安全・安心、衛生管理の向上に努めています！

岩手県生活衛生同業組合
沿岸地区 加盟店 情報誌



ようこそ・宮古・山田・岩泉・田野畑地区へ



2021版
復興支援連携事業
飲食系ガイドマップ



ふじポンも
オススメ

宮古・山田・岩泉・田野畑地区の
美味しいお店

77店掲載!!







アプリを起動してスマホをかざすと動画が流れます。

COCOAR2（無料）
【iOS/Android対応】
Startialab Co.,Ltd.

HPもご覧ください！

TAKE OUT
お持ち帰りできるお店は上記マークが目印！

主幹：岩手県飲食業生活衛生同業組合
協力：岩手県すし業生活衛生同業組合、岩手県中華料理生活衛生同業組合、岩手県社交飲食業生活衛生同業組合
岩手県料理業生活衛生同業組合、岩手県食肉生活衛生同業組合、岩手県旅館ホテル生活衛生同業組合
岩手県理容生活衛生同業組合、岩手県美容業生活衛生同業組合、岩手県クリーニング生活衛生同業組合
企画：公益財団法人岩手県生活衛生営業指導センター
令和2年度 生活衛生関係営業対策事業費補助金事業

JR東日本 盛岡支社



2021版「復興支援ガイドマップ」発行に寄せて

岩手県飲食業生活衛生同業組合
理事長　小笠原 義 彦

平成23年（2011年）3月11日に発生した東日本大震災・津波により、岩手県では多くの犠牲者、多くの家屋等が被災しました。

大震災から10年が経過し、ようやく、私たち生活衛生関係営業者の仲間も、店舗を本設し、再建に向け動きだしています。

今般、厚生労働省の補助金をいただき、**県内生衛業者が連携し、飲食系ガイドマップを一昨年、昨年に引き続き発行**しました。

このガイドマップは、三陸沿岸地域を4つのエリア（久慈地区、宮古地区、釜石地区、気仙地区）に分け掲載しておりますが、本県にお越しいただいた観光客の皆様などが、本書を手に取っていただき、一人でも多くの方に**安全・安心な組合員店舗**をご利用いただければ幸いでございます。

おわりに、本ガイドマップの発行にあたり、ご協力いただきました関係者の皆様に、この場をお借りして感謝申し上げます。

CONTENTS

1 特集1 理事長挨拶

2 特集2 各支部長復興コメント
岩手県旅館ホテル生活衛生同業組合 宮古支部長　澤田　克司 氏
岩手県旅館ホテル生活衛生同業組合 岩泉支部長　中村　貞司 氏
岩手県飲食業生活衛生同業組合 山田支部長　横田　博安 氏
岩手県中華料理生活衛生同業組合 山田支部長　大杉　宗丈 氏
岩手県中華料理生活衛生同業組合 宮古支部長　北舘　崇司 氏

4 特集3 組合活動紹介

8 特集4 三陸鉄道を利用しよう!

10 特集5 みちのく潮風トレイル

12 特集6 岩手三陸おでかけmap

14 宮古地区店舗情報
すし／飲食／中華／料理
食肉／旅館・ホテル

47 ガイドマップ

54 インフォメーション

56 特集7 名産品あれこれ

58 特集8 年間イベント紹介

60 アクセスマップ

※本紙掲載の情報は2021年2月28日現在のものです。
変更される場合もありますので、お出かけの際にはご確認ください。



魅力たっぷりの三陸で、グルメや旅をぜひご満喫ください。

STAFF
発行 ●岩手県飲食業生活衛生同業組合
企画 ●㈱総合広告社
制作 ●㈲クリエイティブ・デザイン

マークのついた写真はAR動画に対応してます。
気になる情報を動画で確認！



活字や写真だけでは伝わりきれない情報を、動画にて発信します。気になるお店や情報を見つけたら、動画にて確認してください。

動画の見方
AppStoreまたはGoogleplayで、COCOAR2（ココアル2／無料）アプリをダウンロードしてください。アプリを起動したら中央に現れる四角の中に画像を合わせピントが合うと動画が始まります。

※印刷のズレや端末の機種によっては、まれに認識しない、また誤認識が発生する事がございます。ご了承ください。

アプリは こちらから
COCOAR2（無料）
【iOS/Android対応】Startialab Co.,Ltd.
Google play Googleplayはこちらから
App Store AppStoreはこちらから



各支部長復興コメント

互恵が育む宮古・山田・岩泉・田野畑の振興

飲食・中華・旅館ホテルの各支部長からのコメントを紹介します。



あの忌まわしい東日本大震災から10年が経ちました。少しづつではありますが、復興の歩みは確実に震災前の水準に達しようとしていた矢先、一昨年の台風19号では、大震災の津波に匹敵する程の大打撃を受けました。本当に昨今の自然災害の厳しさや大きさには心が折れそうになります。

そして今年は「新型コロナウイルス感染症」であります。コロナ禍により、「東日本大震災」「台風19号被害」そして「コロナ被災」と続けざまに大打撃を受け、私達の仲間の約30%近くの方々が休業、移転、廃業を余儀なくされました。現在稼働している旅館ホテルは、「互恵が育む宮古の振興」を合言葉に復興に向け頑張っておりますが、政府が観光需要策として実施した「GoTo トラベルキャンペーン」も有名観光地ほどの恩恵を受けず、サッパリとお客様がきていないのが実情実態であります。

しかし、どんな時代でも行先が安心だった時代は無く、歯をくいしばり今後も頑張って行こうと思っております。

岩手県旅館ホテル生活衛生同業組合
宮古支部長　澤田　克司



コロナウイルスによる新型感染症の拡大の中で私共は「東日本大震災」から10年目という節目の春を迎えようとしております。繰り返し襲来する自然災害。そしてこの度の新型感染症。経済の疲弊は耐え難く小規模、家族経営の多い支部組合員にとっても息も絶え絶えの状況です。

且、大震災に伴う復興事業も進み特に沿岸の高速網の整備は新しい希望の一つであろうと思っております。コロナ禍の後は沿岸部の経済、観光或いは地場産品等の流通の柱石となってくれるものと思います。

この度2021年度版の「復興支援ガイドマップ」の継続発行は支部組合員にとり引き続きありがたい事となりました。沿岸部の情報が満載の事と思います。

又、コロナ禍後の新生活様式を取り入れたお客様対応等いろいろな事象に気を砕かれておられると思います。

最後に継続発行にあたりご苦労を重ねられた関係者の皆様にお礼を申し上げ地域が又観光客で賑わいを取り戻すことを願い岩手県生活衛生営業指導センターの指導のもと進んで参りたいと思います。

岩手県旅館ホテル生活衛生同業組合
岩泉支部長　中村　貞司



震災から一つの節目とも言える10年を迎え、復興支援ガイドマップも本年が最後の発行という見込となり、今回は業種別の冊子となりました。

おかげ様で県内外のお客様にも来て頂き、これから本当の復興に向かい新たな一歩を踏み出そうと思っている中、昨年は新型コロナウイルス感染症が全国的に発症し、岩手県では7月末から少しずつ感染者が増加し11月にはクラスターとも言えるほど沿岸地域まで押し寄せ、年末にかけキャンセルと飲食業界をゆるがす大変な時期を迎えました。

国や市町村支援があったものの飲食店は一番とも言える打撃の多い職種であります。それでも各組合員の皆さん頑張って来たと思います。

全国生活業指導センターより国の厚生労働省の指導のもと、経営再建支援業種別ガイドラインチェックシートを各店舗に記入してもらい「コロナ対策店」として取り組んでおります。これからも飲食業組合加盟店をよろしくお願い致しましてご来店のほどお待ちして折ります。

岩手県飲食業生活衛生同業組合
山田支部長　横田　博安



この度の復興支援ガイドマップの作成あたり関係各位のご支援に心より厚く御礼申し上げます。

昨年突如として発生した2020年の新型コロナウイルスは私達の生活を大きくかえるものとなりました。

大変厳しい経済の中、先の見えない現実を受け止めながら私達組合員は頑張っております。

新たな生活様式にも対応しながら組合員一丸となって頑張っておりますがやむなく閉店せざるを得ない店舗もありました。

この復興支援ガイドブックが多くのお客様の目にとまり活用して頂いて明るい未来に繋がるものと期待しております。

最後に中華組合山田支部は皆様のお越しを心よりお待ちしております。

岩手県中華料理生活衛生同業組合
山田支部長　大杉　宗丈



この度は復興支援ガイドマップ作成にあたり、皆様のご支援に心より厚く御礼申し上げます。

2011年に発生した東日本大震災から10年が経過しました。防潮堤の建設や防災を意識した新たな区画整理などがすすみ、震災により傷ついた街や人も令和という新たな時代を進もうとしているように見られます。しかしながら、沿岸部の復興は人口流出問題への対策や復興関連事業終了後の地域活性策をどのようにするかなど、真の復興に向けての課題が多々あるように思われます。また近年は台風や大雨といった天災、特にも2020年は新型コロナウイルス感染症が1年を通して流行し、復興に向けて足踏みせざるを得ない大変苦しい状況が続いております。

そんな中ではありますが、三陸自動車道の伸長ならびに長年工事されていた国道106号線の道路が少しずつ開通しています。これにより岩手県全体の行き来が容易になるだけでなく、他県から沿岸地域へいらっしゃる方が増え、沿岸地域の魅力を知っていただける機会が増えることを期待しております。

私たち中華料理組合はおいしい料理を皆様に提供することで沿岸地域の魅力を発信し、地域活性の役割を担っていきたいと思います。ガイドマップに掲載された店舗のなかからお気に入りのお店を探し当て、何度も足を運んでいただければ幸いです。今後とも宮古地域の中華料理組合各店舗のご愛顧のほどをよろしくお願いいたします。

岩手県中華料理生活衛生同業組合
宮古支部長　北舘　崇司

2020年度 厚生労働省国庫補助事業 「収益力向上セミナー」開催

生衛業者向け 経営等情報交換会
～収益力向上セミナー～



令和2年9月14日、「宮古ホテル沢田屋（宮古市）」にて、生活衛生関係営業者向け経営等情報交換会「収益力向上セミナー」を開催。新型コロナウイルス感染症の影響もある中、今後の経営方針を改めて考える機会となりました。

《研修内容》

①情報提供
［テーマ］
生衛業を巡る最近の動き、ホットな情報
［講師］
公益財団法人岩手県生活衛生営業指導センター
宮古商工会議所

②講演
［テーマ］
生産性向上モデル事業好事例
～理美容、飲食店成功事例紹介～
［講師］
工藤健人中小企業診断士事務所
代表　工藤　健人 氏

③情報提供
［テーマ］
働き方改革
［講師］
岩手働き方改革推進センター

④情報提供
［テーマ］
新型コロナ対策「公庫資金」の活用方法等
［講師］
日本政策金融公庫盛岡支店

生活衛生同業組合とは…

生衛業の振興発展のために「生活衛生関係営業者」によりつくられた組合で、
厚生労働大臣の認可を受けて設立されました。
国や県の指導を受け、生衛業関係者のための衛生水準向上や経営の健全化・振興を図るための自主的活動をしています。
現在岩手県にある組合は11業種。

各講義の様子

1 情報提供

少子高齢化に加え、震災復興関連工事の完了により飲食店や理美容店の利用客が減少。さらに昨今の新型コロナウイルス感染症の影響で業界が厳しい状況にある中、感染症拡大予防の徹底や補助金活用などを呼びかけました。



2 生産性向上モデル事業好事例 ～理美容、飲食店成功事例紹介～

労働生産性を上げ経営を安定させるためには、新しい商品・サービスの考案が必要です。その考案方法について、旅館や飲食店などの成功事例を挙げ紹介。ターゲットを絞ったサービスの展開や他業種のサービス導入など、経営に役立つ知識を学ぶ時間となりました。



3 働き方改革

現在経営者に求められているのは、長時間労働の是正や非正規職員の待遇改善、生産性の向上です。経営を安定させながら生産性向上等を図る手段の一つとして、「業務改善助成金」を紹介。制度に関する相談窓口の案内を行いました。



4 新型コロナ対策 「公庫資金」の活用方法等

日本政策金融公庫では、新型コロナウイルス感染症の特別貸付を行っています。無利子の条件や対象者について説明。「公庫資金」の活用方法を伝えました。



本誌発行関連の取り組み

東日本大震災復興支援事業「生活衛生同業組合加盟店紹介」ご当地PR動画
Youtubeで限定公開中（令和4年3月31日まで）

久慈地域版、宮古地域版、釜石地域版、気仙地域版それぞれにPR動画を作成。
地域の「生活衛生同業組合（セイエイ）」加盟店が、東日本大震災復興&マケルナコロナを合言葉に登場します！ご当地の観光地やおでかけスポット、お祭り・イベントのご紹介など、ぎゅっと詰め込んだ内容となっております。

多くの県内外の方にご覧いただき、岩手県沿岸部のいろいろな良さを知り、触れていただける機会に、そして次のおでかけの際にはぜひ「食べて美味しい、来て楽しい、泊まって嬉しい岩手」をお選びいただけるきっかけになればと思います。

YouTube チャンネル
復興支援ガイドマップ

https://www.youtube.com/channel/UCSTGZ0tZpUEKuhP5y1LJXOg

こちらから各動画がご覧いただけます▼

久慈地域版



宮古地域版



釜石地域版



気仙地域版



復興10年の歩み版



新型コロナウイルス『感染防止対策』について

岩手県飲食業生活衛生同業組合の各店舗では、業種別ガイドラインにのっとり、
新型コロナウイルス感染防止対策に取り組んでいます。
その安心の目安が、このマークです。

このマークを掲示しているお店は、
対策取り組み店です。
どうぞ安心してご利用ください。



実施団体
岩手県飲食業生活衛生同業組合
（公財）全国生活衛生営業指導センター
※ 厚生労働省の国庫補助事業として実施しています

感染症の影響を乗り越える「三陸鉄道」を利用しよう!

