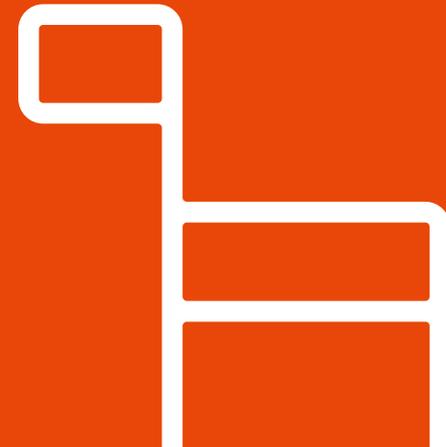


MIYAGI OLLE TRAIL

미야기올레

세월이 만들어낸
장엄한 풍경과 역사를 품은
치유와 상생의 길

<7코스 게재>



MIYAGI OLLE TRAIL



미야기올레는 2018년 10월에 게센누마·가라쿠와 코스와 오쿠마쓰시마 코스가 생기면서 시작되었다. 2019년 9월에는 오사키·나루코 온천 코스, 2020년 3월에는 토메 코스, 2023년 11월에는 무라타 코스가 연이어 생겼고, 그리고, 2025년 11월 대자연과 온천이 매력적인 자오·도갓타 온천 코스, 유구한 역사가 수놓여진 다카조 코스가 새로 개장 하였다. 미야기현의 다양한 매력을 걸어서 체험해보자.

규슈와 몽골에 이어 제주올레 세 번째 해외 자매의 길, 미야기올레가 일본 미야기현에 만들어졌습니다.



치유와 상생의 길, 미야기올레 MIYAGI OLLE TRAIL

바다에 떠오른 크고 작은 섬들로 이루어진 일본 삼경·마쓰시마를 비롯하여, 풍부한 자연의 혜택을 입은 미야기현. 서쪽으로는 자오·후나가타·쿠리코마 등의 산맥, 중앙부에는 풍요로운 전원지대가 펼쳐져 있어, 사계절 내내 자연의 수려함을 즐길 수 있으며, 전통문화와도 만날 수 있는 곳이다. 2011년 동일본 대지진으로 인한 큰 피해를 입었지만, 현재는 해안과 숲길도 지진 이전의 아름다운 모습을 회복하고 있다.

많은 생명을 삼켰던 바다는 다시 평화를 선물하는 존재가 되었고, 숲길도 과거의 아름다움을 회복하고 있다. 자연이 스스로 치유해가는 과정을 경험한 미야기현 사람들은 슬픔을 이겨낼 수 있는 '자연'이라는 보물을 세상에, 미래에 전하고 싶어 사단법인 제주올레의 문을 두드렸다.

길이 가진 치유의 힘을 믿고, 제주올레는 미야기현과 손잡고 규슈·몽골에 이은 제주올레의 세 번째 해외 자매의 길 미야기올레를 시작한다. 미야기올레는 태평양을 바라보며 걷는 웅장한 해안길과 푸르른 숲길, 지역주민과 직접 만나고 교류할 수 있는 마을길로 다채롭게 구성되어 제주올레와 규슈올레를 뚝 빼닮았으면서도 또 다른 매력을 갖고 있다. 제주올레나 규슈올레가 아끼자끼한 감성적 매력을 가졌다면, 미야기올레는 장엄함으로 가슴을 파고드는 매력을 가지고 있는 길이다. 또한 자연과 인간의 공존을 모색하는 모든 올레길이 그러하듯, 이 길 역시 치유와 상생의 정신에 잘 부합하는 길로 이어졌다.



CONTENTS

P05 미야기의 맛, 베스트 3	P37 자오·도갓타 온천 코스
P06 미야기의 명소, 베스트 3	P43 다가쵸 코스
P07 게센누마·가라쿠와 코스	P49 미야기올레 스탬프
P13 오쿠마쓰시마 코스	P51 규슈올레
P19 오사키·나루코온천 코스	P52 완주자 인증
P25 토메 코스	P54 미치노쿠 시오카제 트레일
P31 무라타 코스	



미야기올레



한국 제주도에서 시작된 도보여행길 '올레'가 미야기현에도 열렸다. 올레는 제주어로 '큰길'에서 집으로 이어지는 좁은 골목길'을 의미하는데, 걷는 길의 대표적인 브랜드가 되면서 미야기올레로 확장되었다. 제주어 '올레'를 미야기에서도 그대로 사용하며, 코스개발 자문과 길 표식 디자인을 (사)제주올레가 제공했다. 올레의 매력은 해안, 숲, 마을, 시장의 골목을 즐기며 느긋하게 걷는 데 있다.

미야기올레는 일본 동북지방의 역사와 문화, 그리고 일본 삼대 어장으로 손꼽히는 풍성한 바다에서 나는 다양한 먹거리를 놓치지 쉬멍 먹으며 걸으며 즐기는 아름다운 도보여행 길이다.

미야기올레 길을 이끄는 길표식

미야기올레의 상징은 다홍색이다. 다홍은 일본 신사의 토리이 색깔로 일본문화를 대표하는 색. 미야기올레에서는 제주올레처럼 길표식 간새와 화살표, 그리고 리본을 따라 걸으면 된다.



미야기올레 길 에티켓

미야기올레를 걸을 때는

- 마을 지날 때 집에 함부로 들어가지 마세요.
- 오가며 만나는 올레꾼과 마을 사람들에게 인사를 나눠 보세요.
- 마을 사람들, 사유재산을 촬영할 때는 사전에 동의를 구하세요.

올레꾼 에티켓

- 리본을 떼가면 뒤에 오는 올레꾼이 길을 잃어요.
- 길 안내 간새 등위에 올라타면 간새가 부러집니다.
- 쓰레기는 꼭 가방에 챙기세요. 과일껍질까지도요.
- 농작물과 꽃, 나무들은 눈으로만 감상해주세요.
- 길에서 야생동물이나 가족들을 만나도 괴롭히면 안돼요.

안전을 위해

- 길을 이끄는 리본, 화살표 표식을 따라 꼭 정해진 길로 가세요.
- 코스를 벗어난 가파른 계곡이나 절벽으로의 모험은 피해주세요.
- 트레킹에 적합한 복장과 신발을 착용하세요.
- 차도에서는 도로의 가장자리에 붙어서 걸어가세요.
- 태풍, 호우, 폭설 시에는 걷기를 자제해주세요.
- 곰이 살고 있는 지역이므로, 곰을 만났을 때 기본적인 대처 방법을 알고, 주의 해서 걸어주세요.

*미야기올레는 자유여행입니다. 길에서도 길을 벗어난 곳에서도 개인 안전에 주의해주세요. 만약의 사고에 대비하여 여행자보험에 꼭 가입하시기 바랍니다.



MUST EAT MIYAGI - 미야기의 맛, 베스트 3

즌다 ずんだ | 규탄 牛タン | 사사가마보코 笹かまぼこ

미야기현은 최고의 미식여행지. 바다를 통째로 상위에 올려놓은 것 같은 싱싱한 해산물도 매력적이지만, 미야기 사람들이 손꼽는 음식은 따로 있다. 초록초록한 풋콩 ‘즌다’의 다채로운 변신은 물론, 탄생은 한국의 부대찌개를 닮았지만 이제는 미야기 사람들의 소울푸드가 된 ‘규탄’, 어묵생산량 일본 최고인 미야기현이 자랑하는 어묵 ‘사사가마보코’까지 맛보지 못했다면 미야기의 맛은 지금부터 시작이다.



변화무쌍한 풋콩의 매력
즌다 ずんだ

즌다는 에다마메 枝豆 즉, 풋콩, 설익은 대두를 으깨어 만든 녹색 페이스트를 말한다. 미야기현에서는 즌다를 이용한 다양한 음식들을 즐기는데, 달콤한 풋콩 소를 올린 찰싹떡인 즌다모찌 ずんだ餅가 대표적이고, 소금 간이 된 아에모노 和え物 무침, 나물의 양념으로 이용하는 것도 전통적인 방법이다. 최근에는 풋콩을 갈아 웨이크에 섞은 즌다 웨이크, 즌다 케이크, 즌다 푸딩과 같은 신제품 개발이 진행되어 즌다스위츠 ずんだスイーツ로 분류되기도 한다. 짭짤한 스낵 과자와 요리에도 사용되면서, 즌다는 하나의 요리 장르로 변화해 가고 있다.

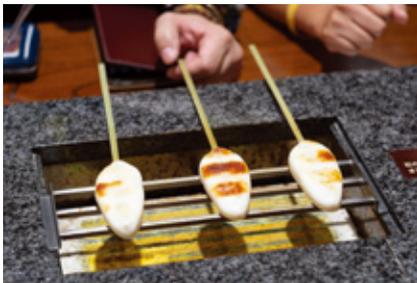
미야기 사람들의 소울푸드
규탄 牛タン

미야기현에서 만들어져 일본 전역으로 퍼져나간 이색 음식인 규탄은 센다이의 소울푸드로 불린다. 소의 혀를 뜻하는 규탄은 밀감한 뒤 숙성시켜 숯불에 구운 요리다. 미야기현의 규탄은 사치스러운 정도로 두꺼운데다, 딱딱한 혀의 끝 부분은 일절 사용하지 않고, 중앙의 부드러운 부분만 엄선해 부드럽지만 깊은 식감을 자랑한다. 태평양 전쟁 이후 미군들이 먹지 않고 버린 부위를 구워먹기 시작하면서 개발되었는데, 지금은 소혀로 만든 애견 간식을 만들어 팔 정도로 인기가 높다.



짭짤하고 쫄쫄한 바다의 맛
사사가마보코 笹かまぼこ

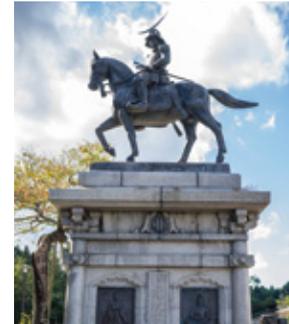
일본 내 어묵 생산량은 1위, 전국 점유율은 10%에 달하는 미야기현. 어업이 발달한 미야기현의 또 다른 자랑은 ‘가마보코 蒲鉾’라고 부르는 어묵이다. 특히 이 지역에서 인기있는 가마보코는 대나무 잎모양의 사사가마보코, 홍살치, 넉치, 대구 등 흰 생선 살을 갈거나 다져서 소금과 맛술, 설탕, 전분 등을 넣고 찌거나 구워서 만든 음식이다. 미야기현 곳곳에서 대고챙이에 찢러 가게의 화로에 둘러앉아 구워 먹는 모습을 볼 수 있다. 신식 사사가마보코는 치즈, 살라미, 성게 등으로 가미한 종류도 있다.



MUST DO MIYAGI - 미야기의 명소, 베스트 3

다테마사무네 역사관 | 자오 | 나루코 온천

미야기현과 센다이 곳곳에는 ‘다테 마사무네’의 일화가 스며들어 있다. 센다이 초대 번주이자 번영을 이끈 이 영웅은 과거와 현재를 오가며 우리의 미야기현 여행을 더 풍성하게 해준다. 원시 자연을 느끼게 하는 ‘자오’는 독특한 지형으로 다채로운 경관을 제공한다. 다양한 수질로 일본 최고의 온천을 자랑하는 ‘나루코 온천’은 일상에 지친 우리를 따뜻하게 감싸며 위로하고, 치유해줄 것이다.



미야기 최고의 영웅을 만나다
다테마사무네 伊達 政宗

다테 마사무네는 센고쿠시대 후기부터 에도시대 전기까지 살았던 인물로, 센다이의 초대 번주이자 번영을 일군 인물이다. 어린 시절 천연두에 걸려 오른쪽 눈을 잃었고 키도 작았지만, 끊임 없는 자기계발로 성공 가도에 오른 무장이자, 대표적인 일본 위인 중 하나다. 센다이와 미야기현에는 다테 마사무네의 일화가 곳곳에 스며들어 있다. 에도시대 직전인 1602년, 다테 마사무네는 평야를 한눈에 내려다볼 수 있는 아오바야마 青葉山 언덕 위에 성을 쌓았다. 미야기 지역의 부흥을 이끌었던 센다이성은 메이지시대를 거치며 일부 파괴되었고, 2차 세계대전 중 폭격을 당해 완전히 무너져 내렸다. 다테 마사무네의 생애를 포함해 현재까지 전해져 내려온 이야기는 역사관을 포함해 미야기현 곳곳에서 만날 수 있다.

깊은 자연을 느끼는 고원지대
자오 蔵王

자오 예코라인은 자오 산맥을 동서로 횡단하는 도로로, 험하기로 악명이 높다. 하지만 자오산의 아름다운 풍경을 감상하기 더 없이 좋고, 특이한 지형 경관과 고산 식물 등 다채로운 경관을 즐길 수 있기에 매년 많은 자동차 여행객이 이곳을 찾는다. 9월 하순부터는 단풍에 둘러 싸여 깊숙이 가을을 체험할 수 있다. 1182년에 마지막으로 분화한 자오산의 화구호인 오카마 御釜, おかま는 1km 길이의 둘레와 25m에 달하는 깊이의 호수가 되었다. 이를 보기 위해 자오산 연봉 중 하나인 갓타다케 정상에 오르는 이들도 많다. 날카로운 산비탈 꼭대기, 봉우리와 봉우리를 잇는 능선을 따라 이어지는 산책로도 매력적이다.



일본 온천의 백화점
나루코 온천 鳴子温泉

나루코 온천마을은 5개의 온천지로 구성된 동북지방의 중심지인 미야기현 오사키에 위치한 역사 깊은 온천단지이다. 나루코 온천은 효능과 수질이 좋기로 정평이 났고, 9종류의 다채로운 수질을 갖춰 다양한 수질을 한곳에서 경험할 수 있다는 편리성 때문에 인기가 좋다. 특히, 400개에 가까운 원천 源泉이 있어 온천의 백화점이라고 불린다. 나루코 온천마을에서 멀지 않은 곳에 깊은 나루코 협곡이 이어진다. 화산 활동으로 인한 침식 과정을 거쳐 지금의 모습을 갖추었다. 4~6m, 최대 10m 너비의 폭, 낙차는 80~100m에 이른다. 가을철 단풍 나들이 명소로도 유명하다.

게센누마·가라쿠와 코스

바다는 빛나고, 길은 푸르다

문의
게센누마시 관광협회 가라쿠와지부
(가라쿠와 반도 비지터센터 내)
TEL. 0226-32-3029

km 거리 10Km 시간 4~5시간 난이도 중상

박력 넘치는 화려하고 거대한 바다를 만날 수 있는 게센누마·가라쿠와 코스 気仙沼・唐桑コース

기암절벽을 때리는 거대한 파도에 쿵쿵거리리는 심장 소리를 들으며 걷는 코스. 미야기현 북동쪽 끝에 위치한 게센누마시 가라쿠와초는 6000명 사는 42km² 면적의 작은 반도다. 변화무쌍한 리아스식 해안의 압도적인 절경과 산리쿠 지오파크를 지나며 사절마다 피는 야생화까지 볼거리가 가득한 길로 코스를 이었다.

