景撮影スポット紹介

Index

- 東松島まるごと感動記 p.03~06
- 体験するーと(体験スポット紹介) p.07~08
- ながめるーと(絶景スポット紹介) p.09~10
- 宮戸島de島時間 p.11~12
- とまるーと(宿泊施設紹介) p.13~14
- 地元人オススメモデルコース p.15~16
- 東松島周辺・広域スポット p.17~18



「華麗」
 ラベンダー園(大塩字寺沢)



「青いこのほり」
 大曲浜、上新橋付近(5月5日/子どもの日)



「朝焼け」鳴瀬川河口



「立沼の一本松」矢本字立沼付近



「洞窟探検」嵯峨見台遊歩道付近(宮戸字大鮫)



「再生」室浜のハマヒルガオ(野蒜)

※「遊びさ来ざいん」→宮城県の方言で、「遊びにいらっしやい」という意味です。



Excitement article in Higashimatsushima

絶景に、食に、スイーツに、島時間に
一日中楽しめる、感動フィールド東松島



奥松島縄文村歴史資料館での
本物の貝塚を切り取った貝層断面見学



親子そろって火起こし体験。自分の手で火を起こせる喜び



Point 最高の味を持ち帰るかきの直売所

東松島の牡蠣は、鳴瀬川と吉田川から流れ出る栄養たっぷりの淡水と海水が交じり合う場所で育てているため、サイズもより大きく身も締まっていて、甘みのある深い味わい。直売所も数多くありますので、ぜひ東松島が誇る味をお持ち帰りください。



磯の香りが広がるかき小屋

お昼を迎え、どうしても食べておきたいのが東松島を代表する冬の味覚である「かき」。出向いた野蒜にある「海鮮堂」は一見すると「海の家」のようで、浜のお店という印象。香ばしい磯の香りが漂ってきます。バケツで運ばれてきたのは、新鮮そのものの殻付きかき。鉄板の上に蓋をし、蒸すこと15分。蓋を外すと蒸気とともに美味しそうなかきの香りが広がります。軍手とナイフで必死に殻を開けていきます。大ぶりでありふりの身をほおばると、その甘さにビックリ。スパイスはかきを持つ塩分で充分。感動ものの味わいです。

かきとりのり、 東松島の海を味わう。

揃っていて、特に家族連れに人気な点とか。そのほかにも鹿の角から釣り針をつって海に釣りに行ったたり、粘土から土器を作り、海水を煮詰めて製塩する塩作りなど、縄文人になりきるイベントもあつて、大人でも大はしゃぎできそうです。

太古の記憶に触れながら 家族で楽しく縄文体験

大自然を満喫したら、次は奥松島縄文村歴史資料館へ向かいます。宮戸島は、日本最大級の里浜貝塚などたくさん貝塚が見つかっている縄文の島。その歴史を知ること、東松島の旅はよりダイブになっていくのです。中に入ると、土器や石器があちこちに並び、壁には貝塚の断面も。解説員さんから本物の貝塚を切り取ったものと教えられ、驚きとともに興味がいっぱい湧いてきます。このおすすめはなんと言っても縄文体験。火おこしや勾玉作りなど、縄文の暮らしが見えてくるような体験がたくさん

海と空に昇る太陽。
この朝焼けに感動します。
宮戸島の民宿発、東松島の旅は夜明けないうちから始まります。絶対に見逃したくないものがあるからです。やってきた宮戸島の東側にある室浜海岸は、朝日を眺める最高のスポット。静かに広がる水平線。太陽が鳥々を照らし出し、やがて大海原が金色に輝き出します。



室浜地区の潜ヶ浦から始まる遊歩道を登って行くと、岩をそくくって造った観音堂があり、さらに登ると東屋があります。



ここは嵯峨見台と呼ばれるスポットで、目の前には黒島、花魁島、石巻港・田代島、網地島、牡鹿半島も広がり、朝焼けを感動的にしてくれます。その昔、室浜の儀兵衛と多十郎を乗せ石巻を出航した若宮丸が難破、アリユンシヤンに漂着し、日本で最初に世界一周をする羽目となった。そんな物語に思いを



馳せるような、壮大な朝焼けです。朝日を見るなら市のほぼ中央の高台に位置する滝山公園もおすすめ。ソメイヨシノや八重桜が咲き誇る市民憩いの場で、展望台から壮大な朝日を望むことができます。

二つの薬師堂をめぐる 宮戸島ウォーキング、 そして海へ

朝日の後は民宿で朝ご飯。美味しい料理に元気をもらったら、宮戸島散策に出かけます。二つの薬師堂があると聞いたので、ガイドブックを片手にウォーキングの始まりです。



ウォーキングコースを伝って初めに向かったのは大高森北西の薬師山にある「医王寺薬師堂」。その昔、伊達政宗公が狩りに訪れた際の霊験から信仰を深くし建立したものと伝えられ、風に

なびく葉音と松島湾の波音にしばし心を奪われます。

次に大高森にあるもう一つの「大高森薬師堂」。高峰・大高森の中腹にあるお堂は、当時の宮城県知事森正隆氏が建設したものです。森の中にひっそり佇む姿は、神々しさすら感じさせます。

陸をめぐるつたあとは、海に出てみたくなり、嵯峨溪遊覧船の乗り場へ。「嵯峨溪」とは、岩手県の尻鼻溪、大分県の耶馬溪と並び日本三大溪の一つで、男性的な荒々しい奇岩群が並びます。その醍醐味を体験するには遊覧船がベスト。海面近くから間近にそびえる奇岩の数々を見上げる大迫力は嵯峨溪ならでは。ユーモアあふれる地元船長の解説も感動に花を添えてくれます。



嵯峨溪の絶景に感動



Point **スイーツ天国**

ケーキの魅力は手作りの温もりを感じる。手作りのおいしさを伝えていきたいというケーキショップや手づくりにこだわり続けた和・洋菓子など、スイーツ天国東松島には、あったかい地元スイーツがいっぱいです。

