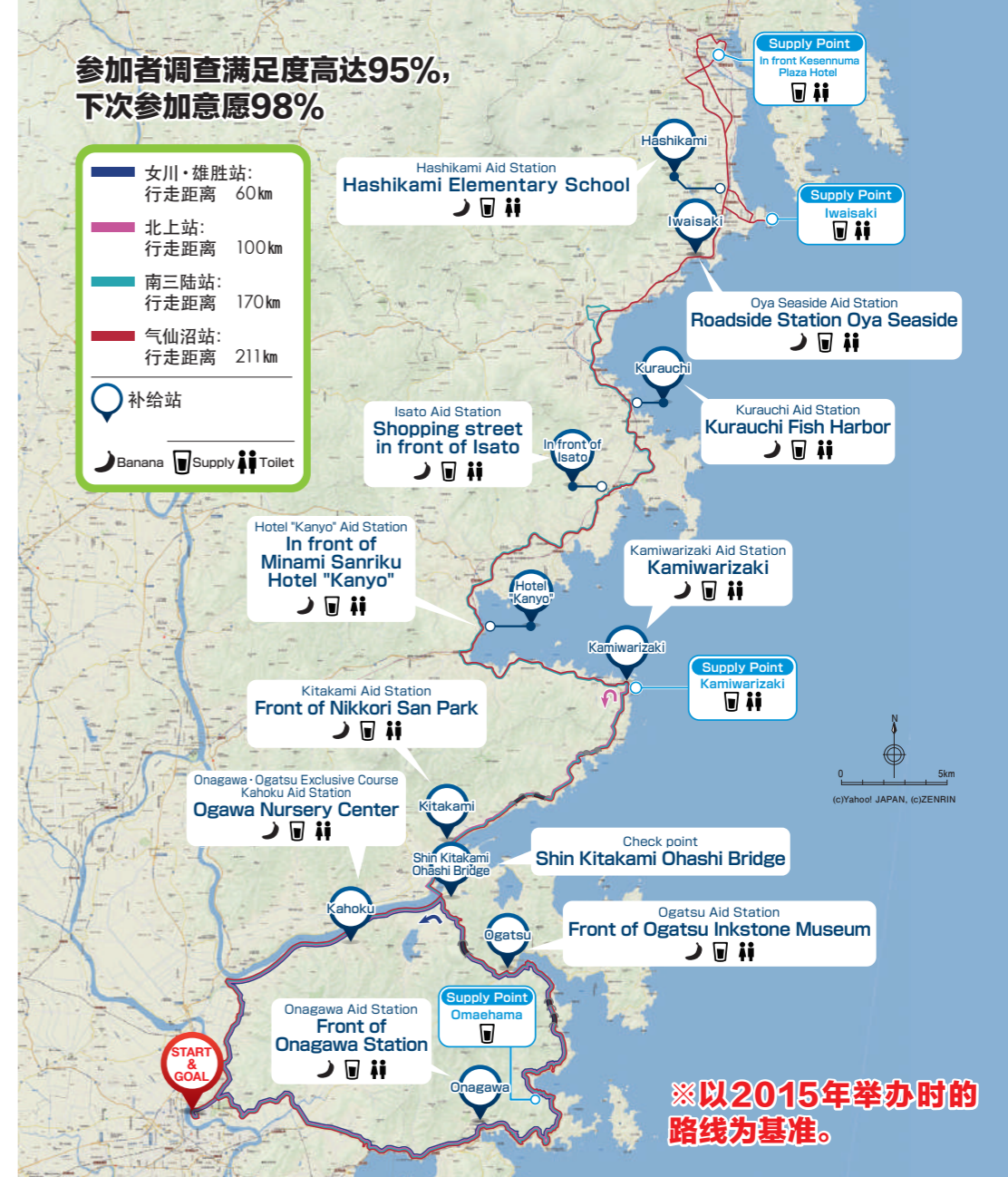


自行车·环游·东北



想以自行车的力量来支援灾区。这样的心愿开始了「自行车·环游·东北」计划。以石卷市、女川、气仙沼市为舞台，自2013年开始举办，每年有超越3000人参加活动。自行车骑手，在初秋时奔驰在三陆道路上。「自行车·环游·东北」的宣传口号「支援，也会被支援」，聚集在此的国内外骑手与灾地的地方人士的交流剧，今年也将上演。