東日本大震災により甚大な被害を受けた「三陸鉄道」が全線運行再開してから約7年。2019年3月にはJR山田線（宮古・釜石間）の工事が完了し、久慈市から大船渡市までの163キロを結ぶ路線となりました。これによりさらなる盛り上がりが期待されていましたが、現在新型コロナウイルス感染症が鉄道の運営に大きな影響を与えています。



列車内でのイベントも積極的に企画・開催

昨年は台風19号の復旧が完了。10月に、車窓の景色を眺めながら三陸の海について知識を深める学習会を実施しました。そして今年3月には、震災を風化させないことを目的としたイベント「光る絵本絵展」を列車内で開催する予定です。新型コロナウイルス感染症の収束が見えない中、困難を乗り越えるためにまい進する「三陸鉄道」を利用して沿岸地域を応援しましょう。

利便性向上と観光振興「さんてつアプリ」開発



さんてつアプリ登場



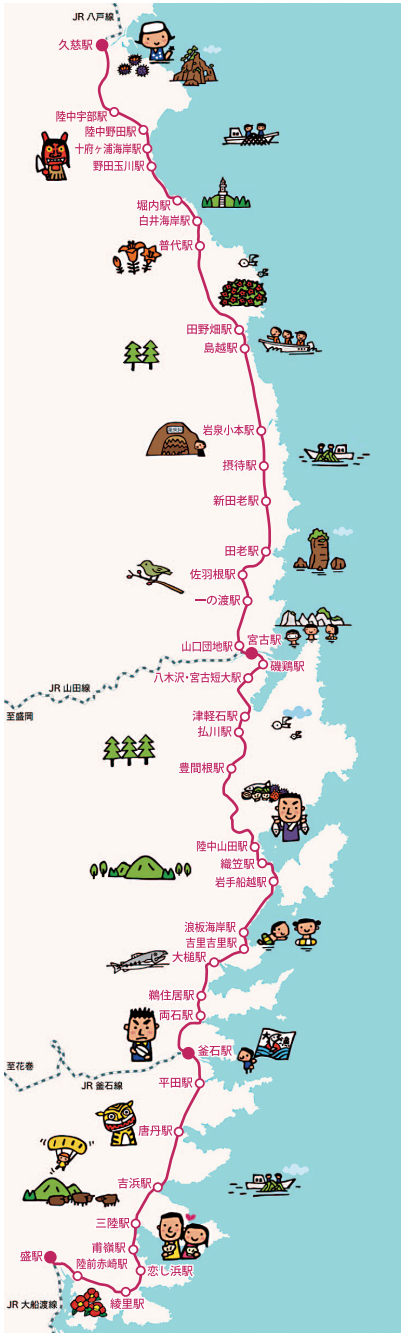
「三陸鉄道」では沿線住民の利便性を高めるため、列車が走っている区間等をスマートフォンで確認できる「さんてつアプリ」を昨年から提供しています。同アプリは人工知能を使った位置情報分析サービスを提供する企業と共同で開発。列車の位置と併せ沿線のグルメ・イベント情報を紹介することで、情報発信を強化し観光利用促進につなげる考えです。乗車距離などに対して付与するポイントサービスも用意し、利用者が喜ぶ取り組みを行っています。

「新田老駅」開業　住民に愛される駅に

昨年5月、リアス線田老・摂待（せったい）間をつなぐ41番目の駅となる「新田老駅」が開業しました。同駅が整備されたのは、宮古市田老地区の中心部付近。災害公営住宅や三王団地が造成されており、利用者の利便性向上を図るため設置を決定しました。

駅の愛称名は「真崎の紺青」。1面1線の無人駅で、宮古市役所田老総合事務所の3階に位置し、エレベーターも設置されています。





「三陸鉄道」の主な駅と周辺スポットの紹介

久慈駅

久慈市は「琥珀とやきものと海女の街」。駅舎内にある「そば店（リアス亭）」では「うに弁当」を購入できます。三陸復興国立公園に指定されている久慈海岸や、沿岸地域では数少ない桜の名所「巽山公園」などが見所の一つです。

普代駅

売店の「昆布うどん」や「すき昆布」は、雑誌などで紹介された人気商品。周辺には北部三陸海岸有数の景勝地と言っても過言ではないほどの迫力がある「黒崎」をはじめ、北緯40度の「シンボル塔」などがあります。

岩泉小本駅

駅前バス停から町民バスで約30分。日本三大鍾乳洞の一つ「龍泉洞」への玄関口です。三鉄グッズ専門店「さんてつや」では鉄道むすめラベルの「龍泉洞の水」を販売しています。

宮古駅

「浄土ヶ浜」の最寄り駅であり「三陸観光の玄関口」。海水が上に吹き出す「潮吹穴」は、ここから約5キロです。駅舎内には三陸鉄道リアス線窓口、立ち食いそばの店などがあり、三陸鉄道お土産直営店の「さんてつや」が隣接しています。

浪板海岸駅

愛称は「片寄波のサーフサイド」。サーフィンを楽しむことができるスポットです。四十八坂海岸の展望台からは、太平洋の美しい水平線を望むことができます。

大槌駅

駅から徒歩約5分、多目的ホールや図書館を備えた大槌町文化交流センター「おしゃっち」があります。町のシンボルでもある「ひょうたん島（蓬莱島）」へのアクセスはバスで約20分。

鵜住居駅

駅前には、お土産が買える「鵜の郷交流館」や「いのちをつなぐ未来館」「釜石祈りのパーク」などがあり、周辺には「釜石鵜住居復興スタジアム」や「釜石市民体育館」があります。

釜石駅

釜石大観音へは、ここからバスで約10分。周辺にも「鉄の歴史館」や、お食事処を併設する海鮮市場「サン・フィッシュ釜石」など、文化や歴史、食を楽しめる観光スポットが盛りだくさんです。

恋し浜駅

恋愛のパワースポットです。ホームには、鳴らすと恋愛が成就すると言われる「幸せの鐘」が設置されており、ロマンチックな雰囲気。地元「恋し浜ホタテ」の貝殻に「願い」を書き込み、絵馬として待合室に吊るすことができます。

※本記事の内容は2021年1月現在のものです

［お問い合わせ先］三陸鉄道株式会社　〒027-0076 岩手県宮古市栄町4 TEL. 0193-62-8900

海と森の魅力を味わう みちのく潮風トレイル

青森県八戸市から福島県相馬市までの太平洋沿岸をつなぐ長距離自然歩道「みちのく潮風トレイル」。新鮮なウニが味わえる漁港や宝石「ロードナイト」の地下鉱山など、岩手の見所もたっぷりです。ここでは、各1泊2日で楽しめる県内の4ルートを紹介します。

野田村・普代村ルート

［距離］約26.31キロ　［所要時間］約7時間6分

○1日目

まずは駅に併設する産直・物産館で「のだ塩ソフトクリーム」などに舌鼓。駅から10分ほど歩けば、「愛宕神社」に着きます。高さ13・4メートルの大鳥居をくぐりお参りをしたら、近くの食堂で海の幸を味わいましょう。昼食後は、日本で唯一産出される宝石「ロードナイト」の地下鉱山を探検。それから玉川海岸を見下ろす「玉川野営場」の眺めを楽しみ、のだ塩づくりを体験できる「国民宿舎えぼし荘」で宿泊するのがおすすめです。

［ルート］陸中野田駅▼道の駅のだ▼愛宕神社▼マリンローズパーク野田玉川▼玉川野営場▼国民宿舎えぼし荘



○2日目

山道を歩くと、大漁の功労者である地元住民を敬って建立したという「藤二大明神」の鳥居が現れます。付近には「味噌玉石」と呼ばれる巨大な石や、海を見下ろせる展望広場が。岬の先端に灯台があり、絶景ポイントも盛りだくさんです。

［ルート］綾里駅▼田浜▼立石山▼味噌玉石▼藤二大明神▼綾里崎展望広場▼綾里埼灯台入口▼綾里埼灯台▼綾里駅

大船渡市綾里街道・綾里崎ルート

［距離］約28.21キロ　［所要時間］約8時間58分

○1日目

縄文時代の終わり頃としては最大級となる「大洞貝塚」、古くから赤崎と綾里を結ぶ交易道路・生活道路に利用された「綾里街道・綾里峠」と、歴史を感じられるスポットを巡り、日本の滝百選の一つ「不動滝」を見て癒やされます。

［ルート］盛駅（さかりえき）▼陸前赤崎駅待合室▼大洞貝塚▼綾里街道・綾里峠▼不動滝▼綾里物産観光センター銀河▼綾里駅









宮古市浄土ヶ浜・田老ルート

［距離］約24.8キロ　［所要時間］約10時間12分

○1日目

「浄土ヶ浜ビジターセンター」で観光情報を調べてからスタート。

「浄土ヶ浜」の白い砂浜を歩き、お腹がすいたら「浜処うみねこ亭」で海の幸を味わえます。岩の下の洞窟から海水が吹き上がる潮吹穴を見たら、休暇村陸中宮古で1泊。翌朝は早起きして海鳥を観察してみましょう。

［ルート］浄土ヶ浜ビジターセンター▼浄土ヶ浜▼浄土ヶ浜レストハウス▼潮吹穴▼休暇村陸中宮古

○2日目

「震災メモリアルパーク中の浜」「たろう観光ホテル」へ。震災の記憶や復興の状況などを学んだら、三王園地で三陸海岸の自然美を満喫。自然の脅威と美しさを感じながら、田老駅で旅を締めくくります。

［ルート］休暇村陸中宮古▼震災メモリアルパーク中の浜▼たろう観光ホテル▼三王園地▼田老駅

久慈市・洋野町ルート

［距離］約44.3キロ　［所要時間］約13時間12分

○1日目

道の駅で「串もち」や「串田楽」といった郷土食を味わい、お昼用のお弁当を調達したら出発。精霊が宿ると言われる樹齢1100年の「大銀杏の木」に歴史を感じたあと、繊（きずな）の森を散策してみましょう。山道を奥へ進むと、複数の鳥居が並ぶ「巌島神社」に到着します。そこから北上し、横沼展望所へ。海岸線に連なる岩礁に波がぶつかる様は迫力満点。たっぷり自然を堪能したあとは、温泉で旅の疲れを癒やしましょう。「侍の湯きのこ屋」では、新鮮な海の幸やきのこ料理が楽しめます。

［ルート］久慈駅▼道の駅くじ▼大銀杏の木▼繊（きずな）の森▼巌島神社▼横沼展望所▼侍の湯きのこ屋

○2日目

宿でゆっくり休んだら、翌朝は南部藩主・南部利直公にゆかりのある「侍石」へ。海に突き出した花崗岩は、荒波が迫る絶景ポイントです。遊歩道を通って川を渡り、県道へ出たら「大久保商店（フレンドショップおーくぼ）」があります。ここでおやつや飲み物などを調達し、海が見えるスポット「有家駅（うげえき）」へ向かいましょう。潮風を感じながら砂浜でランチタイム。少し休憩して海沿いを北上し、活気ある漁港へ。

［ルート］侍の湯きのこ屋▼侍石▼大久保商店（フレンドショップおーくぼ）▼有家駅（うげえき）▼宿戸漁港▼種市駅



○2日目

「国民宿舎えぼし荘」から、ドラマのロケ地にもなった「堀内駅」へ。ホームの左手からは、人の形をした岩のシルエット「みさきの巨人」が見えます。貝やカニ、小魚捕りやバーベキューが楽しる「まついそ公園」は、駅から徒歩で約10分です。ここから南下すると「白井海岸駅」があります。漁港で昼食をとったあとは、東日本大震災発生時の被害も抑えた普代水門を見学。普代駅で特産品のお土産や帰路のおやつなども購入できます。

［ルート］国民宿舎えぼし荘▼堀内駅▼まついそ公園▼白井海岸駅▼白井漁港▼普代水門▼普代駅

※各ルート所要時間はあくまで目安です。
　個人の歩く速さ等で変わります。
※事前にHiking Map Book（地図）を入手して計画を立てる必要があります。地図は下記HPから購入することができます。
　（マップ入手方法）https://m-tc.org/explore/map/
※台風の影響や工事による通行止めや迂回路などを「注意情報」でご確認ください。
　（注意情報）https://m-tc.org/news/attention/

出典：環境省ホームページ「みちのく潮風トレイル公式サイト」（http://tohoku.env.go.jp/mct/）
画像提供元：環境省東北地方環境事務所

［お問い合わせ先］みちのく潮風トレイル 名取トレイルセンター TEL.022-398-6181
宮城県名取市閖上5-300-31-1　URL https://m-tc.org/