①ケーキショップアカカマ / ②ジュリアン / ③大勇堂 / ④和・洋菓子 おおむら / ⑤アグリードなるせ / ⑥お菓子の国パンジー



夜の楽しみ方もいっぱい。東松島の旅、無限に広がります！

夕景を見終えたら、民宿へ戻り夕食の時間。テーブルいっぱい広げた地元

夕景を見終えたら、民宿へ戻り夕食の時間。テーブルいっぱい広げた地元

夕景を見終えたら、民宿へ戻り夕食の時間。テーブルいっぱい広げた地元

夕景を見終えたら、民宿へ戻り夕食の時間。テーブルいっぱい広げた地元

夕景を見終えたら、民宿へ戻り夕食の時間。テーブルいっぱい広げた地元

夕景を見終えたら、民宿へ戻り夕食の時間。テーブルいっぱい広げた地元



矢本地区の飲み屋街

夕景を見終えたら、民宿へ戻り夕食の時間。テーブルいっぱい広げた地元

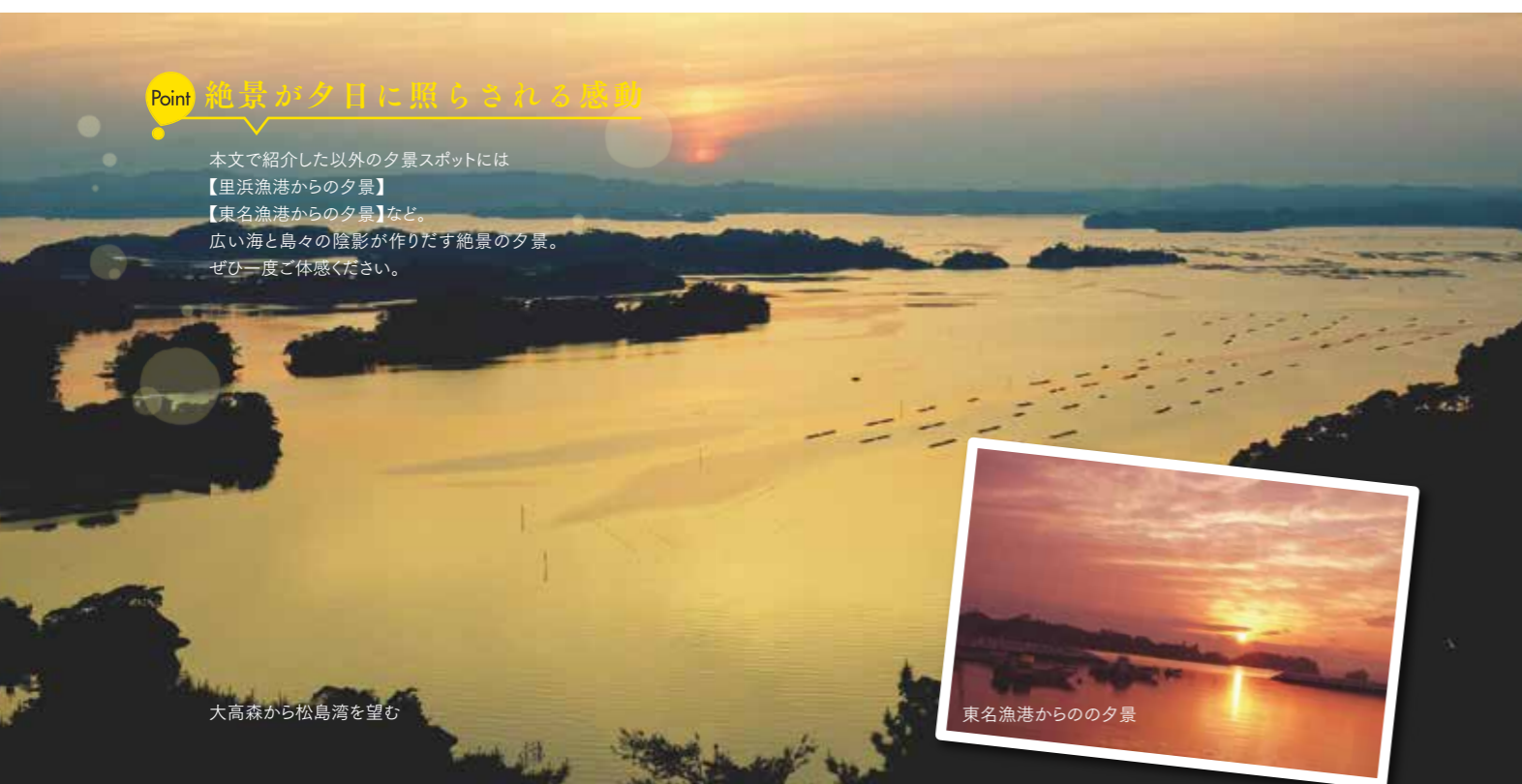
夕景を見終えたら、民宿へ戻り夕食の時間。テーブルいっぱい広げた地元

夕景を見終えたら、民宿へ戻り夕食の時間。テーブルいっぱい広げた地元

夕景を見終えたら、民宿へ戻り夕食の時間。テーブルいっぱい広げた地元

Point **絶景が夕日に照らされる感動**

本文で紹介した以外の夕景スポットには【里浜漁港からの夕景】【東名漁港からの夕景】など、広い海と島々の陰影が作り出す絶景の夕景。ぜひ一度ご体感ください。



大高森から松島湾を望む

東名漁港からの夕景

鍋のまち 東松島

東松島市ではカキ小屋の焼きカキ以外にも、カキを使った鍋など、カキをいろいろな形で楽しめます。豊富に獲れるカキを贅沢に使った料理をお腹いっぱい楽しめる東松島市へ是非お越しください。カキが好きな方なら必ずご満足頂けます。

カキを楽しむ鍋の他に、スイーツを楽しむ鍋もあります。

豚バラ牡蠣鍋うどん かき坦々鍋 東松島鍋なべプリン

牡蠣以外にも様々な鍋が市内の飲食店で楽しめます。

参加店一覧 (平成30年3月現在) ※お家で食べる ※お店で食べる

うまし処 破竹 食 0225-83-3713 中華料理店ならではの かき坦々鍋 1人前...540円	ダイニングカフェ おちゃや 食 0225-83-3772 酒の肴にも Good あさり鶏肉のエキニック鍋 1人前...700円	食事処 こばと 食 0225-82-4859 特製味噌仕立て みそ肉なべ ※ライス・生たまご付 1人前...960円
料理 香原 食 0225-83-3251 クセになるピリ辛 もつ鍋 1人前...750円	ちゃんこ萩乃井 食 0225-82-2478 大曲の香り豊かな味 ちゃんこ鍋定食 ランチタイム...1,274円 通常...1,620円	和みダイニング 酒菜や 食 0225-83-2312 旬食材をぎゅっと盛り込んだ鍋 ぎゅっと!! 地元鍋 〜せり鍋〜 1人前...1,069円
レストラン ばらだいたす 食 0225-82-2117 鶏がら仕立ての洋風鍋 ポトフ鍋 ※ライス・サラダ付 1人前...1,200円	みちのく 食 0225-82-7658 仙台牛を贅沢に 仙台牛極上ずき焼き・しゃぶしゃぶ 2人前...4,700円	のみくい処 よっこり 食 0225-82-1722 出汁自慢の本格派 かき鍋 2〜3人前...2,000円
旨い食処 あごら 食 0225-83-3399 えごま豚の甘みと旨み えごま豚コラーゲン旨塩なべ ※ライス2人前付 2人前...1,980円	宮戸つばめ食堂 食 080-9639-7218 旨味たっぷり 豚バラ牡蠣鍋うどん 1人前...870円	鉄板鍋 東屋 食 080-9639-7218 決めてはスープ 牛モツ醤油鍋・味噌鍋 1人前...1,280円
Harappa (はらっぱ) 食 0225-24-6740 地元産の新鮮野菜など 東松島産 おススメ鍋食材 時価	お菓子の国パンジー 食 0225-83-2253 インパクト大! 東松島鍋なべプリン ※予約 1個3〜4人前...1,900円	東松島長寿味噌 食 0225-83-7007 おうちで絶品鍋 仙台せり鍋スープ 1袋3〜4人前...410円

※季節やキャンペーンごとにメニューが変更となる場合があります。
※民宿でも鍋を楽しめる場所がありますので、各宿にお問い合わせください。



「ちゃんこ萩乃井」自慢のりうどんを提供する、親方の大森直勝さん

— 100人いれば、100通りの体験があります —

感動のブルーインパルス アトムサーキットで レーサー気分

腹ごしらえを終えて店を出ると、白煙を引いて飛ぶ青と白の飛行機たちが頭上を飛び去って行きました。そう、みなさんご存知の航空自衛隊ブルーインパルス。ここ東松島にある松島基地がホームベースになっていて、日常的に訓練が実施されているそうです。航空祭では何万人もの人が押し寄せる人気者も、市内では当たり前存在の存在なのだから。いつでも航空ショーが見れる街、ちよつぱり羨ましく感じました。

