



『宮城』にはどんな印象がありますか？

戦国武将・伊達政宗公のお膝元というイメージが強いかもしれませんが、  
仙台の都市圏から海にも山にも近い地形風土が、  
豊かな産物を生み出したり、独自の文化を広げたり、  
意外なものが日本一だったりします。

誰かに話したくなる宮城のおもしろさを旅で感じてみませんか?!

数字で読む宮城の風土

P014-015

みやぎに息づく文学

P016-017

みやぎの古と伊達な歴史

P018-019

“独眼竜”伊達政宗公と時代を拓き、今に繋ぐ文化 P020-021

みやぎで共に生きる動植物

P022-023

みやぎにふれる、つくる、感じるワークショップ

P024

豊かな自然が育むみやぎの「食」文化

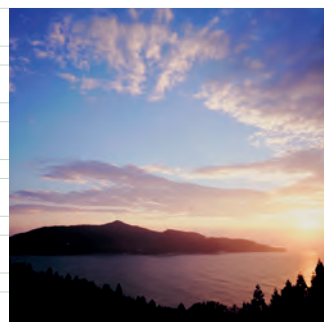
P025

みやぎを遊び場にする多彩なアクティビティ

P026-027

東日本大震災を風化させないために

P028-029





# 数字で読む 宮城の風土



全国屈指の漁場をひかえ、毎日水揚げされる魚。  
生産者の知恵と工夫で美味しく育まれた農産物。  
宮城の多彩な魅力を「数字」から見てみましょう。



石ノ森萬画館

石ノ森章太郎の漫画作品数  
**770作品は  
世界一!**

石ノ森章太郎の  
記念館は  
県内に2つある!

『サイボーグ009』や『仮面ライダー』で有名なマンガ家の石ノ森章太郎は宮城県登米市出身。500巻、770作品128,000ページにおよぶ『石ノ森章太郎萬画大全集』が「1人の著者が描いたコミックの出版作品数が世界で最も多い」としてギネス世界記録に認定(2008年)。その多くの作品とキャラクターは、世代を超えて今も愛されています。



©石森プロ・東映



石巻・中瀬で震災から復興のシンボルに!

**石ノ森萬画館** [石巻市]  
2001年7月オープン  
◆詳しくは/P122 三陸エリアへ

生家がある登米市で味わう石ノ森ワールド!

**石ノ森章太郎  
ふるさと記念館** [登米市]  
2000年7月オープン  
◆詳しくは/P151 東北エリアへ

宮城のせりは  
根っこも美味しく  
料理の主役になる!

収穫量  
**全国1位の**  
**「せり」!**



宮城の気候風土から生まれる美味しい米や農産物。県が誇るブランド米「だて正夢」やイチゴの「にこにこベリー」、「仙台牛」も注目ですが、生産量全国1位の野菜は、実は『せり』です! 特に名取市と石巻市のせり栽培の歴史は古く、名取川の伏流水が育てる「仙台せり」と石巻市河北地区で収穫される「河北せり」のみずみずしさは絶品です。

### ■生産量全国上位の農産物

1位	せり	443t
1位	パプリカ	1,441t
2位	ツルムラサキ	190t
2位	大豆	18,800t
5位	米	377,000t
7位	ソラマメ	503t
9位	肉用牛	80,000頭
9位	乳用牛	18,200頭
10位	イチゴ	4,640t

※肉用牛、乳用牛は令和2年度飼養頭数、大豆、米、ソラマメ、イチゴは令和2年産、ほかは平成30年産収穫量



ゆりあげ港朝市

地元で「せり料理」を食べよう!

産地の名取市や石巻市では、根っこの部分まで丸ごと食べる「せり鍋」が名物となっています。せりの葉、茎、根っこのそれぞれ違う食感と旨味は一度食べたらやみつきに! 9月~3月出荷の「根せり」と4月~6月出荷の「葉せり」がありますが、ほぼ通年で食べられます。定番の「せり鍋」の他にも、「根っこの天ぷら」など、新鮮な地元のせりを使った料理が味わえます。



名取川沿いのオープンテラスで美味しいひととき

**かわまちてらす 関上** [名取市]  
◆詳しくは/P091 仙台・松島エリアへ



海の幸や地場産品の野菜に「競り市」も人気!

**ゆりあげ港朝市** [名取市]



宮城を学んで、おもしろさ新発見!

# 旅で感じる 宮城学



全国屈指の水産県  
宮城は  
海の幸の宝庫

全国屈指の「水産県」である宮城は、水揚げ高日本一を誇る生鮮カツオ、生鮮メカジキ、サメ類はもちろん、ギンザケやカキ、ホヤの養殖も盛んです。県の重要な産業であり、古くから地元の食文化を育んで来ました。豊かな漁場から揚がる新鮮な魚の美味しさは県民の誇りです!

気仙沼漁港は生鮮カツオ、生鮮メカジキ、サメ類の

## 水揚げ高が 日本一!



### 生産量全国上位の水産物

[魚類]		[その他]	
1位	サメ類	10,241t	
1位	ギンザケ(養殖)	14,908t	
1位	カジキ類	3,338t	
2位	マグロ類	22,380t	
3位	カツオ <small>(※ソウダカツオを含まない)</small>	24,870t	
3位	サンマ	3,675t	
			1位 ワカメ類(養殖) 23,447t
			1位 ホヤ類(養殖) 4,369t
			2位 ガザミ類 337t
			2位 オキアミ類 460t
			2位 カキ類(養殖) 18,432t
			3位 ホタテガイ(養殖) 6,185t

生産量/全国4位 248,959t(令和2年) ※令和2年漁業・養殖業生産統計年報

世界に誇る水産漁業の  
スケールとライブ感!

### 気仙沼市魚市場 [気仙沼市]

活気あふれる魚市場で、カツオの水揚げ風景やメカジキやマグロなど様々な魚を見る事ができ、気仙沼市観光協会によるガイドツアーもあります(要予約)。施設内にある食事処では、ここでしか味わえない新鮮な海鮮丼や定食が味わえます。

◆詳しくは/P130 三陸エリアへ



仙台市

宮城県には **35** の市町村があります。

14市20町1村からなり、大きく7つの地域に分けられます。各地の気候風土や文化などの特長を生かした「まちづくり」に取り組んでいます。

宮城県の総面積

**7,282.29km<sup>2</sup>**  
(全国16位)

※国土院「令和4年全国都道府県市区町村別面積調」

宮城県の総人口

**226万8,355人**  
(全国14位)

※総務省「住民基本台帳に基づく人口、人口動態及び世帯数」に基づく人口(令和4年1月1日現在)

個性豊かな  
ご当地キャラが  
たくさんいます!



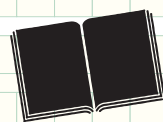
仙台・宮城観光PRキャラクター むすび丸



# みやぎに 息づく文学

海も川も里山も、洗練された都市風景も複雑に絡み合う宮城の土地柄は古くから多くの文学作品に影響を与えてきました。

松尾芭蕉が歩いた旅路や小説の舞台となった町など、実際に訪れることでその世界を追体験してみませんか？



山本周五郎の文学碑



船岡城址公園 縦ノ木は残った展望デッキからの風景



山本周五郎の文学

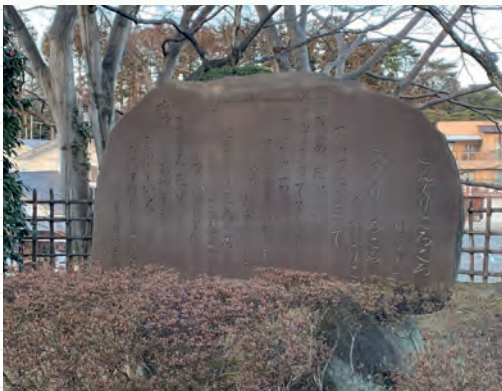
## 縦ノ木は残った

山本周五郎の歴史小説『縦ノ木は残った』。江戸時代に仙台藩伊達家で起こったお家騒動「伊達騒動」を題材にしています。昭和45年にはNHKの大河ドラマになり、主人公の家老・原田甲斐は逆臣説から一転、命をかけて伊達62万石のお家安泰をはかった忠義の人物として描かれ、地元では“縦ノ木”ブームが起こりました。また、船岡城址公園に残るゆかりの縦ノ木を一目見ようと、多くの方が柴田町を訪れました。平成23年10月には、縦ノ木周辺を整備し「縦ノ木は残った展望デッキ」が完成、白石川堤が眺望できるようになり、桜の季節には「一目千本桜」が楽しめます。一本の縦ノ木に寄り添うように、山本周五郎の文学世界が生きています。