岩手三陸

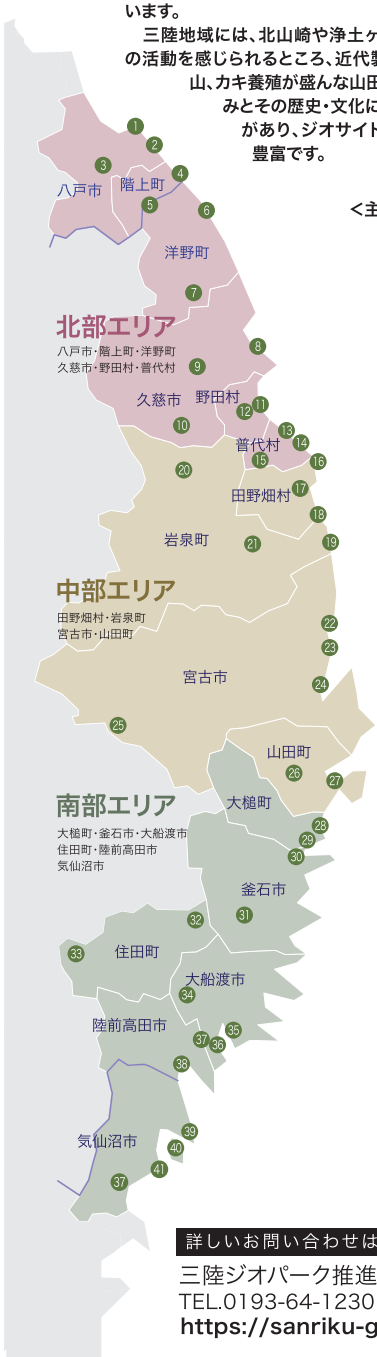
おでかけ map

家族や友人たちと
三陸の魅力を
たっぷり満喫しよう！

三陸ジオパーク

三陸ジオパークは、青森県八戸市から岩手県沿岸部、宮城県気仙沼市までの3県16市町村で構成されています。

三陸地域には、北山崎や浄土ヶ浜、龍泉洞など大地の活動を感じられるところ、近代製鉄遺跡の橋野鉄鉱山、カキ養殖が盛んな山田湾といった人々の営みとその歴史・文化に触れられる場所などがあり、ジオサイトとしての見どころも豊富です。



<主なジオサイト>

1. 蕪島
2. 種差海岸天然芝生地
3. 是川遺跡
4. 階上海成段丘
5. 階上岳
6. 種市海浜公園
7. 大野海成段丘
8. 小袖海岸
9. 久慈渓流
10. 内間木洞
11. 十府ヶ浦
12. 野田玉川鉱山跡
13. 普代水門
14. 黒崎
15. 割沢鉄山跡
16. 北山崎
17. ひらなめ海岸
18. 鵜ノ巣断崖
19. 茂師海岸
20. 安家洞
21. 龍泉洞
22. 三王岩
23. 田老の防潮堤
24. 浄土ヶ浜
25. 早池峰山
26. 豊間根川
27. 山田湾
28. 浪板海岸
29. 蓬莱島
30. 根浜海岸
31. 釜石鉱山
32. 滝観洞
33. 種山ヶ原
34. 南部北上帯の古生界
35. 気仙縄文遺跡
36. 碁石海岸
37. 気仙産金
38. 高田松原の一本松
39. 巨釜・折石・半造(唐桑半島)
40. 龍舞崎・若木浜(大島)
41. 岩井崎

詳しいお問い合わせは
三陸ジオパーク推進協議会
TEL.0193-64-1230
https://sanriku-geo.com

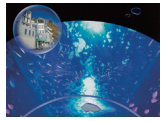
小袖海岸





素潜り漁でウニやアワビなどを獲る海女の北限として知られる小袖海岸。白亜紀に活動したマグマが固まったもので、現在では「夫婦岩」「つりがね洞」などの複雑な海岸地形が作られています。

もぐらんぴあ水族館



東日本大震災の被害を受けましたが、全国からの支援により2016年4月にこれまで以上の魅力をたずさえて帰ってきました。様々な水槽で三陸の海をお楽しみいただけます。

●営業時間…
9:00～18:00
(11月～3月は
10:00～16:00)
●一般…700円
高校生・学生…500円
小・中学生…300円
※20名様以上
一般1名…500円

[住]久慈市侍浜町麦生1-43-7
☎0194-75-3551

平庭高原



国道の両側に約4㎞にわたってシラカバ林が続いています。6月にはレンゲツツジ、秋には紅葉が美しく、また、冬には平庭高原スキー場でシラカバ林を眺めることができ、一年とおして楽しめます。

[アクセス]
久慈駅から国道281号経由
車で40分
JRバスで50分
(久慈駅発～盛岡駅行)

北山崎(北山崎展望台)



まさに息を呑む素晴らしさ。公益財団法人日本交通公社の全国観光資源評価の「自然資源・海岸の部」で最高ランクの特A級に格付けされた景勝地です。高さ200mもの断崖が8㎞にもわたり続きます。

●案内…田野畑村総合観光案内所
TEL.0194-33-3248

[住]下閉伊郡田野畑村北山129-10
https://www.vill.tanohata.iwate.jp/kankou/

龍泉洞



龍泉洞は日本三大鍾乳洞の一つとされ、また洞内に棲むコウモリと共に国の天然記念物に指定されています。総延長は知られているところで4088mで、そのうち700mが公開されています。

●営業時間…8:30～17:00
(5月～9月は18:00まで)
●大人…1,000円　小・中学生…500円
※15名様以上で団体料金適用

浄土ヶ浜



平成24年には国の名勝に指定されている宮古の代表的な景勝地。鋭くとがった白色流紋岩の白い岬は、紺碧の海、緑のアカマツとのコントラストでさらに際立ち、四季折々さまざまな表情を見せてくれます。宮古山常安寺七世霊鏡竜湖和尚(1727年没)がこの地を訪れその美しさに驚嘆、あたかも極楽浄土が再現されたかのようだと七言絶句を詠み、これが浄土ヶ浜の名の起こりともいわれます。

青の洞窟



三陸海岸の「青の洞窟」の異名をとる八戸穴。さっぱ船(小型の磯船)で入る洞窟は、季節により青や緑など様々な表情を魅せ、幻想的な空間を作ります。さっぱ船は他にも浄土ヶ浜内湾の名所などをめぐります。

●営業期間…3月～11月(冬季休業)
●営業時間…8:30～17:00
●出　　船…海況にあわせご案内

浄土ヶ浜マリンハウス
☎0193-63-1327

蓬莱島



「ひょっこりひょうたん島」のモデルの一つと言われる蓬莱島は、赤浜地区の対岸にぽっかり浮かぶ小さな島です。島には弁財天が祀られている祠があり、大槌湾にせり出したようにある蓬莱島には、漁船の誘導となる灯台が設けられています。

●案内…大槌町観光物産協会
TEL.0193-42-8725

[住]上閉伊郡大槌町赤浜2-4
※赤浜地区の臨海部からがよく見えるポイントです。

釜石大観音



釜石湾を一望する高台に立つ白亜の魚藍観音像「釜石大観音」は、2016年にプロポーズにふさわしいロマンチックなスポットとして「恋人の聖地」に選定され恋愛成就のパワースポットとなっています。

●営業時間…9:00～17:00
(最終受付16:30)
●大　人…500円
中高生…300円
小　人…100円

[住]釜石市大平町3-9-1
☎0193-24-2154

碁石埼灯台



大船渡市の末崎半島の先端に位置する碁石埼灯台は、深緑の松林に囲まれ、突き抜けるような青空を背景とした美しい灯台です。展望台から望む大海原と奇岩が織りなす風景はリアス海岸の特徴を表しており、2016年には「恋する灯台」にも選定されました。

碁石海岸インフォメーションセンター
[住]大船渡市末崎町大浜　☎0192-29-2359

語り部ガイド



東日本大震災により、多数の人命と歴史や文化の証を失った陸前高田市。被害に遭いながらもそこに住んでいるからこそ話せる津波の状況、復興の経過、避難のあり方、今後の課題、そして再認識した遺訓の大切さを皆様に伝えて、これから起こりうる災害に少しでも役立てて頂ければと思い活動しています。

陸前高田市観光物産協会
[住]陸前高田市高田町鳴石42-5
☎0192-54-5011

●【ガイド料金】120分まで…4,000円～(延長30分毎に500円加算)
※9時から18時の予約時間内(冬季は日没まで)となります

※内容は変更される場合がありますので、事前に各地域にお問い合わせください

1 新鮮海鮮と銘酒に舌づつみを打ち、くつろぎと満足を約束してくれるお店

飲食組合



◎生ビール　……600円
◎男山300ml（宮古）…700円
◎浜千鳥（釜石）……700円
◎八重桜（岩泉）……700円

居酒屋 海鮮料理 無礼講

大通りで古くから居酒屋を営む有名店。被災後いち早く立ち上がり復活。同時に同業にも気遣い業界の活性化を図る。店内はくつろげるカウンターと小上がりが配され、旬の魚介類の刺身は"鮫皮の下ろし"に本わさびを添えて出すほど本格的。焼き物、煮物、揚げ物とメニューも豊富で、そのどれもが美味しい。宮古の食通にこよなく愛されるお店でリーズナブル。2～3名でも、団体でも気軽に楽しめるお店です。

☎0193-64-0210
[住]宮古市大通1-4-21　[座席]23席
[営]17:00～24:00　[休]日曜日　[P]2台

2 宮古に「浜ゆう」ありと云われる、どんこ料理が美味しいお店

中華組合



◎どんこの肝たたき
……780円（税別）
◎どんこの肝味噌焼
……780円（税別）
◎どんこの唐揚げ
……750円（税別）
◎豚の角煮　……800円（税別）
◎他、季節の磯料理
※仕入れの状況により
値段が変わる場合があります

和食処 浜ゆう

三陸の新鮮な魚介類を用意し、「新鮮、美味しい、宮古」にこだわる親方が調理法を駆使し、その時期、一番美味しく食べられるよう腕をふるいます。特に「どんこ肝たたき」は人気で、これをお目当てに訪れる人も多い。33年共に働く女将さんとの息もピッタリで居心地が良いお店です。

☎0193-62-8264
[住]宮古市大通1-4-23　[席]33席　[営]17:15～22:00
[休]日曜日・祝日　[P]無

3 家族でも楽しめるお店です

飲食組合



◎お好み焼き（ミックス）980円
◎もんじゃ焼き……600円～
◎焼きそば　……700円～
◎サイドメニュー　……400円～

和楽

鉄板焼きテーブル3席各4人～5人カウンター席5席。お好み焼き、もんじゃなど1名からでも団体様でも楽しみながら焼けるお店です。

☎080-1835-0732
[住]宮古市大通2-8-38 ウッドハウス1F　[座席]18席　[P]3台
[営]17:30～23:00　[休]日曜日・月曜日（日曜日は予約受付対応）

4 美味しい肴が豊富に揃う中心街の人気店

飲食組合



◎お刺身（一人前）　…1,200円
◎焼鳥各種（3本）　……350円
◎もつ煮込み　……500円
◎焼魚　……600円
◎塩ホルモン　……680円

居酒屋 こう坊

「やきとり」の赤提灯と「居酒屋」の赤い暖簾がかかった印象的な入り口を入ると、清潔感漂うカウンターと小上がりが目に入る。さらに奥にはひと回り大きなお座敷が用意されている。旬な素材の一番美味しい食べ方を、刺身や焼き物、煮物、揚げ物など様々に、丁寧に料理し提供しています。

☎0193-63-7123
[住]宮古市大通3-1-28　[営]18:00～24:00（LO23:00）
[休]日曜日　[P]無　[席]36席

※各店舗の地図は P.47 ～ 53 をご覧ください。

居酒屋・ダイニング・レストラン
宮古エリア

5 メニュー豊富な海の幸と感じの良い女将さん

飲食組合



◎ドンコ肝合え……600円
◎馬刺し……900円
◎トマトフライ……350円
◎シメサバ……400円
◎生ビール……500円
◎焼酎（芋）……2,500円

海鮮居酒屋 山水

シマアジ、サンマ、シメサバを始めドンコの肝和えを刺身で、カレイ、ホッケ、荒巻鮭、せいだを焼き物で、貝も豊富で岩牡蠣、ホッキ、マツブと、おおよそ内陸では賞味出来ないようなものまで並びます。さらには霜降り馬刺、牛カルビ等のお肉も充実。「お客様が満足する料理を提供したい」とご主人が話す様に、その思いが料理に現れています。座敷、個室、カウンター、2階宴会用とあり、多用途に対応して頂けます。

☎0193-64-0345
[住]宮古市大通3-1-32　[座席]30席（2F2部屋16名・分割可）
[営]17:00～22:00　[休]月曜　[P]無

6 串揚げ・地魚一押しの有名店

飲食組合



◎串揚げ盛り合わせ…1,000円
◎刺身盛り合わせ2人前……1,500円
◎生ビール……500円
※全て税込価格です。

料理屋 かかし

串の豚バラ、牛バラ、ささみチーズ、肉アスパラ、カマンベールチーズ、海鮮では海老、イカ、タコ、ツブ、穴子、かきベーコン、新鮮野菜では椎茸、レンコン等、26種類もの多彩なメニューが並び、自慢の串揚げが名物となっています。

☎0193-62-0443
[住]宮古市大通4-1-3　[営]18:00～23:00
[休]日曜日　[P]無　[席]36席

7 超炭酸ハイボール「ゼウス」が人気のお店

中華組合





◎串焼盛り合わせ……990円
◎海鮮串揚げ……380円
◎お刺身5種盛り合わせ……2,300円
◎ホルモンの鉄板焼…680円
◎磯部チーズ揚げ……300円

居酒屋 暖

VISA mastercard PayPay

地元で採れた魚介類や極上の本マグロがリーズナブルに味わえるお店です。プレミアムモルツ（380円）や、超炭酸ハイボールが宮古で唯一飲めます！

☎0193-62-9476
[住]宮古市大通4-1-17
[営]17:00～23:30 ※日曜は23:00まで　[休]年中無休

8 餃子といえば大阪王将!!