为什么是现在举办这骑自行车环游东北的活动呢。那是为了不忘记震灾的教训。也为了与朋友们共享快乐的时光。为了亲眼确认复兴的路程。也为了享受三陆应时佳肴。为了挑战自我。以越野赛车让东北活跃起来。各种想法都好。大伙儿聚集在此，奔驰在东北的大自然里，让具可能性的踏板开始回转起来。那么，让我们一起踏上踏板奔向未来。自行车·环游·东北



主要会场

以石卷专修大学为主要会场，不仅举办策划各种活动外，东北大力推荐的美食聚集，也可以在这里吃到藉由「食」来连系「缘」的「应援饭」。



民泊

为解决住宿设施不足，也希望能透过与地方上民众的交流来感受东北的魅力，因此，得到了当地民众的协助，实施住宿于参加者或是义工家中的「民泊」方式。



补给站

在路线上设置的补给站上，准备了有效利用当地特产的「应援饭」款待，满足骑手的胃与心。



提供：河北新报社

以这个火炬、慢跑、誓言复兴。

石卷复兴马拉松



会场

透过马拉松大会，除了向全国的民众表示感谢外，也希望借此对世界发放信息。愿以向前迈进复兴之路「有活力的石卷！」为口号向全国呼吁，也衷心期待您的参与。

•会场
石卷市综合运动公园。
石卷市南境字新小堤18番地
TEL: 0225-22-9111

MAP P00 A-0

大会概要

每年6月以石卷市综合运动公园为起跑点，举办「石卷复兴马拉松」活动。2015年，来自国内外约有3,000名以上的跑者来到石卷市，一边享受石卷的田园风光，一边流着轻快的汗水。

设置了慢走路线、家族路线等路线，5公里路程、10公里路程等，可选择适合自己的路线。

您是否也想在夏季的石卷市里试试呢？



举办宗旨

2011年3月11日，让日本划下极度悲伤的东日本大震灾。

震灾的爪痕巨大，转眼已经5年，但复兴之路坎坷遥遥无期。

就这样，岁月流逝，那记忆也将开始被淡忘。

为了不停止复兴的脚步，不忘震灾，应向国内外发放信息。

因为，这就是灾区「石卷市」的使命。

一直以来石卷全体市民透过体育活动享受欢乐，透过体育活动加深人间的情感。会场所在地的石卷市综合运动公园，为象征战后复兴日本而举办的体育活动祭典，并借用了来自国立竞技场奥林匹克的「圣火台」，市民以及来自全国各地的民众聚集在此，点燃复兴之火，开始向前迈出第一步。

愿与大家一起刻划下向着未来继续奔跑着的石卷市模样。

认为体育运动能成为复兴的力量，因此举办了「石卷复兴马拉松」大会，更期待着大家的参与。



祭典

在四季举办的各种祭典活动，也因石卷市受到了震灾的影响，不得不中止。就算是在这样的情况下，慢慢地，分散的地方组织也因举办祭典活动而再次整合为一，恢复原有强韧的力量。等待着众人来参与这支支援着复兴的祭典活动。



石卷初夏河上纳凉祭典

MAP P18 MAP-3

初夏河上纳凉祭典是为了纪念并感谢受命于伊达政宗的川村孙兵卫重吉翁，开凿北上川，在石卷开港而开始的祭典，至今已持续了90年，是个拥有渊源历史的祭典活动。在节日前夕，先行举办放河灯仪式，为东日本大震灾祈福。

• 7月下旬~8月上旬
TEL: 0225-22-0145

桃生交流祭典活动HANEKO 舞蹈节日in桃生

MAP P19 A-1



HANEKO舞蹈为全国少有、具有节奏力的民俗艺能，以3种旋律构成的丰年舞蹈传承至今。包含了小孩等约有1000名的舞者狂舞。在节日的最后还有放烟火。

• 9月 第二个星期六
TEL: 0225-76-3315

Sant·Juan 祭典活动

这是为了纪念Sant·Juan·Bautista的复原船下水日所举办的祭典活动。同时，在园内也会举办各种不同的活动。

• 5月 21~22日



OMETSHKI (防火祭典)



为宫城县所指定的民俗无形文化财产，持续了有200年以上的历史的防火仪式。

因在1781年时，雄胜町名振地区发生了大火灾，民众为了祈祷地区的复兴以及警惕不再发生大火灾而开始之说。祭神仪式后当地的民众，为祈祷地方上的安全以及振兴景气，将表演有趣的短剧。