[柴田町]船岡城址公園◆詳しくは/P111 県南エリアへ

松島町出身の青木存義が作詞

## 童謡『どんぐりころころ』歌碑



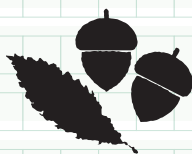
どんぐりころころの碑



観瀾亭・松島博物館

子どもの頃、一度は歌ったことのある童謡『どんぐりころころ』。「日本の歌百選」にも選ばれているこの曲は、松島町出身の青木存義(ながよし)が、文部省在職中に松島で過ごした幼い日を想い作詞したもので、本人の著書『かはいい唱歌』(大正10年)に掲載されています。青木存義は明治12年に松島町幡谷に生まれ、東京帝国大学文科大学を卒業。小学校唱歌教科書編纂委員、東京音楽学校教授、文部省図書編集課長などを務め、大正年間に多数の文部省唱歌を作っています。松島「観瀾亭・松島博物館」の敷地にある歌碑は、昭和59年に建てられたものです。松島観光の折に立ち寄りてみてください。

[松島町]観瀾亭・松島博物館◆詳しくは/P082 仙台・松島エリアへ



ことばの杜をあるこう

## 仙台文学館

仙台・宮城にゆかりのある近代文学作品・文学者を、展示やイベントを通して紹介しているミュージアムで、現在の館長は小説家の佐伯一麦氏。台原森林公園に隣接し、緑豊かな庭で散策を楽しむこともできます。常設展では、土井晩翠、島崎藤村から初代館長・井上ひさしをはじめ、現在活躍中の作家、漫画家まで一堂に紹介しています。島崎藤村『若菜集』の初版や井上ひさしの創作メモなど文学ファン必見の資料も



所蔵しています。また「震災と表現」をテーマにしたコーナーも。展示見学の後は、館内のカフェでひと休みするのもおすすめです。

[仙台市]◆詳しくは/P068 仙台・松島エリアへ





宮城を学んで、おもしろさ新発見!

# 旅で感じる 宮城学

# 松尾芭蕉と おくのほそ道



俳人・松尾芭蕉が弟子の曾良を伴い、陸奥・北陸を旅したのは330年以上も前のこと。この旅路の記録が後に紀行文学の傑作「おくのほそ道」を誕生させました。『伊達の木戸』を越えて宮城に入り白石城下へ。半月ほどを掛けて県下の名所・旧跡や歌枕をめぐる。国指定の名勝「おくのほそ道の風景地」を中心に、その足跡をたどってみましょう。

## しとまへ 尿前の関 [大崎市]

芭蕉と曾良は出羽の国の関所で、山越えの難所でもある「尿前の関」に到着。この関所で厳しい取調べを受けます。どうか通過した後、日が暮れたので封人の家(旧有路家住宅)に泊まった際の俳句が「蚤虱 馬の尿する 枕もと」です。



蚤虱 馬の尿する 枕もと

桜より松は二木を 三月越し



## つじが岡及び 天神の御社

(榴岡天満宮) [仙台市]

「つじが岡」は、古くから歌枕に詠まれた名所であり、仙台を訪ねた芭蕉は、「玉田・横野・躰躰が岡はあせび咲ころなり。(中略)薬師堂・天神の御社など拝みて、その日は暮れぬ。」と記しています。この「天神の御社」は現在の榴岡天満宮のこと。境内には芭蕉の五十回忌に建立された、仙台に残る最古の芭蕉句碑があります。



あやめ草足に結ん 草鞋の緒

## 陸奥国分寺薬師堂 [仙台市]

芭蕉は榴岡天満宮を訪れた後、現在の仙台市若林区木ノ下にある「薬師堂」を参拝。この句は芭蕉を案内し、離仙の朝、草鞋二足など饌別を贈った仙台の俳人・北野加之への感謝の気持ちを詠じたもので、風流な心遣いに贅辞を贈っています。境内の准胝観音堂の傍らには芭蕉句碑が建立されています。

## 興井

[多賀城市]

「沖の井」や「沖の石」とも呼ばれ、古くは『古今和歌集』小野小町や、『千載和歌集』二条院讃岐などが和歌に詠んだ歌枕ゆかりの地です。芭蕉は「壺碑」の後に当地を訪ね、曾良は興井が民家の裏手にたたずんでいると記しています。

## 笠島

[名取市]

歌仙の藤原実方亡くなった笠島(名取市愛島)に立ち寄りとうしましたが、五月雨でぬかるんだ道で、疲労困憊だったため、遠くから眺めただけで立ち去ってしまった芭蕉。笠島という地名が五月雨と縁があると知って詠んだ一句です。その夜は岩沼に泊まりました。

## 末の松山

[多賀城市]

「末の松山」は『古今和歌集』に初出以来、みちのくを代表する歌枕として、多くの歌に詠まれました。この地を訪ねた芭蕉は「松の間々皆墓原」という光景を目の当たりにし、恋を詠んだ歌枕の地が墓原と化している現実に非常を感じたといえます。



## 籠が島

[塩竈市]

「籠が島」は塩竈湾の北岸近くに浮かぶ周囲約150mの島です。おくのほそ道には「五月雨の空いささか晴れて、夕月夜幽かに、籠が島もほど近し」とあり、塩竈の浦辺から、漁師たちの小船が連なって帰って来て、獲った魚を分け合う声を聞き、その情景に芭蕉も心を揺さぶられたようです。

## 武隈の松

[岩沼市]

西行をはじめ多くの歌人に詠まれるている名木。この句は弟子が「武隈の松=二木の松を見られるように」と饌別にくれた句に添えたもので、桜の咲いている時期から三経ってようやく勇壮な二木の松を見ることができたと感激した芭蕉の気持ちを映しています。



笠島はいずこさ月のぬかり道

## 壺碑

[多賀城市]

多賀城跡の南門の近くに、覆堂に守られて立つ、奈良時代に建てられた古碑です。平安時代の終わり頃からみちのくの歌枕「壺碑」として多くの歌に詠まれ、芭蕉はこの碑が古代の姿そのままであることに感動し、涙が落ちるばかりと記しています。平成10年には「多賀城碑」として国の重要文化財に指定されています。



## 雄島

[松島町]

「松島は扶桑第一の好風にして、凡そ洞庭・西湖を恥ず」と記したように芭蕉が楽しみにしていた松島来訪。塩竈から船で松島に入り「瑞巖寺」を拝観。その後「雄島」に渡っています。

# 伊坂幸太郎の世界

「仙台」を舞台にした小説で、多くのファンを魅了する作家・伊坂幸太郎。実写映画化されることも多く、宮城でロケされた作品もたくさんあります。ロケ地巡礼の旅で伊坂幸太郎ワールドに浸ってみては?

オール仙台ロケ敢行!

せんだい・宮城フィルムコミッション特集ページ

<https://smfc-feature.com/einekleinenachtmusik/>

協力:せんだい・宮城フィルムコミッション ◆詳しくは/P079へ



## ポテチ 2012年

監督:中村義洋

【主なロケ地】

仙台市民球場、  
勾当台公園 ほか

「ポテチ」DVD

発売・販売元:アミューズソフト

©2007伊坂幸太郎/新潮社

©2012「ポテチ」製作委員会



## アイネクライネナハトムジーク 2019年

監督:今泉力哉

【主なロケ地】

仙台駅ペDESTリアンデッキ、  
貝ヶ森中央公園、大年寺山公園 ほか

「アイネクライネナハトムジーク」DVD・Blu-ray

発売・販売元:アミューズソフト

©2019「アイネクライネナハトムジーク」

製作委員会



いにしえ  
みやぎの古と  
伊達な歴史

太古の昔、ここに魚竜がいた!?縄文時代の貝塚?  
1300年前の国府の跡?意外に知らない宮城の歴史と  
伊達政宗公由来の「伊達文化」に触れてみませんか?