中華組合



◎ギョーザ……265円
◎王将セット……1,100円
◎ギョーザチャーハンセット……927円
◎天津飯ギョーザセット……714円
◎あんかけラーメン……805円
◎創業スタメン……836円

大阪王将 宮古店

食材、味、鮮度を追求。手巻きにこだわり“最高の餃子”できました。当店では中華料理全般幅広く取り扱っています。餃子のみならず麺類、飯類などございます。ぜひご賞味ください。

☎0193-62-5366
[住]宮古市大通4-4-20　[座席]100席　[営]11:00～22:00
[休]不定休　[P]5台

11 和洋中の豊富なメニューで町民に親しまれる代々続く老舗店

中華組合



元祖南蛮肉定食 ……950円
山田湾産 カキフライ定食 ……1,300円
手作りハンバーグセット ……1,280円
ステーキ丼 ……1,200円
三陸 あかもくラーメン ……825円
あかもくシーフードパスタ ……1,100円
海鮮丼……1,700円

三陸味処 三五十(みごと)

VISA mastercard PayPay

1955年開業、1階と2階をあわせて約100席、昼は定食、夜は宴会と町民の多様なニーズに応えます。三陸の恵みを生かした旬の食材をメインに料理を提供し、大勢が集まれる家族的な雰囲気のお店です。

☎0193-82-3510
[住]下閉伊郡山田町川向町6-43　[座席]100席
[営]昼11:30～14:30 夜17:00～22:00　[休]不定休　[P]4台

TAKE OUT

12 平成3年から始めた居酒屋。現在食堂に変わり、笑顔で昼夜一生懸命

中華組合



マーボーカレー……1,045円
ダールラーメン……880円
エビチャーハン……880円
ネギみそラーメン……880円
麻婆ラーメン……913円
焼肉丼……935円
天重……1,078円
鉄火丼……1,078円
各種定食……1,100円

御食事処 酣(たけなわ)

店の座席カウンター合わせて45席あります。最近は町外から家族連れが多くなり、ラーメン、丼物、各種定食、天ぷら、色々メニューを提供しています。特にマーボーカレーは人気。夜は一品料理もあります。

☎0193-82-9649
[住]下閉伊郡山田町川向町7番10号　[座席]40席
[営]11:30～14:00、17:00～22:00　[休]水曜日　[P]4台 ※ 店の前に町の駐車場有

※各店舗の地図は P.47 ～ 53 をご覧ください。

9 ケンブリッジ大ラーメン先生が絶賛のラーメン

飲食組合



ラーメン……550円
餃子……400円
辛味噌タンメン ……850円
山田ラーメン ……680円
炒飯……730円
日替わりランチ ……750円～
ラガーメン(期間限定) ……850円

めん処・居酒屋 六もん

ラーメンの権威ケンブリッチ大クシュナー教授が絶賛した逸品。さらに、お客様の後押しで地産の海藻をふんだんに使った新メニュー『山田ラーメン』を誕生させました。山田イチ押しのラーメンは六もんで決まりです。

☎090-1499-7129
[住]下閉伊郡山田町川向町6-15　[休]日曜日　[P]有
[営]昼11:30～13:45(LO) 夜18:00～22:00(LO) ※スープ無くなり次第終了

10 笑多!! 笑いの多い店であってほしいと願い店名を笑多としました

飲食組合



◎手羽先(明太・ぎょうざ・チーズ) ……600円
◎焼き鳥(1本)……150円
◎馬刺し ……1,000円
◎チキン南蛮 ……650円
◎ハニーマスタード ……650円
◎とんかつ定食……1,000円
◎唐揚げ ……600円

居酒屋 笑多

JCB VISA mastercard

リーズナブルな価格で楽しんでいいただける店。座席が40席と広く、ゆったりとくつろいでいただけます。料理も多種ご用意しておりますので、ぜひおこしください。冬期間は人気の鍋料理も準備しております。

☎0193-77-5516
[住]下閉伊郡山田町川向町6-22　[座席]40席
[営]17:30～22:30　[休]水曜日　[P]有

TAKE OUT

15 創業から続く、中華そば一品の店!

中華組合



◎中華そば ……630円

多良福

昭和28年の創業から続く中華そばは、煮干しベースの醤油スープで、どこか懐かしさを覚える優しい味わいです。昔から地元の方々に愛され続けているこの味を、ぜひご賞味ください。

☎0193-62-5607
[住]宮古市大通1-1-20 [座数]16席 [休]火曜日(変更有) [P]7台
[営]10:30～19:30 ラストオーダー ※スープがなくなり次第終了

16 「今、食べたいもの」に出会える街の食堂

中華組合



◎四川チャーハン……820円
◎カツ丼 ……780円
◎スタミナ丼……750円
◎五目ラーメン……780円
◎ダールラーメン ……780円
◎焼肉定食 ……920円
◎エビチリランチ ……850円

冨士乃屋

創業昭和8年。定食・麺類・中華料理など60種類を超える豊富なメニューを気楽に味わえるお店です。

☎0193-62-2230
[住]宮古市末広町5-3 [座数]36席
[営]11:00～20:00(15:00～16:00休憩) [休]火曜日 [P]6台

TAKE OUT

※各店舗の地図は P.47 ～ 53 をご覧ください。

13 山田とともに50年、自慢の料理の数々

飲食組合



◎焼鳥 ……150円～
◎うな重 ……2,800円
◎刺身 ……時価

居酒屋 初音

山田の老舗居酒屋。旬を生かした新鮮な地魚の料理や刺身、焼き物はくし焼きから、ジックリと特製たれに絡ませ焼き上げたうな重まで、あらゆる肴が揃い舌を楽しませてくれる。地酒や焼酎の種類も豊富で、料理との相性も選べる細やかな気配りが嬉しいお店です。

☎0193-82-5207
[住]下閉伊郡山田町長崎3丁目1-32 [営]昼11:00～13:30 夜17:00～23:00
[休]日曜日 [P]有

14 一年中祭り気分の味わえる和気あいあいのお店

飲食組合



お好み焼各種
……660～900円
もんじゃ焼
……550～770円
生ビール……550円
ハイボール……550円
ソフトドリンク……330円

お好み焼き・もんじゃ焼き居酒屋 和背(ワッセ)

勇壮な男たちに担がれた神輿が海に入ることで有名な大杉神社の例大祭。祭り好きが集まり、山田の未来を語り合う場所として親しまれている。

☎090-7330-9156
[住]下閉伊郡山田町中央町8-13メモリアルハイツ1F
[営]18:00～23:00

17 創業40年。気さくでおおらかな大将が鍋を振る絶品チャーハンがおすすめの逸品!

中華組合





◎チャーハン(スープ付き)……650円
◎カニチャーハン(スープ付き)…850円
◎五目チャーハン(スープ付き)…850円
◎エビチャーハン(スープ付き)…850円
◎イカギョーザ……400円
◎五目やきそば……750円

喜福

宮古小学校の向かい側に赤色の暖簾が際立つ。創業以来40年間、子供達の様子を見守りながらも、変わりゆく世の中に流されず洗練されたその「中華」をご堪能ください。
一品料理はお持ち帰りも出来ます。大盛はプラス150円です。

☎0193-62-1344
[住]宮古市黒田町7-19　[座席]12席
[営]11:00頃～18:30頃　[休]不定休　[P]5台

TAKE OUT

18 宮古で中華料理を食べるならココ!

中華組合





◎ラーメン……550円
◎ワンタンメン……650円
◎五目麺……850円
◎海老ソバ……900円
◎中華丼……730円
◎餃子……400円

五十五番

店主のおすすめは海老ソバ。餃子と一緒にぜひご賞味ください。

☎0193-62-2981
[住]宮古市築地1-3-3　[座席]27席
[営]昼11:00～14:30 夜16:30～19:30　[休]水曜日　[P]6台

19 お持ち帰りメニューも好評です! いつもの味でお待ちしております

中華組合



◎七福ラーメン……880円
◎野菜タンメン……800円
◎みそラーメン……800円
◎ねぎラーメン……800円
◎チゲスープのピリ辛…880円
◎ぎょうざ定食……650円
◎みそ定食……1,200円

ラーメン・たこ焼き 七福

地元の食材たっぷりの各種ラーメンに加え、お得な日替わりセットメニューも毎日ご用意。ぎょうざ、から揚げ、たこ焼きも通年ご好評いただいております。もちろんお店で手作り。

☎0193-64-7729
[住]宮古市磯鶏3-3-22　[座席]30席　[営]11:00～スープ完売まで
[休]不定休　[P]有 ※ホーマック宮古南店様と共用

TAKE OUT

20 自家製特大チャーシュー、どでかネギ味噌チャーシューが大人気!

中華組合



◎どでかネギ味噌チャーシュー……1,000円
◎味噌ラーメン……680円
◎野菜タンメン……750円
◎とんこつラーメン……780円
◎半チャン味噌……880円
◎平日限定おすすめランチ……780円
◎手作りギョーザ……400円
(テイクアウト可)

どさん娘バイパス店

手作りギョーザや半チャーハンが付いたセットメニューが人気です。「どでかネギ味噌チャーシュー」は、丼ぶりからはみ出す程のチャーシューと大盛りのネギがのった人気メニューです!

☎0193-63-6299
[住]宮古市長町1-8-28　[座席]30席　[営]11:00～21:00(LO 20:30)
[休]月曜日　[P]18台

23 絶景とともに 三陸磯風味が味わえるスポット

飲食 組合



◎磯ラーメン……850円
◎カキフライ定食 ……1,350円
◎穴子天丼 ……1,250円

ドライブイン 四十八坂 磯よし

沿岸を通行する人なら一度は立ち寄るR45、四十八坂に位置する大型ドライブイン。雄大な海の眺めとともに沿岸を代表するドライブインらしく、魚介や海藻たっぷりの磯ラーメンで、ここでしか味わえない三陸の風味を提供します。

☎0193-84-3066
[住]下閉伊郡山田町船越1-73-5
[営]11:00～14:00 ※食材がなくなり次第閉店 [休]金曜日 [P]50台

24 ドライブの途中に! お買い物の途中に! 気軽に立ち寄れるお店です!

飲食 組合



◎磯ラーメン ……800円
◎ラーメン……550円
◎えび塩担々麺(10～5月期間限定) ……700円
◎カツカレー(ミニサラダ付) …… 880円
◎牛カルビ丼 ……800円
◎ソフトクリーム各種 …300円
◎あずきばっとうソフト …… 350円

道の駅 やまだ フードショップ

テイクアウト(お持ち帰り)はじめました!道の駅限定カレーやチャーハン(唐揚げ2個付き)をはじめ、人気の牛カルビ丼やカツカレーもテイクアウト可能。券売機でご購入いただくか、電話でのご注文も承ります。またご当地ソフトの「わかめソフトクリーム」「あずきばっとうソフト」もオススメです!

