

# 東北太平洋沿岸の魅力



## 自然が生み出す海岸の絶景

エリアの北端にあたる青森県の南部から宮城県の大崎半島に至る沿岸部一帯は「三陸復興国立公園」に指定される景勝地。連なるようにそびえ立つ巨大な断崖やリアス海岸の変化に富んだ海岸線など、自然が生み出す美しい景観で多くの観光客を魅了しています。そこから南下すれば、日本三景に数えられる大小260余の島々が織り成す「松島」の絶景。一方、福島県浜通り地方は、三陸の男性的な海岸線とは対照的な砂浜の広がる海で、温暖な気候から東北の湘南と呼ばれています。

## 世界三大漁場で獲れた新鮮な魚介

エリアが面する三陸沖は、親潮(寒流)と黒潮(暖流)がぶつかる世界三大漁場のひとつ。日本にある13の重要な漁港のうち4港(八戸・気仙沼・石巻・塩釜)がこの地域に集中しており、サンマやカツオなどの主漁場になっています。また海岸線まで山が迫るリアス海岸は、森の栄養を含んだ山水が海に流れ込む世界有数の植物プランクトンの発生地で、ワカメ、カキ、ホタテ、ホヤなどの産物も盛ん。地元のレストランでは、そんな獲れたての新鮮な魚介類を使った美味しい海鮮グルメが堪能できます。