• 1月 24日



石卷大渔祭典

MAP P18 B-3



全国有数的鱼类卸货地的水产都市·石卷才有的新鲜鱼介类以及水产加工品，廉价出售。还有，在当天除了可以采购者气氛享受获得好评的「鲜鱼拍卖」以及「捞鲜鱼」外，还有很多有趣的活动等着你。

• 10月 第三个星期日
TEL: 0225-95-1111

TRICOLORE 音乐祭典in石卷



利用石卷市中心商店街的空店铺以及停车场为会场所举办的夏季音乐会。为了借着音乐的力量让市街更活跃有生气。来自市内以及县内外的业余乐团聚集此地，展露出千锤百炼后的现场表演。

• 8月下旬

河南鹿嶋旋律彩车祭典活动

鹿嶋神社所传承的鹿嶋旋律，为江户时代起传承至今的传统祭典。随着笛·大鼓的伴奏旋律，勇壮·华丽的花车在街道上缓步游行。 • 4月中旬

朝日山计仙麻神社神轿行进

神社的春祭。随同着神社的祭祀人员以及小学生们生气蓬勃的吆喝声，扛着神轿走在地方的登山道上巡回行进。 • 4月下旬

春季MANGATTAN祭典活动

每年在黄金假期时举办的惯例活动。可在石之森万画馆与中瀬公园里，亲子一同享受的活动。 • 5月上旬

金华山黄金山神社初巳大祭

请参阅第11页。

牡山水菖蒲祭

约有300种类3000株花菖蒲开的五彩缤纷，在期间中，还举办有野外的茶会以及卡拉OK大会等活动。 • 6月下旬~7月上旬

网地白滨海水浴场

岛的西部，位于网地滨为浅滩式的「网地白滨海水浴场」，拥有翡翠绿耀眼的海洋，其透明度为东北有数自豪，不愧是外洋才有的美。

金华山龙神祭典 奉纳龙(蛇)舞

请参阅第11页。

夏季庆典节日·in·河北

在河北地区居民总动员下，除了有当地的乡土艺能表演外，还举办年年受欢迎的「MARUCHI宾果大会」、「三出局」活动。还有，在夜晚，以北上川为舞台所展开的豪华烟火大会等各种有趣的精彩活动。会场内还有大排档，将夏日的一大节日带至最高潮，期待您与家人、朋友一同来到会场。 • 8月上旬