코스는 미야기현 게센누마시 가라쿠와 반도 끝에 위치한 가라쿠와반도 비지터센터에서 출발해 산리쿠부흥국립공원의 대표적인 경승지 오레이시, 한조까지 이어진다. 시작점을 출발해 해안선을 따라 가면 2011년 쓰나미로 바다에서 육지로 옮겨진 150t 규모의 암반인 쓰나미이시를 만날 수 있다. 이 지역에서는 쓰나미가 평균 37년에 한번 꼴로 반복된다. 반복되는 자연의 섭리에 익숙한 이 곳 사람들은 자연 재해에 대비한 교육과 경고 시스템을 잘 갖춰 놓고 있다. 지역민 대다수가 바다에 기대어 살아가는 만큼 그 바다로 인해 아픔을 겪어도 자연을 거스르며 살 수는 없다는 정서를 가지고 있다. 이 코스를 걷다 보면 자연을 경외하며 바다와 함께 살아가는 길을 선택한 사람들의 기도가 키워준 독특한 문화 그리고 서로를 돕는 마음에 흠뻑 빠져들게 든다. 가라쿠와초에는 70개의 크고 작은 수호신을 모시는 신사가 있는데, 예로부터 이 곳 사람들은 몇 개의 신사를 돌려 풍어와 안전을 비는 오산케 〇參詣 문화를 가지고 있다. 옛날 이 지역 사람들이 걸었던 작은 신사로 가는 참배길과 생활로를 올레길로 이었다.

배를 타고 먼 바다로 나간 남편을 둔 아내가 그를 위해 기도하기 위해 찾던 작은 신사로 이어진 참배길, 사람들이 다니지 않아 잊혀졌던 길을 마을 사람들의 열정으로 올레길로 되살려 낸 구간, 최고의 절경을 자랑하는 오사키꽃과 숲길을 지나 만나는 마을길까지. 바다와 함께 살아온 가라쿠와 사람들의 삶과 문화에 젖어들기에 충분한 코스다.



① 오사키 미사키(곶) 御崎岬

시작점에서 800m만 걸어가면 만날 수 있는 절경 포인트. 2억 5천만 년 동안 켜켜이 쌓인 퇴적암과 태평양의 거센 파도가 만들어내는 풍광 앞에서 입이 절로 벌어진다. 산리쿠 지오파크의 대표적 볼거리이자 일본 지질 100선에 꼽힌 풍광이다.

② 오사키 신사 御崎神社

후박나무가 울창한 숲 가운데 천년의 역사를 온전히 품고 서 있는 신사. 바다 가까이 있는 신사답게 바다 사람들의 대어(大漁) 기원을 잘 들어주고, 인연을 맺어주는 데도 영험한 신사로 소문나 있다. 신사 근처에서는 '신들의 부하'였다고 전해지는 고래를 모시는 고래무덤 비석도 만날 수 있다. 폭풍우를 만나 길을 잃은 어선을 고래가 미사키신사 해안까지 안내해주었다는 이야기가 전해지는데, 이 고래무덤은 그 고래의 영을 기리기 위해 만들어졌다고 한다.

④ 쓰나미이시 神の倉の津波石

굴이 깊게 패인 바닷가에 생동맞은 암반 하나가 딱하니 자리를 차지하고 있다. 2011년 3월 동일본 대지진에 의한 쓰나미 때 깊은 심해에서 육지로 떠올려진 돌이다. 쓰나미의 강력한 힘은 직경 6m, 약 150t의 암반까지 밀어 올렸다.

게센누마·가라쿠와 코스 가는 법



철도

●센다이공항 (센다이공항 액세스 철도/최단17분) ▶ JR센다이역 (동북신칸센/약30분) ▶ JR이치노세키역—ノ関駅 (오후나토센 大船渡線 또는 고속버스/약1시간15분) ▶ JR게센누마역 気仙沼駅 (도보 약10분) →미야코버스 미타마치 정류장 ミヤコーバス 三日町停留所 (미야코 버스 오사키행 ミヤコーバス御崎行/약45분) ▶ 가라쿠와반도 비지터센터 唐桑半島ビジターセンター



자가용

●센다이공항 (센다이공항 액세스 철도/최단17분) ▶ JR센다이역 (고속버스 게센누마행 気仙沼行/약3시간) ▶ 게센누마 시청앞 気仙沼市役所前 (미야코 버스 오사키행 ミヤコーバス御崎行/약45분) ▶ 가라쿠와반도 비지터센터 唐桑半島ビジターセンター



택시

●센다이공항 ▶ 센다이공항1.C<센다이 동부도로·산리쿠 자동차도/약2시간> ▶ 가라쿠와반도1.C<국도45호 등/약20분> ▶ 가라쿠와반도 비지터센터

시시오리·키한센 택시 ししおり・きはんせんタクシー	TEL. 0226-22-1234	나사야 택시 なすやタクシー	TEL. 0226-22-1512
미나토 택시 ミナトタクシー	TEL. 0226-23-3720	게센누마 하이타쿠 気仙沼ハイタク	TEL. 0226-24-0026
게센누마 관광 택시 気仙沼観光タクシー	TEL. 0226-22-6000	모토요시 택시 本吉タクシー	TEL. 0226-42-3110
고주반 택시 五十番タクシー	TEL. 0226-22-0050	와코 택시 ワコタクシー	TEL. 0226-42-3800





게센누마·가라쿠와 코스

①가라쿠와반도 비지터센터 唐桑半島ビジターセンター (시작점 0.0km) → ②오사키 신사 御崎神社 (0.4km) → ③오사키 미사키(곶) 御崎岬 (0.8km) → ④쓰나미이시 神の倉の津波石 (3.0km) → ⑤야에몬자카 弥右衛門坂 (3.5km) → ⑥동백 터널 樫のトンネル (3.8km) → ⑦가라쿠와 고텐 마을길 唐桑御殿の家並み (4.3km) → ⑧A코스/B코스 갈림길 A코스·B코스分岐点 (4.7km) → ⑨사사하마 항구 笹浜漁港 (6.0km) → ⑩오레이시 折石 (8.0km) → ⑪한조 半造 (종점 10.0km)



⑨ 사사하마 항구 笹浜漁港

전형적인 리아스식 해안의 가라쿠와 반도는 크고 작은 해안들이 이어져, 지역 사람들이 항구로 사용하고 있다. 사사하마 항구는 알들(옥석)로 이뤄져 풍광만큼 발자국이 만들어 내는 소리까지 감상하며 걸을 수 있다.



⑤야에몬자카 弥右衛門坂

이웃 마을을 가기 위해 걸어 다녔던 오솔길이었으나 큰 차로가 생기면서 잊혀졌던 길을 지역 주민이 다시 찾아내 올레길로 정비했다. 세월의 흔적을 고스란히 품은 나무와 덩굴들을 헤치고 옛길의 기억을 더듬어 포근한 올레길로 되살려냈다. 주변에 야에몬 弥右衛門이라는 이름의 기독교 전도사가 살았다고 하여 붙여진 이름.



⑥동백 터널 樫のトンネル

가라쿠와 반도에는 2만 그루 이상의 동백나무 군락지가 형성돼 있어 3~4월에는 붉은 동백이 터널과 꽃길을 연출한다.



⑩오레이시 折石

올레길 이전부터 산리쿠 부흥국립공원 경승지로 이름 좀 날렸던 곳. 드넓은 바다에 우뚝 선 높이 16m의 대리석 석주 오레이시 折石은 1896년 쓰나미에 의해 끝이 잘려져 이름 붙여졌다. 제주올레 7코스에 위치한 외돌개와 꼭 닮아, '미야기의 외돌개'로 불린다.

⑪한조 半造

장난꾸러기 파도가 때로는 거세게 밀어 붙이고, 때로는 부드럽게 어루만져 각양각색의 기암을 빚어 놓았다. 나리꽃, 바다국화 등 철마다 바뀌는 야생화들이 기암 사이로 피어나면서 계절마다 다른 풍광을 연출한다. 수평선에서 올라오는 일출이 특히 매력적이다.



HOTEL & RYOKAN

리아스 가라쿠와 유스호스텔
 リアス唐桑ユースホステル
 * 숙박만 ¥4,000, 조식 포함 ¥4,760,
 1박2식 포함 ¥6,000
 ADD. 氣仙沼市唐桑町中井2-8
 TEL. 0226-32-2490
<http://www.karakuwayh.com>

가라쿠와 고텐쓰나칸 唐桑御殿つなかん
 * 숙박만 ¥6,730, 조식 포함 ¥7,840,
 1박2식 포함 ¥11,250
 ADD. 氣仙沼市唐桑町舖立81
 TEL. 0226-32-2264
<http://www.moriyasuisan.com>

민속 사카야 民宿 さかや
 * 숙박만 ¥5,000, 조식 포함 ¥6,100~,
 1박2식 포함 ¥10,500~
 ADD. 氣仙沼市唐桑町岩井沢44
 TEL. 0226-34-3520
<http://www.kesenuma-sakaya.com>



민속 하마나스 民宿 はまなす
 * 숙박만 ¥5,500, 조식 포함 ¥6,500,
 1박2식 포함 ¥9,000
 ADD. 氣仙沼市唐桑町高石浜195-1
 TEL. 0226-32-2814
<http://0226-32-2814.strikingly.com>

민속 나기사 民宿 なぎさ
 * 숙박만 ¥4,400, 조식 포함 ¥6,930,
 1박2식 포함 ¥8,580~
 ADD. 氣仙沼市唐桑町明戸187
 TEL. 0226-32-3198
<http://www.karakuwanagisa.web.fc2.com>

민속 스나고 民宿 砂子
 * 숙박만 ¥5,000
 1박 2식 포함 ¥8,250~
 ADD. 氣仙沼市唐桑町馬場21-1
 TEL. 0226-32-2613
<https://r.goope.jp/sunago/>

민속 후나토 民宿 船渡
 * 숙박만 하거나, 조식만 포함된 가격은 상당
 요망
 1박2식 포함 ¥7,150~
 ADD. 氣仙沼市唐桑町14-5
 TEL. 0226-32-3148

민속 호리신 民宿 堀新
 * 1박 2식 포함 ¥7,000~
 ADD. 氣仙沼市唐桑町津本24-34
 TEL. 0226-32-2373

* 숙박 및 당일 식사는 예약해 주세요.
 * 송영 유무는 각 시설에 확인해 주세요.

RESTAURANT & CAFE

쇼쿠라쿠 마루산 食楽まるさん
 * 스시 정식 화요일 휴무
 영업시간: 11:00~14:00, 17:00~21:00
 부정기 휴무
 ADD. 氣仙沼市唐桑町上小嶋55-5
 TEL. 0226-32-3730

와카바즈시 若葉齋
 * 스시 부정기휴일
 영업시간: 11:00~14:00, 17:00~22:00
 부정기 휴무
 ADD. 氣仙沼市唐桑町上小嶋44-6
 TEL. 0226-32-3610

커피숍 GIGI コーヒーショップGIGI
 * 함박 정식 부정기휴일
 영업시간: 11:30~21:30
 부정기 휴무
 ADD. 氣仙沼市唐桑町中113-4
 TEL. 0226-32-3216

이사리비 고다이 漁火ごだい
 * 미소라면 목요일 휴무
 영업시간: 11:00~14:00 (L.O.13:45)
 목요일 휴무
 ADD. 氣仙沼市唐桑町北中98-18
 TEL. 0226-32-4340

부흥 굴 포장마차 가라쿠와 반야
 復興かき小屋 唐桑番屋
 * 굴·가리비 반야 세트
 영업시간: 11:00~15:00
 10월~5월 토, 일, 국경일 영업 예약필수
 ADD. 氣仙沼市唐桑町舖立241-6
 TEL. 080-8205-4186



와쇼 콤페키 和創 繼鶴
 * 계절 창작 요리, 도너츠 등 평일 휴일(토,일),
 공휴일 영업)
 ADD. 氣仙沼市唐桑町崎浜16-1
 TEL. 080-9632-7739

차집 빵방앗 茶畑ブランタン
 * 명게와 미역 스파게티 수 휴무
 영업시간: 11:00~17:00
 수·목요일 휴무
 ADD. 氣仙沼市唐桑町宿満409-2
 TEL. 0226-25-8077



한조 레스토랑 半造レストラン
 * 빵워치 아이스크림 등 월/화요일 휴무
 영업시간: 11:00~16:00
 ADD. 氣仙沼市唐桑町小長根264-2
 TEL. 0226-25-8430

* 표기한 금액은 모두 세금 포함 가격입니다

PLUS UP



보수 공사로 휴관중

가라쿠와반도 비디센터·쓰나미 체험관
 (관광안내소) 唐桑半島ビジターセンター・津波
 体験館 (観光案内所)
 가라쿠와 반도의 자연과 사람의 삶, 쓰나미의
 역사에 관하여 전시하고 있는 시설로 지역 특
 산물도 판매한다.

ADD. 氣仙沼市唐桑町崎浜4-3
 TEL. 0226-32-3029
 영업시간: 8:30~16:30, 화요일 휴관

굴 카키
 가라쿠와 반도가 일궈낸 풍성한 숲은 바다로 영
 양분을 흘려보내 굴을 살찌운다. 그래서 가라쿠
 와산 굴은 몸통이 크고 맛이 농후하다. 굴 포장
 마차 ‘復興かき小屋唐桑番屋’에서는 굴양식
 을 하고 있는 바다를 보면서 호기롭게 찐 굴을
 맛볼 수 있다.

뽕잎 大唐桑
 바다 바람을 맞고 자란 뽕잎은 미용과 건강
 에 좋아, 뽕잎차와 잼은 선물로 인기가 높다.



미야기 테마여행 펠떡이는 바다의 도시, 게센누마

게센누마시는 미야기현 북동쪽에 위치하여 산리쿠 해안의 교통과 상업의 거점이 되는 곳이다.

항구과 리아스 해안의 아름다운 경관미를 즐길 수 있다.

고급 식재료인 “상어 지느러미”의 산지로서도 유명하며, 삭스핀 스시와 삭스핀 스프, 삭스핀 라멘 등을 맛볼 수 있는 곳이다.
 또한, 게센누마시 어시장에서는 황새치, 참치, 상어, 가다랑어, 콩치, 개복치, 연어, 광어, 대구 등을 경매하는 모습을 견학도 가능하다.

산리쿠 바다의 모든 맛이 모였다
상어심장, 명게 もうかの星・ホヤ



상어심장 もうかの星

궁극의 진미로 불리는 악상어의 심장회. 게센누마의 상어심장은 회로 즐길 만 큼 신선하다. 맛은 쇠간과 비슷하고 쫄깃한데, 오돌오돌한 육고기 씹는 듯하 다. 게센누마 시내 이자카야에서 맛볼 수 있다.

명게 호야

한국인에게는 익숙하지만, 일본에서는 미야기현을 비롯한 한 정된 지역에서만 맛볼 수 있는 명게. 게센누마산 명게는 3년 3 개월을 키워 살이 통통하고 향이 깊다. 게센누마 관광캐릭터 “ 호야보야”가 바로 명게를 의미한다.

연간 10만톤의 어획량, 일본 유수의 어시장

게센누마 항구·게센누마시 어시장 氣仙沼漁港・氣仙沼市魚市場



게센누마항구 인근에 위치한 어시장은 세계 3대 어장 중에 하나인 산리쿠 바다에서 건져 올린 제철의 어패류가 가득하다. 근해어업 뿐 아니라 원양어선의 모항 母港이어서 가다 랑어, 콩치, 황새치, 상어 등 다양한 어류의 어획량을 자랑하는 곳이다. 어시장 2층에는 길 이 354m의 국내 최대급의 견학데크가 있어 새벽부터 활기찬 시장 모습을 견학할 수 있 다. 경매 입찰이 시작되는 아침 7시경이 되면 많은 생선들이 늘어져 있어서 장관을 이룬다.