東松島の思い出をいっぱい！ さあ、おみやげタイム！

朝から体験づくしだったので、ここからはおみやげタイムに。矢本地区には直売所や特産品のアンテナショップ、そしてスイーツショップなど、多くのお店が溢れています。直売所は農産物やお惣菜のほか、海苔や味噌、肉などの加工品を販売する工場併設型の直売所もあり、どこに行けば良いか迷ってしまうほど。野菜は早くに売り切れることが多いそうなので、できれば午前中がベストのようです。今回は矢本駅近くにある「あんでなしよつぱまちんど」へ。



あんでなしよつぱまちんど

もう少し潮の香りを楽しみたいと、矢本地区に車を走らせ、「ちゃんこ萩乃井」でのりうどんを頼む。「見「そば」?」と思ってしまう黒い麺はうどんに海苔のパウダーを練り込んだもの。一口食べるとつるつるの食感と豊かなのりの風味の絶妙な味わいに、思わず箸が進みます。

「おいしくしよう。海苔の名産地東松島市でしか味わえないですよ」と親方の大森直勝さん。聞けば、のりうどんは市内の複数の店舗で提供されていて、パスタ風やサラダうどん、市内産そばとの食べ比べセットなど、店ごとのオリジナルメニューもあるとのこと。次回は食べ比べを試みたいと思います。

ブルーインパルスを見届けたあと、向かった先はアトムサーキット。なんと宮城で2ヶ所しかないレーシングカートが楽しめる場所、誰でも気軽にレーサー気分が味わえるのです。ヘルメットとグローブを付けたら、カートに乗ってコースイン。地面すれすれの目線が生む体感速度は、普通の車の2倍！

最初は恐る恐る走っていたものの、慣れてくるとそのスピード感が病み付きに。自動でタイムも測ってくれるので、もっと速く走りたいという欲求が嫌でも高まってしまいます。次回のさらなるタイムアップを誓い、サーキットをあとにしました。



アトムサーキット

3 縄文人体験

気軽に縄文人気分を味わえる体験の数々。縄文人の知恵や技術力に驚きながら、その暮らしに思いを馳せます。(※土日祝日以外は要予約)

<火おこし>
マッチやライターを使わずに炎を生み出す人気体験。みんなで競争も盛り上がりです。
料金：150円/所要時間：30～60分
※12月～3月は休止

<勾玉づくり>

四角い石を削って作る、縄文時代のお守り。簡単に削れる柔らかい石なので、小さいお子さまでもチャレンジできます。
料金：400円/所要時間：40～60分
<シカ角ストラップづくり>
鹿の角を砥石で削って作る、オリジナルストラップ。アウトドア派のアクセサリーにもぴったり?!
料金：400円/所要時間：40～60分



勾玉づくり

【奥松島縄文村歴史資料館】
住所：東松島市宮戸字里81-18
TEL：0225-88-3927
開館時間：9:00～16:30
休館日：水曜日・年末年始
入館料：一般400円/高校生300円/小中学生150円
(※体験料は別途必要)



土井 加奈恵さん
奥松島縄文村歴史資料館 展示解説員



里浜貝塚には縄文時代の地形や景観が、まるでタイムカプセルの中のように残っています。ぜひ、縄文人体験にいらしてください。

火おこし体験

5 防災体験

旧野蒜小学校をリノベーションして作られた防災体験型宿泊施設KIBOTCHAで、遊びを通じて防災体験。BBQやレストランでの食事、入浴も楽しめます。

【KIBOTCHA(キボッチャ)】
住所：東松島市野蒜字亀岡80番
TEL：0225-25-7319



7 パークゴルフ体験

県内最大級の6コース54ホールを有する矢本海浜緑地パークゴルフ場で、パークゴルフ体験。道具のレンタルも可能で、初心者でも気軽にパークゴルフを楽しめます。隣接する芝生広場や遊具広場で思いっきり体を動かすのもおすすめです。

【ガス&ライフ矢本海浜緑地】
住所：東松島市大曲字下台地内
0225-98-7089(パークゴルフ)、
0225-82-9472(緑地公園)



2 さがけい 嵯峨溪絶景体験

日本三大溪のひとつ「嵯峨溪」の絶景を目指して、小さな遊覧船で出発。迫りくる断崖、日当たりによって見える青の洞窟、そして地元育ちの船長の軽妙なトーク。波があるときの揺れさえも、冒険心をさらに掻き立てます。

乗船料金：大人2,000円 小学生1,500円
(※最少運航人数3名以上。ただし、新型船「嵯峨みらい」は5名以上) /
運航時間：8:45～16:00の間で随時出航
(10月～3月は15:00まで)



松島湾の女性的な景観とは対照的で、嵯峨溪の男性的なパノラマは驚きと感動の連続です。

桜井 哲さん
奥松島遊覧船 船長主任



4 無人島上陸体験

月浜海岸から約500m沖にある無人島を目指して、シーカヤックに挑戦。悪戦苦闘しながらもなんとか上陸すれば、冒険好きにはたまらない達成感がこみ上げてくるはず。

【奥松島体験ネットワーク】
期間：4月～10月/所要時間：1.5時間 /
料金：2,000円(1人あたり)
※要予約



6 レーシング体験

アトムサーキットで、レンタルカートに乗ってレーシング体験。ヘルメットとグローブの無料レンタルがあり、いつでも気軽にレーサー気分を味わえます。また、2人乗りカートも用意されており、お子さまと一緒にのんびりサーキットドライブもおすすめです。

【アトムサーキット】
住所：東松島市大塩字山崎9-1
TEL：0225-83-8467
営業時間：10:00～18:00
※冬季・悪天候時は営業時間の変更あり。
定休日：不定休
利用料金：2,000円～
※詳細はHPをご覧ください。
<http://atom-circuit.com>



車とは一味違った体験が味わえます。初めての方にも乗り方から丁寧に指導しますのでご安心下さい。レース後に走行の記録もとれますのでぜひ一度遊びに来てみてください!

宮城県松島自然の家

ウォーキングやバードウォッチング、アウトドアキャンプにクッキングなど、奥松島の大自然の魅力を存分に味わえる魅力的な体験イベントを開催。詳しくはホームページをチェック!