Accommodation facilities

石卷GRAND HOTEL	MAP P18 K-1	千石町2-10	TEL 0225-93-8111
石卷Sunplaza Hotel	MAP P18 K-2	立町1-7-23	TEL 0225-93-3311
HOTEL ROUTE-INN石卷中央	MAP P18 F-3	大街道北3-3-3	TEL 050-5847-7551
HOTEL ROUTE-INN石卷河南交流道	MAP P18 E-1	惠野2-14-2	TEL 0225-92-0075
Convenience AyersRock Hotel石卷	MAP P18 K-2	立町1-6-21	TEL 0225-23-5030
宾馆 林屋	MAP P18 J-2	立町2-4-28	TEL 0225-22-0401
旅馆TOCHIGI	MAP P18 J-1	铸钱场2-12	TEL 0225-93-0510
SAKARI旅馆	MAP P18 J-1	铸钱场4-7	TEL 0225-22-2050
石卷Apartment Hotel	MAP P18 H-2	站前北通 1-15-25	TEL 0225-23-2045
菊地旅馆	MAP P18 H-3	中央1-10-22	TEL 0225-22-1942
Park in FUJITA	MAP P18 H-2	大桥2-8-6	TEL 0225-22-2222
FUTABA INN	MAP P18 L-1	住吉1-2-15	TEL 0225-94-2922
VALUE TEE HOTEL 石卷	MAP P18 G-2	南中里3-15-37	TEL 0225-92-7567
美浦旅馆	MAP P18 A-3	中屋敷2-4-85	TEL 0225-22-2018
旅馆小松庄	MAP P18 B-3	绿町1-2-7	TEL 0225-93-1515
简易住宿设施「结之华」	MAP P18 B-3	渡波字滨曾根山20	TEL 0225-24-8773
清和庄	MAP P18 C-3	泽田字前山2-1	TEL 0225-24-0040
民宿瑞幸	MAP P18 C-3	大字桃浦字稗泽70-1	TEL 0225-90-2341
民宿旭山路旁餐厅	MAP P18 A-2	北村字幕崎2-3-1	TEL 0225-73-2361
追分温泉	MAP P18 B-1	北上町女川大峰1	TEL 0225-67-3209
全旅旅馆	MAP P18 C-2	雄胜町水滨字水滨48-2	TEL 0225-57-3109
龟山旅馆	MAP P18 D-2	雄胜町大须字大须218-2	TEL 0225-58-2025
Hotel New Sakai	MAP P18 D-4	鲇川滨万治下1-7	TEL 0225-45-2515
民宿AYUKAWA庄	MAP P18 D-4	鲇川滨黑崎5	TEL 0225-45-2039
民宿MINORU庄	MAP P18 D-4	鲇川滨黑崎1-401	TEL 0225-45-2016
民宿MINAMI庄	MAP P18 D-4	鲇川滨MAMANO上3	TEL 0225-45-2501
日式餐馆民宿MEGURO	MAP P18 C-4	小渊滨KANTO2-1	TEL 0225-46-2515
民宿ANBE庄	MAP P18 D-4	新山滨不动泽11	TEL 0225-45-2726
渔师民宿HAMA屋	MAP P18 C-4	田代滨大泊53	TEL 0225-98-2620
民宿网元	MAP P18 C-4	田代滨字仁斗田51	TEL 0225-98-2316
MARIN Life	MAP P18 C-4	田代滨仁斗田38	TEL 0225-21-4122
渔师民宿FUJIYA	MAP P18 C-4	田代滨仁斗田115	TEL 0225-98-2338
汐亭	MAP P18 C-4	网地滨发剃坂107-52	TEL 0225-44-3008
简易旅馆 晴耕雨读	MAP P18 C-5	网地滨发剃坂107-40	TEL 0225-49-2726
大国屋旅馆	MAP P18 D-5	长渡滨长渡69	TEL 0225-49-2327
真崎庄	MAP P18 D-5	长渡滨字大金26	TEL 0225-49-2425
金华山黄金神社参集殿	MAP P18 D-4	鲇川滨金华山12	TEL 0225-45-2301
STAY FREE-WEEKLY&MONTHLY-San Juan Village	MAP P18 B-3	鹿妻南2-6-6	TEL 0225-96-9908
TAMA HOTEL	MAP P18 F-1	渡波字大森11-11	TEL 0225-25-1288
SEASIDE INN 石卷	MAP P18 B-3	蛇田字闸门16-4	TEL 0225-98-8188
HOTEL Hot-Inn 石卷	MAP P18 F-3	松井2-10-1	TEL 0225-96-3866
民宿OASIS	MAP P18 D-4	大街道北1-4-17	TEL 0225-92-6111
民宿SCUPPER	MAP P18 D-4	新山滨不动泽11	TEL 0225-45-2748
民宿寄磯庄	MAP P18 D-3	新山滨不动泽37	TEL 0225-45-2727
民宿泰平庄	MAP P18 D-4	寄磯滨五梅泽32	TEL 0225-48-2316
民宿ATAGO庄	MAP P18 C-4	鲇川滨黑崎29-1	TEL 0225-45-2754
民宿长荣馆	MAP P18 D-2	小渊滨KANTO14-4	TEL 0225-46-2075
民宿后山庄	MAP P18 C-4	雄胜町大须字大须222-3	TEL 0225-58-3203
	MAP P18 D-2	给分滨后山16-4	TEL 0225-46-2337

和渊放河灯

儿童猜拳大赛以及卡拉OK大会，歌谣表演、大排档等，内容丰富多彩。旧北上川河旁装饰着6000个灯笼，尾声还有烟火大会装饰夜空。 • 8月15日

广渊夏季祭典

有着鹿嶋旋律伴奏、歌谣表演、卡拉OK等丰富多彩的内容。 • 8月中旬

股旅演艺东北大会

作为股旅演艺的东北大赛已经扎根，来自东北各地的股旅爱好者参加的大会活动。 • 10月 第四个星期日

河北产业祭典

与「夏日庆典节日·in·河北」并列河北地区两大祭典活动，作为秋祭的『庆典·in·河北』的一环，以基于产业的农业为首，林业·水产业·商业·工业等所有的产业共同参与计划、有效利用拥有海、山、河川山明水秀的地域特性，为孕育居民与产业的接点为目的所举办的活动。还举办有不论是大人或是小孩都能尽情享受的「抓鲑鱼」以及「宾果大赛」、「抽奖大赛」等各种有趣的活动。 • 10月下旬