☎0193-89-7025
[住]下閉伊郡山田町船越6-141 [座席]40席
[営]10:00～16:00 [休]1月1日休み [P]49台

TAKE OUT

※各店舗の地図は P.47 ～ 53 をご覧ください。

21 多くのファンが集う ラーメンの老舗

飲食 組合



中華そば……550円
チャーシュー麺……750円
ライス……100円

陸中山田中華そば 藤七屋

創業62年を誇るラーメンの人気店。ここのラーメンを食べないと年越しと新年を迎えた気がしないと言われるほどのお店。漁を終えた「朝ラーメン」としても多くの漁師さんの支持も集める。煮干しだしでとったあっさりスープは心から「ほっと」する味で人気を集める。

☎0193-82-3267
[住]下閉伊郡山田町中央町6-24
[営]7:00～15:00 [休]水曜日 [P]有

22 昭和39年東京オリンピックから営業、 ここでしか味わえない、がモットー

飲食 組合



豚ホルモン……700円
和牛カルビ……1,200円
ジンギスカン……750円
麻婆ライス……750円
ポパイラーメン……750円
もやしラーメン……700円
ギョーザ……550円
(すべて税別表記)

食道園

料理一つ一つ、すべて手作りにこだわっています。焼肉、和牛カルビ、ホルモン、麻婆ライス、世界に一つのポパイラーメン、中華料理の数々。店の中は皆さんが家族のような、明るい雰囲気です。

☎0193-82-3127
[住]下閉伊郡山田町川向5-23 [座席]5席
[営]11:30～20:00 [休]月曜日・木曜日 [P]6台

27 一握り 郷土の素材 ふんだんに

すし組合



みやび(雅)にぎり・ちらしセット
……2,470円
みやび(雅)にぎり
……2,470円
にぎり(竹)
……2,090円
にぎり(松)
……2,640円
ちらし(竹)
……2,310円
ちらし(松)
……3,020円
お座敷料理(1人)
……4,000～7,000円

よし寿司

お祝い、ご法事等、仕出し料理出前致します。宴会、ご法事等、お座敷ご利用ください。大小お部屋(50名ほどの対応です)、大親方のもと、2代目・板前(職人)等、スタッフ一同ご来店お待ち申し上げております。

☎0193-62-1017
[住]宮古市保久田4-27　[座席]74席
[営]昼11:00～14:00 夜17:00～21:30　[休]月曜日　[P]15台

28 宮古魚市場のそばにあり、五分ほどで観光地の浄土ヶ浜です

すし組合



◎特上にぎり……3,500円
◎特上チラシ……3,500円
◎上にぎり……2,650円
◎上チラシ……2,650円
◎松にぎり……2,200円
◎松チラシ……2,200円
◎三陸みやこずし……1,760円
◎梅のにぎり……1,400円

寿司 魚正

漁港のすぐそばなので、市場で水揚げされる魚で作る寿司は格別においしいと思います。昼の時間帯はランチメニューで安く美味しい寿司を出しています。店の並びに駐車場が8台あります。

☎0193-62-7885
[住]宮古市鍬ヶ崎上町6-26　[座席]50席　[営]昼11:00～13:30　夜16:00～21:00
[休]月曜日　[P]8台

※各店舗の地図は P.47 ～ 53 をご覧ください。

25 前沢牛をリーズナブルな価格で人気の冷麺もどーぞ

飲食組合



◎前沢牛ミスジ……2,100円
◎前沢牛上カルビ……1,720円
◎岩手純情牛カルビ　…900円
◎国産牛上ハラミ……1,720円
◎ファミリーセット
(3人前～4人前)　…3,550円
◎キムチ　……390円
◎冷麺　……800円
※商品全て税別価格となっております

秋田屋

前沢牛、岩手牛、ホルモン、キムチ、冷麺、ラーメン、山盛塩キャベツなど、メニューが豊富。飲み物メニューも種類豊富で、ついついお酒がすすむこと間違いなし。家族連れ大歓迎!!大・小宴会承ります。

☎0193-63-0608
[住]宮古市大通4-2-1　[座席]60席　[休]月曜日　[P]無
[営]18:00～24:00 ※日曜は23:00まで ※コロナウイルスの影響により、通常25:00までの営業時間を24:00までに変更しております

26 本州最東端に位置する、宮古市魚菜市場内の唯一のお肉の専門店

食肉組合





◎いわて牛カルビ100g
……756円
◎いわて牛切り落とし100g
……480円
◎県産豚ロース100g
……238円
◎龍泉洞黒豚ロース100g
……356円

太田屋肉店 宮古市魚菜市場店

お肉類は、いわて牛(4等級以上)、県産豚、龍泉洞黒豚など幅広く陳列しています。お肉総菜類は、店内調理のできたてを数多く販売しています。直営の「七輪焼肉もりもり」は、いわて牛の焼肉から冷麺まで堪能できます。

☎0193-62-8129
[住]宮古市五月町1-1　[営]6:30～17:30　[休]水曜日　[P]104台

31 自宅を改装した、完全予約制の寿し屋

飲食組合



◎上寿し ……2,300円
◎天丼 ……1,100円
◎上うなぎ ……2,800円
◎カツ丼 ……800円
◎仕出し料理 ……2,700円～
◎天ぷら盛合せ ……1,500円

竹寿し

自宅を改装して作られた店内では完全予約制のお座敷があり、足を運んでお食事していただくほか、仕出し料理・法事料理などを含めた出前も致しております。にぎり・ちらしだけではなく丼物も豊富でうなぎが人気のメニューです。

☎0193-82-2779
[住]下閉伊郡山田町長崎4-14-24 [営]11:30～19:00
[休]月曜日 [座席]8席 [P]有

32 本格寿司とグルメなメニューが同時に味わえる名店

飲食組合



寿司 5貫……1,000円
寿司 7貫……1,500円
寿司 10貫……2,500円
やきとり 2本……300円
唐揚……500円
国産牛ステーキ 1枚…3,000円～
季節の焼魚……時価
季節の煮物……時価
貝類盛合せ……時価
山田産刺盛合せ……時価
※全て税別価格となります。

居酒屋寿司 ささき

昭和55年創業。35年以上続く名店。新鮮ネタを鮮やかに握る本格寿司店ながら、熱々ジューシーなステーキ、牛タン、唐揚げ、焼き鳥なども人気のメニューとなっていて、寿司から居酒屋グルメまで2度美味しさが味わえます。

☎0193-82-5295
[住]下閉伊郡山田町川向町9-10
[営]昼／11:30～13:30、夜／17:00～22:00(LO 21:00) [休]月曜日(不定休)

TAKE OUT

※各店舗の地図は P.47 ～ 53 をご覧ください。

29 宮古前!!

すし組合



ランチふく留セット …1,000円
すしランチ(上) ……1,200円
すし膳(上) ……1,980円
すし膳(特上) ……2,750円
上寿司 ……2,200円

ふく留

気軽にお寿司を楽しんでいただきたく、寿司のほかに揚げ物などもご用意しております。家族連れや法事などにもご利用ください。

☎0193-77-3531
[住]宮古市磯鶏沖10-1 [座席]カウンター6席、座席4人テーブル×4(16席)
[営]昼11:30～13:30 夜17:00～20:30 [休]水曜日 [P]4台

30 山田町復興旗艦店として80年の歴史を刻みます

すし組合





寿司ランチ……1,100円
上にぎり……2,420円
ちらし寿司上……2,750円
山田塩ラーメン……990円
特上にぎり……3,300円

魚河岸

PayPay

寿司はもちろん、刺身から一品料理、そば、丼、ラーメンまで多種多彩な海の幸を存分に味わえる。昼は寿司ランチが一番人気のメニューです。手作りデザート、コーヒー、汁物も付いて1,100円!

☎0193-82-2658
[住]下閉伊郡山田町長崎1-8-18
[営]昼11:30～13:30 夜17:30～21:30 [休]不定休 [P]5台

TAKE OUT

35 絆を大切に、日々に新たに、店名に込めた願い

飲食組合



◎ウイスキー……8,000円
◎焼酎 ……4,000円
◎生ビール ……500円
◎タルハイ……500円
◎日本酒 ……500円～

スナック ニュースタート

当店は、山田町で25年お店を経営していましたが、震災後宮古市で縁があり、皆様にご愛顧していただき、今年で6年目を迎えることができました。当店では、アットホームなお店作りを目指しており、お客様がお楽しみ頂けます様、従業員一同心掛けております。男女問わず、お気軽にお越し下さい。

☎0193-63-0511
[住]宮古市大通1-4-13 [営]19:00～24:00
[休]不定休 [P]有(3台)

36 創業50年以上。宮古で人気のあるランドマーク的なお店。お一人でも気軽にどうぞ。

飲食組合



ご予算に応じて
お気軽にご相談ください。

スナック Bamboo(バンブー)

昭和44年オープン以来、地元宮古の名士、全国の著名人が一度は訪れたことのある名店。ボックスオンリーというのも老舗の証。スナックとしてキレイ系の女の子が丁寧な接客を行います。ぜひ宮古へ来た際は!

☎0193-64-3434
[住]宮古市大通1-4-22 [営]19:00～24:00 [休]日曜日・祝日
[P]無 [席]40席(カラオケ有り)

※各店舗の地図は P.47 ～ 53 をご覧ください。

33 お気軽で豊富なグルメメニューが自慢

飲食組合





ミックスピザ ……860円
えびピラフ……750円
シーフードスパゲティ …830円
えびグラタン ……830円
チョコレートパフェ(大)…700円
定食……1,000円～
アルコール各種あり!

カフェとお食事のお店 グルメハウスシンコー

JCB VISA mastercard PayPay

仮設店舗から本設に移動して営業中!ピザの生地もソースも手作りです。他にも数種のスパゲティやグラタン、ドリア、定食もあり、気軽に食事を楽しめるグルメハウスシンコーです。

☎0193-82-2306
[住]下閉伊郡山田町川向7-5 [座席]30席
[営]11:00～21:00 [休]不定休 [P]4台

34 ゆっくり、のんびり、楽しんで!!

飲食組合



◎焼サンド ……450円
◎ポテから ……580円
◎ポテナゲ ……580円
◎フライドポテト ……400円
◎ロシアンたこ焼き ……500円
◎生ビール ……500円
◎ハイボール ……400円
◎シャンディガフ ……500円
◎ゴールデンハイボール
……500円
◎ハワイアンサワー ……400円

カラオケハウス 笑楽館

PayPay

平成6年にオープン。震災後は一時休業をしておりましたが、多くの方々に支えられ、令和元年5月に再スタートする事ができました。個室カラオケルーム、ゆっくりお茶を楽しむスペースもご用意。ぜひお気軽にお立ち寄りください。

☎0193-82-0722
[住]下閉伊郡山田町中央町8-10 [座席]35席
[営]12:00～26:00 [休]水曜日 [P]5台

39 笑い声の絶えない明るい雰囲気のお店！ 飲食組合



鏡月……3,000円
霧島各種……4,000円
二階堂……4,000円
いいちこ……4,000円
ウィスキー……5,000円～

スナック Liberty

PayPay

多数のお酒とノリのいいスタッフで皆様のお越しをお待ちしております。
初めてのお客様でも安心できるお値段です！

☎0193-77-3110
[住]下閉伊郡山田町川向町5-23　[座席]30席
[営]19:30～24:00　[休]火曜日、他不定休　[P]2台

40 カラオケファンの皆が集う低料金の店 飲食組合



旬の物
……400円～

カラオケ喫茶&スナック 紅

昼夜を問わず、1曲100円でカラオケを堪能でき、長居もOK。メニューは昼の喫茶メニュー、ソフトドリンクなど、夜は旬の酒の肴とともにビール、ウイスキー、焼酎ほか、お好みで楽しめます。常連客も多く、カラオケを介した夜の集いの場として営業しておりますので、お気軽にお立ち寄り下さい。

☎080-6035-9071
[住]下閉伊郡山田町川向町6-28　[座席]22席
[営]12:00～24:00　[休]木曜日・日曜日　[P]有

※各店舗の地図は P.47 ～ 53 をご覧ください。

37 ホッと落ち着く店内。笑顔でお待ちしています 飲食組合



◎鏡月　……3,000円
◎黒霧島　……4,000円
◎ROYAL ……7,000円
◎Glenfiddich …… 12,000円
※セット料金無し
※カラオケ有り1曲200円

Diana（ディアナ）

ドレス姿のママの印象に反し、気取らず、気さくな会話が次々と飛び出し、あっという間にお店スタッフも交えて意気投合します。毎日、歌好きが集まり賑やかにカラオケで盛り上がります。感じの良い接客で15年以上続く名店。

☎0193-62-0820
[住]宮古市大通4-1-14 トキザワビル3F　[座席]20席　[営]19:00～24:00
[休]月曜日　[P]無

38 移転と共に新規一転! アットホームでくつろげるお店です 飲食組合





鏡月……3,500円
二階堂……4,000円
角……5,000円

スナック 檸檬

昨年新装オープン！　震災後7年間営業したお店を閉め、新築のお店に移転しました。気さくなママと明るいスタッフがお出迎え。一度来店ししたらまた行きたくなるようなお店です。

☎0193-82-6893
[住]下閉伊郡山田町川向町5-23　[座席]8席
[営]19:00～24:00　[休]火曜日　[P]2台

43 お客様とスタッフの笑顔を絶やさないお店を目指しております

中華組合



◎生ビール ……700円
◎樽ハイ ……600円
◎鏡月 ……4,000円
◎鏡月プレミア ……4,500円
◎黒霧島 ……4,000円
◎赤霧島 ……6,000円
◎ROYAL ……8,000円

スナック PASSION

ホワイト&ブラウンをベースにした、落ち着いた雰囲気のお店で、飲食代もリーズナブルです。若いスタッフでお待ちしております。

☎0193-82-6159
[住]下閉伊郡山田町川向町9-14 [座席]30席
[営]19:30～24:00 [休]月曜日

44 笑って、歌って、飲んで、楽しいお店です

飲食組合



◎お通し ……550円
◎チャーム ……550円
◎ビール ……770円
◎JINRO(ボトル) …3,300円
◎黒霧島(ボトル) …3,850円
◎ウイスキー(ボトル)
……5,500円～

スナック オルゴール

最新ジョイサウンドのカラオケが完備され、気立ての良いママ、明るいスタッフとともに会話が弾みます。酒のつまみにお手製のお通しも楽しみ。各種ボトルキープも低料金で、多くの常連客で連日賑わっています。

☎090-9038-9884
[住]下閉伊郡山田町川向町9-17 [座席]30席
[営]19:00～24:00 [休]日曜日

41 泊ってでも行ってみたいお店

飲食組合



◎ロイヤル……7,000円
◎二階堂 ……4,000円
◎生ビール ……700円

スナック コルテジャーナ

地元で愛され20年以上続く有名店。気立ての良いママと会話を楽しみ、カラオケで時の経つのも忘れてしまう。お客様を大切にしていることが伺え、居心地の良さに長居をしてしまうこともしばしば。従業員の対応も良いお店。