【宮城県松島自然の家】(野外フィールド)
住所：東松島市宮戸字西大浜田1
TEL：0225-90-4323
<http://www.pref.miyagi.jp/soshiki/matsushima-cnt/>



1 漁師体験

雄大な奥松島の海を舞台にした漁師体験。心地よい浜風を感じながら、興奮のひとときへ出発です。

<かご漁体験>
海に沈めたかごを引き上げると、中にはアナゴやカニが!家族連れにも人気のおすすめ体験。
期間：通年 / 所要時間：約1時間 /
料金：1,500円(1人あたり)

<刺網漁体験>
地元漁師も行う刺網漁で、カレイやアイナメなど様々な魚を狙います。
期間：通年 / 所要時間：約1時間 /
料金：1,500円(1人あたり)

<船釣り体験>
奥松島の海に浮かべた船の上で、のんびりと船釣り。陸とは一味違う釣りの楽しさが味わえます。
期間：通年 / 所要時間：3時間以内 /
料金：3,000円(1人あたり)

●操船体験もできます!
船舶免許を持つ漁師同乗のもと、自らの手で操る船で大海原を走る快感が味わえます。
期間：通年 / 所要時間：約1時間 /
料金：1,500円(1人あたり)

【奥松島体験ネットワーク】
住所：東松島市宮戸字月浜74番地
TEL：0225-88-2939(FAX兼用)
営業時間：9:00～15:00
定休日：年中無休(天候により中止の場合あり)
※要予約
※その他実施要件あり、詳しくはお問合せ下さい。

— テーマはディープ体験! —

東松島の海・島・地層・大地・風土を
思いっきり五感で感じながら

わくわく
体験する一と
Experience Route

体験をしてみたいのですが・・・?
体験メニューは事前に予約が必要なものが多いので、気になったらまずは電話で問い合わせましょう。基本的に道具などは用意されているので、手ぶらでOK。ただし体験は動きやすい格好が原則。汚れたら困るような服や、ハイヒールなどはNGです。また、屋外のメニューが多いので、天候によって内容が変わることも。傘やタオルできれば着替えなどもあればベストです。

東松島ではどんな体験ができますか?
東松島は、県内でも有数の体験フィールド。海をはじめとする奥松島の大自然を活かしたアクティビティの数々や、里浜貝塚の記憶に触れる縄文体験、そしてカートで存分に走り回るレーシング体験など、多彩なメニューが勢ぞろいしています。どの体験も子供から大人まで楽しめるので、ぜひ家族や友達と一緒に思い出を作りましょう。
また、縄文体験イベントや地引網、イチョゴ狩りなど、1日限りや季節限定の特別な体験も開催されていますので、各施設のホームページや東松島市観光物産協会のFacebookをチェックしてみてください。

Point
東松島の
ココが知りたい!



海も陸も、ここではすべてが体験フィールド。
おもいっきり地元を楽しもう。



寒風沢島

3

わにがふち 鱒ヶ淵水道 (島と島の出会い)

東松島市の宮戸島と塩竈市の浦戸諸島がこんなに近かったんだ、と実感する場所があります。鱒ヶ淵水道。最小幅約80mを隔てて対面する宮戸島と寒風沢島。島と島をつなぐ水道はロマン溢れる風情です。

【鱒ヶ淵水道】
住所：東松島市
宮戸字北鱒淵



2

いおうじ 医王寺薬師堂からの眺め

医王寺薬師堂は、奥松島の大高森の北西にある薬師山(標高68m)の中腹にあるひっそり佇むお堂です。耳を澄ますと聞こえてくる波の音と小鳥の鳴き声。木々の間から覗く松島湾には、風情あるカキ棚が浮かんでいます。心静かに、一日中ぼーっと佇んでいたい場所です。

【医王寺薬師堂】
住所：東松島市宮戸字大竹和田



4

いながさき 稲ヶ崎から花瀨崎 (湾を囲む崎と崎の出会い)

ツバキの群生地とも知られる宮戸島の月浜地区にある小高い岬「稲ヶ崎公園」に登る。展望台から南西を見ると七ヶ浜町の花瀨崎が見えます。松島湾を囲む先端と先端の出会い。松島湾を抱くダイナミックな絶景を堪能ください。冬は金色に輝く夕日が感動的です。

【稲ヶ崎公園】
住所：東松島市宮戸字月浜



七ヶ浜

5

時間で変わる大高森からの島の風景大パノラマ

宮戸島のほぼ中央にある高峰で、その頂上は360°の大パノラマが広がり、宮戸島が島だと実感できる場所です。時間の流れで変わる表情が見逃せません。

【松島四大観 大高森】
住所：東松島市宮戸字大高森/標高：106m/アクセス：表登山口から15分 西登山口から20分

(東)石巻湾越しに牡鹿半島を望む



(北)栗駒山を望む



(西)船形山を望む



(南)メカル崎、中ノ島、木ノ島、嵯峨溪を望む



7

里浜の県道沿いからの松島湾

春に咲く藤の花、松島湾の夕焼け。里浜の県道沿いの歩道からの景色は、知る人ぞ知る絶景の宝庫です。時間を忘れて散歩するのに絶好のポイント。ゆったり松島湾を眺めることができます。



6

米どころ宮城の田園風景

夏には青々と、秋には黄金のじゅうたんのようになる稲穂。米どころ宮城の原風景がここには息づいています。今ではなかなか見ることができなくなった刈り取った稲束を乾燥させるための棒掛けが見られます。



大空に広がる、夢と光を感じながら
感動との出会いの物語を心に刻む



1 ブルーインパルス

数々のアクロバット飛行を披露するブルーインパルス。たくさんの飛行課目があるので注目です。

うっとり
ながめるーと
View Route

Point おすすめスポット



田畑や私有地への侵入、ならびに路上駐車はご遠慮ください。

— 視界良好・スカイ良好! —
空と湾と島と人と
ディープな物語に出会ってください!

Point

東松島のココが知りたい!

東松島の観光を楽しむ時のポイントは何か?

東松島の観光の特徴は「ダイナミック&ディープ旅」。嵯峨溪のようなくらいにしかない迫力ある風土・地形。ブルーインパルスのような広大なロマンあふれるスポットなど、感動の物語に出会う旅をご体験ください。

ブルーインパルスとはどのようなものですか?

航空自衛隊唯一のアクロバットチームで航空自衛隊の航空祭や国民的な大きな行事などで、華麗なアクロバット飛行(これを展示飛行と呼びます)を披露する専門の飛行隊です。正式名称は、航空自衛隊の第4航空団に所属する「第11飛行隊」。東松島市ではブルーインパルスを筆頭に様々な戦闘機などが主役の航空祭が開催され、青と白にカラーリングされた6機の華麗なフライトで、会場は大きな感動と歓喜の声に包まれます。

東松島の風景や風土の特徴はどんなものですか?

春には二面の菜の花畑。夏にはきらめく青い海に島々の陰影。秋には実りの田園風景。一年を通して、ゆたかまで心癒される景色が広がります。「ただ、ぼーっと景色を眺めるだけ」という贅沢。一日として同じ景色がないのが東松島の風景の魅力です。

【航空自衛隊 松島基地】
松島基地ホームページには週間フライトスケジュールが掲載されています。
○住所：東松島市矢本字板取85
○松島基地ホームページ <http://www.mod.go.jp/asdf/matsushima/>



新宮戸八景と島の「ものがたり」をめぐる旅

- 車道
- 細めの車道
- 民宿
- 駐車場
- 案内所
- 遊歩道
- おすすめ夕陽スポット
- 新宮戸八景
- トイレ
- オルレコース



医王寺薬師堂 (里浜地区)
 いおうじやくしどう
 狸で訪れた政宗公が獲った鹿肉を岩屋で煮ようとしたところ、老僧が現れて殺生禁断の地であることを伝えましたが政宗公は受け入れず、後日、家来が狩狸の衣を着たところ、衣はすべて灰となり、以後政宗公は薬師如来の靈験あらたかなるを知ったとされています。

大高森
 大高森は往時、日本武尊がはじめて登ったので大尊峯(おおたかもり)と名付けられたと伝わっています。日没に黄金色に輝く松島湾の景色が特に美しく、多くの写真愛好家に愛されています。

さとほま縄文の里史跡公園 (里浜地区)
 里浜貝塚の魅力伝える史跡公園。里浜の海や森を肌で感じられる場所です。大きなツブキがあるほか、植物も豊富で春には菜の花、夏にはそばの花が畑いっぱいに広がります。縄文時代から自生しているヤマザクラは北限と言われ、美しいピンクと白の花を咲かせます。

