

# はやわかりガイド

政宗公の騎馬像がシンボルの仙台城跡や、日本三景のひとつ・松島など、魅力的なスポットがいっぱい。旬の魚介や名湯も満喫しよう!

## 1 まずは人気エリアのきほんをチェック



**気仙沼**  
●しょうぎょうしせつ ないわん  
**商業施設「ないわん」**  
☎0226-48-5091 (気仙沼地域開発株式会社) MAP P114D1

商業施設と交流拠点の4エリアからなるスポット。気仙沼ならではの商品やグルメが満載。

**南三陸**  
●みなみさんりくさんさんしょうてんがい  
**南三陸さんさん商店街**  
☎0226-25-8903 (事務局) MAP P114D2

飲食店やみやげ店などがある商店街。南三陸キラキラ丼が食べられる店もある。  
●南三陸町志津川五日町201-5  
●JR志津川駅 (BRT) からすぐ  
●店舗により異なる ●200台

**石巻**  
●いしのもりまんがかん  
**石ノ森萬画館**  
☎0225-96-5055 MAP P114D3

宮城県出身のマンガ家・石ノ森章太郎の作品世界を表現した展示やアトラクションが楽しめる。  
●石巻市中瀬2-7 ●JR石巻駅から徒歩12分 ●900円、中学・高校生600円、小学生250円、未就学児無料 ●9~17時 ●火曜 (除外日あり、公式サイトを要確認) ●契約駐車場あり

**仙台周辺**  
●まつしましめぐりかんこうせん  
**松島島巡り観光船**  
☎022-354-2233 (松島島巡り観光船企業組合) MAP P115C3

松島湾に浮かぶ島々を間近で見物し、雄大な太平洋の眺めを満喫。仁王丸コースは名所を約50分で巡る。  
●発着所の松島観光棧橋までJR松島海岸駅から徒歩5分 ●コースにより異なる (仁王丸コースは●乗船1500円) ●9~16時の毎正時 (11~3月は~15時) ●悪天候時 ●なし

**仙台周辺**  
●しおがますいさんぶつなかおろしいちば  
**塩釜水産物仲卸市場**  
☎022-362-5518 MAP P115C3

鮮魚店など約100店が集まる。購入した海産物は海鮮丼やBBQにしてその場で食べられる。  
●塩釜市新浜町1-20-74 ●JR東塩釜駅から徒歩15分 ●入場無料 ●3~13時 (土曜は~14時、日曜・祝日は6~14時、場内は店舗により異なる) ●水曜 ●500台

**仙台周辺**  
●やまもといちごうえん  
**山元いちご農園**  
☎0223-37-4356 MAP P115C4

東北最大級のイチゴ農園。イチゴ狩りができるほか、直売所、カフェ、ワイナリーなどを備える。  
●山元町山寺福実60 ●常磐自動車道山元ICから車で5分 ●10時~施設により異なる ●無休 (カフェは7~10月の火曜) ●100台

**南三陸**  
**南三陸キラキラ丼**  
南三陸産の旬の海鮮を使い、味も見た目も「キラキラ」豪華に仕上げた海鮮丼。

**仙台タウン**  
●せんだいじょうあと  
**仙台城跡**  
☎022-222-0218 (青葉城本丸会館) MAP P115C4

初代仙台藩主・伊達政宗が築いた城跡で、石垣と復元した櫓が残る。本丸跡からは市内を一望できる。  
●仙台市青葉区川内1 ●JR仙台駅からバス「るーぶる仙台」で25分、仙台城跡下車すぐ  
●●見学自由 (青葉城資料展示館は●入館700円 ●9~16時 ●無休) ●150台 (1時間600円)

**仙台周辺**  
●まつしま  
**松島**  
☎022-354-2618 (松島観光協会) MAP P115C3

穏やかな湾に約260もの島々が浮かぶ景勝地で、展望台や遊覧船から多島美を楽しめる。瑞巖寺などの名刹にも立ち寄りた。

**必食! 仙台**  
**牛たん**  
サクッとジューシーな牛たん焼。麦めしやテールスープが付く定食スタイルが定番。

**仙台**  
**ずんだ餅**  
すりつぶした枝豆に砂糖などで味付けし餅に絡めて食べる。ずんだシイクも人気。

**宮城全域**  
**寿司・海鮮**  
三陸沖で多種多様な魚介が獲れる宮城県では、各地で寿司や海鮮料理を堪能できる。

**仙台**  
**セリ鍋**  
名産のセリを根までまるごと入れる冬の名物鍋。ジャキジャキ食感と香りを楽しもう。

**四季のイベント**  
**仙台・青葉まつり**  
☎022-223-8441 (仙台・青葉まつり協賛会) MAP P115C4  
毎年5月中旬に開催。定禅寺通などで仙台すずめ踊りや山鉦巡業などが行われる。

**仙台**  
**定禅寺ストリートジャズフェスティバル**  
☎022-722-7382 (定禅寺ストリートジャズフェスティバル協会) MAP P115C4  
毎年8月6~8日に開催。一番町中央通りなど各商店街を世飾りで彩る夏の伝統行事。