☎0193-82-0011
[住]下閉伊郡山田町川向町6-29
[営]19:00～24:00 [休]日曜 [P]有

42 アットホームな雰囲気を大切にしています

中華組合



スナック ラッキー

☎0193-82-5905
[住]下閉伊郡山田町川向町9-14 [座席]25席
[営]19:00～24:00 [休]日曜日 [P]無

※各店舗の地図は P.47 ～ 53 をご覧ください。

47 北山崎展望台園地内の中で四季を通じて皆様を迎える漁師のいる宿です

旅木組合



二食付宿泊料金
7,000円、8,000円、9,000円
各消費税別の料金です

宿泊料金相談コース　?円
元祖・磯釜めし定食
……1,350円
お刺身(アワビ・ホタテ・イカ各種)
……1,200～3,000円
生ウニ、活ウニ
……1,800～3,000円

北山崎 白花シャクナゲ荘

北山崎展望台園地内で唯一の宿泊兼海鮮料理店です。四季を通じて産地直食の浜の味を、個人または団体様にお届けしております。宿泊定員36名、会食団体様45名です。一年中宿泊・会食の予約を受付中。お待ちしております。

☎0194-33-2085
[住]下閉伊郡田野畑村北山崎129-7　[部屋数]12室
[営]夏期 10:00～17:00 冬期 11:00～16:00　[休]不定休　[P]200台

48 おもてなしの心と町のシンボル宇霊羅山の癒しでお迎えいたします

旅木組合



素泊まり(トイレ付)
……7,700円
朝食付(トイレ付)
……8,800円
夕食付(トイレ付)
……9,900円
朝食付(バス・トイレ付)
……9,900円
夕食付(バス・トイレ付)
……11,000円
三陸山海御膳(会場食)
……13,200円
三陸山海御膳(部屋食)
……15,400円

ホテル 龍泉洞 愛山

天然記念物　龍泉洞の近くに位置し安家洞等の鍾乳洞と三陸海岸の旅を満喫いただき、夕食は地産地消をモットーにした四季折々の山海の幸をお楽しみいただきます。

☎0194-22-4111
[住]下閉伊郡岩泉町岩泉字松橋1-2　[部屋数]50室
[営]チェックイン15:00、チェックアウト10:00　[休]無　[P]50台

※各店舗の地図は P.47 ～ 53 をご覧ください。

45 山田で愛される安心の老舗スナック

飲食組合



2020年7月末
新店舗オープン
いたしました

◎シーバース……8,000円
◎角……6,000円
◎JAPAN……4,000円
◎生ビール……700円
◎タルハイ……500円

スナックライフル

山田魚河岸の西隣へ本設を果たした創業32年以上続く老舗。ママの気立ての良さと和気あいあいと話しかける屈託のない会話、時には経験からくる会話に感心することも、、カラオケも楽しめ老若男女、みんなが安心して楽しめるお店です。山田の夜の憩いのお店。

☎090-6252-4846
[住]下閉伊郡山田町長崎1-11-5　[座席]26席(カラオケ有り)
[営]19:00～24:00　[休]不定休　[P]7台

46 窓の外に広がる、三陸の四季の色

旅木組合



鮑の踊焼きと舟盛付き海鮮コース(平日)
……13,750円
鮑の踊焼きと舟盛付き海鮮コース(休前日・繁忙期)
……17,050円
グルメアップコース(平日)
……15,950円
グルメアップコース(休前日・繁忙期)
……19,250円
最上階各部屋[和洋特別室]に泊まるスタンダードコース(平日)
……19,250円
最上階各部屋[和洋特別室]に泊まるスタンダードコース(休前日・繁忙)
……22,550円

ホテル羅賀荘

JCB VISA mastercard PayPay

眼前に広がる海を眺望しながらの入浴は、当館ならではのお楽しみ。　早起きをして、水平線から昇る日の出を見る朝風呂タイムもおすすめです。またその日仕入れた三陸の新鮮な食材を、最もおいしくいただける料理にしてご提供します。

☎0194-33-2611
[住]下閉伊郡田野畑村羅賀60-1　[客室]67室
[P]バス10台、乗用車70台

51 宮古の中心街にあり、ビジネス、観光に便利

旅市組合



◎シングル……6,000円
◎ツイン ……11,000円

朝食は種類が豊富な
和洋バイキング¥900

宮古セントラルホテル熊安

☎0193-64-2121
[住]宮古市新町2-5 [部屋数]112室 [P]45台

52 宮古港を一望

旅市組合



三陸のお刺身超重視プラン
……13,200円(1人)
岩泉龍泉洞入洞券付きプラン
……12,100円(1人)
オートバイツーリングプラン
……12,100円(1人)
本州最東端トドヶ崎トレッキングプラン
……12,100円(1人)
青の洞窟さっぱ船プラン
……12,100円(1人)

ホテル近江屋

JCB VISA mastercard PayPay

■全館Wi-Fi接続OK! ■駐車場無料
■オートバイ屋根付き駐車場あり ■コインランドリー完備 ■大浴場あり
■アクセスがよく観光やビジネスに便利な立地

☎0193-62-3660
[住]宮古市磯鶏1-1-18 [部屋数]41室
[営]6:30～22:00 [休]無 [P]60台

※各店舗の地図は P.47 ～ 53 をご覧ください。

49 龍泉洞のすぐ近く、静けさと味わいの宿

旅市組合



各種仕出し承ります

旬の和食膳プラン 1泊2食付
[3名1室]
……11,000円～
一泊二食ビジネスプラン
[3名1室]
……7,700円～
朝食付きビジネスプラン
……5,940円～
素泊まり
……4,950円～

龍泉洞温泉ホテル

龍泉洞まで約700m、鍾乳洞から流れ出る清流のほとりに位置する閑静な宿です。調理長自慢の旬の食材を使用した和食膳を存分にご堪能ください。
龍泉洞温泉ホテルは新型コロナウイルス対策取組宣言をしております。

☎0194-22-4141
[住]下閉伊郡岩泉町岩泉字府金48 [部屋数]27室
[営]チェックイン15:00、チェックアウト10:00 [休]無 [P]50台

50 宮古駅から徒歩9分。市街地にあり交通至便です。

旅市組合



◎素泊りビジネスプラン
……6,600円
◎1泊朝食ビジネスプラン
……7,700円
◎1泊2食グルメプラン
……11,000円

三陸復興国立公園の中央に位置する宮古市の市街地にあり、観光にビジネスに幅広くご利用いただけます。夕食は海の幸をふんだんに盛り込んだ和食膳を提供しております。

PayPay

宮古ホテル沢田屋 ☎0193-62-7711

[住]宮古市新町4-1 [部屋数]38室 [営]チェックイン16:00 チェックアウト10:00 [P]20台

53 三陸の「美味しい」をそのまま味わう おもてなしの宿

旅市組合



◎人気の朝食付プラン
……7,000円～9,000円
◎夕食付で朝はゆっくりプラン
……9,300円～10,000円
◎2食付で宮古味堪能プラン
……9,800円～13,800円
◎素泊で夜定食サービス
……5,800円～7,800円

浄土ヶ浜旅館

岩手県宮古市浄土ヶ浜まで車で10分程、市街地にも徒歩10程で観光からビジネスまで幅広くご利用いただける料理宿です。人気の朝ごはんも魅力。気の向くままにお料理をお楽しみください。

☎0193-62-1319
[住]宮古市築地1-1-38 [部屋数]8室
[営]チェックイン16:00～ チェックアウト10:00 [休]1階味処海舟 月曜日 [P]20台

TAKE OUT

54 三陸復興国立公園 和の景観と四季の恵みあふれるホテル

旅市組合





◎1泊2食付き(平日)
……12,100円～
◎1泊2食付き(休前日)
……15,400円～
※時季・ご利用人数によって料金が異なります。

浄土ヶ浜パークホテル

宮古湾と太平洋の景観を一望できる、浄土ヶ浜の高台に位置するホテル。館内に一歩足を踏み入れると、壁一面ガラス窓のロビーから見える三陸海岸の美しい風景は絶景。その他、地元三陸で獲れた四季折々の海の幸、山の幸をふんだんに使用した旬食材が味わえる。

☎0193-62-2321
[住]宮古市日立浜町32-4 [部屋数]74室 [休]2021年2月1日～2月3日
[営]24時間 チェックイン15:00～ チェックアウト10:00 [P]100台

TAKE OUT

55 三陸復興国立公園 潮風と四季の味わいを感じるリゾートホテル

旅市組合



◎三陸の潮彩ビュッフェコース
1泊2食 …10,000円(税別)～
◎季節の会席コース
1泊2食 …14,000円(税別)～
◎日帰り宴会
……3,000円(税別)～
※各種コース有り
※10名以上送迎・カラオケサービス

◎日帰り入浴
……大人510円(会員460円)
……小人350円

休暇村 陸中宮古

休暇村陸中宮古は、浄土ヶ浜、龍泉洞、北山崎の各所の拠点として、また園地の遊歩道は「みちのく潮風トレイル」に指定されております。春～秋はキャンプ場も楽しめるリゾートホテルです。宿泊はもちろん各種ご宴会、会議、日帰り入浴もご利用いただけます。

☎0193-62-9911
[住]宮古市崎鍬ケ崎18-25-3 [部屋]67部屋
[営]年中無休 [休]無 [P]150台

56 三陸宮古の 観光・ビジネスに最適なホテルです

旅市組合



素泊シングル……5,500円
1泊朝食付シングル
……6,050円
1泊2食付シングル
……8,250円

ホテルアートシティ

宮古を代表する景勝地「浄土ヶ浜」や市中心部へのアクセスも良く、目の前に広がる宮古湾はホテル6F展望風呂からも一望できます。魚市場や道の駅「みなとオアシスみやこ」へはお散歩しながら出かけることができます。

☎0193-65-1511
[住]宮古市鍬ヶ崎上町1-5 [部屋数]24室
[営]年中無休 [休]無 [P]40台

※各店舗の地図は P.47 ～ 53 をご覧ください。

59 おかげさまで、地域の皆様に愛されて半世紀以上の湯

旅市組合



新館 1泊2食付……7,400円
新館 朝食のみ……5,900円
新館 素泊り……5,200円
旧館 1泊2食付……6,900円
旧館 朝食のみ……5,400円
旧館 素泊り……4,700円
新館 光山料理満足プラン
……8,700円
日帰り入浴のみ
……500円～2,200円

光山温泉 岳泉荘

鉱山の鉱床から自然湧出する鉱泉は、天然ラドンの成分を含有しており、体の芯までよく温まりますので、血行が良くなり体内が活性化されます。夕食や宴会は三陸の魚貝を中心とした料理で好評です。

☎0193-82-2314
[住]下閉伊郡山田町大沢13-59-29 [部屋数]15席 [休]不定休
[日帰り入浴]9:00～20:30(閉館) [P]25台 https://hikariyamaonsen.net/

60 山田町にある地元ビジネスホテル。中長期滞在にも適しています。

旅市組合



◎素泊り(シングル) …6,600円
◎1泊朝食付(シングル)
……7,210円
◎1泊2食付(シングル)
……8,030円
◎素泊り(ダブル)1名利用
……7,600円
◎素泊り(ダブル)2名利用
……10,200円

アイルーム山田町

JCB VISA mastercard

三陸鉄道「陸前山田駅」から車で約7分。全室無料WiFi付。シングルはミニキッチン、2ドア冷蔵庫、電子レンジ完備。館内にはコインランドリーも完備。朝夕食は事前予約制。

☎0120-773-040
[住]下閉伊郡山田町織笠19-26-1 [部屋数]シングル 67室 ダブル 3室
[営]チェックイン15:00～20:00 チェックアウト10:00

※各店舗の地図は P.47 ～ 53 をご覧ください。

57 全客室より雄大な太平洋と朝陽が望めます

旅市組合





◎味覚プラン(1室3名利用)
……8,500円
◎海遊プラン(1室3名利用)
……10,500円
◎荒磯プラン(1室3名利用)
……13,000円
※価格は税別です

ホテル グリーンピア三陸みやこ

JCB VISA mastercard

ご夕食は近海でとれた旬の魚介類でおもてなしいたします。また、大浴場は光明石のまろやかな湯質で保温力にすぐれ、旅の疲れを癒やしてくれます

☎0193-87-5111 [住]宮古市田老字向新田148
[客室数]62室 [P]500台

館内レストラン 味処やまぼうし [座席]140席
[営]17:00～21:30(LO21:00)

58 全室露天風呂付客室、三陸で獲れた海の幸、四季の海岸を望む絶景宿

旅市組合



◎素泊り(14畳和室)
……15,000円
◎1泊朝食(14畳和室)
……18,000円
◎1泊2食(14畳和室)
……30,000円
◎1泊2食(14畳ツイン)
……32,000円
◎1泊2食(16畳3Fツイン)
……40,000円
◎1泊2食(20畳2Fツイン)
……45,000円
◎夕食(和洋コース)
……12,000円

渚亭たろう庵

東北唯一の海岸国立公園の絶景を望む離れの1軒宿、全室露天風呂客室で自然海岸の風景を楽しみながら、時間を過ごすことができます。食事は三陸産の食材(本物)の味を活かした、できたて料理を回り人を気にすることなく個室で楽しめます。