영업시간 공개시간 5:00~12:00, 부정기휴일 (견학 사전 예약)

ADD. 氣仙沼市魚市場前8-25
 TEL. 0226-22-7119

(게센누마시 산업부 수산과 어시장계 게센누마시장 관리사무소)

일본 유일의 상어 박물관

게센누마 우미노이치 (샤크 뮤지엄) 氣仙沼海の市 (シャークミュージアム)

게센누마 어시장 건물 바로 옆, 산리쿠 바다의 식재료를 판매하는 게센누마 우미노이치. 1층 에는 게센누마항에서 잡아올린 어패류와 수산가공품을 파는 상점과 음식점, 2층에는 관광서비스 센터

와 일본 유일의 상어 박물관 ‘샤크뮤지엄’이 있다. 관광서비스 센터에서는 시내의 불거리와 먹거 리, 숙박 정보를 제공하고, 샤크뮤지엄에서는 상어의 불가사의한 특징에 대해 잘 설명하고 있다.

영업시간 우미노이치 8:00~17:00 / 샤크 뮤지엄 9:00~17:00, 부정기휴일

ADD. 氣仙沼市魚市場前7-13
 TEL. 0226-24-5755 (주) 게센누마 산업센터
<http://www.uminouchi.com>





km 거리 10Km 시간 약 4시간 난이도 중

일본이 자랑하는 삼경, 마쓰시마의 속살을 즐기는 오쿠마쓰시마 코스 奥松島コース

거대한 호수로 착각할 만큼 잔잔한 바다 위에 점점이 떠 있는 섬들이 이뤄내는 풍광은 한 폭의 동양화다. 지역명은 ‘히가시마쓰시마’ 東松島지만, ‘오지’라는 뜻을 담은 ‘오쿠마쓰시마’라 불리는 이곳은 크고 작은 섬이 군락을 이루고 있다. 소나무로 덮인 이 섬 군락에 감탄한 일본 유학자 하야시 가호 林 鷲峰가 교토현 아마노하시다테, 히로시마현 이쓰쿠시마와 함께 이곳 마쓰시마를 일본 3대 절경지로 꼽으면서 약 400년 동안 일본인의 사랑을 받아온 지역이다.

미야기올레 개장에 맞춰 새로 조성한 커뮤니티센터인 아오미나에서 출발한 길은 오지 섬들의 절경지를 들으며 시작점이었던 곳으로 다시 돌아오는 원형 코스다. 코스 초반은 조몬시대(일본 신석기시대 중 기원전 1만4000년 ~ 기원전 300년까지) 역사를 찾아가는 길이다. 조몬시대 마을 터에서 이어지는 사토하마 조몬 역사공원에서는 일본 최대급 패총을 만난다. 조몬시대의 패총이 원형 그대로 남아 있다는 것은 자연재해가 몰려와도 이 지역만큼은 안전했다는 것을 입증한다. 동일본 대지진 때에도 이 해안가는 인명피해가 거의 없었다. 20분만 걸으면 정상에 도달할 수 있는 105m의 작은 산 ‘오타카모리’ 정상은 이 코스의 백미. 탁트인 태평양과 자오연봉, 마쓰시마만, 오시카반도를 360도 파노라마로 조망하다 보면, 이곳이 왜 일본 삼경이 되었는지 동의하지 않을 수 없다. 소박한 섬마을을 들고 나면서 만나는 다양한 식생과 풍성한 자연이 내어주는 산해진미, 그리고 지역민들의 순수한 환대는 덤이다.

- 문의
아오미나
(오쿠마쓰시마 유람선 종합안내소)
영업시간 8:15~17:00
ADD. 東松島市宮戸字川原5-1
TEL. 0225-88-3997
- (주)히가시마쓰시마 관광물산공사
영업시간 평일 8:30~17:15
TEL. 0225-86-1511
- 히사마쓰시마시 산업부 상공관광과
영업시간 평일 8:30~17:15
TEL. 0225-82-1111



①③ 아오미나 あおみな

코스 시작점이자 종점이며, 김 우동 같은 지역 특산물과 간단한 간식을 판매한다. 지친 발의 피로를 풀어줄 따뜻한 족탕과 오쿠마쓰시마 유람선 안내소도 있어 오쿠마쓰시마 여행의 거점이 되고 있다.

② 오타카모리 역사당 大高森薬師堂

대정 4년에 오타카모리의 중턱에 세워진 사당. 당시 미야기현 지사였던 모리 마사타카 森正隆씨가 지은 것으로, 당내에는 백골나무로 만든 역사여래상이 봉납되어 있다.

③ 오쿠마쓰시마 조몬무라 역사자료관 奥松島縄文村歴史資料館

미야토지마에서 발견된 조몬 시대의 패총. 국가 사적으로 지정된 ‘사토하마 패총’에서 출토된 조몬 토기와 뼈로 만든 그릇, 석기, 장신구 등이 전시되어 있다. 조몬인이 되어보는 체험도 할 수 있어 자연과 더불어 살았던 조몬인의 지혜와 문화를 알 수 있는 뮤지엄이다.

오쿠마쓰시마 코스 가는 법



열차

- 센다이공항 (센다이공항 액세스 철도/최단17분) ▶ JR센다이역(JR센세키 도호쿠라인 또는 JR센세키센/최단 31분) ▶ JR노비루역
 - JR동경역(도호쿠 신칸센/1시간35분) ▶ JR센다이역(JR센세키 도호쿠라인 또는 JR센세키센/최단 31분) ▶ JR노비루역
- ※ JR 노비루역에서 아오미나까지 택시로 약 10분 (운임 약 ¥1,500)
※ JR 노비루역 옆 오쿠마쓰시마 이도 프라자 렌탈 자전거 설치



자가용

- 센다이공항IC <센다이 동부도로 ~ 산리쿠 자동차도 / 약 45분> ▶ 나루세 오쿠마쓰시마IC
- 나루세 오쿠마쓰시마IC에서 오쿠마쓰시마 마쓰시마공원선 경우 <약 14분>



택시

- 오쿠마쓰시마 관광택시 奥松島観光タクシー TEL. 0225-88-3048
- 안심 택시 あんしんタクシー TEL. 0225-98-7177
- 야모토 택시 矢本タクシー TEL. 0120-02-3181
- 히가시마쓰시마 마루센 택시 東松島まるせんタクシー TEL. 0120-44-2188



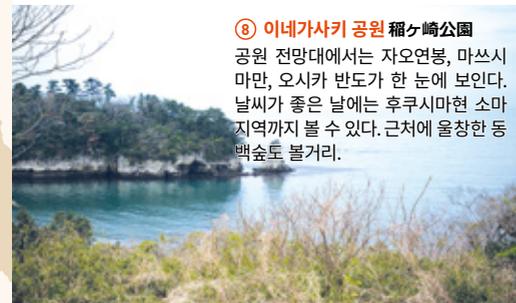
오쿠마쓰시마 코스

①아오미나 あおみな(시작점 0.0km) → ②오타카모리 약사당 (오타카모리 중턱) 大高森薬師堂(大高森中腹)(0.5km) → ③오쿠마쓰시마 조몬무라 역사자료관 奥松島縄文村歴史資料館(1.0km) → ④사토하마 조몬노사토 사적공원 さとはま縄文の里史跡公園(1.8km) → ⑤하쓰쓰우라 波津々浦(2.8km) → ⑥육지의 오쿠마쓰시마 陸の奥松島(3.1km) → ⑦이네가사키 공원 稲ヶ崎公園(4.8km) → ⑧쓰키하마 해수욕장 月浜海水浴場(5.1km) → ⑨신하마미사키 新浜岬(5.5km) → ⑩오하마 해안 大浜海岸(5.8km) → ⑪역사를 잇는 숲길 歴史を紡ぐ林道(7.3km) → ⑫오타카모리 大高森(8.4km) → ⑬아오미나 あおみな (종점 10.0km)



⑤ 후박나무 タブノキ (楡の木)

사토하마 조몬 역사공원 뒤에는 신령한 나무로 모시는 큰 후박나무가 있다. 후박나무는 녹나무과의 상록식물로 도호쿠 중남부 이남의 난대 해안에 자생하고, 녹나무와 비슷해서 ‘햇갈리게하는 나무’ (たぶらかす木)라는 이름의 유래를 가지고 있다.



⑧ 이네가사키 공원 稲ヶ崎公園

공원 전망대에서는 자오연봉, 마쓰시마만, 오시카 반도가 한 눈에 보인다. 날씨가 좋은 날에는 후쿠시마현 소마 지역까지 볼 수 있다. 근처에 울창한 동백숲도 볼거리.



⑥ 하쓰쓰우라 波津々浦

후미진 바다, 고요한 수면을 바라보면서 제방을 유유히 거닐어보세요.



④ 사토하마 조몬노사토 사적공원 さとはま縄文の里史跡公園

조몬시대 전기부터 야요이시대(BC 3세기-AD 3세기 중반)까지 이어져 내려온 일본 최대급 공원. 전망대 정자에 서면 조몬인이 바라본 그대로의 바다를 볼 수 있고, 봄에는 유채꽃, 가을에는 메밀꽃밭이 펼쳐진다.



⑦ 육지의 오쿠마쓰시마 陸の奥松島

지금은 논이지만, 논 주변의 바위들을 통해 과거에는 이 곳이 바다였음을 짐작할 수 있다.



⑨ 쓰키하마 해수욕장 月浜海水浴場

금방이라도 뛰어들고 싶을 만큼 맑고 투명한 물빛과 고운 모래로 이뤄진 해수욕장. 해수욕장은 여름철에만 개장한다. 파도가 높지 않아 아이들이 놀기에 좋다.



⑩ 신하마미사키 곳 新浜岬

제주의 용머리 해안처럼 바다를 향해 길게 깎아내린 곳. 말의 등처럼 우뚝 솟았다고 해서 ‘우마노세’라고 불린다. 이 말의 등을 걸을 수는 없지만 가까이 감상할 수 있는 곳으로 길을 이었다.



⑪ 역사를 잇는 숲길 歴史を紡ぐ林道

관음사에서 이어지는 숲길로, 오래전부터 ‘사람을 살리는 생명의 길’로 알려져 왔다. 살고자 하는 이는 반드시 걸어야만 하는 길! 예전에는 마을과 마을을 잇는 길 또는 학교 가는 길로 사용되었다.

⑫ 오타카모리 大高森

미야토지마 중심부에 위치한 표고 105.8m의 산으로 마쓰시마 4대 경관 중 하나. 다테마사무네(에도시대 센다이 통치자)가 칭송한 전망대 경치는 아름다운 마쓰시마만과 광대한 태평양을 360도 대파노라마로 펼쳐진다. 노을이 질 때에는 황금색으로 빛나는 마쓰시마만을 볼 수 있다.



HOTEL & RYOKAN

오타카모리 관광호텔 大高森観光ホテル

* 숙박인원 : 28명
 룸 갯수 : 10실
 IN 14:00 OUT 10:00 송영 없음
 ADD. 東松島市宮戸字川原3
 TEL. 0225-88-2121
<http://www.ootakamori.com/>

어부민숙 사쿠라소 漁師民宿 桜荘

* 숙박인원 : 20명
 방 갯수 : 7실
 IN 15:00 OUT 9:30 송영 있음
 예산 맞춰 가능, 예약 필수, 송영 있음
 ADD. 東松島市宮戸字里25
 TEL. 0225-88-3206
<http://www.sakura-k2.com>

민숙 야마네 民宿 山根

* 숙박인원 : 25명
 방 갯수 : 6실
 IN 14:00 OUT 10:00 송영 있음
 ADD. 東松島市宮戸字三ツ河38
 TEL. 0225-88-3349

민숙 가미노이에 民宿 かみの家

* 숙박인원 : 40명
 방 갯수 : 8실
 IN 14:00 OUT 10:00 송영 있음
 ADD. 東松島市宮戸字月浜16-1
 TEL. 0225-88-4141
<https://okumatsushima.wixsite.com/kaminoie>

민숙 신하마소 民宿 新浜荘

* 숙박인원 : 26명
 방 갯수 : 5실
 IN 15:00 OUT 10:00 송영 있음
 ADD. 東松島市宮戸字三ツ河31
 TEL. 0225-88-2045
<https://ntqsf941.wixsite.com/sinhamasou>

민숙 니시노이에 民宿 西の家

* 숙박인원 : 30명
 방 갯수 : 5실
 IN 14:00 OUT 10:00 송영 없음
 ADD. 東松島市宮戸字村64
 TEL. 0225-88-2063
<https://www.city.higashimatsushima.miyagi.jp/jikan/tomaru/nishinoie.html>

시오사이노야도 치도리칸

汐さいの宿 ちどり館
 * 숙박인원 : 30명
 방 갯수 : 7실
 IN 15:00 OUT 10:00 송영 있음
 ADD. 東松島市宮戸字横山11-1
 TEL. 0225-88-2066
<http://chidorikan.com/>

오쿠마쓰시마 레인 호텔 奥松島LANE HOTEL

* 숙박인원 : 68명
 방 갯수 : 29실
 IN 15:00~19:00 OUT 10:00
 식당 있음, 입욕시설 있음, 송영 없음
 ADD. 東松島市野蒜ヶ丘3丁目29-1
 TEL. 0225-86-2501
<https://okumatsushima.lanehotel.jp/>

키보차 KIBOTCHA

* 숙박인원 : 68명
 방 갯수 : 16실
 IN 15:00 OUT 10:00
 식당 있음, 입욕시설 있음, 송영 있음
 ADD. 東松島市野蒜字亀岡80番地
 TEL. 0225-25-7319
<http://kibotcha.com>

이로도리노오카

いろどりの丘
 * 숙박인원 : 30명
 방 갯수 : 7실
 IN 15:00 OUT 10:00 송영 있음
 ADD. 東松島市宮戸字横山11-1
 TEL. 0225-88-2066
<https://irodori.jmdo.org/>

※숙박 및 당일 식사는 예약해 주세요.
 ※송영 서비스는 숙소까지 가능 합니다.
 ※예약시, 식사 가능한 곳도 있습니다.

RESTAURANT & CAFE

오하마 베이스 大浜ベース

* 영업시간 11:00~15:00 월-금 휴무
 ADD. 東松島市宮戸字川向12
 TEL. 0120-900-139

겐짱 하우스 げんちゃんハウス

* 영업시간 11:00~14:00
 휴무/부정기 휴일(사전에 문의 요망)
 ADD. 東松島市宮戸字里81-18
 TEL. 90-7669-8759

아오미나 식당 あおみな食堂

* 영업시간 11:00~15:00 (주문은 14:30까지) / 부정기 휴무
 ADD. 東松島市宮戸字川原5-1
 TEL. 080-1661-1887

PLUS UP

김 のり

일본인들은 히가시마쓰시마 시라고 하면 단연 '김'을 떠올린다. 히가시마쓰시마 김은 황실 진상품에 꼽힐 만큼 향과 맛이 뛰어나다. 생산되는 해변에 따라, 생산자에 따라 맛이 달라, 비교하는 재미도 있다. 1920년대부터 양식을 시작해 80년 이상된 세월이 걸치면 지역 생산자들은 품명회에서 상을 휩쓸었다. 다양한 방식으로 만들어진 지역 김들은 수많은 상을 받기도 했다. 구운 김과 맛김, 김조림, 김 드레싱, 김이 들어간 햄이나 소세지 등 다양한 가공 상품을 판매한다.



