

### エリア別みどころ 石巻エリア

#### ① 神前峠

「白砂青松百道」に選ばれている景勝地。二つに割れた奇岩の間から荒波がしぶきを上げながら押し寄せ、風景は一瞬の瞬間あり。特に2月中旬と10月下旬には岩の間から登る日の出を観ることが出来ます。

#### ② 新北上川のヨシ原

約10kmにわたってヨシ原が広がるヨシの群生地。風に揺れるヨシと飛び立つ水鳥に心を奪われる風景が広がります。冬に行われる苗むらぎのヨシ刈りは風物見になっています。  
写真提供：石巻観光協会

#### ③ 尾崎神社

山間の道路側に建つ尾崎神社は、林道を抜けるかたちで神宮の静寂を演出。太平洋に突き出した神の宮にあり、その上には白い尾崎灯台があります。神社はもろろ太平洋に突き出した小さな神の宮からの眺めは絶景です。

#### ④ 釣石神社

御神体の巨石が度重なる災害にも落ちずに耐えたことから受胎の神様として有名。合格祈願で多くの参拝者が訪れている。ほか、縁結び・夫婦円満・子孫繁栄などのご利益もあります。  
サイクリストには庶民に嬉しいご利益があるかも！

#### ⑤ 上品山

地元サイクリストをはじめ多くの人がヒルクライムルートとして人気の山。山頂から北上川の雄大な流れや万石浦・奥松島など望む事が出来ます。サイクリストへの快道な観光となります。

#### ⑥ いしのまき元気いしば

石巻の新たな名産品となる。海の魚、水産加工品、農産物の特産品、土産物、お土産など豊富な品を揃えています。見どころ満載です。  
0225-98-5539

#### ⑦ 石・森美術館

石巻市を代表する現代芸術の世界を体験できるミュージアム。数多くの世界の著名なアーティストの作品や、石巻の歴史や文化の展示、見どころ満載です。  
0225-96-5055

### おすすめひと息スポット

石巻市かわまち交流センター	0225-93-6448
石巻南浜津波復興祈念公園	0225-72-2933
おしか家族旅行村オートキャンプ場	0225-45-3420
石巻市市民生立山公園	0225-76-5580
石巻市サンファンパークゴルフ場	0225-24-2210
道の駅「砥の上の里おがつ」	0225-57-3339
大瀬崎灯台	0225-62-3670
田代定名 斎藤氏墓 (宝ヶ草園文庫)	0225-93-1910
ホテルタウンおしか	0225-24-6644
石巻市場	0225-23-1121
白松大橋	0225-62-3670
道の駅「上品の郷」(遠海保護施設「ふたこの郷」)	0225-92-5226
天然温泉元湯 元湯の湯	0225-90-2909
カフェはまぐり堂	0225-98-7663
月島展望台	0225-98-9861
はまささい	0225-23-2551
石巻市北上観光物産交流センター	0225-24-6625
雄勝ローズファクトリーガーデン	0225-23-2551
川の上・百俵館 (ロコカフェ)	0225-24-6625

写真提供：石巻観光協会

### サイクリストにやさしい宿泊施設

#### ① 石巻グランドホテル

1965年に開業し心もなつかしい歴史を誇る。サイクリストにやさしい宿泊施設を備えるホテル。上質なおもてなしが、疲れた身体を癒やしてくれます。

#### ② 女川温泉華夕美

2016年に開業し最新の設備を備える。サイクリストにやさしい宿泊施設を備える。上質なおもてなしが、疲れた身体を癒やしてくれます。

#### ③ ホテル・エルフロ

女川町から約2時間のドライブに楽しめる。サイクリストにやさしい宿泊施設を備える。上質なおもてなしが、疲れた身体を癒やしてくれます。

ホテル名	TEL	持ち込み	部屋
石巻グランドホテル	0225-93-6111	そのままでOK	-
女川温泉華夕美	0225-54-8188	簡易型でOK	●
遊分温泉	0225-67-3009	0225-98-8203 (0225-98-8204)	-
ホテル・エルフロ	0225-96-8203	0225-96-8204 (0225-96-8205)	-
ホテルサンファンビレッジ	0225-25-1288	簡易型でOK	-
コロンビア・アヤスロックホテル	0225-23-5030	簡易型でOK	-
石巻アパートメントホテル	0225-23-2045	そのままでOK	●
ホテル・エルフロ	0225-33-5111	簡易型でOK	-
島根の湯	0225-45-2515	簡易型でOK	-
TAMA HOTEL	0225-98-8188	そのままでOK	-
FLUTABA INN	0225-94-2922	そのままでOK	-
スタジオ 除染	0225-53-4110	簡易型でOK	●
大森観光ホテル	0225-88-2121	簡易型でOK	-
パルユー・ザ・ホテル東松島	0225-84-1567	0225-84-1568	-