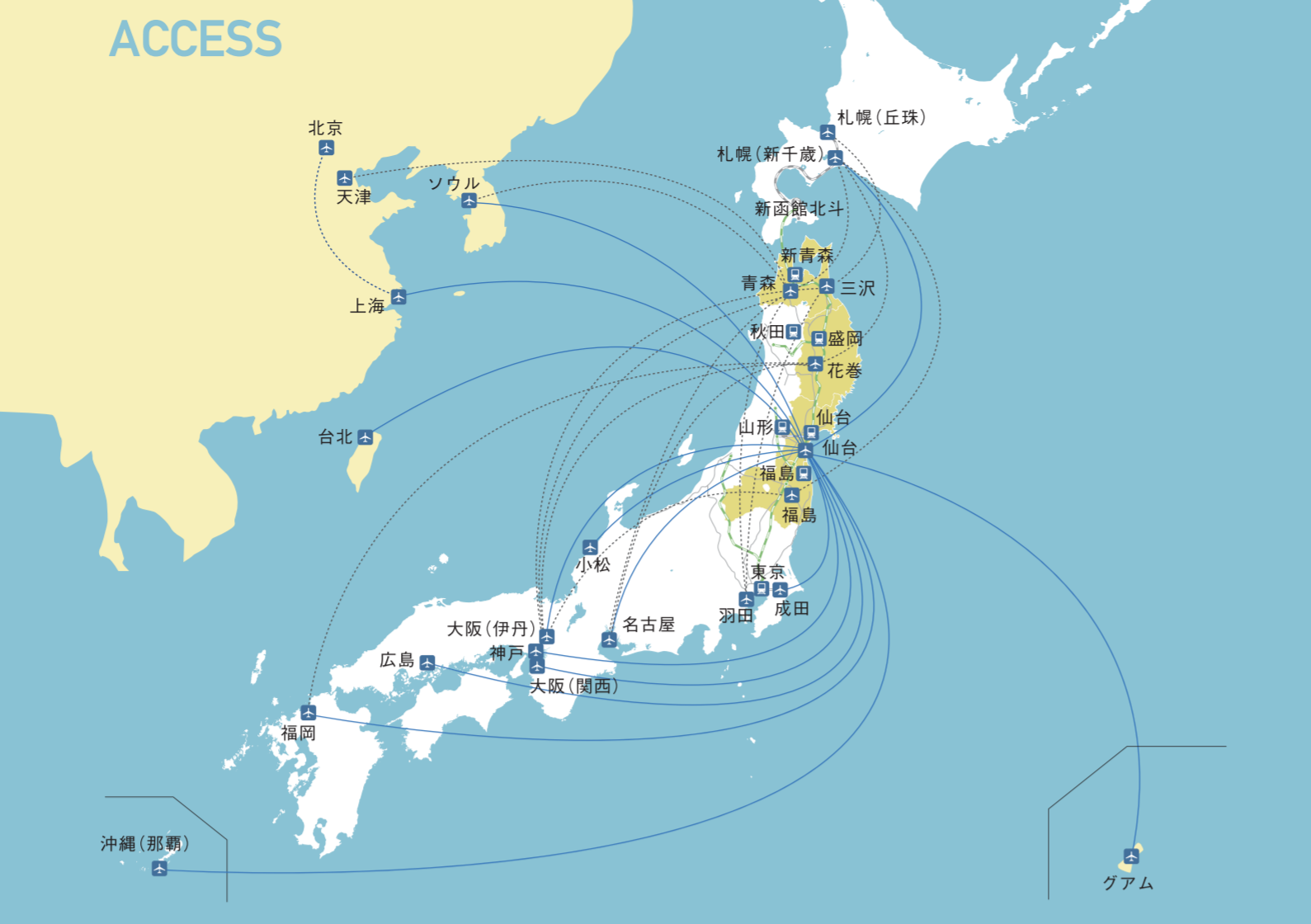


## 楽しみ方はあなた次第

東北太平洋沿岸には他にも様々な楽しみ方があります。例えば、海を望む温泉の露天風呂でゆったりくつろぐもよし、潮風を感じる海沿いのトレッキングで爽やかな汗を流すもよし、小舟で海へ漂きだし自然気分を味わうもよし、横丁で地元の人々とふれあうもよし...と楽しみ方はあなた次第。ここにはきっとあなたの思い出に残る、素晴らしい体験が待っています。

## 東日本大震災からの復興の今を知る

2011年3月11日に発生した「東日本大震災」は、多くの犠牲者と未曾有の被害をもたらしました。特に震源域に近いこの一帯では、場所によっては波高10m以上、最大高さ40mにも上る巨大な津波が押し寄せ壊滅的な被害を受けました。その被害の甚大さから津田には長い時間を要しましたが、国内はもとより世界中から受けた温かい支援のおかげで、被災地では復興に向けた新たなまちづくりが進んでいます。また震災の教訓を後世に語り継ぐために、各地で多様な取り組みが行われています。



飛行機 >> 仙台空港	J R (新幹線・在来線) >> 仙台駅
札幌 (新千歳) ..... 約1時間10分	東京 (新千歳) ..... 約1時間30分
成田 ..... 約1時間10分	新大阪 (新千歳) ..... 約2時間30分
名古屋 (中部) ..... 約1時間10分	名古屋 (中部) ..... 約2時間30分
小松 ..... 約1時間	大阪 (伊丹) ..... 約2時間20分
大阪 (伊丹) ..... 約1時間10分	福岡 ..... 約4時間55分
大板 (関西) ..... 約1時間15分	札幌 (新千歳) ..... 約55分
神戸 ..... 約1時間30分	大板 (伊丹) ..... 約1時間40分
ソウル ..... 約2時間30分	札幌 (丘珠) ..... 約1時間
上海 ..... 約2時間20分	名古屋 (小牧) ..... 約1時間55分
台北 ..... 約2時間50分	福岡 ..... 約1時間55分
グアム ..... 約4時間55分	中国 (天津) ..... 約4時間10分
	中国 (天津) ..... 約4時間10分

Treasureland TOHOKU JAPAN

青森県 <http://www.apnet.jp/> 仙台市 <http://www.sentabi.jp/>  
 岩手県 <http://www.iwateitaj.jp/> 福島県 <http://www.fif.ne.jp/>  
 宮城県 <http://www.miyagi-kankou.or.jp/> 東北観光連携機構 <http://www.tohokukankou.jp/>

TOHOKU Pacific Coast

東北太平洋沿岸とは

TOHOKU Pacific Coastは2011年の東日本大震災による津波で大きな被害を受けましたが、その逆境をはねのけ、現在は、豊かな自然や美味しい海産物など、地域が元々備えていた素の魅力を活かした観光スポットとして再び注目されています。自然の美しさに感動し、その奇威に学ぶ。新鮮な海の幸を堪能し、海に遊ぶ。地元の人々の営みに触れ、その優しさ逞しさを知る。あなたも復興の雄音が響く東北太平洋沿岸で、いま、ここでしか感じることのできない“光”をいっぱい浴びて、その魅力にふれてみませんか。