김우동 のりうどん

히가시마쓰시마의 특산물인 김을 넣어 반죽한 면으로 만든 우동. 반들반들하고 묵직한 김이 좋으며 김의 풍미가 느껴져 인기가 많다. 메밀소바처럼 냉우동 방식으로 먹는 것을 추천한다. 샐러드 김우동처럼 가게마다 특색 있는 메뉴로도 즐길 수 있다. 선물용으로 견본과 전용 쟁류를 판매한다.



노비루 바움쿰엔 のびるバウム

노비루 野蒜 지역에서 만든 밀가루와 쌀가루를 사용해농가에서 직접 만든바 움 쿰 엔 (나 이 테 모양의 케이크). 부드럽게 굽기도 하고딱딱하게 굽기도 하는 등 여러 종류가 있고, 손바닥부터 얼 굴 크기까지 다양해서 선물용으로 고르기 좋다.

노비루무라 직판소 のびる村直売所

ADD. 東松島市野蒜字羽黒50-1
 TEL. 0225-86-2535



굴 カキ

1급 하천에서 나오는 미네랄과 플랑크톤 등 영양분이 풍부한 어장에서 자란 굴은 크고 살이 통통해 깊은 맛이 난다. 오쿠마쓰시마의 굴은 일본 전역의 양식지의 굴종자로 출하될 정도로 인기가 높다. 굴 포장마차에서 굴 구이를 즐기거나 나베요리(냄비요리)와 튀김 등으로 굴을 먹을 수 있다. 매년 2월 굴 축제가 열리는데, 굴을 무한대로 먹을 수 있는 가게가 인기다.



이야기 테마여행

풍요로운 자연에 마음이 열리는 히가시마쓰시마

미야기현 중부, 이시노마키시 石巻市와 마쓰시마초 松島町 사이에 위치한 히가시마쓰시마시. 이곳은 태평양을 마주한 마쓰시마만의 풍부한 미네랄과 플랑크톤의 영양분으로 만들어진 양질의 김과 굴 양식이 번창해왔다. 히가시마쓰시마에는 마쓰시마 공군 기지가 있어, 화려한 곡예비행으로 이름 높은 블루 임펄스의 비행훈련을 볼 수 있다.

히가시마쓰시마를 바다에서 즐기

오쿠마쓰시마 유람선 奥松島遊覧船



일본 삼대 계곡으로 손꼽히는 사가케 嵯峨渓를 돌아보는 유람선. 사가케는 잔잔한 마쓰시마의 섬들과 대조적으로 태평양의 거친 파도가 만들어낸 기암절벽이다. 20~40m의 바다 침식으로 만들어진 박력 만점의 기암절벽 파노라마 2km를 유람선을 타고 눈 앞에서 볼 수 있다.

이용요금 사가케 코스 60분 / 어른 ¥2,000, 초등학생 ¥1,500
 출발 최소인원 사가미라이(유람선) 어른 5명(5명 미만시 ¥10,000), 제2-제5사가(유람선) 어른 3명(3명 미만시 ¥6,000)
 유람선 안내소 영업시간 08:15~17:00 (연중무휴)
 유람선 출발 시각 연중 8:45 부터, 최종운항 시각 4월~9월 16:00, 그외 15:00
 ADD. 東松島市宮戸字川原5番地1(아오미나 내)
 TEL. 0225-88-3997
 비정기 운행
http://www.okumatsushima.jp/pleasure_boat.html

히가시마쓰시마의 하늘을 수놓다

블루 임펄스 블루-인파ルス

블루 임펄스는 마쓰시마기지에 있는 일본 제 4 항공단 제11비행대 소속의 곡예비행단의 애칭, 초기 호출 부호로 사용된 블루 임펄스가 이제는 이들의 상징이 되었다. 일상적인 비행 훈련이 이뤄지는 만큼 시내 상공에서도 하늘을 수놓는 블루 임펄스를 볼 수 있다. 파랑과 흰색의 6대의 비행기가 하얀 연기로 선을 긋는 화려한 비행이 매력적이다. 시내 곳곳에서 블루 임펄스 기념품을 구매할 수 있다.

※기지견학과 이벤트는 항공 자위대 마쓰시마기지 홈페이지를 확인.
 항공 자위대 마쓰시마기지 <https://www.mod.go.jp/asdf/matsushima/>



동일본대지진의 기억과 희생자 추모

히가시마쓰시마시 동일본대지진 부흥 기념공원, 지진 부흥 기념관

東松島市東日本大震災復興祈念公園、震災復興伝承館



히가시마쓰시마에 동일본대지진이 남긴 상처는 컸다. 지역 사람들은 피해가 컸던 JR노비루역 野蒜駅을 동일본대지진의 피해 상황을 알리고, 또 희생자들을 추모하는 '지진 부흥 기념관'으로 리뉴얼했다. 또, 동일본대지진 부흥 기념공원에 동일본대지진으로 돌아가신 분들의 영혼을 달래기 위한 대지진 부흥 기념비를 세웠다.

영업시간 9:00~17:00 매월 셋째 수요일, 연말연시 휴무
 ADD. 東松島市野蒜字北余票56-36
 TEL. 0225-86-2985

오사키· 나루코온천 코스

봄부터 가을까지
오색빛깔 절경을
품은 자연

km 거리 10Km 시간 약 4시간 난이도 하

웅장한 협곡이 품은 자연과 1200년 전통의 온천을 즐기는 오사키·나루코온천 코스 大崎・鳴子温泉コース

고즈넉한 마을의 골목길 사이로 온천 향기가 스물스물 피어오른다. 미야기올레 오사키·나루코온천 코스는 미야기현의 북서부에 위치해 있으며, 서쪽으로는 야마가타현, 아키타현과 접하고 있다. 깎아지른 듯한 깊은 협곡과 '오쿠'로 가는 작은길을 지나며 온천의 명소답게 손탕과 족욕도 간편하게 즐길 수 있는 코스로 이었다.

코스는 일본을 대표하는 대협곡인 나루코 협곡에서 시작한다. 오타니가와강에 의해 형성된 깊이 100m의 협곡은 가까이서 보면 더 웅장한 느낌을 자아낸다. 선명한 신록이 우거지는 늦봄부터 울긋불긋 단풍이 물드는 늦가을까지, 계절에 따라 바뀌는 나루코 협곡의 풍경은 그야말로 한 폭의 그림이다. 나카야마다이라 지역과 나루코지역을 잇는 산책로는 17세기 일본을 대표하는 시인 '마쓰오바쇼松尾芭蕉' 등 많은 역사적 인물들이 걸었던 길이기도 하다. 일본의 온천 수질은 전국에 10종류가 있고, 그 중 7종류나 가진 곳이 나루코온천 마을이다. 수백 년 전부터 그 이름이 알려졌던 나루코 온천신사는 나루코온천의 시작이라 할 수 있다. 온천이 일출인 이곳은 손탕과 지붕이 있는 긴 복도로 이어진 회랑의 유메구리 히로바도 직접 체험할 수 있다. 종점인 나루코온천역에 있는 족탕은 편백나무 목조로 되어 있어 코스를 걷고 난 후, 피로감을 풀 수 있어 휴식하기 좋은 공간이다.

오사키·나루코온천 코스를 즐기는 또 다른 방법. 옛 모습 그대로의 오래된 상점들과 과식당들이 있는 골목길을 천천히 걸어보는 것. 화려한 볼거리는 없지만 낡고 오래된 가게들은 궁금증을 불러일으키는 매력을 충분히 가졌다. 나루코온천 마을의 평범하고 소박한 골목길은 여행자의 호기심에 따라 새로운 산책길이 될 수 있다. 이 마을의 정서를 담은 듯한 코케시 목각인형도 눈길을 끈다. 코스 중간에 일본 코케시 전시관이 있어, 동북지역의 전통 고케시를 전시하고 있다. 고케시 그림 그리기 체험도 가능하다. 코케시는 하나의 목재로 만든 단순한 형태의 인형으로 금방 싫증이 나지 않고 시간이 지나 낡아도 천으로 닦으면 윤기가 나고 깨끗해진다. 30명의 장인들의 손끝에서 완성되는 목각인형은 정교하고 소박한 멋이 있다. 단순하기 때문에 오래 볼 수 있고 있고, 시간이 흐를수록 빛이 나는 것들이 있다. 이 코스는 어쩌면 그것과 닮아 있는지도 모르겠다.



문의
오사키시 산업 경제부 관광교류과
TEL. 0229-23-7097

주의사항

- 적설로 인해 11월 하순부터 4월 하순까지 코스를 폐쇄합니다.
- 나루코협곡 레스토랑하우스 주차장은 10월 중순부터 11월 상순까지 유료입니다.
- 곰이 살고 있는 지역이므로, 곰을 만났을 때 기본적인 대처 방법을 가지고, 주의해서 걸어주세요.



① 나루코협곡 鳴子峽

명승지 나루코 협곡은 5월 상순부터 선명한 신록이 계속해서 짙을 튀우고, 10월 중순에서 11월 상순까지는 깎아지른 듯한 깊은 협곡을 가득 채운 다채로운 단풍이 물들여진다. 협곡 사이를 잇는 오쿠카자와교와 환상적인 조화를 이룬다. 나루코 협곡은 나카야마다이라 온천으로 흐르는 오타니가와 강에 의해 형성된 계곡으로 깊이가 100m에 이른다. 계곡 양쪽으로 각각 양각색의 바위들도 볼 수 있다. 사계절의 풍경이 사뭇 기대되는 곳이다.

④ 오쿠로 가는 작은 길 奥の細道

사적 데와 센다이 가도 나카야마다에 出羽仙台街道中山越의 명칭으로 국가 문화재로 지정된 마쓰오 바쇼 松尾芭蕉와 연고가 있는 길. 일본 에도시대 전기의 하이쿠 작가이며, 전국 각지를 여행하며 많은 명구와 기행문을 남겼다. 주요 저서로는 <노자라시 기행>, <사라시나 기행> 등이 있다. 삶을 여행이라 여긴 마쓰오 바쇼. 그가 세상을 떠머 남긴 마지막 시에 이런 글이 있다. "방랑에 병들어/ 짙은 마른 들판을/ 해고도 든다." 그의 발자국을 따라 걷는 여행자가 끊이지 않는다.

⑨ 유메구리히로바 (손탕) ゆめぐり広場(手湯)

간편하게 온천을 체험할 수 있는 손탕과 회랑(사원이나 공전건축에서 주요 부분을 둘러싼 지붕이 있는 긴 복도)이 있는 유메구리 히로바. 뜨거운 손욕만으로 피로를 풀어보는 것도 좋다. 손욕뿐만 아니라 족욕을 즐길 수 있는 온천도 곳곳에 있어 무료 이용이 가능하다.

오사키·나루코온천 코스 가는 법



열차

- 센다이공항 <센다이공항 액세스 철도 / 최단 17분> ▶ 센다이역 <도호쿠신칸센 / 약 13분> ▶ JR후루카와역 古川駅 <리쿠우토센 陸羽東線 / 약 45분> ▶ JR나루코온천역 鳴子温泉駅
※ JR 나루코 온천역에서 나루코협곡 레스토랑하우스까지 택시로 약 10분 <운임 약 ¥1,600>



버스

- 센다이공항 <센다이 서부 에어포트라이너 / 약 35분> ▶ 센다이역 <미야코버스·JR버스/약 1시간> ▶ JR후루카와역 古川駅 <미야코버스/1시간 15분> (평일에만) ▶ JR나루코온천역 鳴子温泉駅 ※ JR나루코온천역 鳴子温泉駅에서 택시로 약 10분



자가용

- 센다이공항 ▶ 센다이공항 I.C (센다이 동부 도로·동북 자동차도/약 45분) ▶ 후루카와C 古川I.C ▶ (국도 47호/약 45분) ▶ 나루코협곡 레스토랑하우스



택시

- 나루코 중앙 택시 鳴子中央タクシー TEL. 0229-82-2244 가와타비온천 택시 川渡温泉タクシー TEL. 0229-84-7044
나카야마다이라 택시 中山平タクシー TEL. 090-4042-3744





🍴	음식점	🏯	신사
P	주차장	🚻	화장실
S	시작점	🚶	안내소
🟢	음선 루트		
F	종점		

오사키·나루코온천 코스

① 나루코협곡 鳴子峽 (시작점 0.0km) → (② 가이코바시 回顧橋 음선루트 (왕복0.7km) → ③ 오후카사와 大深沢 (1.2km) → ④ 오쿠로 가는 작은 길 奥の細道 (2.9 km) → ⑤ 코후카사와 小深沢(3.4km) → ⑥ 일본 코케시 전시관 日本こけし館 (5.1km) → ⑦ 시토마에 세키아토(관문소터)尿前の関跡 (6.1km) → ⑧ 나루코온천 신사 鳴子温泉神社 (9.2km) → ⑨ 유메구리 히로바(손탕) ゆめぐり広場(手湯)(9.8km) → ⑩ 나루코 온천역 鳴子温泉駅(ぼっぼの足湯) (종점 10km)



⑧ 나루코온천 신사 鳴子温泉神社
나라시대부터 그 이름이 알려졌던 온천신사. 그 신사에서 온천이 뿜어져 나온 것이 나루코 온천의 시작이라고 전해지고 있다.



㉙ 가이코바시 回顧橋
코스에 있는 음선루트로 나루코 대협곡을 밑에서 올려다 볼 수 있는 곳이다. 급경사 길도 있지만 바위를 가까이서 볼 수 있는 경치는 특별하다. 왕복으로 약 700미터 정도 거리다.



㉚ 시토마에 세키아토 尿前の関跡
1687년에 바쇼 芭蕉와 그의 제자 소라 曾良가 엄격한 단속을 받았던 다테번의 관문소, 근처에는 바쇼의 동상과 하이쿠가 적힌 비석이 있어 역사의 흐름을 느낄 수 있다.



㉜ 일본 코케시 전시관 日本こけし館
동북 각지의 코케시 인형이 전시되어 있어, 나무 돌려깎기와 인형 그리기 등 제작 과정을 볼 수 있고 세상에 하나뿐인 나만의 오리지널 코케시 인형을 만드는 체험을 할 수 있다. (유료) 나루코 공원에서 나루코 온천 마을 모습을 한눈에 볼 수 있다.



㉝ 오후카사와 大深沢
오쿠로 가는 작은 길을 가기 전 최대의 난관으로 불린 장소이다. 현재는 당신의 모습을 남기면서 다리도 정비하였다. 숲이 우거진 계곡 사이로 시원하게 물이 흐른다. 더운 여름 날에는 편안한 휴식처로 안성맞춤이다.