稲ヶ崎公園 (月浜地区)
 いながさき
 月浜海岸の西の丘を150mほど登った小高い峰に位置します。この周辺にはツバキの林があり、開花の時期は赤い花びらと新緑のコントラストが見事です。

新浜岬 (月浜地区)
 しんはまみさき
 月浜から大浜まで遊歩道が整備され、歩道を抜けると青々とした海が広がり、新浜岬を眺められる地に展望園地があります。馬の背のようにきり立った岬が魅力です。

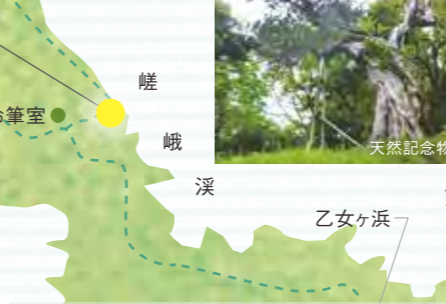
- Point 遊歩道の歩き方・注意点**
- ▼靴は運動靴、登山靴がおすすめです。短時間の散歩でもヒールの高い靴、サンダル、ビジネスシューズは不向きです。
 - ▼雨が降っている時、雨が降った後などは滑りやすくなっていますので、気を付けてください。
 - ▼地図にない道は危険ですので、十分注意してください。
 - ▼マムシ・スズメバチが生息しているので、気を付けてください。
 - ▼山野草を持ち帰ることは条例で禁止されています。
 - ▼特別名勝指定区域、国史跡であるため、落書き・テント設置・火気使用・ペットの放し飼いや穴掘りなどの行為は条例で禁止されています。
 - ▼柵がないところもあるので気をつけてください。



嵯峨見台 (室浜地区)
 さがみだい
 標高73.3mの観音山遊歩道を登って行くと、岩をえぐって造った潜ヶ浦聖観音堂があり、さらに上に登ると東屋があります。そこからは、目の前に黒島・花魁島が見え、遠くには石巻・田代島・網地島・牡鹿半島も望めます。

儀兵衛・多十郎記念碑の丘 (室浜地区)
 きへえ たじゅうろう
 1793(寛政5)年、千石船で難破、アリューシャンに漂着し、シベリアを横断して南米を回り、くしくも日本で最初の世界一周をする羽目となった儀兵衛・多十郎の記念碑が建ちます。室浜地区の東側に位置する漁港を見下ろす高台にあります。

大浜唐船番所跡 (大浜地区)
 おおはまからふねばんしょあと
 1639年(寛永16年)、鎖国令が発せられ、国内各所に外国船を監視するための番所を設置。仙台湾では、大浜地区をはじめ五ヶ所に唐船番所が設けられました。大浜唐船番所跡から5分ほど降りたところに「お筆室(おふでむろ)」と呼ばれ天然記念物に指定されている見事な老木が立っています。鎌倉を脱した護良親王が奥州下向の途中に筆に使われた「むろ」の木の枝を土中に刺したところ根付いたといわれています。※登山道は急勾配ですので、ご注意ください。



日本の渚100選に宮城県では2ヶ所のみ
 宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

車でも行けるのに、一足踏み入ると違う時間が流れている

宮戸島 de 島時間

宮戸島に着いたら、まずはあおみな(宮戸地区復興再生多目的施設)へ。観光案内所や足湯、特産品を扱うコーナーも併設されているので、おすすめの観光情報をリサーチできます。



あおみな
 (奥松島遊覧船案内所/宮戸市民センター)
 住所:東松島市宮戸字川原5-1
 TEL: 0225-88-3997
 定休日:年中無休

宮城オルレ 奥松島コース



韓国済州島から始まった徒歩旅行の旅「オルレ」は、済州の方言で、「通りから家に通じる狭い路地」という意味ですが、歩く道やトレッキングコースの代名詞として使われています。オルレの魅力は、海岸線や山などの自然、民家の路地などを身近に感じ、自分なりにゆっくり楽しみながら歩くところにあります。壮大な景色や長い間築いてきた文化と歴史を五感で感じ、体験できる特別なトレッキングです。奥松島コースは、あおみなを出発し、縄文の歴史と海と大地の恵みに育まれた大自然を感じながら、奥松島・宮戸島を一巡りするコースです。



距離 約10km/所要時間 約4時間/難易度 中級
 コースマップ・スタンプ設置箇所/あおみな

はなごよみ

カタクリ	ヤマユリ	ツバキ
ソメイヨシノ	すかしゆり	ミヤトジマギク
八重桜	ハマヒルガオ	彼岸花(曼珠沙華)
御衣黄	ハマナス	ハマギク
菜の花	セッコク	コハマギク
山桜		
藤		コスモス
ニッコウキスゲ		かわらなでしこ

「ものがたり」に出会う
 それが宮戸島の宝です!

どこを眺めても絶景!
 感動の宝庫、それが宮戸島

360度に絶景パノラマがある大高森。情緒溢れる海岸線。四季を通して咲く美しい花々の楽園。どこに行っても、どこを眺めても、感動の絶景がある宮戸島。忘れていた豊かな時間を、この島で見つけることができます。

島の誇りを集めた新宮戸八景ものがたり
 平成21年8月、宮戸コミュニティ推進協議会まわりの委員会を中心となり、地域振興と観光活性化を願って設定されたのが「新宮戸八景」です。松島四大観のひとつ・大高森はもちろん、それ以外にも薬師堂、嵯峨見台など島の誇りの場所が選定されています。遊歩道は、勾配が急なところもありますが、その先には、感動の結果が待っています。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

平成21年8月、宮戸コミュニティ推進協議会まわりの委員会を中心となり、地域振興と観光活性化を願って設定されたのが「新宮戸八景」です。松島四大観のひとつ・大高森はもちろん、それ以外にも薬師堂、嵯峨見台など島の誇りの場所が選定されています。遊歩道は、勾配が急なところもありますが、その先には、感動の結果が待っています。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

宮戸島を含む「奥松島」地区は、気仙沼の十八鳴浜とともに日本の渚100選に選ばれています。波静かな内海と、荒々しい海岸美に恵まれ、海水浴、釣り、地引網などに、四季を通じてのレクリエーションにぴったりの景勝地です。

ホテル・旅館も あります



ビジネスホテル メトロ
住所: 東松島市牛網字駅前1-7-6
TEL: 0225-86-1751
収容人数: 12名 / 部屋数: 6室
IN 15:00 ~ 20:00 (応相談)
OUT 12:00
宿泊料: 4,380円 ~
<http://bhotel-metro.com/>



バリュー・ザ・ホテル 東松島 矢本
住所: 東松島市小松字谷地215
TEL: 0225-84-1567
FAX: 0225-84-1568
収容人数: 484名 / 部屋数: シングル364室、ツイン25室、トリプル7室
IN 15:00 OUT 10:00
宿泊料: 6,000円 ~
<http://www.valuethotel.jp/yamoto/>



ビジネスホテル フォーシーズンズ 矢本
住所: 東松島市矢本字裏町88-1
TEL: 0225-84-2377
FAX: 0225-84-2380
収容人数: 120名
部屋数: 60室
IN 16:00 OUT 10:00
宿泊料: 5,720円 ~
<http://fs-yamoto.com/>