世界最古級の化石が発掘!

みなみさんりく  
発掘ミュージアム 【南三陸町】

昭和45年、南三陸町の歌津館崎の海岸で世界最古の「魚竜」の化石が発見され「ウツギヨリュウ」(学名:ウツサウルス)と名付けられました。この化石は約2億5千万年前の地層から見つかりました。他にも異なる時代の3種の魚竜や希少な化石が発見され、歌津地区は魚竜化石の世界的宝庫と注目されました。東日本大震災前は「歌津魚竜館」で化石や民俗資料の展示を行っていましたが、津波の被災により閉館。2019年より現在の産地直売所「みなさん館」の中に「みなみさんりく発掘ミュージアム」が誕生。様々なめずらしい化石を無料で見てもらえるようになりました。



「世界最古」「日本最古」の化石も展示

ミュージアム館内には、化石など200点を超える資料が年代ごとに展示してあります。展示品のなかには「世界最古」「日本最古」の化石も展示。実際の化石に触れるコーナーや、豊富なパネル展示による解説など、化石に詳しくなくても楽しんで学べるようになっています。また、2015年に初めて日本で発見された「ティラコセファラ」(鱗頭類)の化石も展示しています。



「化石発掘体験プログラム」にチャレンジ!

貴重な化石の採集にチャレンジできる「化石発掘体験プログラム」(有料/要予約)。日本でもここで見つからないような化石が多数見つかり、学術的価値が高い化石が発掘できることも!つるはしやハンマー等、危険な道具は使用しないのでお子様でも気軽に参加できます。採集した化石は講師がその場ですぐに鑑定、1個持ち帰ることもできます。



最新情報や化石発掘体験の問合せはこちらから! 南三陸直売所「みなさん館」ホームページ <https://sanriku-minasan.com/>

開館30年!縄文時代へタイムスリップ!

奥松島縄文村歴史資料館 【東松島市】



宮戸島にある日本最大級の貝塚「里浜貝塚」から出土した縄文土器や骨角器、石器、装身具、縄文人の食料である魚や獣の骨などを展示し、縄文人の知恵と生活をわかりやすく紹介しています。約2500年前の本物の貝塚を剥ぎ取った展示や、木舟の上からマグロをねらう縄文人の立体模型は迫力満点!映像シアターでは、キャラクターのげんちゃん一家が縄文ワールドへ誘います。また、貝塚見学や火おこし、勾玉・釣針作りなど縄文体験イベントも行われているのでHPのイベントカレンダーをチェック! 資料館付属の「中庭美術館」、体験学習室や埋蔵文化財センターを備えた「交流館」、石の広場などもあり、手作りの竪穴住居も見られます。

◆詳しくは/P088 仙台・松島エリアへ



2024年に  
「創建1300年」を迎える  
日本三大史跡のひとつ

## 多賀城跡 [多賀城市]

「多賀城」は神亀元年、西暦724年に創建、陸奥国の国府が置かれたところで、平城宮跡(奈良県)や大宰府跡(福岡県)とともに日本三大史跡のひとつです。奈良時代には軍事を司る『鎮守府』も置かれ、11世紀の中頃まで古代東北の重要な拠点でした。約900m四方の規模で、周囲は築地塀で囲まれ、中央には重要な政務や儀式を行う「政庁」があり、4つの時期に渡って改修や再建があったことがわかっています。当時の律令国家が辿って来た歴史を感じられる重要なスポットです。

2024年(令和6年)に創建1300年という記念すべき年を迎えるにあたり一過去に学び、今を見つめ、未来を創造する。「つなぐ、つなげる。1300年。」という基本理念のもと、多賀城創建1300年を共に祝い、東北の発展の礎となる多種多様な記念事業、文化プログラムを展開予定です。



724年▶2024年

多賀城創建1300年記念特設サイト

<https://tagajo1300.com/>

◆詳しくは/P087 仙台・松島エリアへ



全国で2番目の史跡公園として整備された多賀城の付属寺院跡

### 多賀城廃寺跡

多賀城と同時期に創建された多賀城の付属寺院跡。東に三重塔、西に東面する金堂、北に講堂を配置し、築地塀が囲んでいます。2kmほど西の山王遺跡で「観音寺」と墨書された土器が発掘され、寺名の可能性が高いと考えられています。多量の瓦の他に、陶塔や泥塔、土製の仏像の破片など、寺院跡ならではの遺物も発見されています。

古代東北の解明に欠かせない多賀城修造記念碑

### 多賀城碑

歌枕「壺碑」としても名高く、762年に建立された「多賀城修造記念碑」で、平城京などから多賀城までの距離や多賀城の創建、修造について刻まれています。江戸時代の初め、この碑が発見されたことにより遺跡が「多賀城跡」とであると判明しました。古代東北の解明につながる重要な資料として平成10年、国の重要文化財に指定されました。

令和4年7月「日本遺産」に追加認定!

## 金華山詣 金華山道 [石巻市]



◆詳しくは/P123 三陸エリアへ



金華山道の碑



金華山黄金山神社

宮城、岩手両県の産金の歴史や文化を伝える、文化庁認定の日本遺産「みちのくGOLD浪漫—黄金の国ジパング、産金はじまりの地をたどる—」に、令和4年7月29日、石巻市の「金華山詣(もうで)」と「金華山道」が追加認定されました。石巻市の金華山は、牡鹿半島の海上に浮かぶ霊島で多くの鹿が息することでも知られます。この島に鎮座する『金華山黄金山神社』は約1270年前の創建とされ、県北部の日本初の産金の地・涌谷町で取れた砂金が、奈良・東大寺の大仏建立に使われたことを祝って建立されたといわれています。金運・開運の神様として古くから信仰され「3年続けてお詣りすれば、一生お金に不自由しない」と言い伝えられています。また、「金華山道」は石巻から牡鹿半島西岸の萩浜、鮎川浜を経て山頂に至る道で、金華山への参詣の道として利用されました。石巻市大街道にある「金華山道碑」は参詣道の起点で、金華山道までの道のりが刻まれています。



いにしえ  
みやぎの古と伊達な歴史

戦国武将として根強い人気の、初代仙台藩主・伊達政宗公。数々の武功によって奥州の覇者となり、関ヶ原の戦いでは勝利を収めた徳川軍に加勢。翌年から仙台城の建設を開始し、仙台藩発展のため治水工事や植林、城下町の整備に邁進しました。また『文化人』としても時代を牽引。奈良時代の陸奥国分寺跡に薬師堂を建てたり、松島の名刹円福寺を瑞巖寺として復興したり、地元の名所・旧跡の再生に力を入れました。当代一の技術者を呼び寄せ、上方の桃山文化を取り入れたり、西洋世界にも関心を寄せました。伝統の中にも個性的で新しい“伊達”な文化を開花させた功績は、歴代の藩主に受け継がれ、やがて庶民にも広がり、今でも県内の様々な遺構に息づいています。