HOTEL & RYOKAN

나루코관광·료칸안내센터

* 나루코온천향은, 환경성이 지정한 “국민보양 온천지”로서, 10종류중 7개의 온천수질을 즐길 수 있습니다. 또 여러 온천을 둘러볼 수 있는 “유메구리 티켓”도 있어서, 숙박을 하지 않고도 가볍게 료칸과 온천을 즐길 수 있습니다. <http://www.naruko.gr.jp/>

ADD. 大崎市鳴子温泉字湯元2-1

TEL. 0229-83-3441

유메구리 티켓

판매소: 료칸 또는 나루코 온천역 관광·료칸 안내센터

영업시간: 유메구리 티켓 입탕 어른 각¥1,800(티켓만 구입시¥1,300)



RESTAURANT & CAFE

나루코협곡 레스토랑 鳴子峽レストハウス

* 나루코협곡 정식, 우동, 소바

ADD. 大崎市鳴子温泉字星沼13-5

TEL. 0229-87-2050

영업시간: 8:30~17:00 휴무/동절기 (11월 하순~4월 하순)

와키치 美喜家 (わきち)

* 카츠동, 라면 세트

ADD. 大崎市鳴子温泉字尿前87-3

TEL. 0229-25-3982

영업시간: 11:30~14:00, 휴무 / 월요일, 부정기 휴무

마루젠 まるぜん

* 온천 카레, 산채 소바

ADD. 大崎市鳴子温泉湯元109-1

TEL. 0229-83-2202

영업시간: 11:00~15:00, 부정기휴일

다카하시테이 たかはし亭

* 나루코 야기소바, 오쿠즈카케(향토요리)

ADD. 大崎市鳴子温泉字新屋敷121-1 (鳴子郵便局前)

TEL. 0229-81-1510

영업시간: 10:00~15:00 휴무/수, 목요일 (공휴일 제외)

에가호 식당 えがほ食堂

* 온천계란 카레

ADD. 大崎市鳴子温泉字湯元2-4

TEL. 0229-83-3074

영업시간: 9:00~20:00 (16:00~17:00 브레이크 타임) 휴무/부정기휴일

카페 마루유 軽食・喫茶 まるゆ

* 나폴리탄 스파게티

ADD. 大崎市鳴子温泉字湯元2-1

TEL. 0229-82-2233

영업시간: 9:00~16:00 휴무/부정기휴일

PLUS UP



나루코 코케시 인형 鳴子こけし

큰 머리, 몸은 얇고 안정감이 있고 국화모양이 들어간 점이 나루코 코케시 인형의 큰 특징이다. 사형스런 여자아이의 모양과 머리 부분을 둘러싼 뽀뽀 소리가 난다. 숙련된 장인들의 목각 인형 제작 과정을 볼 수 있는 가게가 있으며, 각각 인형에 원하는 그림을 그려 넣을 수 있고, 그림을 그린 후에는 저렴한 가격에 구매도 가능하다.



미야기 스모 도장에서 전수 받은 나루코 찬코나베

宮城部屋直伝 なる子ちゃんご鍋

스모도장 미야기노베야 大相撲宮城野部屋에서 대지진 부흥 위문교류를 계기로 미야기 스모 도장이 직접 전수한 찬코나베 전골요리다.



밤 경단 粟だんご

밤을 달게 끓여서 만든 밤경단(쿠리단고)은 나루코 온천의 명물. 가게에서 바로 만든 밤경단을 먹을 수 있다.

모치도코”후카세” 餅処「深瀬」

ADD. 大崎市鳴子温泉湯元24-2

TEL. 0229-83-2146

시노타케 죽세공 しの竹細工

이와데야마 제4대 성주였던 다테 무라야스 공이 수공예품으로 정려한 이래 300년 이상 만들어진 전통 공예품이다. 유연하고 탄력이 있는 시노타케 대나무의 특징을 살려, 소쿠리나 바구니와 같은 다양한 제품이 있다. 부드러운 표피를 안쪽으로 짜서 촉감도 매우 좋다.



나루코 옷그릇 鳴子漆器

지금부터 350년 이상 전부터 시작된 옷그릇이다. 특징은 나무를 갈아 옷을 바르는 기술에 있고, 옷칠은 나뭇결을 살려 투명하게 보이도록 하는 옷칠과 여러번 겹칠, 독특한 검은 옷칠기법의 다쓰문누리 電文塗가 있어, 차분한 아름다움이 돋보인다.



미야기 테마여행 보물이 가득한 마을 오사키

미야기현의 북서부에 위치한 오사키시는 드넓고 비옥한 평야 ‘오사키경토大崎耕土’가 있으며, 세계 농업 유산으로 지정되었다. 사계절의 천연자원과 풍부한 식재료, 독특한 지역문화를 가진 보물의 마을 오사키. 오래전부터 농업중심으로 발달해 온 문화는 그들의 삶에 자연스럽게 스며들어 있다.

빛나는 황금쌀, 진짜 사케를 만나

사케 地酒

유구한 시간과 함께 대지를 윤택하게 해준 에아이강과 나루세강의 물과, 세계 농업유산에 선정된 오사키 경토의 광대한 오사키 평야에서 수확한 황금색의 쌀이 만나 사케 만들기에 정열을 쏟은 덕분에, 특색있는 명주를 만드는 양조장이 여럿 있다. 각각의 양조장의 정성이 들어간 사케를 마실 수 있다.

○다나카 주조점 오사키구라 田中酒造店 大崎蔵

ADD. 大崎市古川馬寄字屋敷3-2 TEL. 0229-22-0061

○이치노쿠라 一ノ蔵

ADD. 大崎市松山千石字大樺14 TEL. 0229-55-3322

○칸바이 주조 寒梅酒造

ADD. 大崎市古川柏崎字境田15 TEL. 0229-26-2037

○요이마이 주조점 浅勘酒造店

ADD. 大崎市古川矢目字北谷地87 TEL. 0229-26-2255

○니이자와 양조점 新澤醸造店

ADD. 大崎市三本木字北町63 TEL. 0229-52-3002

○모리타미 주조점 森民酒造店

ADD. 大崎市岩出山字上川原町15 TEL. 0229-72-1010

○하시헤이 주조점 橋平酒造店

ADD. 大崎市古川七日町3-10 TEL. 0229-22-0335



에메랄드빛달데라 호수를 만나 가타누마(칼데라 호수) 湯沼

유향냄새가 느껴지는 분화에 의해 생긴 국내 유수의 강산성 칼데라 호수입니다. 보트와 유보도 산책로가 있어, 자연산책도 즐길 수 있다. 날씨에 따라 에메랄드 그린 등 여러 색으로 변화하는 호수면이 몽환적인 분위기를 자아낸다.

ADD. 大崎市鳴子温泉字湯元 地内

※11월 하순부터 4월 하순까지 적설로 인해 폐쇄된다.

다양한 수질을 경험할 수 있는 나루코 온천

온천 温泉

나루코 온천향은 일본에 있는 10종류의 온천 수질 중 7종류의 온천을 즐길 수 있다.

히가시나루코 온천 東鳴子温泉, 가와타비 온천 川渡温泉, 나루코 온천 鳴子温泉, 나가야마다이라 온천 中山平温泉, 오니코베 온천 鬼首温泉 으로 이루어진 나루코 온천마을. 옛부터 동북지역의 탕치 온천으로 유명했고, 농사일을 마친 사람들의 피로를 풀어줬다. 온천량이 풍부하고 다채로운 온천의 종류와 화능이 정평이 나 있어, 미야기현에서 유일하게 국민 보양 온천지로 지정되었다.



도메 코스

봄향기, 초록의 힐링, 풍요로운 가을, 철새들의 가을 소리, 계절을 느끼는 길

문의

도메시 관광 시티프로모션과
TEL. 0220-23-7331

km 거리 11Km 시간 약 4~5시간 난이도 하

웅대한 자연과 지역의 역사와 문화를 만나는 코스 登米コース

도메 코스는, 토요사토 공민관을 출발하여, 도메시의 상징이라고 불리는 전원 풍경과 웅대한 옛 기타카미가와 강이 흐르는 지역의 역사와 문화를 접하면서 보도누마 후레아이 공원을 향하는 코스. 미야기현 지정 문화재인 코린지 절의 산문과 품격있는 정원을 둘러보고, 보도누마 농촌 문화 자연 학습관에서는 미야기현 지정 유형 민속 문화재인 부뚜막신을 비롯하여, 옛 농기구와 생활 용품의 전시를 볼 수 있어, 휴식과 견학을 함께 할 수 있다. 보도누마에 걸쳐진 후레아이바시 다리를 건너, 천연의 서어나무가 거의 단순림 상태로 자라고 있는 이코이노모리 숲을 걸어서, 마지막으로 보도누마 후레아이 공원에서 보도누마가 발 아래 펼쳐진다. 사계절마다 달라지는 도메 코스의 표정을 즐겨보자.



② 기차길 옆 전원 풍경 線路脇の田園風景

도메시의 상징이라고 할 수 있는 전원풍경을 즐기면서 똑바로 나 있는 선로 옆길을 걷는다.

③ 옛 기타카미가와 강 旧北上川

기타카미강은 이와테현 이와테초의 유하즈노이즈미(岩手県岩手町弓張の泉) 수원지에서 출발하여 미야기현 이시노마키시 기타카미초 오파만(宮城県石巻市北上町追波灣)에 이르는 총길이 249km의 하천으로 동북 지역의 하천중에서 최대이고 일본에서는 4번째로 긴 하천이다.

옛 기타카미가와 강은 와키야아라이제키(脇谷洗堰)와 도키나미아라이제키(鴉波洗堰)부터 기타카미가와 강에서 분류되어 이시노마키시 이시노마키항으로 이어지는 하천이다.

④ 코린지 절 산문 香林寺山門

코린지 절의 산문은 무로마치 시대 후기에 이전해서 건축한 것으로, 미야기현에서 두번째로 오래된 목조 건축물이며, 미야기현 중요문화재로 지정되어 있다.

이 산문은 1941년에 당시의 화백나무의 얇은 판으로 만든 지붕을 기와로 다시 짓는 등 개수공사를 하였는데, 1990년에 코린지 절이 주체가 되어 이전 건축 당시의 모습으로 가깝게 복원, 수리 하여 현재에 이르고 있다. 기둥 등 중요한 부분은 당시의 것을 그대로 사용하였고, 400년 이상의 역사를 가지고 있는 건축물이다.

도메 코스 가는 법



열차

- 센다이공항 ▶센다이공항 역세스 철도/최단17분▶JR센다이역 <도호쿠본선 東北本線/약43분>
- JR코고타역 小牛田駅 <이시노마키선 石巻線-게센누마선 気仙沼線/약27분>▶JR리쿠젠 토요사토역 陸前豊里駅
- JR동경역 <동북신간선/최단1시간 46분>▶JR후루카와역 古川駅 <리쿠우토선 陸羽東線/약12분>
- JR코고타역 小牛田駅 <이시노마키선 石巻線-게센누마선 気仙沼線/약27분>▶JR리쿠젠 토요사토역 陸前豊里駅

※JR리쿠젠토요사토역 陸前豊里駅 에서 도보 16분 ※JR리쿠젠토요사토역 陸前豊里駅 에서 택시로 약 5분 (운임 약 ¥670)
※보도누마 후레아이 공원에서 토요사토 공민관까지 택시로 약 10분(운임 약 ¥1,390)



버스

- JR센다이역 <고속버스 토메시청행 登米市役所前行/약1시간 35분>▶토메시청 앞 登米市役所前 <토메시 시민버스/약1시간>▶토요사토 종합지소(토요사토 공민관) 豊里総合支所 (豊里公民館)



자가용

- 센다이공항C <센다이 동부도로·산리쿠 자동차도/약1시간10분>▶모노노 토요사토IC 桃生豊里IC <현도30호 경유/약10분>▶토요사토 공민관 豊里公民館
- JR후루카와역 古川駅 <국도346호 경유/약50분>▶토요사토 공민관 豊里公民館



택시

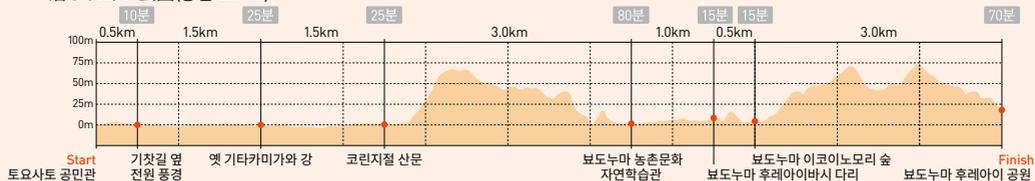
- 토요사토초 豊里町 요네야마초 米山町
- 아사노 토요사토 택시 あさの豊里タクシー TEL.0120-252-035 요네야마 택시 米山タクシー TEL.0220-55-2038
- 구마다니 택시 熊谷タクシー TEL.0225-76-2022





토메 코스

① 토요사토 공민관 豊里公民館(시작점 0.0km) → ② 기차길 옆 전원 풍경 線路脇の田園風景 (0.5km) → ③ 옛 기타카미가와 강 旧北上川 (2.0km) → ④ 코린지 절 산문 香林寺山門 (3.5km) → ⑤ 보도누마 농촌문화 자연학습관 平筒沼農村文化自然学習館 (6.5km) → ⑥ 보도누마 후레아이바시 다리 平筒沼ふれあい橋 (7.5km) → ⑦ 보도누마 이코이노모리 숲 平筒沼いこの森 (8.0km) → ⑧ 보도누마 후레아이 공원 平筒沼ふれあい公園(종점 11km)



< ⑧ 보도누마 후레아이 공원 平筒沼ふれあい公園

보도누마를 빙 둘러싼 산책길은 주민이 참여하여 심은 약 800그루의 벚꽃이 흐드러지게 피는 봄에는 꽃구경을 하러 많은 관광객이 방문한다. 야간에는 벚꽃이 조명을 받아 수면에 비춰진 벚꽃나무가 몽환적인 공간을 연출하는 보도누마는 미야기현내 유수의 낚시터로 알려져 있어, 매년 떡볶이 낚시 대회가 개최되어 많은 낚시 애호가들이 몰리는 곳이다. 산림욕을 즐기는 여름, 단풍에 물들여진 보도누마를 바라보는 가을, 그리고 겨울에는 눈으로 덮힌 공원에서 연못에 찾아온 철새들을 관찰 하는 등 사계절 내내 즐거움이 가득한 곳이다.

< ⑤ 보도누마 농촌문화 자연학습관 平筒沼農村文化自然学習館

보도누마 농촌문화 자연학습관의 민속자료전시실에는 옛날의 농기구와 생활 도구, 이로리바타(화롯불), 미야기현지정 유형 민속문화재인 “가마가미” (竈神)를 중심으로한 지역의 귀중한 민속문화재를 상설전시 하고 있다. 관내에는 연수실, 전시 홀, 화실 등이 있고, 다목적으로 이용할 수 있는 시설이다. 또 1층 테라스와 2층의 전망 발코니에서는 들새와 수생식물을 관찰, 사계절의 경관 등을 즐길 수 있다.



> ⑥ 보도누마 후레아이바시 다리 平筒沼の「ふれあい橋」

보도누마 연못 중앙에 걸쳐진 다리인 후레아이바시는 길이 188미터로, 연못 전체를 조망할 수 있다.



< ⑦ 보도누마 이코이노모리 숲 平筒沼いこの森

졸참나무와 너도밤나무가 무성한 이 숲은, 총길이 약 3km의 산책로가 있고, 미야기현에서 드문 천연 서어나무가 거의 단순림 상태로 자라고 있다.