### エリア別みどころ 東松島エリア

#### ① 大森 松島大観「社観」

松島を代表する4つの名所のうちの1つである社観は、松島の形状を精巧に表現することから名付けられたといわれています。景観は絶景と称される松島が一望できます。

#### ② 釜掛

白い砂浜と海、水平線のコントラストが美しい海岸。サイクリストにとってはこちらが撮影スポットになるかも！

#### ③ 東松島市民文化センター

大森地区の活性化を図る。様々な催しを実施。サイクリストにも嬉しい施設があるかも！

### おすすめMAP

サイクリングコースの紹介。石巻市、東松島、女川エリアの主要観光地やサイクリングスポットを地図上で確認できます。

① 神前峠 ② 釣石神社 ③ 上品山 ④ 釣石神社 ⑤ 石巻市北上観光物産交流センター ⑥ 石巻市市民生立山公園 ⑦ 石巻市サンファンパークゴルフ場 ⑧ 道の駅「砥の上の里おがつ」 ⑨ 大瀬崎灯台 ⑩ 道の駅「上品の郷」 ⑪ 上品山 ⑫ 雄勝ローズファクトリーガーデン ⑬ 道の駅「上品の郷」 ⑭ 上品山 ⑮ 雄勝ローズファクトリーガーデン ⑯ 雄勝ローズファクトリーガーデン ⑰ 雄勝ローズファクトリーガーデン ⑱ 雄勝ローズファクトリーガーデン ⑲ 雄勝ローズファクトリーガーデン ⑳ 雄勝ローズファクトリーガーデン

### エリア別みどころ 女川エリア

#### ① 女川温泉華夕美

女川温泉を代表するサイクリングスポット。温泉の湯気に癒やされる。サイクリストにやさしい施設を備えています。

#### ② 女川町地方卸売市場

新鮮な魚介類が楽しめる。サイクリストにやさしい施設を備えています。

#### ③ 女川町たびの旅館

女川温泉の歴史を伝える。サイクリストにやさしい施設を備えています。

#### ④ 女川町たびの旅館

女川温泉の歴史を伝える。サイクリストにやさしい施設を備えています。

### あおみな

東松島町の玄関口。様々な施設が揃っています。サイクリストにも嬉しい施設があるかも！

### 東松島市民文化センター

大森地区の活性化を図る。様々な催しを実施。サイクリストにも嬉しい施設があるかも！

### 東松島町民文化センター

東松島町の活性化を図る。様々な催しを実施。サイクリストにも嬉しい施設があるかも！

### 東松島町民文化センター

東松島町の活性化を図る。様々な催しを実施。サイクリストにも嬉しい施設があるかも！

### 緊急時お問い合わせ一覧

石巻エリア	電話	住所
石巻市警察	0225-95-4141	石巻市山下町1丁目6-20
石巻市消防	0225-62-3411	石巻市相野谷杉ケ崎20
石巻市立病院	0225-21-7220	石巻市山下町2丁目7-2
石巻市立病院	0225-21-7220	石巻市山下町2丁目7-2
石巻市立病院	0225-21-7220	石巻市山下町2丁目7-2
石巻市立病院	0225-21-7220	石巻市山下町2丁目7-2

### サイクリングをはじめるまえに

#### 整備の点検をお忘れなく

サイクリングを始める前に、バイクの整備を必ず行ってください。

#### 十分な水分補給と休憩

長時間のサイクリングには、十分な水分補給と休憩が必要です。

#### 交通ルールを守りましょう

サイクリングを行う際には、交通ルールを必ず守ってください。

### サイクリングをはじめるまえに

#### 整備の点検をお忘れなく

サイクリングを始める前に、バイクの整備を必ず行ってください。

#### 十分な水分補給と休憩

長時間のサイクリングには、十分な水分補給と休憩が必要です。

#### 交通ルールを守りましょう

サイクリングを行う際には、交通ルールを必ず守ってください。

### 石巻・東松島・女川 海街ライド UMIMACHI RIDE

石巻、東松島、女川エリアのサイクリングイベント。美しい自然を満喫してください。

#### 主催団体

一般社団法人 石巻圏観光推進機構

〒986-0822 宮城県石巻市中央2丁目11-21 TEL.0225-98-8285 MAIL.info@umimachi-sanpo.com

### 緊急時お問い合わせ一覧

石巻エリア	電話	住所
石巻市警察	0225-95-4141	石巻市山下町1丁目6-20
石巻市消防	0225-62-3411	石巻市相野谷杉ケ崎20
石巻市立病院	0225-21-7220	石巻市山下町2丁目7-2
石巻市立病院	0225-21-7220	石巻市山下町2丁目7-2
石巻市立病院	0225-21-7220	石巻市山下町2丁目7-2
石巻市立病院	0225-21-7220	石巻市山下町2丁目7-2