三好旅館
住所: 東松島市矢本字河戸14-1
TEL: 0225-82-3041
FAX: 0225-82-3466
収容人数: 25名
部屋数: 11室
IN 15:00 OUT 10:00
宿泊料: 5,500円 ~



旅館 小金荘
住所: 東松島市矢本字野中12-1
TEL: 0225-82-2285
FAX: 0225-88-2622
収容人数: 38名 / 部屋数: 10室
IN 16:00 OUT 10:00
宿泊料: 4,000円 ~



KIBOTCHA (キボッチャ)
住所: 東松島市野蒜字亀岡80番
TEL: 0225-25-7319
収容人数: 68名 / 部屋数: 14室
IN 15:00 OUT 10:00
<http://kibotcha.com>



奥松島 LANE HOTEL (レーンホテル)
住所: 東松島市野蒜ヶ丘3丁目29-1
TEL: 0225-86-2501
収容人数: 68名
部屋数: 29室
IN 15:00 OUT 10:00
宿泊料: 12,960円 ~
<https://okumatsushima.lanehotel.jp/>

* 宿泊料は、利用者数・季節により異なりますので予約時にご確認をお願いします。

海頼り、お天気頼り、旬頼り。
四季折々の美味三昧をまごころで

奥松島の環境と漁師という地元の利を生かした新鮮な素材の味がうれしい漁師の宿。奥松島縄文村歴史資料館の近くで、国史跡「里浜貝塚」と目の前の海を一望できる静かな宿です。

漁師民宿 桜荘

住所: 東松島市宮戸字里25
TEL: 0225-88-3206
FAX: 0225-88-3206
収容人数: 30名 / 部屋数: 7室
IN 15:00 OUT 9:30
予約方法: 電話予約・HPから
(基本は二日前まで、以降は要相談)
宿泊料: 7,600円 ~
<http://sakura-k2.com>



独自開発の商品を販売 ふぐプランなどユニークなプランも

主人自らが漁をした新鮮な海の幸が並びます。海苔の佃煮(瓶500円)や、めかぶ、ぎばさ、海苔等の物産販売もうれしい。いけすがあるので、前日予約対応可能です。

民宿 かみの家

住所: 東松島市宮戸月浜16-1
TEL: 0225-88-4141
FAX: 0225-88-2175
収容人数: 40名
部屋数: 8室
IN 15:00 OUT 10:00
予約方法: 電話予約(前日まで)
宿泊料: 7,000円 ~
<http://okumatsushima.wix.com/kamineie/>

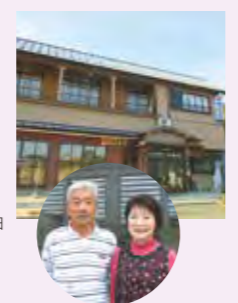


海の魅力を全身で抱きしめる 全室オーシャンビュー

月浜の目の前の立地で、全室オーシャンビューという贅沢さ。漁師である主人が漁を行って、カレイ、アイナメ、ソイ等をテーブルにずらり。牡蠣は里浜の絶品を提供。

民宿 新浜荘

住所: 東松島市宮戸字三サ河31
TEL: 0225-88-2045
FAX: 0225-88-2045
収容人数: 26名
部屋数: 5室
IN 14:30 OUT 9:30
予約方法: 電話予約
(3日前まで)
日帰りコース: 10名以上(3日前まで要予約)3,000円 ~
宿泊料: 7,000円 ~



親戚の家のようなおもてなし 海の体験のメニューも豊富

主人自ら刺し網でとった魚を親戚の家のおもてなしで提供。釣り船や牡蠣養殖体験、無人島上陸など体験メニューもいっぱい。

民宿 西の家

住所: 東松島市宮戸月浜64
TEL: 0225-88-2063
FAX: 0225-88-2603
収容人数: 30名 / 部屋数: 5室
IN 14:00 OUT 10:00
予約方法: 電話予約(3日前まで)
ランチ: 2名以上(3日前まで要予約)
宿泊料: 7,000円 ~
※釣り船、3名様まで16,000円
(4名以降1名につき+2,000円)
6時間(6:00~12:00等・要相談)、
貸し竿あり、餌はお客持ち込み



心あたたまる 民宿の数々

これぞ奥松島! というダイナミックな 風景の中でのくつろぎ宿

お風呂からダイナミックな松島湾(里浦)が展望できます。薬師堂・大高森まで歩いて散策できるのが魅力。

大高森観光ホテル

住所: 東松島市宮戸字川原3
TEL: 0225-88-2121
FAX: 0225-88-2622
収容人数: 28名 / 部屋数: 10室
IN 15:00 OUT 10:00
予約方法: 電話予約
(基本は二日前まで、以降は要相談)
ランチ: 魚フライ定食・焼き魚定食・魚唐揚げ定食・刺身定食・牡蠣フライ定食(10月中旬~3月中旬)など
宿泊料: 7,560円 ~
<http://www.ootakamori.com>



部屋から眺める月浜の絶景 海まで30歩の近さが魅力

月浜の目の前の立地で、清潔感のある内装と景観の良さが特長。漁師の主人が刺し網漁でとったアイナメ、カレイ、ドンコ、ボッケなどが楽しめます。

民宿 山根

住所: 東松島市宮戸三サ河38
TEL: 0225-88-3349
FAX: 0225-88-4301
収容人数: 30名 / 部屋数: 7室
IN 14:00 OUT 10:00
予約方法: 電話予約
(7日前まで)
ランチ: 1,500円 ~ (2名以上、7日前まで要予約) 刺身・焼魚定食、宴会利用3,500円 ~
宿泊料: 7,020円 ~
<http://www.k2f.jp/yamane/>



外国人客にも人気 一人泊のお客もしっかり対応

毎日定置網漁を行っていて、カレイ、ヒラメ、ソイ、アワビ、ウニ、ボッケ、鮭などが並びます。イクラはなんと自家製。

汐さいの宿 ちどり館

住所: 東松島市宮戸字横山11-1
TEL: 0225-88-2066
FAX: 0225-88-3930
収容人数: 30名 / 部屋数: 7室
IN 15:00 OUT 10:00
予約方法: 電話予約(前日まで)
ランチ: 要相談
(5名以上、3日前まで予約)
魚御前
宿泊料: 7,560円 ~
<http://chidorikan.com/>



ときどき
とまる一と

Lodging Route

民宿から望む風景(一例)

第2の故郷に泊まる!