HOTEL & RYOKAN

스즈키야 료칸 鈴木屋旅館
 *1박2식 포함 : ¥8,000(세금 불포함)
 숙박만 : ¥5,000(세금 불포함)
 ADD. 登米市豊里町新田町189-3
 TEL. 0225-76-2028

호텔 루트인 토메 ホテルルートイン登米
 *1박2식 포함 : ¥6,900 (세금 포함) ~
 1박2식 포함 : ¥7,700 (세금 포함) ~
 ※싱글룸에 샤워실 없음 (대욕장 사용)
 ADD. 登米市迫町佐沼字中江5-11-1
 TEL. 0220-21-0711
 https://www.route-inn.co.jp/hotel_list/
 miyagi/index_hotel_id_617/

호텔 선샤인 사누마 ホテルサンシャイン佐沼
 *1박2식 포함 : ¥7,000 (세금 포함) ~
 1박2식 포함 : ¥8,700 (세금 포함)
 숙박만 : ¥6,100 (세금 포함) ~
 ADD. 登米市迫町佐沼字中江5-5-10
 TEL. 0220-22-8180
 https://www.sunshine-sanuma.com/

비즈니스 호텔 선클렉스
 ビジネスホテル サンフレックス
 *11박조식 포함 : ¥6,260 (세금 포함) ~
 ADD. 登米市迫町佐沼字中江5-6-11
 TEL. 0220-22-0701
 http://www.l-net.ne.jp/sunflex/

호텔 뉴그랑비아 호텔ニューグランヴィア
 *1박조식 포함 : ¥6,930 (세금 포함) ~
 숙박만 : ¥6,000 (세금 포함) ~
 ADD. 登米市迫町佐沼字中江4-12-12
 TEL. 0220-22-8711
 http://www.h-granvia.com/

비즈니스 호텔 타케가와
 ビジネスホテル タケカワ
 *숙박만 : ¥5,500 (세금 포함)
 조식 : ¥930 (세금 포함)
 석식 : ¥1,630 (세금 포함) ~ (예약필수)
 ADD. 登米市迫町佐沼字中江5-2-5
 TEL. 0220-22-8611

보도누마 유유칸 平岡沼youyou館
 ※숙박 금액은 문의 요망/단체숙박용
 ADD. 登米市米山町桜岡江浪41
 TEL. 0220-55-2124

비즈니스 호텔 산로쿠
 ビジネスホテル サンロク
 *숙박만 : ¥5,000 (세금 포함) ~
 조식 : ¥700 (예약필수)
 ADD. 登米市迫町佐沼字中江5-7-7
 TEL. 0220-22-0022
 https://sanroku.jimdofree.com/

호텔 보엔카쿠 호텔望遠閣
 *1박2식 포함 : ¥10,760 (세금 포함) ~
 1박석식 포함 : ¥9,550 (세금 포함) ~
 1박조식 포함 : ¥8,010 (세금 포함) ~
 숙박만 : ¥6,800 (세금 포함) ~
 ADD. 登米市登米町日野渡内の目316
 TEL. 0220-52-3171
 http://www.bouenkaku.jp/

료칸 에비노 旅館海老蔵
 *1박조식 포함 : ¥5,800(세금불포함)
 1박2식 포함 : ¥6,500(세금불포함)
 숙박만 : ¥3,500(세금불포함)
 ADD. 登米市登米町寺池桜小路91
 TEL. 0220-52-3161

*송영없음

RESTAURANT & CAFE

칸뽀 유타카야 割烹 ゆたかや
 *원코인 런치 550엔, 닭튀김 정식 850엔, 고모
 쿠랑카케 야
 키스바 850엔
 정원 50명
 영업시간 점심11:00~14:00, 저녁17:00~22:00
 휴무/일요일, 부정기 휴무
 ADD. 登米市豊里町新田町215
 TEL. 0225-76-2368
 도시락 제공(문의요망). 배달 불가, 주차장 있음
 (마이크로 버스 가능/사전연락 요망)

미즈노 스시 美津乃寿司
 * 카이센동, 치라시즈시, 니기리즈시
 영업시간 점심11:00~14:00, 저녁16:30~20:00
 휴무/목요일
 해산물 도반 1000엔, 치라시즈시 1200엔, 모
 들 초밥 1000엔
 정원 20명
 ADD. 登米市豊里町新田町7-9
 TEL. 0225-76-4660

로바타 사사키 栞ばたささき
 * 미소라엔 780엔, 매운파 미소라엔 880엔,
 부추 간 볶음 680엔
 영업시간. 점심11:30~13:30, 저녁
 17:30~23:00
 휴무/월요일
 ADD. 登米市豊里町新田町11-10
 TEL. 0225-76-4806
 도시락 없음, 주차장 있음(마이크로 버스
 가능)

후루사토노차야 사쿠라 郷の茶屋さくら
 * 굴튀김 소바 650엔, 닭고기 밥 700엔, 가라
 아게(6개입) 700엔
 영업시간. 11:00~15:00/17:00~22:00
 휴무/월, 화요일 (부정기 휴무)
 ADD. 登米市米山町桜岡岡待井582-1
 (보도누마 후레이이 공원 주차장내)
 TEL. 080-3139-1325

수제집 sowaka 手づくりのお店 sowaka
 * 파스타 700엔, 볶음밥 600엔, 와플 500엔
 정원 15명
 영업시간. 10:00~16:00
 휴무/목요일, 일요일
 ADD. 登米市米山町桜岡岡待井144-5
 TEL. 090-4315-4430
 도시락 메뉴는 따로 없지만, 가게 내 메뉴 데
 이크아웃 가능.
 주차장 있음(마이크로 버스 가능)

미치노에키 요네야마 道の駅米山
 * 요코즈나 스프카레 1100엔, 아부라후동
 650엔, 요코즈나 야키부타 정식 1100엔
 영업시간. 9:00~18:00
 휴무/12월31일~1월3일
 정원 25명
 ADD. 登米市米山町西野字遠田67
 TEL. 0220-55-2747
 도시락 제공(문의 요망), 배달 불가
 주차장 있음(마이크로 버스 가능)

PLUS UP

테라사와 쇼신도의 카이텐야키
 てらさわ小進堂の「かいてん焼き」
 토야사토의 명물, 테라사와
 쇼신도 "카이텐야키"는 일
 반적인 이마가와야카나 오
 반야키 보다 작고, 가격도
 저렴하면서 단팥과 카스타
 드 크림, 초코나 카레 등 중
 류도 다양. 지역 주민들이 오랫동안 사랑해온 인기 상품.



미치노에키 요네야마의 소프트 크림
 道の駅米山の「ソフトクリーム」
 미치노에키 요네야마의 소프트 아이스크림은 계절마다 다른 소재를 사용하여, 특히 요네야마산 딸기 소프트 크림이 인기상품.



아부라후 油麩

아부라후는 밀의 단백질 성분인 "글루텐"을 반죽해서 숙성시켜, 막대 상태로 만든 것을 식물성 기름에 튀긴 일본에서도 드문 밀기를 튀김. 아부라후를 카스똥 처럼 튀김 위에 반숙 계란과 얹어 만든 "아부라후동"은 B급 구루메, 지역 음식 구루메로서 인기를 모으고 있다.



히토와토메노다시(다시백) 人は登米のだし

토메산 통나무 표고버섯과 산리쿠산 다시마 등 엄선한 재료를 사용하여, 불과 몇 분만 끓여도 향과 풍미를 자랑하는 맛있는 다시 국물을 만들 수 있다. 티백 타입으로 간단하고 편리하게 사용할 수 있어서 폭발적인 인기를 얻고 있는 상품이다.



아부라후, 히토와토메노다시(다시백)은 토요마 관광물산센터 토요야마노사토, 미치노에키 요네야마, 토요사토 감바루칸 등에서 구입하실 수 있습니다.



이야기 테마여행
웃음꽃 피는 풍부한 자연, 살고싶은 마을 토메

미야기현 북동부에 위치한 토메시는, 현대 유수의 곡창지대로 미야기의 쌀 "히토메보레" 등의 주력 생산지이다. 또 람사르 조약 습지로 지정된 이즈누마, 우치누마, 나가누마와 코스 도중에 있는 보도누마에는 백조와 기러기 등이 날아오는 자연이 풍부한 "물과 녹색의 마을"로 유명하다.

미야기의 메이지무라 みやぎの明治村

토요야마치에는 메이지시대에 지어진 초등학교, 현청, 경찰서 등 세련된 서양식 건축물과 중후한 쿠라즈쿠리(蔵造り:창고형 가옥)의 상가와 번성시대의 무사가옥 등이 많이 현존하고 있어, 그 마을 모습을 "미야기의 메이지무라"라고 불리며 사랑받고 있다.



○토요야마치 관광 안내소(토요마 관광물산 센터 토요야마노사토 내)

영업시간 9:00~17:00
 휴관일 12월31일~1월1일
 ADD. 登米市登米町寺池桜小路2
 TEL. 0220-52-5566
 ※다언어 음성 관광 가이드본 렌탈 (무료)
 일본어 외에, 영어·한국어 등 7개국어 대응

향토요리 핫토 郷土料理「はっと」

"핫토"는 밀가루에 물을 넣어 반죽한 것을 손으로 넓게 펴서 만든 수제비와 비슷한 음식으로, 간장 베이스의 국물에 넣고 끓이거나, 단팥이나 팥콩(준다)과 섞어서 먹기도 한다. 12월 제1일요일에는 "일본 제일 핫토 페스티벌"이 개최되며, 30종류 이상의 다양한 맛의 핫토가 모인다.

※왼쪽 음식점 중에 "핫토"를 먹을 수 있는 곳
 미즈노스시 美津乃寿司 (예약 필수), 미치노에키 요네야마 道の駅米山 (겨울에만)



동북 풍토 마라톤&페스티벌 東北風土マラソン&フェスティバル

"동북 풍토 마라톤&페스티벌"은 나가누마 후토피아 공원을 메인 회장으로, 4월 하순에 개최되는 동북 최대급의 이벤트.

나가누마의 아름다운 호반을 도는 "동북 풍토 마라톤"은 미야기현에서 처음생긴 풀 마라톤으로 동북 각지의 식재료와 사케를 맛볼 수 있는 "토메 푸드 페스티벌"과 "동북 사케 페스티벌" 등의 이벤트도 동시에 개최한다.



무라타 코스

에도시대 창고 마을에
화려한 역사의 잔향이 물들
어있다

문의처

무라타마치즈쿠리 진흥과
TEL. 0224-83-2113

를 느끼면서 걷다보면 작은 언덕 위에서 웅대한 자오연봉(蔵王連峰)이 파노라마처럼 펼쳐진다. 코스의 중반 우바가후토코로 지구(姥ヶ懐地区)에 있는 메밀국수 식당들에서 풍요로운 자연과 더불어 먹는 메밀국수의 맛이 각별하다. 마을 중심부로 돌아오면 미야기현의 '작은 교토'라고 불리는 거리가 올레꾼들을 맞이한다. 마을의 여러 거상 중 한명이었고, 국가 중요 문화재로 선정 된 야마쇼의 저택은, '무라타 상인 야마쇼 기념관'(村田商人やましよう記念館)으로서 창고와 저택을 견학 할 수 있다. 창고안내소 '무라타마치 야마니 저택'(村田町ヤマニ邸)에서는 관광안내와 특색있는 지역상품도 판매한다. 시작점이자 종점인 미치노에키 무라타에 돌아오면 지역 특산품인 잠두콩으로 만든 별미 아이스크림과 우동이 기다린다. 또한 아침에 갓 수확한 신선한 야채같은 로컬 식재료도 판매하고 있다.

km 거리 13.4Km | 시간 약 4~5시간 | 난이도 중

변화가 넘치는 사계절의 모습과 에도시대 건축디자인의 역사적인 아름다움이 매력인 코스

에도시대 부터 쇼와시대 초기(17세기초~20세기초)에 걸쳐 잇꽃(홍화) 거러가 활발했던 무라타. 당시 번성했던 화려한 점포들과 무게감 있는 문들이 이어진 마을 경관은 사람들의 눈과 마음을 잡는다. 옛시대의 번영을 간직한 에도시대 창고 거리는 보존 상태가 좋아, 2014년 9월 미야기현에서는 처음으로 '중요 전통적 건조물군 보존지구'로 선정 되었다.

무라타 코스는 시작점인 미치노에키 무라타(道の駅村田)에서 다시 종점으로 돌아오는 원형코스. 초반에는 샌다이언을 만든 유명한 다테 가문이 이어온 역사와 무라타에 전해내려온 전설을 만날 수 있다. 늘어난 나무들의 초록과 계곡 물소리를



①② 미치노에키 무라타 / 시로야마 공원 道の駅村田と城山公園

원형코스인 무라타 코스의 시종점. 지역에서 갓 수확한 신선한 야채를 비롯해 다양한 로컬 재료와 특산품들이 인기있다. 여름에 최고의 인기를 누리는 '옥수수 미라이' 품종은 개점 직후 품절되는 아이템. 시로야마 공원은 샌다이언을 만든 초대 번주 다테 마사무네(伊達政宗)의 7번째 아들인 다테타카(宗高)가 조성한 무라타성터로 봄에는 벚꽃과 매화, 가을에는 단풍 등 사계절마다 다른 풍경이 일품이다.
※다테 마사무네에 대한 자세한 설명은 6페이지를 참고해주세요.

② 류토인 龍島院

다테 가문의 보리사菩提寺로 알려진 사원. 다테마사무네공의 7번째 아들 다카무네공의 사당이 있다. 자연의 지형을 절묘하게 이용해 만든 치센(연못) 감상 정원은 미야기의 관광명소 100선에 뽑혀 절마다 다른 모습을 자랑한다. 작은 폭포를 중심으로 자연 지형을 살려 만든 사계절 마다 정취를 뽐내며 찾아오는 사람들에게 생기와 편안함을 전해준다.

③ 시라토리 신사 白鳥神社

서기 123년에 세워졌다는 긴 역사를 가지고 있는 신사. 경내에는 두 그루의 오랜 삼나무를 둘러싼 등나무 거목이 있다. 삼나무를 둘러 올라가는 등나무 모습이 큰 뱀으로 보이기 때문에 '오슈(동북지방의 옛이름)의 뱀 등나무'(奥州の蛇藤)라고 불린다. 수령 약 1000년이라고 추정되는 거목들 여럿이 오랜 세월을 버티고 있다.