☎0193-87-2002
[住]宮古市田老青砂里164-1 [部屋数]10室
[営]15:00～11:00 [P]10台

岩手県生活衛生同業組合加盟店一覧

宮古・山田・岩泉・田野畑地区

63 飲食組合 **SMILE**
☎0193-77-5995
[住]下閉伊郡山田町川向町5-23

64 料理組合 **レストランほりた**
☎0193-63-0011
[住]宮古市新川町4-1

65 中華組合 **ふ〜ちゃん**
☎0193-82-6666
[住]下閉伊郡山田町川向町51-18

66 中華組合 **ぴかいち亭**
☎0193-62-3985
[住]宮古市大通1-2-10

67 食肉組合 **いせや精肉店**
☎0193-82-4698
[住]下閉伊郡山田町長崎2-6-30

68 すし組合 **鯛寿司**
☎0194-34-2702
[住]下閉伊郡田野畑村和野258-8

69 すし組合 **大寿司**
☎0193-62-7417
[住]宮古市西町2-1-8

70 旅市組合 **山田屋別館**
☎0193-62-4133
[住]宮古市大通4-3-12

61 店内のキッチンで、手作りをご提供しております

中華組合



◎まちかど 厨房
◎サンドイッチ
◎お弁当
◎おにぎり
※新商品も随時
お届けしております

ローソン県立宮古病院前店

お店で炊きあげた白米、お店で揚げた厚切りカツなど、お店でひと手間かけたこだわりの味をご賞味ください。

☎0193-63-5315
[住]宮古市崎鍬ケ崎4-2-1　[営]24時間　[休]無　[P]19台

62 唄って楽しくカラオケ！みんなでWAIWAIするならココ！

中華組合



エダマメ……300円
ポテト……300円
ヤキソバ……500円
タコ焼き……500円
カレーライス……600円
みそラーメン……600円
エビピラフ……600円
ナポリタン……600円

カラオケ WAI WAI

フードメニューを充実に取り揃えております。ゆっくりカラオケを楽しみたい方、大勢でワイワイ盛り上がりたい方、大歓迎です！　ご来店、心よりお待ちしております。

☎0193-82-9125
[住]下閉伊郡山田町川向町9-14　[座席]50席
[営]18:00〜　[休]月曜日　[P]有

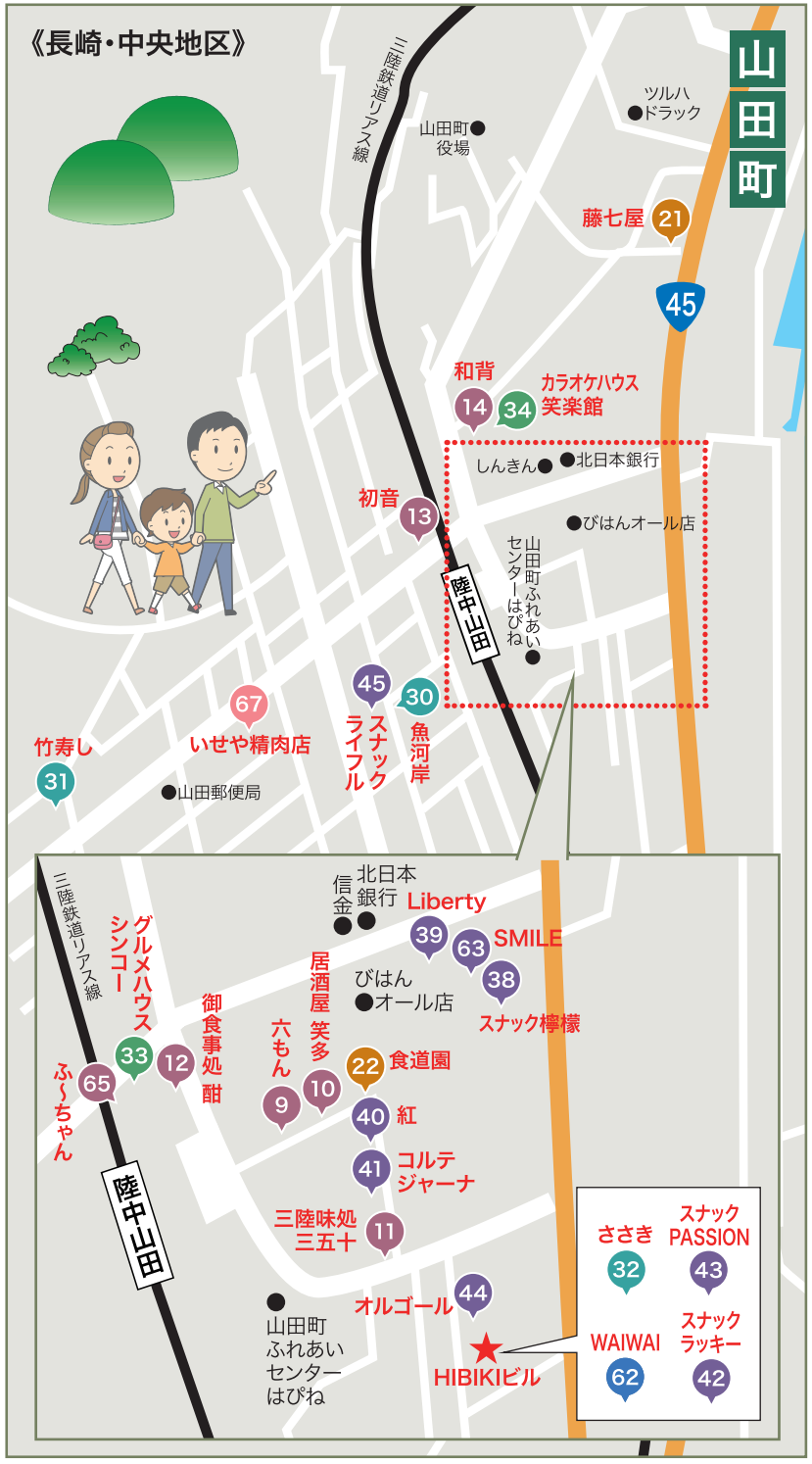


岩手県生活衛生同業組合加盟店一覧

宮古・山田・岩泉・田野畑地区

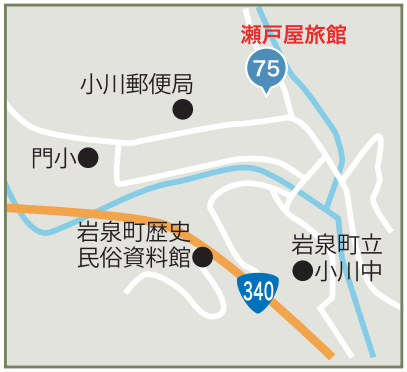
71	旅市組合	船宿海太郎	☎0193-81-2780 [住]下閉伊郡山田町北浜町108-1
72	旅市組合	かむら旅館	☎0194-24-2331 [住]下閉伊郡岩泉町安家字松林118
73	旅市組合	なかや旅館	☎0194-22-3153 [住]下閉伊郡岩泉町岩泉字中家24-4
74	旅市組合	旅館いわいずみ	☎0194-22-3330 [住]下閉伊郡岩泉町岩泉字中野40-7
75	旅市組合	瀬戸屋旅館	☎0194-25-5126 [住]下閉伊郡岩泉町門字町102
76	旅市組合	佐藤旅館	☎0193-62-2439 [住]宮古市横町4-13
77	旅市組合	攝待旅館	☎0193-62-8146 [住]宮古市藤原1-8-8


宮古市
大寿司
太田屋肉店
宮古市魚菜市場店
宮古市立
山口小
宮古市立
宮古小
佐藤旅館
喜福
よし寿司
宮古ホテル
沢田屋
東北銀行
宮古支店
宮古セントラル
ホテル熊安
冨士乃屋
宮古郵便局
山田屋
別館
大阪王将
宮古店
キャトル
三陸鉄道リアス線
山田線
宮古
三陸鉄道リアス線
図書館
宮古市立
宮古市役所
和楽
多良福
ぴかいち亭
宮古新川郵便局
ローソン
宮古市中央公民館
五十五番
浄土ヶ浜旅館
レストランほりた
ホテルアートシティ
寿司 魚正
閉伊川
攝待旅館
岩手県立
宮古高
宮古市立
藤原小
三陸鉄道リアス線
宮古盛岡横断道路
磯鶏
閉伊街道（宮古街道）
居酒屋 暖
浜ゆう
Bamboo
無礼講
かかし
秋田屋
ディアナ
ニュースタート
こう坊
山水
太田屋肉店
磯鶏
ふく留
ホテル
近江屋
三陸鉄道リアス線
ヤマダ電機
宮古海上技術
短期大
ラーメン・たこ焼き
七福


《長崎・中央地区》
山田町
三陸鉄道リアス線
山田町役場
ツルハドラック
藤七屋 21
45
和背 14
カラオケハウス笑楽館 34
しんきん
北日本銀行
びはんオール店
初音 13
陸中山田
山田町ふれあいセンターはぴね
45 スナックライフル
30 魚河岸
67 いせや精肉店
竹寿し 31
山田郵便局
北日本銀行 信金
Liberty 39
SMILE 63
スナック檸檬 38
びはんオール店
グルメハウスシンコー 33
12
御食事処酣
居酒屋笑多六もん 9
10
食道園 22
ふ～ちゃん 65
紅 40
コルテジャーナ 41
三陸味処三五十 11
オルゴール 44
山田町ふれあいセンターはぴね
HIBIKIビル
ささき 32
スナックPASSION 43
WAIWAI 62
スナックラッキー 42


《大沢地区》
59 光山温泉岳泉荘
三陸鉄道リアス線
45
山田町立大沢小
しまむら
ホーマック
山田 I.C.
三陸鉄道リアス線
45
山田町立山田北小
コメリ
71 船宿海太郎
山田湾


《織笠地区》
岩手県立山田病院
織笠
三陸鉄道リアス線
龍泉寺
岩手県立山田高
三陸自動車道
アイルーム山田町 60
山田湾
かき小屋
24 道の駅やまだ
45
岩手船越
三陸自動車道
三陸鉄道リアス線
山田南 I.C.
《船越地区》
船越湾
弁天島
23 四十八坂磯よし


瀬戸屋旅館
75
小川郵便局
門小
岩泉町歴史
民俗資料館
340
岩泉町立
小川中


かむら
旅館
72
安家郵便局
岩泉町立
安家小
中学校
202
安家洞
7
龍泉洞↓


岩泉町
龍泉洞
龍泉洞
温泉ホテル
49
岩泉町立
岩泉中
岩泉町立
岩泉小
済生会岩泉病院
455
73
なかや旅館
74
旅館
いわいずみ
48
ホテル 龍泉洞 愛山
岩手県立
岩泉高
岩泉町役場


宮古市
善勝寺
三陸自動車道
千徳
保育所
20
どさん娘
バイパス店
山田線
千徳
106
㈱岩電


宮古市
浄土ヶ浜
浄土ヶ浜
パークホテル
54
岩手県立水産科学館
宮古海戦碑


宮古市
宮古市姉ヶ崎
サン・スポーツランド
55
休暇村陸中宮古
潮吹穴
259
45
61
ローソン
県立宮古病院前店
岩手県立
宮古病院


田野畑村
普代
黒崎オートキャンプ場
45
47
大峰山
三陸鉄道リアス線
北山崎 白花
シャクナゲ荘
北山崎展望台
44
46
ホテル
羅賀荘
田野畑小
鯛寿司
68
田野畑
45
田野畑
郵便局
田野畑中

次の料理も、次の景色も、楽しみです。

Looking forward to the next course... and the next view.



TOHOKU EMOTION

東北レストラン鉄道

Tohoku Restaurant Railway



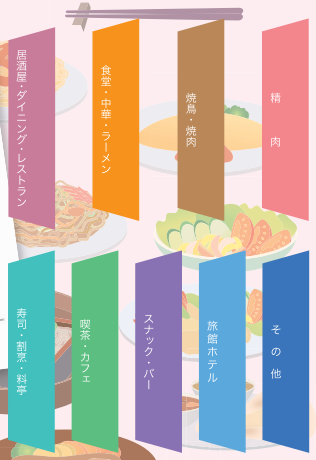
TOHOKU 東北 EMOTION

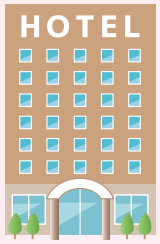
各エリアで業種ごとに掲載!