伊達政宗公はなぜ天守閣を作らなかった？



青葉山と広瀬川の地形を生かした『天然の要塞』

## 仙台城跡(青葉城址) 【仙台市】

仙台城は通称「青葉城」とも呼ばれ、仙台平野を見下ろす青葉山に築られました。標高は高いところで131.4m、東は広瀬川に落ちる64mの断崖、南は80mの深さの竜ノ口溪谷が固める、まさに『天然の要塞』です。本丸の実際の土木工事は慶長6年(1601年)から開始、整地作業、石垣の構築、建物建築工事がすすめられ、同年4月には建築途中の城へ政宗公自身が移りました。仙台城には『天守閣』は築かれませんでした。その理由は諸説ありますが、城の立地が『天然の要塞』のため必要がなかったとか、徳川家康公に敵意がないことを示すためとも言われています。代わりに城の中心に、俗に「千畳敷」ともいわれる広大な「大広間」が作られました。廃藩置県までの約270年に渡り仙台藩の政庁でしたが、明治のはじめに本丸が取り壊され、二の丸も明治15年に火災で焼失、現在は石垣と再建された大手門脇櫓が残されています。また東日本大震災により複数の石垣が崩れましたが、平成27年に復旧工事が完了しています。

参考:青葉城本丸会館  
ホームページより



※2022年3月16日の地震で石垣が崩落して修復中

# “独眼竜” 伊達政宗公と時代を拓き、今に繋ぐ文化

政宗公が造営した「大崎八幡宮」は現存最古の『権現造』である

「大崎八幡宮」は慶長9年(1604年)～慶長12年(1607年)にかけて造営、その様式は入母屋造りの本殿と拝殿とを繋いだ石の間造りです。安土桃山時代の文化を伝える日本最古の『権現造』で、昭和27年に国宝に指定されました。2004年、約5年に渡る社殿の保存修理工事を終え、創建当時の極彩色な装飾が甦りました。



国宝 大崎八幡宮【仙台市】

これを知っていると『政宗通』になれる!?

NHK大河ドラマ「独眼竜政宗」の年間平均視聴率は歴代第1位である

昭和62年(1987年)にNHK大河ドラマ第25作として放送された「独眼竜政宗」。ドラマ中の名台詞『梵天丸もかくありたい』はその年の流行語になりました。年間平均視聴率39.7%は歴代1位で、未だに破られていません。伊達家の子孫が監修しており、初めて歴史上の人物の子孫が監修する役目を担いました。

仙台・塩竈・松島に『桃山様式』を伝える建造物が多い

宮城県内の桃山様式建築物と建立年(再建含む)

- 松島・五大堂 慶長9年(1604年)
- 大崎八幡宮 慶長12年(1607年)
- 陸奥国分寺薬師堂 慶長12年(1607年)
- 鹽竈神社 慶長12年(1607年)
- 松島・瑞巖寺 慶長14年(1609年)
- 瑞鳳殿 寛永14年(1637年)

…など時代を超えて『絢爛豪華』が特徴の建築物を見られます。



瑞鳳殿【仙台市】

政宗公は“伊達な”ファッション力があつた

戦国武将の中でもお洒落で有名な政宗公。その具足や兜、陣羽織には政宗公自身の美意識が表れているといわれています。「黒漆五枚胴具足」は鉄地黒漆塗りの五枚胴、頑丈な六十二間筋兜に、政宗公のトレードマークともなっている左右非対称の細い月の形をした金箔押しの前立。「山形文様陣羽織」は、黒羅紗地を金銀モールで飾り、裾は緋羅紗で山形の文様を表し、そこには縫い目が見えない切袷(きりばめ)という繊細な技法が用いられています。衿には装飾りの跡もみられ、桃山時代に流行した南蛮服飾の貴重な一例です。



黒漆五枚胴具足(仙台市博物館所蔵)

参考:宮城県「みやぎ・仙台 日本一!百選」/日本遺産「政宗が育んだ“伊達”な文化」より  
※仙台市博物館は大規模改修工事に伴い休館中(2024年3月末日まで(予定))



山形文様陣羽織(仙台市博物館所蔵)



宮城を学んで、おもしろさ新発見!

# 旅で感じる 宮城学

本堂「大悲亭」は光宗公の江戸の納涼の亭を移築

## 円通院 [松島町]



伊達政宗公の嫡孫、伊達光宗公が正保2年(1645年)、19歳の若さで死没。その死を悼んだ父・忠宗公により円通院が開創、お霊屋(三慧殿)は正保4年(1647年)に完成しました。東北では数少ない格式ある方三間霊屋の遺構であり、3世紀半もの間秘蔵とされた国の重要文化財です。その厨子には支倉常長が西洋から持ち帰ったと伝わるバラや水仙の花の絵が鮮やかに描かれています。バラの花はローマ帝国のローマを象徴し、水仙はイタリア・フィレンツェ市を表す花とされ、支倉常長がローマ、フィレンツェを訪ねた証として描かれたと伝わっています。また、厨子の中の模様はダイヤ、クローバー、ハート、スペードが描かれていると伝わります。境内の庭には約350年前に造られた心字の池を中心とした石庭があります。秋には紅葉がライトアップされ、幻想的なお寺の中に色鮮やかな紅葉の赤色が映えます。その中のバラの庭「白華峰西洋の庭」は「三慧殿」の厨子に描かれているバラ、アカンサス、ガーベラなどをモチーフにしており、仏教とキリスト教の出会いによって生まれたバロック的な庭となっています。

◆詳しくは/P084 仙台・松島エリアへ



宮殿型厨子



ダイヤ模様



クローバー模様



ハート模様



スペード模様



伊達政宗公の命を受け  
国際舞台で外交交渉の偉業

## はせくらつねなが 支倉常長



支倉常長は現在の山形県米沢市で生まれ、7歳で父の兄・支倉時正の養子となり川崎町支倉地区の「上楯城」に移ります。後に伊達政宗公の家臣となり、慶長18年(1613年)、仙台藩とノビスパニア(メキシコ)との貿易交渉のため「慶長遣欧使節」としてサン・ファン・パウティスタ号に乗り太平洋を横断。その後ヨーロッパへと渡り大使としてスペイン国王とローマ教皇に謁見を果たしました。しかし幕府のキリスト教弾圧などから目的を達することができず、7年後に失意の帰国となりましたが、大国を相手に堂々と外交交渉した実績は高く評価されています。

[大郷町] ◆詳しくは/P089 仙台・松島エリアへ

[石巻市] ◆詳しくは/P123 三陸エリアへ



支倉常長メモリアルパーク [大郷町]



宮城県慶長使節船ミュージアム(サン・ファン館) [石巻市]

※リニューアル工事のため休館中

支倉常長ゆかりの地で王国ができた!

## 食と体験の観光交流施設 「イーレ! はせくら王国」 [川崎町]

廃校になった旧支倉小学校が、2018年「食と体験の観光交流施設」として生まれ変わりました。かつての職員室と校長室はレストラン、体育館はワイナリーになり、地元農産物の直売所やセレクトショップもあり、家族で楽しめるイベントやワークショップも定期開催しています。支倉常長は17世紀初めに「慶長遣欧使節団」の大使として渡欧したため、日本人で最初にチョコレートを食べたのではないかとされます。それにちなんで、カカオを使用した料理やデザートが楽しめたり、オリジナルチョコレートブランド「ROKU'e」も販売しています。

◆詳しくは/P104 県南エリアへ





# みやぎで共に生きる 動植物

宮城の山、川、湖沼でなければ味わえない  
四季咲き誇る花々。おおらかに包む自然と共に  
生物・動物たちがたくましく生きています。

## 伊豆沼・内沼の渡り鳥

ラムサール条約湿地に登録された



県北エリア、登米市と栗原市の間に位置する伊豆沼・内沼は「渡り鳥」の飛来地としてよく知られ、原生の自然をとどめる沼として国際的に高い評価を得ています。秋から冬にかけて極東ロシアから渡ってくるガンやカモ、ハクチョウ類の貴重な越冬場所であることから、ラムサール条約の登録湿地として国内で2番目に指定されました。約10万羽のマガンが日の出とともにえさ場である田んぼに向かって飛び立つ「飛び立ち」やえさ場から群れを成して戻ってくる「ねぐら入り」の姿や羽音などの光景は、環境省の「残したい日本の音風景100選」にも選ばれています。その雄大さと美しさに魅了され、全国から多くの方が集まり、絶景の初日の出スポットとしても人気です。



キツネとふれあえるのは国内ココだけ!