河南祭典

进行河南当地生产的新鲜农产品等的直接贩卖，各种爱好的作品展示、民族艺能等的精彩活动。 • 10月下旬

和渊互市集

延续了70年以上，季节的风景诗受大众所喜爱。贩卖着植物盆景、竹制品、海产品等的店铺鳞次栉比，热闹非常。 • 11月下旬

北上岁市集

北上地区的美食聚集在此。其中海产品的量·种类·品质丰富齐全。 • 12月下旬

石之森万画馆圣诞节活动

举办各种与圣诞节相关的庆祝活动。 • 12月下旬

金华山黄金山神社 驱邪仪式·除夕仪式

除去旧年里的邪恶污秽净身，参加除夕夜祭典·元旦午前零时起至岁旦祭典、新年第一大护摩祈祷活动，即可获得格外的加持护身。 • 12月31日

不虚传的丰富程度以及美味程度。 石卷的食品以及名产品

雄胜石制品

让人联想起女性黝黑的头发优雅的雄胜石。固定商品的砚台那是当然，同时也向您推荐富设计性、技能性优良的食器。漆黑的石面更能辉映出料理。



万画×石卷组合商品

具人气的Kitty与石卷市观光宣传卡通人偶「ISHIBYONZU」梦幻组合的商品！与石卷的名胜地名产关连的可爱样子，跟您不见不散。其他还有糖果杂货等，多种样式的组合商品丰富多彩。



鲸齿工艺品



有着固定商品的印章、发饰等外，还有可爱的鲸鱼装饰，以及以花为主题所设计的装饰品。鲸鱼的牙齿坚固非常，还有着「呼唤幸福」之说。一个一个手工制作，世界唯一的商品货色齐全。



井内石制品

有着「仙台石」之称，驰名于全国的名石「井内石」。石质黝黑富重量感，具有美丽的石纹为特征，刻上文字时就会浮上鲜明的白色质地，明治以后各地的纪念碑、墓碑等都会使用它。还有花瓶以及陈设品等种类繁多丰富。



鲸鱼

石卷市牡鹿地区在往日是为全国首屈一指的捕鲸市街。吃鲸鱼肉的文化承传至今。生鱼片或是油炸，鲸鱼的熬煮料理等，敬请品尝在他地无法享受到的鲸鱼料理。



石卷炒荞麦面

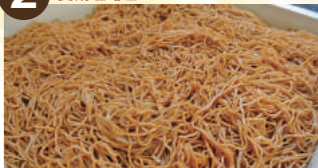


石卷炒荞麦面完成为止

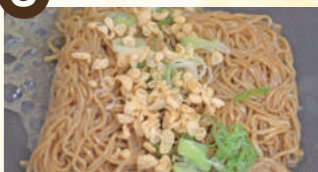
1 使用蒸笼二度蒸煮



2 变成咖啡色



3 使用鱼介类为汤头来蒸煮



完成



4



别忘了确认这里

青花鱼汤头拉面

海鲜的市街石卷才有的、使用产自三陆的青花鱼制成的汤头的当地拉面。口味丰富清爽的汤汁为其特征。

石卷炒荞麦面

第一个特征就是面是咖啡色。并非是在面团里加上酱汁后不断地揉搓，而是在第二次蒸煮时，就会变成咖啡色。第二个特征，就是使用鱼介类的汤头烧制而成。经过两次的蒸煮后面在炒的时候就变成容易吸收水分而成为面的优点。有效利用其特征，蒸烧后越嚼鱼介的风味就在口中蔓延。首先先享受一口鱼介汤汁的风味，再淋上酱汁食用，这就是当地的「石卷炒荞麦面」的吃法。



©TSUCHIYAMA Shigeru



ROMAN海游21



JR石卷车站下车后即可看见的石卷观光资讯发报地。1楼为贩卖物产楼层，有水产加工品・当地酒等代表石卷的土产品种类繁多齐全。还承办有关观光地的导览・洽询、土产品的洽询・配送等事务。这里也是「石卷・大震灾学习导览」的受理窗口。敬请轻松洽询设施内的工作人员。