무라타 코스 가는 법 (시작점까지)



철도·버스

● JR센다이역(도호쿠 혼센/35분)仙台駅(東北本線/約35分) ▶ JR 오가와라역 大河原駅 ▶ 미야기교통 버스(무라타·가와사키행)宮城交通バス(村田・川崎行き) 승차 약25분 ▶ 미치노에키 무라타 道の駅村田



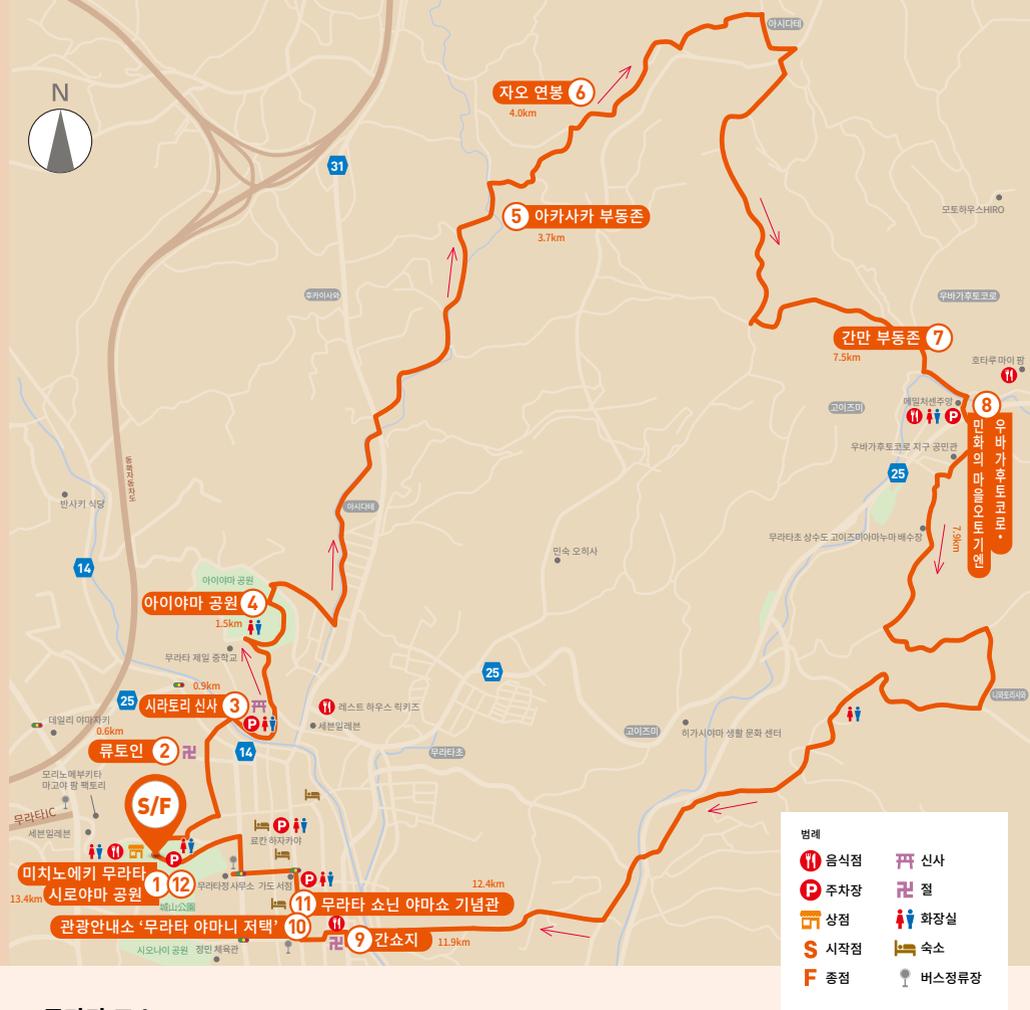
고속버스

● 센다이 시내에서
센다이역 니시구치구 사쿠라노 백화점앞 33번 승차장 仙台駅西口・旧さくら野百貨店前33番のりば ▶ 센다이·자오마치센(무라타정사무소 및 새틀라이트 미야기) 仙台・蔵王町線(村田町役場又はサテライト宮城)乗車約40分 ▶ 미치노에키 무라타 道の駅村田



자가용

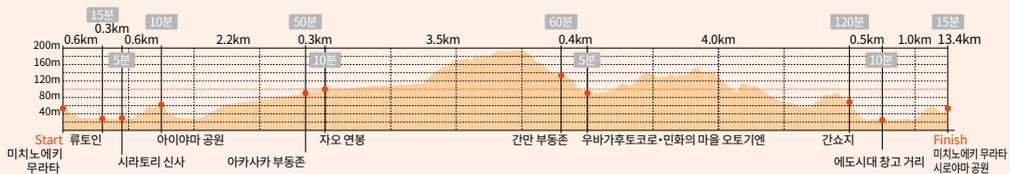
● 동북자동차도
▶ 미야기현 무라타 IC 통과 해서 첫번째 신호를 오른쪽으로 돌면 100m 앞쪽에 창고식 건물이 미치노에키 무라타
· 센다이 시내(센다이 미야기IC)에서 약 40분
· 야마가타 시내(야마가타 기타 IC)에서 약 50분
· 동경방면(가와구치JCT)에서 약 3시간 20분



11	음식점	卍	신사
P	주차장	卍	절
☺	상점	♿	화장실
S	시작점	🏠	숙소
F	종점	🚏	버스정류장

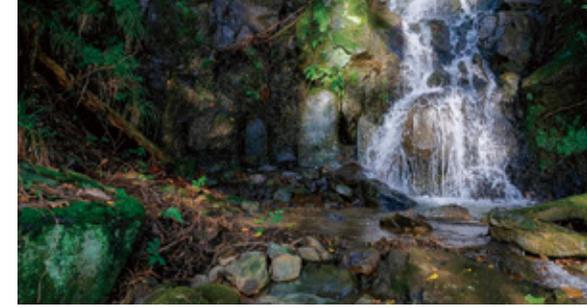
무라타 코스

①미치노에키 무라타 道の駅村田 (시작점 0.0km) → ②류토인 龍島院 (0.6km) → ③시라토리 신사 白鳥神社 (0.9km) → ④아이야마 공원 相山公園 (1.5km) → ⑤아카사카 부동존 赤坂不動尊 (3.7km) → ⑥웅대한 자오연봉 雄大な蔵王連峰 (4.0km) → ⑦간만 부동존 干噪不動尊 (7.5km) → ⑧우바가후토코로 지구·민화의 마을 오토기엔 姥ヶ懐地区・民話の里おとぎ苑 (7.9km) → ⑨간소지 願勝寺 (11.9km) → ⑩에도시대 창고 마을 蔵の町並み (12.4km) → ⑫시로야마 공원, 미치노에키 무라타 城山公園、道の駅村田 (종점 13.4km)



V ④ 아이야마 공원 相山公園

1900년 5월 다이쇼 천황의 성혼을 축하하며 만든 공원. 봄에는 300 그루의 벚꽃이 피는 이 지역의 벚꽃 명소. 예전에는 여기서 무라타마치가 모두 한눈에 보이는 절경 포인트였다.



△ ⑤ 아카사카 부동존(불상) 赤坂不動尊

지역 주민이 액백과 기원 등을 위해 기도를 드리는 곳. 1937년에는 사무소(社務所)가 개설되어 장대에 단 큰 깃발을 봉납하는데 쓰여졌다. 제사 때에는 많은 참배객으로 북적거린다.



< ⑦ 간만 부동존(불상) 干噪不動尊

경내에 흐르는 계곡이 작은 폭포를 이루었고, 나무들의 녹음이 신비한 분위기를 자아낸다. 폭포 안에 작은 불상이 있다.



△ ⑥ 웅대한 자오 연봉 蔵王連峰

약간 높은 언덕에서 바라다 보이는 웅대한 자오 연봉의 경치를 볼 수 있는 장소이다.

V ⑧ 우바가후토코로 지구·민화의 마을 오토기엔 姥ヶ懐地区・民話の里おとぎ苑

4개의 지구 안에 메일 국수를 내주는 식당과 사적이 함께 있다. '민화 전승관·후루사토 오토기엔(民話伝承館・ふるさとおとぎ苑)'에서는 무라타마치 지정 문화재인 민가를 살펴볼 수 있다.



> ⑨ 간소지(절) 願勝寺

무라타 마치 지정 문화재 사적인 산문의 위엄이 크다. 무라타성의 오테문을 옮겨온 것으로, 경내에는 신분이 다른 연애 끝에 동반자살한 연인의 비석(恋塚の碑)이 있다.



V ⑪ 무라타 쇼닌 야마쇼 기념관 村田商人やましよう記念館

에도(지금의 동경)와 교토에 흥화 거러로 활약했던 무라타 쇼닌(상인)의 발자취를 전하기 위해, 1998년에 그의 7대 자손인 오누마 쇼시치미(大沼正七氏)가 무라타마치에 기증했다. 정사에 필요한 도구와 흥화 상인의 자료 등이 흥미롭다. 2018년에 국가 중요 문화재로 선정 되었다.



△ ⑩ 관광안내소 무라타 야마니 저택 (村田ヤマニ邸)

1896년에 건축한 창고 가계를 활용한 관광안내소. 무라타마치의 관광지와 이벤트, 음식점을 소개하며, 관광 팸플릿 등도 준비 하고 있다. 무라타 쇼닌 야마쇼 기념관(村田商人やましよう記念館) 가이드 서비스도 있다. (단체 예약 필수)

HOTEL & RYOKAN

무라타마치 무사가옥
1동 전세: 25,500엔 (세금 별도) ~
ADD. 村田町大字村田西66番地3
TEL. 0224-34-1192
https://bukuoyado.com/



마치야노야도 쓰루야
町家の宿 鶴屋
1박: 6,000엔 (세금 별도) ~
ADD. 村田町大字村田字町57
TEL. 090-6852-0971
https://www.minpakutsuryuya.com/

료칸 하자카야
旅館 葉坂屋
1박2식: 6,500엔, 1박조식: 6,000엔,
1박석식: 6,200엔, 숙박만: 5,000엔
ADD. 村田町村田字町165
TEL. 0224-83-2039
http://hazakaya.com/index.html

RESTAURANT & CAFE

레스토랑 시로야마 レストラン城山
영업시간 11:00~17:00
휴무/제2·제4월요일 (공휴일인 경우 다음날)
점두콩 우동, 새우 튀김 덮밥, 라멘
ADD. 村田町大字村田字北堀内41 (미치노에키 무라타 안에 위치)
TEL. 0224-83-5660



민화의 마을 후루사토 오토기엔
民話の里 ふるさとおとぎ苑
영업시간 11:00~14:00
휴무/매주 월요일 (공휴일인 경우 다음날)
매일 국수
ADD. 村田町大字小泉字朧石2
TEL. 0224-83-4140

센주양 千寿庵
영업시간 11:00~15:00
휴무/매주 월화+제3 일요일
매일국수
ADD. 村田町大字小泉字道端八
TEL. 0224-83-5417

켄짱치 けんちゃんち
영업시간 11:00~15:00
휴무/화·수·목·금
매일 국수
ADD. 村田町大字小泉字北姥ケ懐45
TEL. 0224-83-4846

와후 레스토랑 잇쇼 和風レストラン一祥
영업시간 런치 11:00~15:00, 디너 17:00~22:00
휴무/매주 월요일
매일 국수
ADD. 村田町村田東86-7
TEL. 0224-83-6114

PLUS UP



옥수수 미라이
8월에는 '과일 옥수수' 라고 불리는 미라이(味来) 가 제철. 인기가 아주 높다.



잠두콩
6월에는 무라타마치를 대표하는 특산물 잠두콩이 성수기로, 국수, 우동 면이나 아이스크림 가공품도 인기.



사케
예로부터 유명한 쌀이 많았던 미야기를 대표하는 명주 겐콘이치(乾坤一)(けんこんいち)는 고급스런 향과 쌀의 맛을 깊고 풍부하게 살렸다. 밸런스가 훌륭한 술이다.



된장
자오 산기슭에서 내려오는 맑은 물을 더해 미야기현에서 나는 콩과 쌀, 엄선된 소금으로 만든 무첨가물의 고급 된장.



냇또
북해도산 대두를 원료로, 자오 산의 깨끗한 물을 더해 만든 냇또. 냇또로 만든 과자와 파스타 등 새로운 상품들도 흥미롭다.



메밀
마을 중심부와 우바가 후토코로 지역 등 무라타마치에는 많은 메밀 국수 전문점이 있다. 국숫집 순례처럼 먹어보고 비교 하면서 가장 좋아하는 메밀 국숫집을 찾아내는 사람들도 많다. 수려한 자연의 풍광 속에서 느끼는 메밀국수의 향연!



미야기 테마여행 미야기의 리틀 교토·무라타마치

미야기현의 남쪽에 자리잡은 무라타마치(村田町)는 센다이시를 포함 3개의 도시와 4개의 마치(町)와 이웃하고 있다. 무라타마치의 남쪽에는 시로이시가와(白石川) 강이 흐르고, 서쪽에는 자오 산맥의 산들이 이어져 풍부한 자연환경이 돋보이는 곳. 중요 전통적 건조물군 보존지구로 선정된 17세기 에도시대의 창고 마을로 유명한 무라노마치(蔵の町並み)는 각각의 창고 가게마다 다른 특징을 간직하고 있어 산책하며 세세히 살펴보는 재미가 일품이다. 남녀노소 가족 모두가 즐길 수 있는 동북지역 최대규모의 모터 스포츠 시설 "스포츠 랜드 SUGO"에서는 짜릿한 레이싱 및 카트를 대여해 가족, 친구들과 함께 즐길 수 있다. 수확량과 맛으로 전국에서 유명한 무라타의 특산물인 잠두콩 그리고 '과일 옥수수' 라고 불리는 '옥수수 미라이' 를 구입하기 위해 주말이면 아침부터 길게 늘어서 행렬로 금세 매진되곤 한다.



호테이 마쓰리(축제) 布袋まつり

무라타마치에서 800년 동안 이어져 내려온 호테이 마쓰리 축제에서는 움직이는 가마, 야마구루마 위에서 얼굴이 길고 온화한 표정을 하고 있는 칠복신(七福神)중 하나인 '호테이사마'(ほていさま)가 움직이면서 보는 이들의 흥을 돋군다. 무라타마치의 특별한 체험.

미야기 무라타마치 창고 도자기 시장

蔵の陶器市

에도시대 후기 부터 쇼와 시대 초기(17세기말~20세기)에 걸쳐 활약한 무라타의 거상 '야마쇼'(やましょう)의 행적을 볼 수 있는 창고 가게와 창고의 빈 점포를 활용하여, 미야기현과 동북, 관동 지방의 도예가들이 한자리에 모여, 도자기 전시 및 판매를 하고 있다.



스포츠 랜드 SUGO 스포츠랜드SUGO

일본에 6개 밖에 없는 국제 공인 자동차 레이싱 코스를 보유한 종합 모터스포츠 시설. 레이싱 관전을 비롯해서 오토바이나 카트 체험도 즐길 수 있다.

ADD. 村田町大字菅生6-1
TEL. 0224-83-3111

자오·도갓타운천 코스

온천 연기 속에서 역사와 만나고, 대지의 축복과 삶이 숨쉬는 길

문의
자오마치 농림관광과
TEL. 0224-33-2215



주의사항

- 11월 상순~4월 상순 까지 동절기 기간 중 코스를 폐쇄 합니다.
- 꿈이 살고 있는 지역이므로, 꿈을 만났을 때 기본적인 대처 방법을 가지고, 주의해서 걸어주세요.

km 거리 9Km 시간 약 3~4시간 난이도 하

웅대한 자오연봉(蔵王連峰)을 우러르며 자연 속을 걸어 대지의 축복을 만끽할 수 있는 코스

일본 동북 지역의 영봉(靈峰) 중 하나인 자오연봉의 동쪽 기슭, 미야기현 남서부에 위치한 자오(蔵王町)는, 그 전역이 2025년 1월 자오 지오파크로 인정되었다. 자오·도갓타 온천 코스는 에도시대부터 번성해 온 자오·도갓타 온천가 중심에 있는 「자오 관광안내소」에서 시작하는데, 관광객을 맞이하는 상점가를 지나, 자오연봉과 온천가의 거리 풍경을 한눈에 볼 수 있는 전망 포인트로 발걸음을 옮긴다. 자오 도갓타 온천의 상징인 「코케시바시(こけし橋)」부터 강을 따라 마스카와 사이클링로드가 정비되어 있으며, 봄에는 벚꽃길과 눈 덮인 자오연봉의 절경을 함께 즐길 수 있다.