## 宮城蔵王キツネ村のキツネ

蔵王連峰のふもとに位置する宮城県白石市。自然豊かな森の中にある「宮城蔵王キツネ村」は、全国で唯一のキツネ専門の飼育施設です。北海道で有名なキタキツネのほか、銀ギツネ、ホッキョクギツネ、プラチナギツネなど100頭を超すキツネ達が放し飼いにされています。所定の場所からエサやりができるので、キツネとふれあえる希少なスポットとして国内外から人気があります。キツネのほか、ウサギやヤギ、ポニーなどもあるので、ぜひその可愛らしさに癒されてください。

[白石市] ◆詳しくは/P107 県南エリアへ



## 長沼・伊豆沼・内沼のハス

まさに極楽浄土の世界!

学術的にも希少な湿地である伊豆沼・内沼、その東南部に位置する長沼は、夏になると『ハス』が開花し、この時期だけの美しい風景が広がります。「伊豆沼・内沼はすまつり」「長沼はすまつり」が開催され、沼一面に咲くピンクのハスの中を小型遊覧船で通ることができ、大きなハスの花を間近に見られます。長沼では、船からハス越しに眺める長沼フートピア公園の「オランダ風車」やポート場のクラブハウスが、まるで外国の絵はがきのようです。ハスの花は朝に開き、夕方にかけてしぼむため午前中がおすすめです。

[登米市・栗原市] ◆詳しくは/P153 県北エリアへ

## 猫の楽園 田代島のネコ



宮城県東部、牡鹿半島の先端近くの石巻湾に浮かぶ「田代島」は、コバルトブルーの海に囲まれ、風光明媚な自然を満喫できる島です。「猫の島」といわれるほど多くのネコたちが暮らしています。昔は漁師達がネコの行動から漁の良し悪しを判断していたとも言われ、大漁の守り神としてネコを大切にきて来ました。島にはネコが祀られた「猫神社」があり、平成21年4月、国土交通省『島の宝100景』にも選定されました。のんびり気ままに暮らすネコ達の姿に癒されようと、多くのネコ好きが訪れます。

[石巻市] ◆詳しくは/P122 三陸エリアへ

ネコ好きが巡って楽しむ

### 丸森町の「猫碑」 [丸森町]

宮城県の最南端に位置する丸森町。この町では養蚕が盛んだった頃、養蚕の大敵のネズミを駆除してくれるネコを大切に、「猫神」として祀ってきたようです。町内各所でネコの形を浮き彫りにした石碑や、石像などを見ることができ、それらを巡ってお参りするネコ好きな方が増えています。スタンプリナーなどのイベントも開催しておりますので、ゆっくり散歩してみてください。

◆詳しくは/P114 仙南エリアへ







息をのむ錦秋の大渓谷

## 鳴子峡 【大崎市】

宮城の紅葉スポットの代表格として有名な『鳴子峡』。大谷川の浸食により出来たV字型の渓谷で、高さ約100mの断崖絶壁が、2.5kmに渡って続きます。秋の声を聞くとブナ、ナラ、カエデなどが赤や黄に染まり、マツなどの常緑樹の緑と美しいコントラストを見せてくれます。鳴子峡レストハウス横の展望所からは、ポスターさながらの「大深沢橋と紅葉」の美しさを堪能できます。宮城オルレのコースにもなっていて、鳴子の雄大な景観とひとつになる感動を味わえます。

◆詳しくは/P141 県北エリアへ

## ツツジで真っ赤に染まる修験の山

たつがねさん

## 田束山 【気仙沼市・南三陸町】



南三陸屈指のビュースポット『田束山』。天候に恵まれればリアスの海岸美が一望でき、岩手県から金華山まで望むことができます。毎年5月中旬～下旬には、ツツジの花で山全体が燃えるような赤色に染まります。車で山頂付近まで登ることができますが、自分の足で登ることも。その登山道は“行者の道”と呼ばれ、かつて山岳信仰が盛んだった時代に多くの僧が修行として上ったルートを追体験することができます。道中には滝もあり、6～7月にはアジサイがきれいに咲きます。

◆詳しくは/P130 三陸エリアへ

## 10万株を誇る四季の花々

## 国営 みちのく杜の湖畔公園 【川崎市】



蔵王山麓の裾野、釜房ダム湖畔にある東北唯一の国営公園です。四季折々、色鮮やかな花々に満ちた大花壇。お花畑では蔵王連峰を背景にポピーやコスモスが一面に咲き誇ります。広大な敷地内ではエリアごとにテーマがあり、東北の風土と文化に触れ合うことができたり、里山冒険遊びや自然観察も思いのまま、キャンプ場やドッグランもあります。家族で、カップルで、季節ごとに何度も訪れたい“花と緑の楽園”です。

◆詳しくは/P102 県南エリアへ



全山紅葉は『神の絨毯』

## 栗駒山 【栗原市】



奥羽山脈のほぼ中央に位置し、宮城・岩手・秋田の三県にまたがる標高1,626mの栗駒山。夏は多様な高山植物が見事で、ヒナザクラの群生は田中澄江さんの「花の百名山」でも描かれました。秋は『神の絨毯』とも称される全山紅葉が壮観!ブナやミズナラ、カエデなどの落葉広葉樹が多いため、山全体が色付き、赤、オレンジ、黄色、緑と美しいグラデーションに包まれます。9月中旬、山頂付近から始まり、山腹、山麓へと広がり、10月中旬にかけて大パノラマの紅葉を楽しめます。

◆詳しくは/P147 県北エリアへ



圧倒的なスケールのツツジの群生

とくせんじょうざん

## 徳仙丈山 【気仙沼市】

気仙沼の内陸部にある標高711mの『徳仙丈山』。東京ドーム10個分もの広大な土地に、約50万本ものヤマツツジやレンゲツツジが咲き誇ります。毎年5月中旬から山一面が深紅に染まる眺めを目当てに多くの観光客で賑わいます。50年程前には注目されなかった自生のツツジを“つつじ山の梅吉つあん”と呼ばれた佐々木梅吉氏(元・気仙沼市議)と須藤隆氏(元・本吉町議)の熱心な保護活動と環境づくりで、日本屈指と呼ばれるツツジの名所にまで成長させました。

◆詳しくは/P130 三陸エリアへ



# みやぎにふれる、つくる、感じるワークショップ

地元の素材を生かした伝統工芸など宮城を自分の手で感じてみよう!

**鳴子系**  
(鳴子温泉ほか)  
太い同首が特徴で、首を回すとキュッキュと音が鳴る。

**作並系**  
(作並温泉ほか)  
カニのように見える菊の模様「カニ菊」が特徴的。

**肘折系**  
(仙台市)  
鮮やかな色と個性の強い顔立ちが印象的。

**遠刈田系**  
(遠刈田温泉ほか)  
頭の赤い手絡模様と切れ長の目が美しい。

**弥治郎系**  
(白石市ほか)  
頭頂部のろくろ模様と明るい色使いが魅力。

## 宮城の伝統こけし



### こけし絵付け体験

宮城の伝統こけしは大きく5つの系統に分けられ、地域やこけし職人によって様々な個性があり、全国のこけしマニアには聖地と呼ばれるスポットもあります。また、最近はオリジナルの創作こけしも注目されています。各地のこけし工房や施設では白木地のこけしに『絵付け体験』ができます。旅の思い出に、世界に一つだけのこけしを作ってみませんか?