**仙台**  
**仙台七夕まつり**  
☎022-265-8185 (仙台七夕まつり協賛会) MAP P115C4  
毎年8月6~8日に開催。一番町中央通りなど各商店街を世飾りで彩る夏の伝統行事。



**鳴子温泉・大崎**  
●なるこおんせんきょう  
**鳴子温泉郷**  
☎0229-83-3441 (鳴子温泉郷観光案内所) MAP P115B2

豊富な源泉を誇り古くから湯治場として親しまれてきた温泉地。風情ある鳴子温泉街の散策も楽しい。

**仙台**  
●あきおんせん  
**秋保温泉**  
☎022-398-2323 (秋保温泉郷観光案内所) MAP P115B4  
開湯から約1500年、伊達家の御殿湯があった歴史ある温泉地。秋保大滝や磊々峡(らいらいきょう)など豊かな自然も魅力的。

**仙台**  
●とめ  
**登米**  
☎0220-52-5566 (とよま振興公社) MAP P114D2  
武家屋敷や洋風建築が残るレトロタウン。明治時代に建てられた小学校舎を利用した教育資料館は、国の重要文化財。

**蔵王・白石**  
●おかま  
**御釜**  
☎0224-34-2725 (蔵王町観光案内所) MAP P115B4

直径約325m、水深約27mの釜状のカルデラ湖。太陽光によって表情が変わるエメラルド色の湖面に注目!  
●蔵王国立公園内 ●東北自動車道白石ICから車で1時間 ●見学自由 ●11月上旬~4月下旬 ●蔵王ハイライン駐車場利用350台

**登米**  
●とめ  
**登米**  
☎0220-52-5566 (とよま振興公社) MAP P114D2  
武家屋敷や洋風建築が残るレトロタウン。明治時代に建てられた小学校舎を利用した教育資料館は、国の重要文化財。

## 2 伝承施設とあわせて行きたい沿岸部の魅力

**仙台周辺**  
●ゆりあげみなとあさいち  
**ゆりあげ港朝市**  
☎022-395-7211 MAP P115C4  
毎週日曜・祝日開催の約50店が出店する朝市。炉端焼きコーナーや一般客が参加できる競り市も魅力。  
●名取市関上東3-5-1 ●仙台東部道路名取ICから車で5分 ●6~13時 (日曜・祝日のみ営業) ●月~土曜 ●200台

**仙台**  
●せんだいうみのもりすいぞくかん  
**仙台うみの杜水族館**  
☎022-355-2222 MAP P115C3  
三陸の海を再現した大水槽などで多くの生きものを見られる。迫力満点のイルカ・アシカパフォーマンスも人気。  
●仙台市宮城野区中野4-6 ●JR中野駅駅から徒歩15分 ●2400円、中学・高校生1700円、小学生1200円、幼児700円、65歳以上1800円 ●9時~17時 30分 (最終入館は17時) ※時期により変動あり ●無休 ●800台

**仙台周辺**  
●しおがますいさんぶつなかおろしいちば  
**塩釜水産物仲卸市場**  
☎022-362-5518 MAP P115C3  
鮮魚店など約100店が集まる。購入した海産物は海鮮丼やBBQにしてその場で食べられる。  
●塩釜市新浜町1-20-74 ●JR東塩釜駅から徒歩15分 ●入場無料 ●3~13時 (土曜は~14時、日曜・祝日は6~14時、場内は店舗により異なる) ●水曜 ●500台

**仙台**  
●ゆりあげみなとあさいち  
**ゆりあげ港朝市**  
☎022-395-7211 MAP P115C4  
毎週日曜・祝日開催の約50店が出店する朝市。炉端焼きコーナーや一般客が参加できる競り市も魅力。  
●名取市関上東3-5-1 ●仙台東部道路名取ICから車で5分 ●6~13時 (日曜・祝日のみ営業) ●月~土曜 ●200台