### サイクリングをはじめるまえに

#### 整備の点検をお忘れなく

サイクリングを始める前に、バイクの整備を必ず行ってください。

#### 十分な水分補給と休憩

長時間のサイクリングには、十分な水分補給と休憩が必要です。

#### 交通ルールを守りましょう

サイクリングを行う際には、交通ルールを必ず守ってください。

### サイクリングをはじめるまえに

#### 整備の点検をお忘れなく

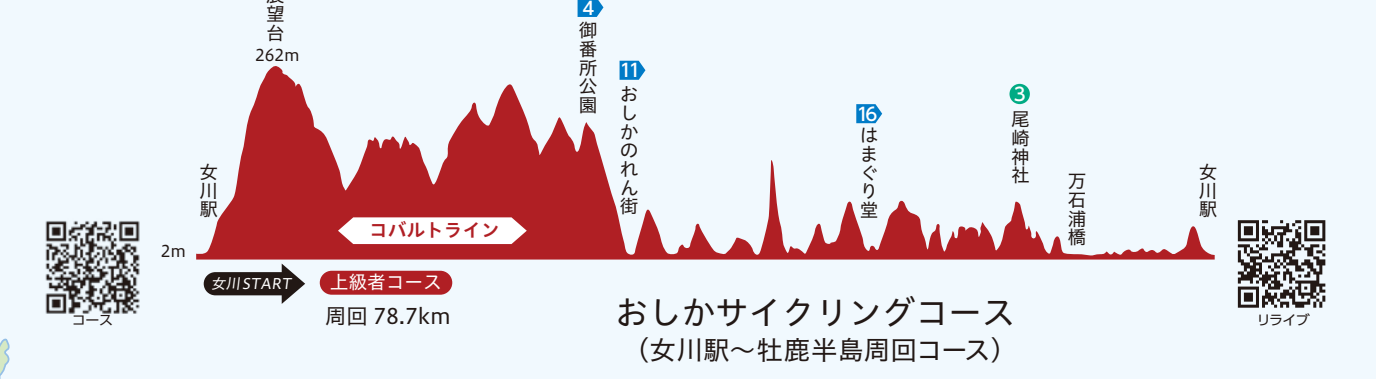
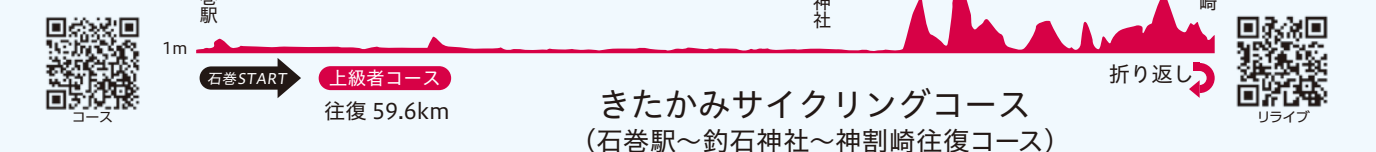
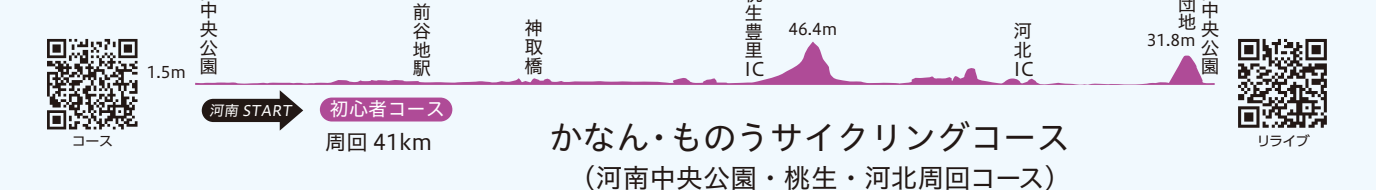
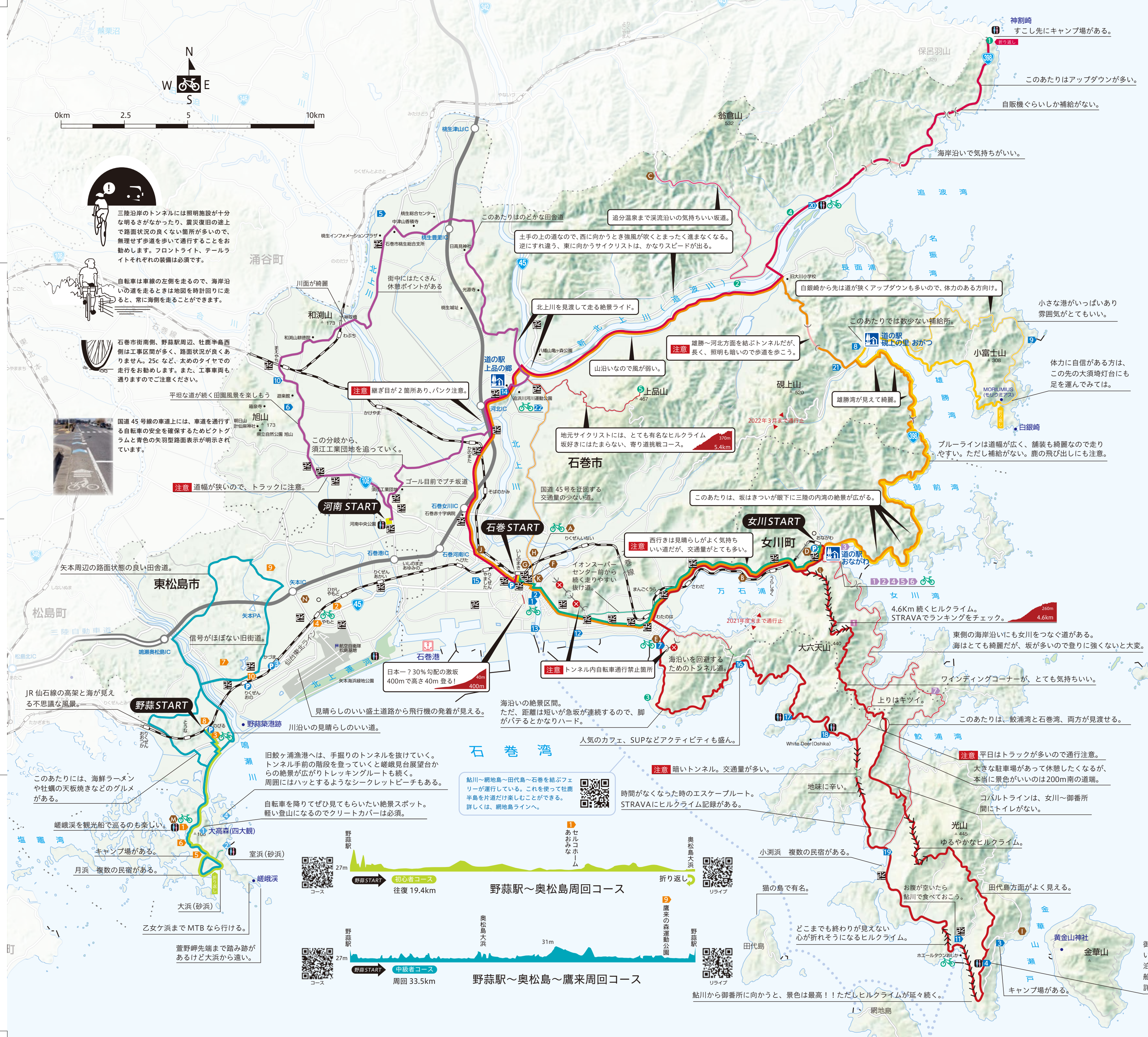
サイクリングを始める前に、バイクの整備を必ず行ってください。