[仙台市] ◆詳しくは / P071 仙台・松島エリアへ

[蔵王町] ◆詳しくは / P105 県南エリアへ

[白石市] ◆詳しくは / P108 県南エリアへ

[大崎市] ◆詳しくは / P142 県北エリアへ

## 300年の伝統 岩出山のしの竹細工 [大崎市]

### しの竹細工体験

岩出山の「しの竹細工」は、岩出山城第4代城主・伊達村泰公が京都から職人を呼び武士の手仕事として奨励。300年以上受け継がれてきた美しい伝統工芸品です。竹の皮だけを使い、表皮を内側にして編むことで指先に優しく、水切れが良いなど機能的にも優れています。竹細工体験では職人による丁寧なレクチャーで「目かご」や「花器」などが作れます。

◆詳しくは / P142 県北エリアへ



## 女川スペインタイル みなとまちセラミカ工房 [女川町]

### スペインタイル体験レッスン



「津波で流された町をスペインタイルで明るく彩りたい」と2013年に工房がスタート。色鮮やかなスペインの材料を使って、地元のスタッフが愛情を込めて制作を続け、女川復興のシンボルとして着実に町を彩って来ています。旅の思い出になる気軽な「絵付け体験」や、2枚のタイルのうち1枚は女川の街に飾る「メモリアルワークショップ(要予約)」を開催しています。

◆みなとまちセラミカ工房 0225-98-7866

## 津山杉のやさしい木工品

木のテーマパーク「もくもくハウス」 [登米市]



### 木工品クラフト教室

登米市津山町(とめしつやまちょう)の森林に囲まれた町で木工職人たちが丁寧に作り上げる木工品。宮城県産材を使った矢羽集成材は日常に溶け込む優しい「うつわ」や木のおもちゃとなり、世代を超えて愛されています。10名以上のグループ単位でクラフト体験を開催。また、夏休みの宿題にピッタリな「親子工作教室」も期間限定で行われます(要予約)。

## 伊達政宗公も愛した 雄勝硯

雄勝硯の原石は、石巻市の雄勝地区から露天掘りで採石された「雄勝玄昌石」。粒子の均質さ、美しく黒光の特長などから硯の原石、天然スレートとして優れており、東京駅丸の内駅舎の屋根にも使われています。600年の歴史と伝統があり、伊達政宗公も賞讃されたと伝えられます。雄勝硯伝統産業会館では展示室や、雄勝石を使ったテーブルウェアなど観覧・購入できる販売ギャラリーがあります。実際に手に取り、手触りや重みを感じることができます。

※ワークショップは休止中。

[石巻市] ◆詳しくは / P125 三陸エリアへ





## 豊かな自然が育む みやぎの「食」文化

もぎたて、焼きたて、作りたて!“美味しい体験”で宮城を食べつくそう。

### いちご狩り 「東北一のいちご産地」が 震災から復活!



仙台市の南側沿岸部に位置する巨理町・山元町は、東北一のいちご生産高を誇っています。東日本大震災の津波によりいちご農家は壊滅的な被害を受けましたが、生産者の不断の努力と経済面・技術面のサポート等を受けながらいちご栽培が再開。巨理町・山元町では最新鋭設備を備えたハウス団地もでき、震災前より収穫量も増えました。今ではたくさんの農園で、完熟いちごを直に摘むことができます。産地でしか味わえない摘みたての美味しさを満喫してください!

いちご狩り[山元町] ◆詳しくは/P092 仙台・松島エリアへ

### 日本屈指の水揚げ量を誇る『塩釜港』 マイ海鮮丼づくり

北は北海道、南は九州・沖縄からのマグロ船団の基地になっている塩釜港は、日本有数の生マグロの水揚げ量を誇ります。常に新鮮な魚介が入荷し、活気あふれる「塩釜水産物仲卸市場」は売り場4,950㎡、77店の店が並び、一般客でも卸値で買い求められると、地元でも大変人気のある市場です。海鮮グルメを堪能できるお食事処の他に、刺身など場内で購入した食材を自分好みにトッピングできる「マイ海鮮丼コーナー」はお子様にも大好評です!



お問い合わせ/マイ海鮮丼コーナー 022-367-1622(塩釜水産振興センター)  
営業時間/6:30~12:00(土・日曜、祝日は6:30~13:00) 定休日/水曜  
[塩釜市] ◆詳しくは/P086 仙台・松島エリアへ

### やさしい歴史と伝統の技を実感 白石温麺工場見学 [白石市]

一般的な素麺は乾燥を防ぐために油を塗りますが、白石温麺は油を使わない製法なのが特徴です。長さは9cmと短くて食べやすく、地元で300年以上も親しまれてきました。江戸時代、父の胃病を治そうとした男が旅の僧侶から油を使わない麺を教えられ、それを温めて父に食べさせたところ回復。それが白石城主・片倉小十郎の耳に留まり、この麺を「温麺」と書いて「うーめん」と名付けたと伝わります。工場見学では丁寧な手作業の製麺工程を見ることができます(要予約)。



松田製粉 0224-25-5121

はたけなか製麺(0224-25-0111)・きちみ製麺(0224-26-2484)では工場見学を休止中(2023年2月現在)。事前にお問合せください。

### 緑に包まれた蒸溜所で『大人の社会科見学』 ニッカウイスキー仙台工場宮城峡蒸溜所

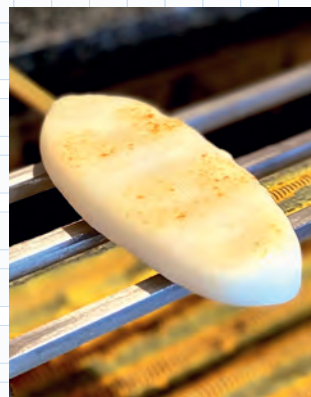


作並温泉から約5kmほどに位置する『宮城峡蒸溜所』で、自然の景観をそのまま活かした工場を見学できます。キルン塔、仕込棟、蒸溜棟、赤煉瓦の貯蔵庫等を案内してもらい、ガイドからニッカウイスキーの歴史や製造工程をレクチャー。その後のお楽しみは無料の試飲です!ソフトドリンクもあるのでお子様連れでも大丈夫。モルトウイスキーとグレーンウイスキーを製造している希少な蒸溜所は一見の価値ありです(要予約)。

[仙台市] ◆詳しくは/P078 仙台・松島エリアへ

### 自分の焼き加減でアツアツをガブリ! 笹かまぼこ手焼き体験

宮城のお土産の代表格である「笹かまぼこ」ですが、魚のすり身の原材料や配合、製法によって、柔らかさや風味に個性が出ます。お店ごとにこだわりがありますが、焼き目をつける前の「白焼き」から、自分好みに手焼きできるお店もあります。工場によってはすり身をこねて、型に入れて成形、焼くまでの工程を体験できるところも(要予約)。焼きたて、アツアツの笹かまぼこは絶品です!

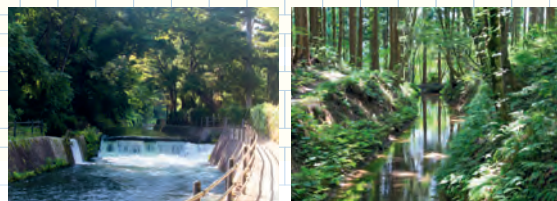


[仙台市] 鐘崎総本店 笹かま館 ◆詳しくは/P063 仙台・松島エリアへ  
[多賀城市] 松島蒲鉾本舗多賀城工場 ◆詳しくは/P087 仙台・松島エリアへ  
[松島町] 松島蒲鉾本舗総本店 ◆詳しくは/P084 仙台・松島エリアへ  
[名取市] ささ圭・かわまちてらす関上店 022-784-1239  
かまぼこの佐々直・かわまちてらす関上店 022-385-3370

### 東北からの認定は初めて! 世界農業遺産 大崎耕土



宮城県大崎地方、江合川、鳴瀬川の流域に広がる水田農業地帯として発展してきた地域は「大崎耕土」と呼ばれています。季節風「やませ」による冷害や、洪水、水不足など米作りをするには厳しい自然条件です。そんな中、先人達は「水」の調整に様々な知恵や工夫を重ね、風土を生かす水田農業を確立していきました。2017年、国際連合食糧農業機関(FAO)の世界農業遺産に東北で初めて認定。「生き物との共生関係」や「農文化」「食文化」「豊かで特徴的な景観」と、それら全体の“つながり”が認定へのカギとなりました。食文化の特徴としては「餅」と発酵食と保存食。お祭りやお祝い事などの行事には頻りに餅料理が並びます。また、米や麴、大豆や野菜等を生かした発酵食、保存食が暮らしの中に根付き、現在の食文化にも脈々と息づいています。





# みやぎを遊び場にする多彩な アクティビティ!

人気のマリンスポーツから親子で楽しめる体験コースなど、  
宮城でのアウトドアメニューはますます充実!  
たくさんある遊び方から自由に選んでチャレンジ!