旅館やホテルとはひと味ちがう
古き良き漁師町の原風景を満喫

**海の風景・海の幸と
一体になるロケーション**
民宿の魅力は、地元の風景・風土・地ものを楽しめることです。東松島の民宿の魅力はなんと、いつでも海の風景、島の風景、そしてぜひ味わいたくな海の幸です。宿の人ととんとん親しくなると、今日どんな海の幸が食べられるの? と気軽に聞くことができますと楽しみも広がります。

セルフサービスを楽しみましょう
ご飯や味噌汁の盛り付け、お布団ひきは基本セルフサービスの場合がほとんど。旅館やホテルと異なる、民宿の大きな特徴の一つです。味わいのある古い建物や良い意味で素っ気ないサービスが、記憶の奥底にある古き良き田舎で過ごす時間を呼び起こしてくれるはず。自宅にいるような気分です。リラックスした時間を楽しんでください。

あったかい故郷の家に帰った気分
民宿の良さはまるで自宅にいるようなあったかい雰囲気。宿の人も、宿泊している人も家族のような関係になれます。食事もみんなで一緒に囲んで、東松島ならではの海の幸をみんなで味わいながら食べるのは、最高です。家庭的な民宿は、きっと第2の故郷になると思います。

民宿に泊まろう

東松島は、宮城県屈指の漁場です。宮戸島には新鮮な素材の味にこだわった漁師の宿が多く、漁師という地元の利を生かした新鮮な旬の海鮮料理を楽しめます。

【春の味覚】彼岸フグから始まり、スズキ、黒鯛など / 【夏の味覚】マゴチ、ヒラメ、ウニ、アワビなど / 【秋の味覚】マコガレイ、鮭、青物など / 【冬の味覚】アイナメ、ソイ、カキなど



食事風景(一例)

Point 民宿を利用する際の注意事項

- ▼ 民宿経営者の多くは漁師さん。その日の食材を自分で獲りにいくこともあるので、直前の変更・キャンセルは漁師さん達を困らせてしまいます。ご変更がある場合は、早めのご連絡を。
- ▼ 夕食の提供時間が決まっているので、17時までは到着したいもの。到着が遅くなる場合は、時間前に連絡しましょう。
- ▼ 夜のどんちゃん騒ぎは禁物。民宿は早寝・早起きが基本です。
- ▼ シャワーや洗面所やトイレは共用のところが多いです。
- ▼ ドライヤーや寝巻・パジャマ・ひげそり等は基本設置されていないので持参するのがベスト。
- ▼ バスタオルは貸し出しがない場合が多いので、持参が必要です。
- ▼ 部屋の布団は、自分で敷き、朝には自分で布団を片付けるが民宿の基本です。



14

【アトムサーキット】 住所:東松島市大塩字山崎9-1
TEL:0120-846-889/
0225-83-8467
営業時間:10:00~18:00
冬季・悪天候時は営業時間に
変更あり
定休日:毎週木曜日



15

【鷹来(たかぎ)の森運動公園】
野球、ソフトボール場などを備え
た運動公園。ちょっとした遊具
も併設しております。

住所:東松島市大塩字山崎5-1
TEL:0225-82-1101
営業時間:8:30~21:00
定休日:毎週月曜日
(ただし、祝日の場合は翌日)



16

【赤坂農園(観光農園)】
広大な農園には、ハーブ
園やラベンダー園、綿花
園のほか、プラム・ぶど
う・キウイフルーツが実る
畑があります。

住所:東松島市大塩字寺沢9
TEL:090-8259-4635
入館料:無料
開園期間:5月上旬から10月上旬の土・日、祝日
開園時間:10:00~16:00



17

【さとほ縄文の里史跡公園】奥松島縄
文村のさらにその奥にあります。里浜縄
文人が暮らした当時の景観を復元して
いるので、縄文人の生活を追体験できま
す。公園内には貝層観察館もあります。

住所:東松島市宮戸字里81-18
TEL:0225-88-3927
営業時間:9:00~16:30
定休日:毎週水曜日、年末年始

史跡をめぐる一と



18

【多十郎の墓碑】難破漂
流し、日本人ではじめて
世界一周した室浜出身
の多十郎の墓碑です。
住所:東松島市宮戸字門前
13 観音寺内



19



20

【月観(つきみ)の松】樹高16m、幹
周4.2m、枝張が東西25m、南北
20mをなすクロマツの巨樹。県の
指定文化財の天然記念物(植物)に
指定されています。
住所:東松島市大曲字宮前4-2

子どもとめぐる一と

震災をまなび一と



01

**【東松島市東日本大震災
復興祈念公園】**東日本
大震災の記憶と教訓を
風化させないために、JR
旧野蒜駅舎を改修し、
震災復興伝承館として
オープンしました。

住所:東松島市野蒜字北余釜56-36
TEL:0225-86-2985
定休日:毎月第3水曜日、年末年始



02

住所:東松島市小野字新宮前5
TEL:0225-87-2322

【奥松島観光ボランティアの会】
東日本大震災で甚大な被害
を受けた奥松島地区を、お客
様のバスや車に同乗してご案
内します。震災での体験や復
興の状況、そして全国から頂
いた支援に対する感謝の想
いをお伝えします。※要予約



03

住所:東松島市野蒜字亀岡80
TEL:0225-25-7319
定休日:年中無休

【KIBOTCHA(キボッチャ)】
旧野蒜小学校の校舎が総
合防災宿泊施設として生ま
れ変わりました。宿泊・大浴
場・レストラン・遊びを通して
防災を学ぶ体験ルームなど
があります。

おみやげをめぐる一と



04

【菜っちゃんいちば】手作りの漬
物や惣菜が充実している産直市
場。惣菜類は、その日に持ち寄
った野菜を店舗裏の調理場で作
るので、できたてを購入できます。
住所:東松島市牛網字上江戸原3-2
TEL:0225-87-3287
営業時間:9:00~13:00
営業日:水・土曜



05

【やもと四季菜館大塩店】住所:東松島市大塩字南21-2
TEL:0225-82-2168
営業時間:
4~10月:9:00~16:30
11~3月:9:00~16:00
定休日:火曜



07

【Harappa(はらっぱ)】農水産物直売所「yaoya(やおや)」と
ベーカリー「畑のパン屋さん」からなる地域活性化施設です。
住所:東松島市矢本字北浦
485-1
TEL:0225-24-6740
営業時間:9:00~19:00
定休日:年中無休
(年末年始をのぞく)



08

住所:東松島市矢本字河戸
264-2(JR仙石線矢本駅前)
営業時間:11:00~17:00
定休日:日曜日



06

**【東松島あんでなしよっぶ
まちなんど】**海苔やお米、ハ
ムなど、市内の多彩な特産
品が顔を揃えるアンテナ
ショップ。人気のブルーイ
ンパルスグッズも販売して
おります。
住所:東松島市矢本河戸342-2
(東松島市健康増進センターゆふと1階)
TEL:0225-83-3391
営業時間:10:00~16:00
定休日:不定休

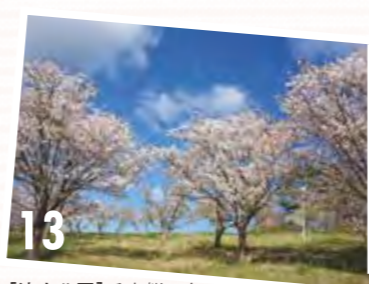
【菜々色畑】近所の農家の主婦10人で運営している
手づくりハウスの直売所。週2日の営業なので、商品の
持ち越しがなく、どれも新鮮な野菜が揃っています。

住所:東松島市赤井字台82
TEL:0225-82-4560(代表者宅)
営業日:2~12月の毎週火・土曜
営業時間:10:00~15:00
休業日:1月



09

のんびりめぐる一と



13

【滝公園】千本桜の名
所であり、4月中旬~5月
上旬ソメイヨシノや八重桜
など様々な種類の桜が咲
き誇ります。展望台から望
む海岸線や、街なみ等の
景色は絶景で、ブルーイ
ンパルスの訓練飛行の様子
も楽しめます。
住所:東松島市矢本字上
館下118-4



10

【稲ヶ崎公園】ツバキの群
生地とも知られる公園。
夕日に照らされ黄金色に
輝く松島湾は絶景です。
住所:東松島市宮戸月浜



11

【嵯峨見台】奥松島の隠
れた名所で、展望所から
は嵯峨溪の不思議な形
をした島々の眺望が楽し
めます。
住所:東松島市宮戸字室浜



12

**【潜ヶ浦(かづがうら)の
入り江】**宮戸島の入口す
ぐにある入り江。穏やかな風
景をゆったり楽しめます。
住所:東松島市宮戸字
松ヶ島

私なら、こう過ごす!