食べたい　飲みたい　泊まりたい

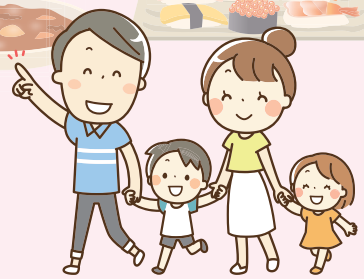
お気に入りのお店を
ぜひ見つけてください♪











宮古地区

名産品あれこれ

復興に向けて動き出した岩手三陸の贈りもの

岩手県三陸といえば、おいしい魚介類の産地として全国的に有名ですが、新たに誕生した名産品もたくさんあります。ここでは魚介類はじめ加工品など、三陸の商品をご紹介します。

恵みのからめ味噌

宮古



真ダラ、タコ、ホタテを桜のチップでスモーク。麹ペーストでまろやかさを加えた県産こだわりみそとあえました。味は「真鱈×南蛮合わせ味噌」「蛸×南蛮三年味噌」「帆立×甘麹味噌」の3種類を用意。ご飯やお酒との相性も抜群です。

[問]丸友しまか有限会社　☎0193-62-1332

瓶ドン

宮古



沿岸地域では、とれたてのウニを牛乳瓶に詰めて保存するのが習慣化されています。このスタイルからヒントを得て考案されたのが、ウニをはじめイクラやイカなど海の幸をたっぷり詰め込んだ「瓶ドン」です。「浄土ヶ浜パークホテル」等、市内飲食店で味わうことができます。※飲食施設内での提供に限られます。

[問]宮古観光文化交流協会　☎0193-62-3534

三陸宮古の塩（こま粒タイプ）

宮古



自然豊かな三陸の海水をイオン交換膜で電気透析して不純物を除去しております。まろやかでしっとりとした溶けやすい塩です。和食、洋食、中華を問わず食材本来のうま味を引き出します。お吸い物、刺身、おにぎり、てんぷらなどの和食におすすめです。

[問]大坂建設 株式会社 宮古の塩工房　☎0193-62-2305

ひもっこめしの素

山田



地元で「ひもっこ」と呼ばれているホタテのヒモには、旨味成分が凝縮されており山田では定番の食材です。その「ひもっこ」に、全国品評会において数多くの受賞歴を誇る山田の乾シイタケをプラス。地元の家庭的な混ぜご飯になります。

[問]山田町特産品販売協同組合（道の駅やまだ）　☎0193-89-7025

山田のおみごと

山田



山田湾で水揚げされた海藻「あかもく」を佃煮にしました。丸大豆醤油、てんさい糖、葛巻ワインなどで味付け。「あかもく」はほかの海藻と比べ、栄養価が高く美容にも良いと言われています。無着色・無添加で体にも安心です。

[問]三陸味処 三五十（みごと）　☎0193-82-3510

鮭の中骨缶詰

田野畑



田野畑村漁業協同組合　浜岩泉浦女性部の皆さんが、長年の試行錯誤から作り上げた「鮭（さけ）中骨水煮」。東日本大震災による生産休止を経て2019年に復活、販売を再開。大量生産ではなく一つ一つ手作りで家族の健康を願う、想いと愛情が詰まった缶詰です。

[問]田野畑村漁業協同組合 浜岩泉浦女性部
☎0194-33-2311

マキハラ

田野畑



いつものメニューに加えればピリ辛風味に大変身。ラーメンや焼肉のタレとしても使える万能みそだれです。ニンニクや唐辛子などが入っており、各種鍋物、野菜いため、湯豆腐、おにぎりなど幅広く活躍します。

[問]虹の橋　0194-32-2205

龍泉洞黒豚焼売

岩泉



道の駅いわいずみ「レストラン岩泉」の人気メニューがお土産になりました。素材にこだわり、龍泉洞黒豚と岩泉産シイタケを100％使用。黒豚とシイタケの旨味が詰まった焼売（シュウマイ）です。

[問]岩泉ホールディングス株式会社
産業開発事業部
☎0194-32-3070

岩泉ヨーグルト（プレーン・加糖）

岩泉



添加物を一切使わず、低温で長時間発酵。生乳と乳酸菌の力で固めています。発酵に通常の3〜4倍の時間をかけることで、独特の「もちもち感」と自然のやさしい香りが残るヨーグルトに。関連商品の「のむヨーグルト」も人気です。

[問]岩泉ホールディングス株式会社 乳業事業部
☎0120-3800-81

沿岸へ行こう

三陸沿岸

年間イベント紹介

三陸のお祭り情報満載！



①たねいちウニまつり

1年で最も旬な時期の美味しい種市産ウニを味わえます。焼きウニやいちご煮販売（限定100食）、生ウニ丼づくり体験や洋野町産海産物の販売などを行っています。



[日]7月11日 日曜日予定
[場]洋野町 種市海浜公園特設会場
[問]ひろのイベント事業実行委員会事務局
0194-65-5916

②北限の海女フェスティバル

会場はNHK連続テレビ小説「あまちゃん」の舞台となった小袖海岸。新鮮なウニ・ホヤの即売や郷土芸能の披露、海女の素潜り実演など多彩な催しでにぎわいます。



[日]8月第1日曜日予定
[場]久慈市 小袖海女センター周辺
[問]久慈市観光交流課
0194-52-2123

③久慈秋まつり

650年以上の歴史がある県北最大のまつり。初日と3日目は山車と神輿の合同運行、中日は郷土芸能大パレードが市内目抜き通りで開催されます。



[日]9月第3金曜日～日曜日予定
※前夜祭は第3木曜日予定
[場]久慈市
[問]久慈秋まつり実行委員会
（久慈市観光物産協会）
0194-66-9200

④ふだいまつり

絢爛豪華な山車が練り歩くお祭りで、夜には山車がライトアップされ、せりあがる仕掛けなどを披露します。最終日には稚児行列や開運水かけ、流し踊り、そしてふだい盆踊りでフィナーレ。



[日]9月上旬予定
[場]普代村　中心街
[問]ふだいまつり実行委員会
（普代村農林商工課）
0194-35-2115

⑤龍泉洞まつり

日本三大鍾乳洞の一つ「龍泉洞」で行われるイベント。郷土芸能などのステージイベントや、岩泉町の特産品の販売などを行います。



[日]5月上旬予定
[場]岩泉町
[問]龍泉洞事務所
0194-22-2566

⑥浄土ヶ浜まつり

宮古の代表的な景勝地である浄土ヶ浜で、シーカヤックの体験試乗会や歌謡ショーなど期間中日替わりでいろいろなお楽しみイベントが開催されます。



[日]5月予定
[場]宮古市
[問]一般社団法人
宮古観光文化交流協会
0193-62-3534

⑦たろう大漁まつり

大漁・安全を祈願して開かれる海のまつりです。漁港では大漁旗をなびかせた漁船の海上パレードを実施。イベント会場では郷土芸能、餅まき、歌謡ショーなどが行われます。



[日]5月中旬予定
[場]宮古市田老　イベント会場・田老漁港
[問]たろう大漁まつり実行委員会
0193-87-2171

⑧山田の秋まつり

山田町の内外の郷土芸能や踊りなどのステージが行われ、八幡宮と大杉神社の神輿も立ち寄り祭りを一層盛りあげます。多くの出店もあり縁日も楽しめます。



[日]9月中旬予定
[場]山田町中央公園
[問]山田の魅力発信実行委員会
0193-82-2515

⑨山田の鮭まつり

山田魚市場で鮭のつかみどりや飲食ブース、生鮮鮭・新巻鮭・イクラの販売、お楽しみ抽選会など、大勢の人で盛り上がります。



[日]12月上旬予定
[場]山田町
[問]山田町役場 水産商工課
0193-82-3111

⑩岩手大槌サーモンまつり

岩手大槌サーモンは、大槌のきれいな水で育ち、活締め、チルド出荷のため、うまみも食べ応えも良く、生で良し、焼いて良し！この味を特別価格で皆様にご提供します。このほか、つかみどりや大槌町の特産品の販売なども行います。



[日]6月予定
[場]大槌町
[問]（一社）大槌町観光交流協会
0193-42-5121

⑪釜石よいさ

「さぁさ、よいやっさー」のかけ声で元気に釜石のまち中を練り歩くイベント。飛び入り参加も大歓迎なので、ぜひ踊ってみませんか？



[日]8月初旬予定
[場]釜石市
[問]（一社）釜石観光物産協会
0193-27-8172

⑫釜石まつり

尾崎神社と釜石製鉄所山神社の合同祭で、最終日は虎舞や神楽、山車、神輿が練り歩きます。中日に大漁旗をなびかせ海上を渡御する「曳き船まつり」も見もの。



[日]10月第3日曜日を含む金・土・日予定
[場]市内中心部から釜石市魚市場
[問]釜石まつり実行委員会
（一社）釜石観光物産協会
0193-27-8172

⑬三陸・大船渡つばきまつり

世界の椿館・碁石は世界13カ国約550種600本のツバキを一堂に集めた国内有数の屋内施設です。つばきまつり期間中は寄せ植え体験や椿油を使った料理の試食などのイベントがあります。



[日]2月上旬～3月下旬予定
[場]大船渡市
[問]世界の椿館・碁石
0192-29-4187

⑭滝観洞まつり

日本屈指の洞内滝を誇る滝観洞で毎年開催されています。五葉山火縄銃鉄砲隊による演舞や、滝流しそばの大食い大会など多彩な催しで人気のイベントです。



[日]8月上旬予定
[場]住田町
[問]滝観洞観光センター
0192-48-2756

⑮気仙町けんか七夕まつり

豪華に飾り立てた山車に杉の丸太をくくりつけ、山車同士をぶつけ合い「けんか」する勇壮なまつりです。約900年の歴史があり、「東北の奇祭」と呼ばれています。



[日]毎年8月7日予定
[場]陸前高田市気仙町
[問]陸前高田市観光交流課、
陸前高田市観光物産協会
0192-54-5011

※イベントは都合により中止になる場合があります。詳しくは各問合せ先までご確認ください。



宮古市重茂水産体験交流館「えんやぁどっと」



2020.12.5《宮古盛岡横断道路 区界～築川区間 開通式》

宮古地区

復興支援ありがとう

被災地の今

東日本大震災の復興関連道路の整備が進みアクセスが向上した重茂地区について、その魅力発信に力を入れている宮古市。今年は重茂水産体験交流館「えんやぁどっと」がオープンしました。同施設では、旬の魚介類を使った調理・加工や漁師の食を体験できるほか、海産物の展示・販売コーナーも備え、水産業の魅力を丸ごと感じることができます。市では、ここを「漁業の担い手育成の拠点」として活用していく考えです。困難を乗り越え前進する被災地の姿を、これからもあたたかく見守りましょう。

鍬ヶ崎地区の様子





田老地区の様子





ACCESS MAP

岩手アクセスマップ

交通案内



久慈地区アクセス

盛岡駅から久慈駅

【車】
一般道路…約2時間20分
高速利用…約2時間

【電車】
約4時間
※出発時間により変動あり

宮古・山田・岩泉・田野畑地区アクセス

盛岡駅から宮古駅

【車】
一般…約1時間50分

【電車】
約2時間
※出発時間により変動あり

釜石地区アクセス

盛岡駅から釜石駅

【車】
一般道路…約2時間
高速利用…約1時間40分

【電車】
約2時間
※出発時間により変動あり

気仙地区アクセス

盛岡駅から大船渡駅

【車】
一般道路…約2時間10分
高速利用…約1時間50分

【電車】
約4時間
※出発時間により変動あり

盛岡駅から陸前高田駅

【車】
一般道路…約2時間10分
高速利用…約1時間50分

【電車】
約4時間
※出発時間により変動あり

生活衛生関係営業を経営するみなさま

生活衛生同業組合加入をおすすめします

生活衛生同業組合加入は多くのメリット!!

1 各種共済、保険料掛金の節約

- 総合賠償共済制度　・生命傷害共済制度
- 火災共済制度
- 自動車総合共済制度 など

(注)共済・保険制度は各業の特性に応じて内容が異なります。

2 研修会、講習会無料参加

- 各業の技術講習会
- 各業の衛生管理セミナー
- 感染症対策講習会
- 経営セミナー など



3 いち早い情報の入手

HACCPや受動喫煙防止対策への対応、規制緩和、食中毒、新型インフルエンザなど組合のネットワークで必要な情報をいち早く入手

<情報伝達の流れ>

国
↓
全国中央会
↓
全国連合会
↓
都道府県組合
↓
支部
↓
組合員

4 生活衛生融資有利な条件で利用できます

- 低金利
- 融資限度額が大きい
- 長い返済期間
- 無担保・無保証人の融資制度
- 復興事業促進支援融資制度



5 無料相談が受けられます

業種に応じた経営、法律、融資、税務、衛生に関する無料相談



6 各業の個別特典で経費節約・利益アップ!

- カラオケ著作権料**20%**割引
- クレジットカード手数料の**優遇**
- NHK受信料の**大幅割引**
- インターネットでのお店紹介
- 特典付きの仕入れ業者紹介など

お申し込み・お問い合わせ

岩手県すし業生活衛生同業組合
〒020-0023 盛岡市内丸16-15 内丸ビル407
TEL:019-623-5388　FAX:019-623-5390

岩手県中華料理生活衛生同業組合
〒020-0045 盛岡市盛岡駅西通1-4-18 岩手県理容会館2階
TEL:019-623-7684　FAX:019-622-4766

岩手県社交飲食業生活衛生同業組合
〒020-0032 盛岡市夕顔瀬町23-7 リバーコートJ・J303
TEL:019-656-8998　FAX:019-656-8998

岩手県料理業生活衛生同業組合
〒020-0045 盛岡市盛岡駅西通1-4-18 岩手県理容会館2階
TEL:019-622-3643　FAX:019-622-4766

岩手県飲食業生活衛生同業組合
〒028-3305 紫波町日詰字郡山駅57-3
㈱よんりん舎内
TEL:019-671-1755　FAX:019-671-1756

岩手県食肉生活衛生同業組合
〒020-0021 盛岡市中央通2-1-14
TEL:019-622-2915　FAX:019-622-2916

岩手県旅館ホテル生活衛生同業組合
〒020-0021 盛岡市中央通3-14-31
TEL:019-622-7214　FAX:019-622-7226