絶景

## 松島湾で感動体験!

日本三景のひとつであり、かの松尾芭蕉も舟で渡ったという「松島湾」。古くから風光明媚な景勝地ですが、最近はさまざまなアクティビティも人気です!初心者にも安心のツアーなど楽しみ方もいろいろ。体を使ってリフレッシュしながら、松島湾を遊びつくしましょう!

### 松島熱気球体験 [松島町]

熱気球体験は風の穏やかな早朝に開催。高さ約20mまで上昇し、目の前に浮かぶ松島湾の島々を空から満喫できます。天気の良い日は朝日が水面に反射して、日の出から約1時間、オレンジ色に輝く「光の道」が見られます。5~6名で一緒に体験できるので、家族やグループにぴったり!ドア付きバスケットなので車椅子の方も搭乗できます。

<https://sendai-experience.com/ja/ex/98>

◆詳しくは/P083 仙台・松島エリアへ



画像提供:KUUNEL SUP SCHOOL

### 松島SUP体験 [松島町]

新感覚アクティビティとして注目のSUP(サップ)に乗って、松島を海上散歩!松島湾は360度島々に囲まれているので、波や風があってもいつでもベストな場所が存在します。観光船では訪れることの出来ない美しい景観をゆっくり楽しみましょう。どのツアーもインストラクターがパドルングの基礎を教えてくれるので、初心者でも気軽に参加できます。

★4月~12月初旬

📅各ツアーによって異なります。

📍・KUUNEL SUP SCHOOL

080-2811-4426

・ストライプス サップツアー

0224-51-8816

・野遊 080-9632-0412



画像提供:KUUNEL SUP SCHOOL



画像提供:野遊



SUP(サップ)とはStand Up Paddleboardの略で、安定感のある大きめのボードの上に立ち、パドルを漕いで水面を進みます。人気のポイントはバランスが取りやすく、初心者でも少し練習すればすぐに立てるところ!海、川、湖など、様々なフィールドでそれぞれの楽しみ方ができるのもSUPの魅力です。



### 東松島市



画像提供:KUUNEL SUP SCHOOL

奥松島エリアの島から島へ、海岸美を楽しみながら水面に漂う非日常の体験ができます。各ツアーのインストラクターが洞窟やトンネルなど、天候に応じてその日のおすすめスポットに案内してくれます。半日体験スクールやランチを挟んだワンデイツアーなど、初心者から経験者まで満足できるロケーションです。

📅各ツアーによって異なります。

📞予約・お問い合わせ/

・カールスパッド

0225-96-1705

・ZAOC(ザオック)

<https://www.zaoc.org/>

・KUUNEL SUP SCHOOL

080-2811-4426

### 気仙沼市



気仙沼湾に浮かび「緑の真珠」とも讃えられる『気仙沼大島(おおしま)』。その美しい島で開催されるSUPツアーは初心者からリピーターまで人気のスポット。秘密のビーチでひと休みしたり、無人島までのクルージングなど、わくわくするツアー内容が待っています!

◆詳しくは/P129 三陸エリアへ

まだまだあります!

SUP体験  
in MIYAGI

宮城ではSUPにぴったりのスポットがたくさんあり、体験ツアーも多彩。各地の美しい自然と一体になってリフレッシュしてみませんか?



宮城を学んで、おもしろさ新発見!

# 旅で感じる 宮城学



スリリングで爽快な沢下り

## キャニオニング 【川崎町】

蔵王エリア、笹谷の渓谷をダイナミックに滑り降りる、まさに「天然ウォータースライダー」!滝つぼにジャンプしたり、現地を熟知したインストラクターがスリリングなアトラクションを用意してくれます。小学生も参加できるショートコースもあります(保護者1名要参加)。

◆予約・お問い合わせ/ZAOC(ザオック) <https://www.zaoc.org/>



一瞬でターザン気分になれる

## ジップラインアドベンチャー 【仙台市】

木と木の間に架け渡されたワイヤーロープに滑車をつけて、空飛ぶスリルが味わえる爽快アトラクション。全身に風を浴びながら大人で時速約35km/hのスピードで滑り降ります。森や高原をトレッキング感覚で歩きながら移動するツアーは子供にも大人にも大人気!

スプリングバレー仙台泉スキー場 ◆詳しくは/P067 仙台・松島エリアへ



パドルで漕ぎ進む宮城の海

## シーカヤック 【東島市 南三陸町】

パドルを自分で漕いで海上を進むシーカヤック。2人乗りなら息を合わせて漕ぐ楽しさも魅力です。リアス式海岸特有の地形や洞窟の通り抜けを楽しんだり、水面が近いので海の生き物を間近に見ることができます。カヤックはそう簡単にはひっくり返らないので、初心者もぜひチャレンジ!

奥松島体験ネットワーク

◆詳しくは/P088 仙台・松島エリアへ



[南三陸町] さとうみファーム ◆詳しくは/P133 三陸エリアへ

[南三陸町] おきなくらEELS ◆詳しくは/P132 三陸エリアへ



風をつかみふわりと浮く快感

## パラグライダー 【丸森町】

パラグライダーで大空を飛んでみたいと思ったら、まずインストラクターとの2人乗りの tandem フライトに挑戦しましょう!ベテラン操縦者がある日の気象条件に合わせて空中散歩を楽しませてくれます。上昇気流によって大空を移動、今まで見たことがない鳥の視点で地球を眺めることができます。

サンライフパラグライダーズスクール  
090-7526-1107



水難救助に向かう疑似体験!?

## 水上バイク(救助艇) 【亶理町】

免許がないと操縦できない水上バイク(ジェットスキー)ですが、亶理町鳥の海では「救助艇」としての水上バイクに同乗することができます!ドライバーの後ろに乗り、風をかき分け、海を走り抜け、まるで水難救助に向かうような疑似体験ができます。お子様から中高年の方まで安心して参加できます。

◆予約・お問い合わせ/B&G海洋センター艇庫  
0223-33-2210



両岸に広がる四季折々の渓谷美

## 阿武隈川ライン舟下り 【丸森町】

丸森町は古くから阿武隈川の舟運で栄え、その名残を伝えているのが、阿武隈川を屋形船でゆったりと下る「阿武隈川ライン舟下り」です。名勝・奇岩などの見所も多く、季節ごとに色を変える景色はまさに壮観です。秋はいも煮船、冬はこたつ船が楽しめます(事前要確認)。

◆詳しくは/P114 県南エリアへ

### 大崎市

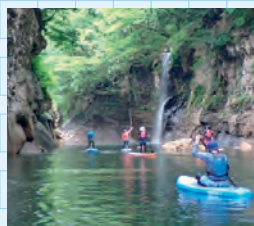


宮城の北西部、大崎市鳴子温泉にあるカルデラ湖『瀧沼(かたぬま)』は美しいエメラルドグリーン湖の水。その日の天候や陽光の当たり方で水の色が変化し

ても神秘的です。波がなく風も穏やかなので、初心者や親子でもSUPを体験しやすいスポットです。

◆詳しくは/P141 県北エリアへ

### 仙台市



仙台市民に水を供給する『大倉ダム』。ダムの湖畔は桜や紅葉など四季折々の絶景を生み出しますが、その雄大な自然の中を水上散歩できるのが「大倉ダム湖SUP

体験」です。内陸の湖で波がない水面なので女性やファミリー、カップルが気軽に楽しめるスポットです。

◆詳しくは/P078 仙台・松島エリアへ

宮城のアウトドアを  
もっとアクティブに  
楽しもう!