- 营业时间 9:00~17:30 (7・8月 18:00止)
- 定休日 12/31、1/1
- 停车场 有(4台)
- 交通指南 铁路/JR石卷车站起徒步就在附近n 开车/三陆自动车道石卷河南IC起约15分钟车程
- 洽询电话 TEL 0225-93-6448

MAP P18 J-1



驿站・上品之乡



位于三陆自动车道河北IC车道旁的产品贩卖处，贩卖着应时的蔬菜以及当地生产的产品，还设有充分使用了当地的食材以自助餐式提供的餐厅外，并设有县内罕见，含有铁氯化物泉的温泉设施「FUTAGO之汤」。

【农产品贩卖处】	9:00~19:00
【餐厅】	10:00~20:00
【便利商店】	6:00~22:00
【FUTAGO之汤】	9:00~21:00
【食堂 KIRARA】	10:00~22:00
【休息处】	10:00~22:00

- 定休日 年中无休
- FUTAGO之汤→第四个星期二
- 停车场 有(211台)
- 交通指南 开车/三陆自动车道河北IC下车就在附近
- 洽询电话 TEL 0225-62-3670

MAP P18 B-2

买土产!

水产加工品以及当地好酒、地方上的特产等，款式齐全应有尽有的石卷。其中，也介绍具代表性的土产品地点。只要到这里，石卷的大部分产品都可以找得到。还有，复兴商店街上已有4家商店开幕，各自发放着地方魅力的信息。



桥通大道COMMON

在2015年4月开幕的临时商店街。邻接着石卷都市复兴情报交流馆，饮食或是杂货等具特色的6家大排挡在此营业。周末预定着各种活动。用餐或是购物，也可作为谈话场所利用。



- 营业时间 10:00~21:00
- 定休日 星期二(逢休假日时隔日休)
- 交通指南 铁路/JR石卷车站起徒步约15分钟 开车/三陆自动车道石卷河南IC起约15分钟车程
- 洽询电话 TEL: 080-5741-8856

MAP P18 L-3



石卷立町复兴交流商店街

在2011年12月开幕的临时商店街。在此营业的有饮食店、海产品店、杂货店以及电器行、体育用品店至面包店等多样化的16家店铺。因震灾而受到损坏的店铺，正朝向复兴加油着。以周末为中心举办着各种活动，愿与您共度一个愉快的时间。

- 停车场 无
- 交通指南 铁路/JR石卷车站起徒步5分钟 开车/三陆自动车道石卷河南IC起约15分钟车程
- 洽询电话 TEL: 0225-22-0145

MAP P18 J-2



雄胜商店街

雄胜地区在2011年11月开幕的临时商店街。有着海产物品店、石卷炒荞麦面、寿司店、雄胜砚台公会等11家店铺在此营业。这是受到了具毁灭性威力的海啸侵袭后，雄胜地区现今唯一的商店街，不仅支持着生活在此的人们外，也是义工以及观光客的交流场地，受到人们的喜爱。

- 交通指南 开车/JR石卷车站起约45分钟车程 三陆自动车道河北IC起约30分钟车程
- 洽询电话 TEL: 0225-57-3077

MAP P19 C-2



雄胜砚

拥有约600年历史的雄胜砚，以全国有数的生产量而自豪。有效利用雄胜石薄易裂的特性，有着全国罕见附盖砚台。



牡鹿商店街

牡鹿地区在2011年11月开幕的临时商店街。有灾户商店等的16家店铺在此。在此贩卖着捕鲸的市街鲑川才有的鲸鱼肉以及鱼介类、鲸鱼齿所制成的传统工艺品。不仅可在此享用鲸鱼料理外，还可品尝使用在三陆・金华山海域所捕获的新鲜海产调制成的料理。

- 停车场 有(多数)
- 交通指南 公交车/JR石卷车站起搭乘 宫城交通公车鲑川线约90分钟车程，至终点下车就在附近 开车/三陆自动车道石卷河南IC起约60分钟车程
- 洽询电话 TEL: 0225-45-3456

MAP P19 D-4

鲸鱼齿工艺品・胡须工艺



鲸鱼齿工艺品、胡须工艺，不愧是鲸鱼市街「牡鹿」才有的传统工艺品。使用现已是贵重的鲸鱼齿为素材所设计制成的饰品的各种工艺品，纤细的技术加工制成，具有高尚优雅的色彩与光泽。