Day 1	Day 2	Day 3	Day 4	Day 5
9:50 東京駅発 12:00 盛岡駅 12:30 いわき市石炭・化石館を見学 14:00 アカガリン 14:50 山形駅→仙台駅 15:40 仙台市内泊	10:00 いわき市内発 10:30 ツンダーアード 12:00 いわき市立水産高校 13:00 いわき駅発 14:00 三井アクトピア 14:00 仙台港でヨットレジャー 16:00 仙台アパレル 16:00 コスモミュージアム&モールの見学 16:00 仙台市内泊	10:00 仙台市内発 10:00 ツーリズム 10:20 仙台市内発 10:20 センダイ3.11メモリアル交差点 12:00 メモリアル交差点 12:00 松島海岸遊覧 12:00 松島海岸遊覧を散策 13:00 中尊寺金色堂 14:00 毛織寺 15:50 平泉中尊寺 16:20 平泉駅発 16:50 一ノ宮駅発	10:15 本八戸駅発 10:15 浄土ヶ浜発 10:30 浄土ヶ浜 13:10 三陸鉄道に乗り 13:10 田野煙船 13:30 北山崎を散策 14:50 田野煙船から宮古駅へ 16:15 浄土ヶ浜泊	10:00 松島海岸駅発 10:30 松島海岸駅着 11:00 松島湾内遊覧船で島巡り 12:00 松島海岸遊覧を散策 13:00 中尊寺金色堂 14:00 毛織寺 15:50 平泉中尊寺 16:20 平泉駅発 16:50 一ノ宮駅発

Day 1	Day 2	Day 3	Day 4	Day 5
10:20 東京駅発 13:00 八戸駅発 17:00 みろく橋下りを経て八戸駅へ	8:10 本八戸駅発 8:25 陸奥駅前の射市へ 10:00 紋敷から羅島へ 10:15 羅島神社 11:00 雫毛崎展望台 14:10 種差海岸駅発	10:15 本八戸駅発 12:15 浄土ヶ浜 12:15 浄土ヶ浜 13:10 三陸鉄道に乗り 13:10 田野煙船 13:30 北山崎を散策 14:50 田野煙船から宮古駅へ 16:15 浄土ヶ浜泊	8:40 浄土ヶ浜発 8:55 宮古駅から岩泉小本駅へ 10:15 浄土ヶ浜発 10:30 龍泉洞を散策 13:10 リストハウスで昼食 14:50 浄土ヶ浜を散策 16:15 浄土ヶ浜泊	10:00 松島海岸駅発 10:30 松島海岸駅着 11:00 松島湾内遊覧船で島巡り 12:00 松島海岸遊覧を散策 13:00 中尊寺金色堂 14:00 毛織寺 15:50 平泉中尊寺 16:20 平泉駅発 16:50 一ノ宮駅発

初めての東北に

JR等でまわる、南東北ハイライトコース

4泊5日

定番の平泉・松島観光に、水族館や岩手宮城福島のグルメ、各種体験を含んだ充実の5日間コースです。

効率的におすすめポイントをまわるハイライトコースがおすすめ。

初めての東北に

JR等でまわる、北東北ハイライトコース

4泊5日

種差海岸や北山崎、浄土ヶ浜、龍泉洞の観光に加え、八戸の横丁や朝市、ローカル線乗車等も含んだ、充実の7日間コースです。

東北の旅は、人と文化の触れあいの旅。初めて東北に来る方には、



## 自然景観

### ① 蕨島

ウミノネが舞う信仰の島

国の天然記念物に指定されている約14kmの環礁地。島の入り口には赤い赤い鳥居があり、高松築港当時の神として蕨島神社が祀られている。春の3月〜8月は数分間だけ鳥居が舞い上がる。運が良ければ数分間だけ鳥居が舞い上がる。運が良ければ数分間だけ鳥居が舞い上がる。

JR秋田駅より徒歩約5分

### ② 葦毛崎展望台

岬の展望台から太平洋を望む

葦毛海岸遊歩道の基点でもあるビューポイント。まるで雪のような雲が舞い降り、霞が立ちこめる。眺望が素晴らしい。周囲には遊歩道が整備され、6月中旬〜7月中旬にかけて咲き乱れるハマナスなどを眺めながら散策もおすすめです。また、展望台ふもとにある売店ではソフトクリームが人気。

JR八戸駅より徒歩約4分

### ③ 種差海岸

変化に富んだ海岸線が続く

美しい磯浜や自然豊かな、さまざまな表情を見せる海岸線が種差海岸。1kmほどの距離にわたって続く、代表的な景観として知られる種差天然遊歩道は、波打ち際に天然の岩が立ち並び、開成遊歩道、種差から秋にかけては季節の花々が咲き誇る。国の名勝に指定されている。

JR種差海岸駅より徒歩約5分

### ④ 北山崎

日本一と称される大きな海岸線

高さ200mの断崖と荒波の侵食で形成された大小さまざまな奇岩。怪石、洞窟が点在し、まるで異世界のような海岸線。晴れた日には、新井の岩場から眺める雨の日の景色は息をのむ。展望台からは新井下まで730mの階段があり、坂道は約2.5kmと長い。