**仙台**  
●せんだいうみのもりすいぞくかん  
**仙台うみの杜水族館**  
☎022-355-2222 MAP P115C3  
三陸の海を再現した大水槽などで多くの生きものを見られる。迫力満点のイルカ・アシカパフォーマンスも人気。  
●仙台市宮城野区中野4-6 ●JR中野駅駅から徒歩15分 ●2400円、中学・高校生1700円、小学生1200円、幼児700円、65歳以上1800円 ●9時~17時 30分 (最終入館は17時) ※時期により変動あり ●無休 ●800台

**仙台周辺**  
●しおがますいさんぶつなかおろしいちば  
**塩釜水産物仲卸市場**  
☎022-362-5518 MAP P115C3  
鮮魚店など約100店が集まる。購入した海産物は海鮮丼やBBQにしてその場で食べられる。  
●塩釜市新浜町1-20-74 ●JR東塩釜駅から徒歩15分 ●入場無料 ●3~13時 (土曜は~14時、日曜・祝日は6~14時、場内は店舗により異なる) ●水曜 ●500台

**仙台**  
●ゆりあげみなとあさいち  
**ゆりあげ港朝市**  
☎022-395-7211 MAP P115C4  
毎週日曜・祝日開催の約50店が出店する朝市。炉端焼きコーナーや一般客が参加できる競り市も魅力。  
●名取市関上東3-5-1 ●仙台東部道路名取ICから車で5分 ●6~13時 (日曜・祝日のみ営業) ●月~土曜 ●200台

**仙台**  
●せんだいうみのもりすいぞくかん  
**仙台うみの杜水族館**  
☎022-355-2222 MAP P115C3  
三陸の海を再現した大水槽などで多くの生きものを見られる。迫力満点のイルカ・アシカパフォーマンスも人気。  
●仙台市宮城野区中野4-6 ●JR中野駅駅から徒歩15分 ●2400円、中学・高校生1700円、小学生1200円、幼児700円、65歳以上1800円 ●9時~17時 30分 (最終入館は17時) ※時期により変動あり ●無休 ●800台

**仙台周辺**  
●しおがますいさんぶつなかおろしいちば  
**塩釜水産物仲卸市場**  
☎022-362-5518 MAP P115C3  
鮮魚店など約100店が集まる。購入した海産物は海鮮丼やBBQにしてその場で食べられる。  
●塩釜市新浜町1-20-74 ●JR東塩釜駅から徒歩15分 ●入場無料 ●3~13時 (土曜は~14時、日曜・祝日は6~14時、場内は店舗により異なる) ●水曜 ●500台

### このエリアの美味しいもの

**仙台**  
**松島のカキ・アナゴ**  
小ぶりでもうま味たっぷりの松島のカキは冬が旬。夏場は天然アナゴが絶品だ。  
写真提供: (一社)松島観光協会

**石巻**  
**石巻やきそば**  
二度蒸した茶色い麺を魚介だして蒸し焼きに。ソースをあとかけるのが石巻流。

**気仙沼**  
**フカヒレ**  
サメの水揚げ量日本一を誇る気仙沼では、フカヒレを寿司や丼にして味わえる。

**南三陸**  
**南三陸キラキラ丼**  
南三陸産の旬の海鮮を使い、味も見た目も「キラキラ」豪華に仕上げた海鮮丼。

首都圏からのアクセス

仙台・石巻・松島・気仙沼へ			
鉄道	仙台	石巻	気仙沼
東京駅	東北新幹線「はやぶさ」 約1時間35分	仙台駅	JR石東北ライン 快速 約15分
仙台駅	約40分	塩釜駅	約40分
東京駅	東北新幹線「はやぶさ」 約1時間35分	仙台駅	JR石線 約30分
仙台駅	約10分	本塩釜駅	約10分
東京駅	東北新幹線「はやぶさ」 約1時間35分	仙台駅	宮城交通・高速バス 仙台気仙沼線 約1時間40分
仙台駅	約1時間	宮城交通・高速バス 仙台気仙沼線 約1時間	気仙沼市役所前
高速バス	桜交通「さくら高速バス」 約5時間40分	仙台駅東口	
バス	仙台駅西口		
東京駅	東北急行バス「仙台線ニュースター号」 約5時間30分	仙台駅西口	
池袋駅西口	国際興業バス「けせんライナー」 約7時間10分	気仙沼市役所前	

\*写真提供:宮城県観光プロモーション推進室