**東松島に住む地元人がおすすめ!
ディープにめぐるとコースセレクション**

まだまだ紹介しきれない東松島の魅力スポット。
いろいろな表情と刺激に彩られた東松島だから、
しっかりテーマを決めてディープに周遊したいもの。
きっと発見いっぱい、満足いく一日になるはず。
さあ、あなたはどんなテーマで東松島をめぐるんですか?

**東松島をディープにめぐらなら、
ここで観光情報を入手しよう!**

案内所名	情報	定休日
i-1 奥松島観光物産交流センター (奥松島イトプラザ)	東松島市野蒜ヶ丘一丁目15-1 TEL:0225-88-2611 JR野蒜駅隣	無休
i-2 あおみな (宮戸地区復興再生多目的施設)	東松島市宮戸字川原5-1 TEL:0225-88-3997 大高森登り口前	無休
i-3 三陸自動車道矢本パーキング内 無料休憩施設(イトハウス)	鳴瀬奥松島ICと矢本ICの間 TEL:0225-86-1511 矢本PA	無休
i-4 東松島あんでなしよっぶ まちなんど	東松島市矢本河戸342-2 TEL:0225-83-3391 JR矢本駅近く	不定休
i-5 東松島市観光物産協会	東松島市小野字新宮前5 TEL:0225-87-2322 東松島市役所鳴瀬庁舎内	土・日・祝日 /年末年始

松島湾

Matsushima
エリアの体感スポット

東松島 - 石巻の所要時間
約30分 JR仙石線
(JR松島海岸駅~JR矢本駅)
約25分 三陸自動車道経由
(約25km)



松島湾の「世界で最も美しい湾クラブ」(本部=フランス)への加盟(2013年)を機に、松島湾を取り巻く3市3町と宮城県は、「松島湾」テーマランド構想と名付け、同エリアの一体的な魅力発信を行っています。



08 ザ・松島体感「五大堂」[瑞巖寺]

松島観光の上で外せない観光スポットである「五大堂」と「瑞巖寺」。五大堂の歴史は807年に坂上田村麻呂が東征の際、毘沙門堂を建立したことから。828年に慈覚大師が瑞巖寺を建立する際、大聖不動明王を中心に、東方隆三世、西方大威徳、南方軍荼利、北方金剛夜叉の五大明王像を安置したことから、五大堂と呼ばれるようになりました。瑞巖寺には国宝・重要文化財が多くあり、禅宗寺院の台所である「庫裡」は国宝に指定されています。



10 四大観のひとつ偉観・多間山

松島湾を一望する4つの絶景スポット「四大観」のひとつ「偉観」である多間山。代々崎(よがさき)にある毘沙門堂の裏手から松島湾を一望できます。塩釜港に出入りする船の往来も楽しめます。山頂まで10分、標高55.6mです。



11 利府「馬の背」

天然の棧橋と呼ばれる知る人ぞ知る名所。生い茂る松の木はまさに馬の背のたてがみのよう。幅は狭く、踏み出すのに勇気がいりますが、他では見ることのできない絶景が広がっています。



09 志波彦神社・鹽電神社

陸奥国一之宮として1200年以上の歴史を持ち、本殿以下14棟の建物が国の重要文化財に指定されています。春には国指定の天然記念物「鹽電桜」が荘厳な神社境内を鮮やかに彩り、多くの参拝者が訪れます。



12 多賀城跡

奈良、平安時代に陸奥国統治の要・陸奥国府が置かれていた多賀城。政庁跡には約100m四方の敷地内の中央に正殿、東西に脇殿が配置されていました。平城宮跡・大宰府跡と並んで日本の三大史跡の一つです。

石巻・女川

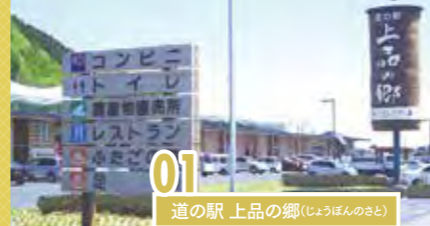
Ishinomaki/Onagawa
エリアの体感スポット

東松島 - 石巻の所要時間
約10分 JR仙石東北ライン
(JR矢本駅~JR石巻駅)
約15分 仙石線
(JR矢本駅~JR石巻駅)
約25分 県道247経由
(約10km)
東松島 - 女川の所要時間
約40分 JR石巻線、仙石東北ライン
(JR矢本駅~JR女川駅)
約50分 石巻線、仙石線
(JR矢本駅~JR女川駅)
約45分 三陸自動車道経由
(約30km)



足を伸ばして 松島、石巻、女川も いっしょに体感!!

仙台からほど近い場所にある東松島。周りには、豊かな自然、食、観光スポットが揃っています。せっかく遊びに出かけたのなら、日本三景松島も観光の街石巻も、全部まるごと贅沢に楽しみましょう!



01 道の駅 上品の郷(じょうほんのさと)

旬の野菜や果物等の地産産品を扱う農産物直売所「ひたかみ」、特産品を使用したバイキングが好評なレストラン「菜」(しおり)がある宮城県内でも人気の道の駅です。併設されている温泉保養施設「ふたごの湯」は県内でも珍しい含鉄塩化物泉で施設前では足湯を楽しむことができます。



02 石ノ森萬画館

萬画家・石ノ森章太郎氏の作品世界を中心とした日本最大級のマンガミュージアム。貴重な原画はもとより歴代仮面ライダーのマスク展示やオリジナル映像の上映、仮面ライダーに変身ができる体験アトラクションなど、マンガの世界を満喫できます。また、グッズショップ「墨汁一滴」では、ここでしか買えないグッズがズラリ。



03 宮城県慶長使節船ミュージアム(サン・ファン館)

今から約400年前の1613年に仙台藩主伊達政宗公の命を受けた支倉常長らに乗せ、太平洋を往復した慶長使節船「サン・ファン・パウティスタ」の復元船が係留されているサン・ファン館では、慶長使節の偉業や歴史を楽しく学ぶことができます。 ※ドック横立ち入り、乗船はできません



04 いしのまき元気いちば

世界三大漁場を有する石巻市で水揚げされた旬の魚介類が所せましと並ぶだけでなく、石巻の農産品や石巻スイーツ、隠れた名品も販売しており、2階の「元気食堂」では食材の宝庫である「石巻」の個性豊かな食材達が味わえるフードコートもあります。ぜひ心ゆくまで石巻に触れ、感じ、ご堪能ください。



05 あがいんステーション

水産体験と水産加工品等の地産産品の魅力発信拠点。「旧JR女川駅」の外観を復元した新しい交流拠点です。施設内には、女川の水産加工品ブランド「あがいんおながわ」認定品などの販売を行う「あがいんプラザ」があります。



06 シーバルビア女川 ハマテラス

JR女川駅前商業エリアに誕生したテナント型の商業施設です。ミニスーパーや小売店、飲食店、ものづくり工房などさまざまな業種の27店舗が出店しています。



07 女川温泉ゆほぼ

JR石巻線女川駅の2階に併設された温浴施設で、日本画家・千住博氏による壮大な「雲峰富士」が描かれた浴室、10mの「家族樹」が描かれた休憩室などがあります。