県内の  
おもなキャンプ場



県内の  
おもなスキー場



# 東日本大震災を 風化させないために

2011年3月11日に発生した東日本大震災。

宮城県では最大震度7、巨大津波により海岸線から数キロメートルまで浸水し、

1万人を超える死者・行方不明者が生じました。

その甚大な被害の記憶と教訓を遺していくために、

風化防止・伝承のための施設や公園の整備が進められています。



## 千年希望の丘 【岩沼市】

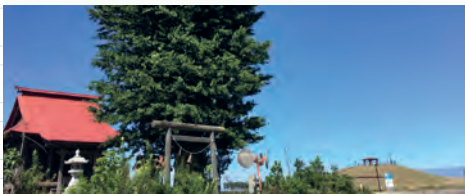
「千年希望の丘」は、市の沿岸約10kmにわたって14基の丘、6つの公園と園路が整備されています。丘と丘を緑の堤防でつなぐことで、津波の力を減衰させる役割があるほか、いざという時の避難場所にもなります。また、丘の土台などには、震災ガレキ※が用いられ、集落跡地などの遺構の保存によって、震災の記憶や教訓を国内外に発信するメモリアル公園と防災教育の場として活用されています。

※震災ガレキとは、東日本大震災の大津波により流された家屋の基礎などの震災廃棄物や津波堆積物です。岩沼の震災ガレキのうち、約90%にあたる57万4000トンが再生利用され、千年希望の丘整備工事に活用されています。



### 相野釜公園

仙台空港に近い「相野釜公園」には、震災時の津波と同じ8mの高さの慰霊碑が建立されています。園内にある「千年希望の丘交流センター」では、被災状況や復興の取組等に関連する写真やパネルの展示、多言語に対応した防災学習用の動画も上映しており、震災伝承と防災学習の拠点としての役割を担っています。また、公園内の震災遺構や避難丘等について震災語り部によるガイドも事前予約で行っています。



### 長谷釜公園

「長谷釜公園」の見所は、緊急時にはヘリポートとして使用できる広大な芝生広場と樹齢300年以上といわれる高さ約18mの「奇跡の大銀杏」です。長谷釜神社の境内にしっかりと根をはり、東日本大震災による高さ約6mもの大津波にも耐え抜きました。また、その樹高から漁師が海上での目印として活用したと言われていました。春には新芽が芽吹き、力強い姿を見せてくれています。

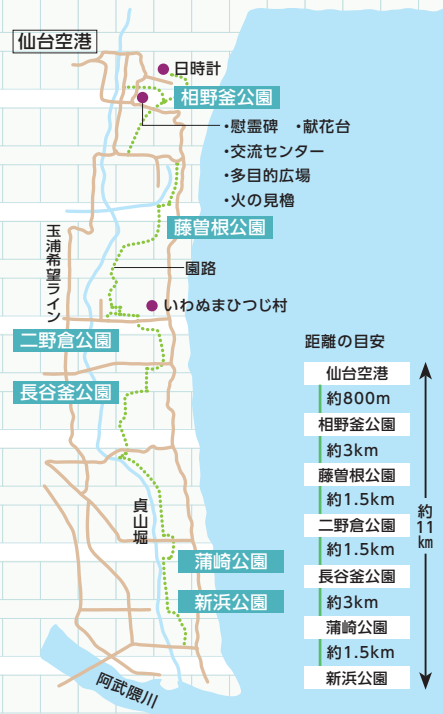
### 二野倉公園

「二野倉公園」は仙台空港から南へ約5kmに位置し、宮城県農業高校の生徒たちが整備した「桜広場」や震災遺構の石蔵があります。震災時は高さ約5.1mの大津波が二野倉地区全体を襲いましたが、この石蔵だけは大津波に耐え抜きました。近くにはバーベキュー広場や大型遊具を備えた岩沼海浜緑地南ブロック（ジュニパーク岩沼）や羊の牧場や農園などがある「いわぬまみつじ村」があります。



### 防災集団移転地「玉浦西」

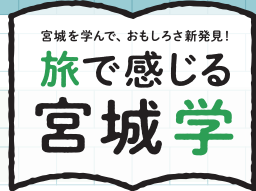
《ふるさと玉浦》の再生の願いをこめて、東部地区の小中学校や公民館などが集まるエリアの隣に造成されたのが防災集団移転地「玉浦西」です。被災した6地区が1つに集まるコンパクトシティで約20haの広さに災害公営住宅や再建した戸建住宅が並びます。集会所や商業施設が整備され、2015年には住民が主体となって「玉浦西まち開き」を開催。コミュニティ再生に向けた取組が続けられています。





# 県内の震災関連施設

被災地の各エリアで、多くの震災遺構、伝承施設や石碑が年々整備されています。震災の経験を後世に伝え、風化させないために、多くの方に関心を持っていただく取組を行っています。



## A 気仙沼市東日本大震災遺構・伝承館

被災直後の「気仙沼向洋高校」の姿を留めたまま保存整備した震災遺構で、内部も見ることができます。震災伝承館では、被災から復興までを映像や写真パネル、デジタルサイネージで体感。語り部ガイドや防災セミナーも行っています(要予約)。

## B 南三陸311メモリアル

住民の証言映像や現代美術家クリスチャン・ポルトンスキーによるインスタレーション空間を通して、防災や減災について、「自分だったら何ができるか」に向き合う体験ができます。建物は建築家・隈研吾の設計。



## C 石巻南浜津波復興祈念公園

震災の記憶と教訓を伝承、復興に対する強い意志の発信を目的に、宮城県と石巻市がそれぞれに公園を整備、「国営追悼・祈念施設」を国が整備しました。公園内には「みやぎ東日本大震災津波伝承館」があり、様々な学びのプログラムが用意されています。



## D 東松島市東日本大震災復興祈念公園

東日本大震災により被害を受けた東松島市野蒜地区で、震災遺構のJR旧野蒜駅や震災復興伝承館と一体で整備された「東日本大震災復興祈念公園」。震災の被害状況や復興の歩みを学ぶことができます。



## E 震災遺構 仙台市立荒浜小学校

校舎2階まで津波が押し寄せ、大きな被害を受けた荒浜小学校。児童や教職員、住民ら320人が避難したその校舎を震災遺構に。被災の痕跡を鮮明に残す校舎と、被災直後の様子がわかる展示等により、津波の威力や脅威を実感できる場として公開しています。



## F 名取市震災復興伝承館

東日本大震災の記憶と教訓を後世に伝承し世界に伝え、震災を風化させることなく、防災意識を高めることを目的として作られた施設。展示物や映像を通して、震災当時の様子や復興の歩みを学ぶことができます。



## G 山元町震災遺構 中浜小学校

児童や地域住民ら90人の命を守り抜いた「中浜小学校」を防災教育・震災伝承の場として一般公開しています。被災した校舎内部に入ることができ、子どもたちが寄り添って一夜を明かした屋根裏倉庫など、災害を「自分の事として」捉えることができます。



# 語り部が伝えるあの日の思い

## 南三陸 ホテル観洋「語り部バス」

震災時、津波が2階部分にまで到達した「南三陸 ホテル観洋」。震災伝承の歩みを止めてはいけないとスタッフによる「語り部バス」の運行を実施。これまで延べ40万人以上の乗客に、震災の記憶をありのままに伝えて来ました。被災者である語り部と実際に言葉を交わす事で、あらためて防災・減災の大切さを意識できます(有料/要予約)。



南三陸ホテル観洋 0226-46-2442 <http://www.mkanyo.jp/>

## KIBOTCHA「東松島・大震災まなび車窓ガイド」

野蒜・宮戸地区において観光・景勝地だった場所等の震災前と震災後の変化や当時の状況・体験談などをお話しています。お客様のバスやお車に同乗し、車窓からのご案内となります。天候状況等によっては途中下車してご案内いたします。ガイド料:ガイド1人につき5,500円(税込)  
所要時間:約1時間半程度



KIBOTCHA 0225-25-7319 <https://kibotcha.com/news/20220304>