#### 十分な水分補給と休憩

長時間のサイクリングには、十分な水分補給と休憩が必要です。

#### 交通ルールを守りましょう

サイクリングを行う際には、交通ルールを必ず守ってください。



**サイクルレスキュー** (スポーツバイク対応可能ショップ)

まちの自転車屋さん エンドーしんりん	☎0225-28-7949	☒石巻市渡波字浜曾根の巻 129-19	※ 出張対応不可日
中村サイクルセンター	☎0225-22-3937	☒石巻市のぞみ野二丁目 13-5	※ 土・日
野口商会	☎0225-54-3881	☒牡鹿郡女川町浦宿浜字原 40-1	※ 自転車は対応できない場合あり
山口輸業商会	☎0225-22-6826	☒石巻市東中里 2丁目 4-4	※ 水
クマガイサイクル	☎0225-90-3133	☒石巻市門脇町 5丁目 200-2	※ 出張対応なし
シクロサロン木村	☎0225-23-0328	☒石巻市南中里 1-6-21	※ 出張対応なし

※出張料は500円～距離により算出になりますが、各ショップまでお問い合わせください。

**サイクルレスキュー**  
店舗QRコードはGoogle Mapへリンクします

御番所公園から金華山方面の眺めは絶景で最高だが、日帰りだと楽ではない。約35キロの道のりで、複雑な気持ちと残り時間が気になるポイント。泊まりなら近くの宿で新鮮な魚介類が楽しめる。船で石巻に戻るとか、周辺の民宿に泊まる方法もある。詳しくは、石巻観光推進機構へ。