三陸鉄道野田駅より徒歩約10分

## 歴史文化

### ⑤ 龍泉洞

幻想的な景色が広がる巨大鍾乳洞

日本三大鍾乳洞の一つに数えられる。国の天然記念物に指定されている。洞内の総延長は知られておらず、3600m、そのうち700mが公開中。悠久の歴史が生み出した、洞石や世界有数の透明度を誇る青い地獄洞など、地層の神秘を体感できる。途中には「ハート型」に見える空間もある。

JR盛岡駅よりバス、三陸鉄道水戸駅よりバス

### ⑥ 浄土ヶ浜

極楽のような美しい海岸

宮古を代表する景勝地。江戸時代、宮古の重鎮である菅野の屋敷跡に、浄土ヶ浜と名づけられた。浄土ヶ浜の砂は、白く細かく、潮が引くと、まるで浄土のよう。また、潮が引くと、まるで浄土のよう。また、潮が引くと、まるで浄土のよう。

JR宮古駅より徒歩約10分

### ⑦ 巨釜半造

リアス式海岸の力強い景観

巨釜の「新石」は、波の侵食でできた高さ316m、幅約1kmの巨大な石柱。東へ「鏡立」の海に、西へ「新石」の海に、北へ「新石」の海に、南へ「新石」の海に、四方を海に囲まれた。また、潮が引くと、まるで浄土のよう。

JR仙田駅より徒歩約30分

### ⑧ 松島遊覧船周遊コース

松島観光ならマストのアクティビティ

大小30以上の島が点在する。松島は、約1000年の歴史を誇る。また、松島は、約1000年の歴史を誇る。また、松島は、約1000年の歴史を誇る。

JR松島海岸駅より徒歩約5分

## 体験・アクティビティ

### ⑨ 八戸屋形船新井田丸

屋形船で八戸港を遊覧

数百年の歴史を誇る屋形船で八戸港を遊覧。遊覧や土産販売など。また、八戸港を遊覧。遊覧や土産販売など。また、八戸港を遊覧。

JR盛岡駅より徒歩約15分

### ⑩ 久慈琥珀博物館

日本唯一の琥珀の博物館

琥珀の産地として有名な久慈市にある琥珀専門の博物館。世界各国的の琥珀をはじめ、巨大原石や長虫入り琥珀、工芸品など、琥珀の歴史や魅力を紹介。注目は若手職人が採掘された約7000年前、世界初「世界最古の琥珀」の産地「久慈」の琥珀。また、琥珀の産地として有名な久慈市にある琥珀専門の博物館。

JR久慈駅より徒歩約10分

### ⑪ 釜石大観音

半島に立つ大観音像

釜石市には大仏堂に突き立つ高さ48.5mの観音菩薩像。手に魚を抱く観音菩薩は、魚を救うために様々な苦行をしたとされる三十三観音の一つ。中に展望台がありリアス海岸を眺められるほか、三十三観音と七福神を祀る。外には「恋人の聖地」に選ばれた「観音の鐘」もある。

JR三陸鉄道釜石駅から徒歩約10分

### ⑫ 釜石海岸穴通船

スリリングな船旅に出発

釜石市には大仏堂に突き立つ高さ48.5mの観音菩薩像。手に魚を抱く観音菩薩は、魚を救うために様々な苦行をしたとされる三十三観音の一つ。中に展望台がありリアス海岸を眺められるほか、三十三観音と七福神を祀る。外には「恋人の聖地」に選ばれた「観音の鐘」もある。

JR三陸鉄道釜石駅から徒歩約30分

## 復興・ツーリズム

### ⑬ シーパルビア女川

女川駅前の観光土産販売

JR女川駅より徒歩約1分

### ⑭ 石ノ森萬画館

石ノ森章太郎のミュージアム

JR石巻駅より徒歩約12分

### ⑮ 三陸鉄道震災学習列車

列車に乗って学ぶ日本大震災

JR三陸鉄道北リアス線 田代駅より徒歩約19分

### ⑯ 奇跡の一本松

陸前高田の復興のシンボル

JR大船渡駅「奇跡の一本松」より徒歩約10分

## 至 東京

### ⑰ マルト陸前高田復興最前線ツアー

陸前高田の過去・今・未来を知る

大船渡駅「奇跡の一本松」より徒歩約1分

### ⑱ 語り部バス

津波浸水エリアをバスで巡る

仙田駅「語り部」より徒歩約30分

### ⑲ せんだい3.11メモリアル交流館

震災の記憶を未来へ、世界へ

仙台地下鉄東西線西宮駅前

### ⑳ 震災遺構仙台市立荒浜小学校

被災時のありのままの姿で建つ

仙台地下鉄東西線西宮駅前よりバス