'미야기 자오 코케시관' 은 도호쿠 각지에서 발전한 전통 코케시 인형이 전시되어 있는 관광시설로, 서쪽에는 미야기현 오가와라 산업고등학교 학생들이 실습의 일환으로 정비한 '이코이노모리(휴식의 숲)' 가 있다. 그 길을 지나면 역사와 정취가 살아있는 목공예 장인들이 살고 있는 '코케시노사토(こけしの里)' 에 이르게 되는데, 이 마을은, 일본 동북지역에서 오래전부터 코케시 인형을 만들어 온 지역 중 하나로, 목공예 장인을 신으로 모신 '고레타카 신사(惟喬神社)' 가 있다. 이 신사에서는 아늑하고 고즈넉한 분위기를 느낄 수 있다. 자연과 삶이 맞닿은 발 사이 길을 따라가면, 해발 약 550m의 자오 하트랜드에 도착하면, 드넓은 목초지를 걸으며 자오연봉과 도갓타 온천이 한눈에 보이는 360도의 파노라마가 펼쳐진다. 종점인 자오 낙농센터 치즈 캐빈은 공장 옆 직판장으로, 일본에서도 인기가 있는 자오 치즈를 맛볼 수 있고, 마을 특산물 판매 코너와 초여름에 꽃 피우는 장미 정원이 부지 내에 있어, 매우 인기 있는 관광 명소로 사랑받고 있다. 도갓타 온천 연기, 운치 있는 마을의 역사, 그리고 자연과 더불어 살아가는 사람들의 삶을 만날 수 있는 코스.



① 자오마치 관광안내소/도갓타운천마을 蔵王町観光案内所と遠刈田温泉街

도갓타 온천가의 중심에 위치한 「자오 관광안내소」 옆에는, 관광객들에게도 인기 있는 당일치기 온천인 공동욕장 '카미노유(神の湯)'가 있다. 바로 근처의 상점가 자오 거리(蔵王通り)에는 음식점과 여관이 즐지어 있어, 거리 산책도 즐겁다.

② 자오 연봉과 온천가 蔵王連峰と温泉街

동북지역의 영봉 '자오연봉'(蔵王連峰)과 도갓타 온천가를 한눈에 조망할 수 있는 뷰포인트. 코스가 이어지는 자오 하트랜드(蔵王ハートランド)도 이곳에서 확인이 가능하다.

③ 마스카와 (고케시 다리) 松川(こけし橋)

미나미자오에서 흘러내려온 청류 '스미카와(澄川)'강과, 칼데라 호수인 오카마(御釜)부근을 수원으로 하는 '니고리가와(濁川)' 강이 있는데, 이 대조적인 두 강이 합쳐져 만들어진 '마스카와(松川)' 위에 놓인 다리가 바로 도갓타 온천의 관광 심볼인 '코케시 다리(こけし橋)'이다.

자오·도갓타운천 코스 가는 법 (시작점까지)



철도

- (도쿄 방면에서) JR도쿄역·JR오미야역<동북신칸센> ▶ JR센다이역仙台駅 ▶ 미야기교통 고속버스<무라타村田・자오蔵王・도갓타행遠刈田行き>승차 약65분 ▶ 버스정류장: 도갓타운천 하차遠刈田温泉 ▶ 도보1분
- (센다이공항에서) 센다이공항역<센다이공항 역세스센仙台空港アクセス線> ▶ JR센다이역仙台駅 ▶ 미야기교통 고속버스<무라타村田・자오蔵王・도갓타행遠刈田行き>승차 약65분 ▶ 버스정류장: 도갓타운천 하차遠刈田温泉 ▶ 도보1분



버스

- JR센다이역仙台駅前 ▶ 미야기교통 고속버스<무라타村田・자오蔵王・도갓타행遠刈田行き>승차 약65분 ▶ 버스정류장: 도갓타운천 하차遠刈田温泉 ▶ 도보1분
- JR시로이시자오역白石蔵王駅·JR시로이시역白石駅 ▶ 미야기교통 노선버스 <시로이시 도갓타白石遠刈田>승차 약40~50분 ▶ 버스정류장: 도갓타운천 하차遠刈田温泉 ▶ 도보1분



자가용

- (도쿄방면) 동북자동차도 시로이시 白石 IC 에서 약 25분
- (센다이·모리오카 방면) 동북자동차도 무라타 村田 IC 에서 약25분
- (야마가타 방면) 야마가타 자동차도 미야기 가와사키 宮城川崎 IC 에서 약 20분



택시

자오 관광택시 蔵王観光タクシー TEL. 0224-34-2111





자오·도갓타온천 코스

① 자오 관광안내소 蔵王町観光案内所 (시작점0.0km) → ② 자오연봉과 온천가 蔵王連峰と温泉街 (0.3km) → ③ 고케시 다리 けし橋 (0.9km) → ④ 미야지 자오 코케시칸 みやぎ蔵王けし館 (1.4km) → ⑤ 고케시 마을 けしの里 (2.2km) → ⑥ 나노카하라 고원 七日高原 (4.2km) → ⑦ 자오 하트랜드 蔵王ハートランド (5.8km) → ⑧ 자오 낙농센터 치즈 캐빈 蔵王酪農センターチーズキャビン (종점9.0km)



④ 미야지 자오 코케시 전시관 みやぎ蔵王けし館

미야지 자오 코케시 전시관의 상설 전시 코너에는 도갓타 전통 코케시를 비롯해 전국 각지의 전통 코케시와 목제 완구 약 5,500점이 전시되어 있다. 관내에서는 직접 코케시 그림을 그려보는 체험 프로그램이 마련되어 있으며, 기념품을 구매할 수 있다. 고케시관 서쪽에는 미야기현 오가와라 산업 고교 학생들이 실습의 일환으로 가꾸는 "휴식의 숲"(이코이노모리/いこいの森)가 있는데, 5월 상순에는 우드 칩이 깔린 길 양쪽에 붉은 철쭉이 핀다.



△ ⑤ 고케시노사토 마을 (고레타카 신사) けしの里(惟喬神社)

미야지 자오 코케시 전시관 뒤편의 산책로를 따라가면, 코케시 장인들이 살아가는 마을이 있다. 이곳에는 목공예 조상을 신으로 모신 고레타카 신사가 있는데, 고즈넉하고 향수를 자극하는 사진 명소로 알려졌다.

△ ⑥ 나노카하라 고원 七日高原

나노카하라 고원은 강이 산에서 펴지듯 흘러내려오는 장소에 만들어진 선상지(扇状地) 지형 위에 있다. 표면은 배수가 잘되는 화산재 흙으로 덮여 있어 고원 채소 재배가 활발하다. 코스는 자오 고원 무발 옆길을 따라 걷는다.



△ ⑦ 자오 하트랜드 蔵王ハートランド

약 100헥타르(도쿄돔 20개 규모)의 광활한 목장에서는 염소 등 동물들과 만나고 '수제 체험관'에서는 유제품 만들기를 직접 체험할 수 있으며, 신선한 소프트아이스크림, 오리지널 치즈 드링크 "물크", 자오 치즈 등을 맛볼 수 있는 매점과 푸드 코너도 있다.

△ ⑧ 자오 낙농센터 치즈 캐빈 蔵王酪農センターチーズキャビン

중점인 치즈 캐빈은 치즈 공장에 인접한 자오 치즈의 직영 매장. 공장에서 막 만든 신선한 치즈와 유제품은 물론, 수제 아이스크림과 오리지널 드링크 '물크'가 인기. 부지 내에는 치즈 요리를 즐길 수 있는 레스토랑과 약 400종의 장미가 피는 장미정원도 있다.

자오에는 여행 스타일에 맞춰 고를 수 있는 숙박 시설과 지역 고유의 맛을 느낄 수 있는 음식점이 많이 있다.
자세한 내용은 자오 관광협회와 '자오관광가이드WEB'을 체크 해보자.

자오마치 관광물산 협회
https://www.zao-machi.com/



자오 관광 가이드 WEB
https://miyagi-zao-guide.jp/



PLUS UP



자오 치즈 蔵王チーズ
일본내에서도 브랜드로 인정 받은 '자오치즈'는 자오 산록의 나노카하라 고원의 숲에 둘러싸인 광대한 목장에서 쉼쉼 자란 소들이 양질의 우유를 정성들여 짜내어 만든 치즈. 종류도 풍부해서 선물하기도 좋다.



도갓타 전통 코케시 遠刈田伝統こけし
도갓타 전통 코케시(遠刈田伝統こけし)는 머리에 붉은 방사형 장식과 검국화 무늬의 몸통이 특징인, 고운 얼굴빛이 매력적인 전통 공예품. 최근에는 젊은 장인들이 만든 창작 코케시 인형도 인기가 있다.



JAPAN X
자오에서 탄생한, 미야기를 대표하는 돼지고기 브랜드. 자연이 풍요로운 자오의 대지에서 스트레스 없이 자라기 때문에, 돼지고기 본연의 깊고 고소한 지방 맛이 좋다. 자오 마을 곳곳의 음식점에서도 JAPAN X 요리를 즐길 수 있다.



자오의 배 蔵王の梨
미야기현내에서도 손꼽히는 생산량을 자랑하는 미야기 자오의 배는, 웅대한 자오연봉의 은혜를 받은 풍요로운 자연 속에서 농가의 정성으로 자란다. 8월 하순부터 10월 하순까지 다양한 품종이 수확되며, 제철에는 농가 직판장에서 구입하거나 배 따기 체험도 즐길 수 있다.



자오산 농산물 蔵王町産農産物
자오의 배 이외에도, 자오에는 자연이 길러낸 다양한 농산물이 있다. 자오연봉의 눈 녹은 물로 자란 쌀과 비옥한 땅에서 자란 토란, 사육 방식이 독특한 브랜드 달걀 등은 모두 미야기 자오 브랜드로 지정되어 있다.



미야기 테마여행
자오 지오파크 매력적인 자연

자오연봉의 동쪽 기슭에 펼쳐진 자오 지오파크는, 화산 활동으로 형성된 대지 위에 자연이 살아 숨 쉬는 곳이다. 이 지역에는 화산과 더불어 살아온 사람들의 역사가 새겨져 있으며, 지구가 남긴 '대지의 유산'을 미래에 전하기 위해, 지역 자원을 보존하며 교육과 관광에 활용하고 있다.



자오 지오파크 센터 蔵王ジオパークセンター

자오 지오파크를 둘러볼 때의 출발점이 되는 시설. 지역의 명소를 소개하는 전시 패널과, 자오 산정상에서 볼 수 있는 암석 표본 등을 관람할 수 있다.

오카마 御釜

자오의 상징인 칼데라 호수 '오카마'는 고시키다케(五色岳)의 화구로서, 약 800년 전부터 활동중이다. 빛의 각도에 따라 색이 변하기 때문에 '오색늪(五色沼)'이라고도 불리며, 빛과 자연이 어우러진 환상적인 색을 볼 수 있다.



자오 에코라인 蔵王エコーライン

도갓타 온천에서 오카마로 이어지는 산악도로 '자오 에코라인(蔵王エコーライン)'에는 일본 100대 폭포 중 하나인 '타키미다이(滝見台)', 고산식물 코마쿠사(駒草)의 군락지 '코마쿠사다이(駒草平)' 등 뷰포인트가 유명하다. (※11월 초순부터 4월 하순까지는 겨울철 통행 금지)

다가조 코스

천 년을 넘어 이어져온
역사와 말, 자연을 느끼는
'미치노오쿠(みちのおく)
나라'의 길

문의

다가조시 기획경영부 시민문화창조과
TEL. 022-368-2085

km 거리 8.5Km 시간 약 3시간 난이도 하

1300년 이어져온 역사와 사계절을 수놓는 만엽의 초목을 즐기는 코스

JR 센세키센 다가조역에서 시작하여, 시내 곳곳에 흩어져 있는 와카라 불리는 일본 고대 문학의 무대를 지나, 고대 동북의 거점이었던 다가성(多賀城)의 정문이라 할 수 있는 장엄한 다가성 남문을 넘어서, 다가성 유적 안내 시설을 종착지로 하는 약 8.5km 코스이다.

길을 따라가면, 고대 귀족들이 동경하며 와카(和歌)에 읊었던 '오모와쿠의 다리(おもわくの橋)', '노다노 다마가와(野田の玉川)', '우키시마(浮島)', '쓰보노히(壺碑 / 다가조 비석)' 등 노래의 무대와, 특별사적 다가조 유적에 계절마다 색을 더하는 만엽(万葉)의 식물들, 다가조 폐사(廢寺) 유적, 다가조 정청(政庁) 유적 등을 만날 수 있다. 이를 통해 다가조가 창건된 이래 1300년의 세월을 넘어 지금까지

지 이어져 온 다양한 문화, 역사, 자연의 숨결을 느낄 수 있다.

또한, 출발 지점에는 JR 센세키센(仙石線) 다가조역, 종착 지점에는 JR 도호쿠 본선 고쿠후 다가조역(国府多賀城駅)이 인접해 있어, 대중교통을 이용해 올레길을 즐길 수 있다는 점도 큰 매력이다.



① JR 센세키센 다가조역 JR 仙石線 多賀城駅 (시작점)

다가조역 남쪽 출구에는 다가조시(多賀城市) 관광협회가 있어, 관광 정보 안내나 팸플릿 배포뿐 아니라 렌탈 자전거를 빌려주고, 특산물 판매점, 빵집, 식당 등 다양한 음식점이 갖추어져 있다.역 입구는 남문을 본뜬 디자인으로 되어 있으며, 북쪽에는 다가조 시립 도서관도 있어 인기 명소.



② 노다의 다마가와 · 오모와쿠 다리 (우타마쿠라) 野田の玉川 · おもわくの橋 (歌枕)

신록의 계절에는 만개한 철쭉이 길잡이가 되어준다. 헤이안 중기, "능인법사(能因法師)"가 노래의 무대 '노다노 다마가와'를 읊은 시를 기리며, 에도 시대에 들어와서 센다이번(仙台藩)이 정비 하였다. 이 길에는 헤이안 후기, "아베 사다토(安倍貞任)"가 '오모와쿠'라는 여인을 만나러 다녔다고 전해지는 "오모와쿠의 다리"가 있으며, 이를 소재로 만든 '오모와쿠의 다리'를 읊은 사이쿄(西行)의 시도 새겨져 있다.



③ 천만궁의 빛꽃

도메가야(留ヶ谷) 지역의 옛 집 신사에서 '도메가야촌'의 수호신으로 모셔지게 된 이 장소에서는, 봄이면 커다란 빛꽃이 만개하여 장관을 이룬다.

다가조 코스 범 (시작점까지)



철도

- (시작점까지) JR센다이역仙台東駅<센세키센仙石線 약22분> ▶ JR다가조역多賀城駅
 - (시작점까지) 센다이공항역仙台東空駅<센다이공항 역세스 철도仙台東空アセス鉄道/최단17분> ▶ JR센다이역仙台東駅<센세키센 仙石線 약22분> ▶ JR다가조역多賀城駅
 - (종점까지) JR센다이역仙台東駅<도호쿠혼센東北本線 약16분> ▶ JR고쿠후 다가조역 国府多賀城駅
 - (종점까지) 센다이공항역仙台東空駅<센다이공항 역세스 철도仙台東空アセス鉄道/최단17분> ▶ JR센다이역仙台東駅<도호쿠혼센東北本線 약16분> ▶ JR고쿠후 다가조역 国府多賀城駅
- ※JR고쿠후 다가조역国府多賀城駅 에서 종점까지 도보 약 10분



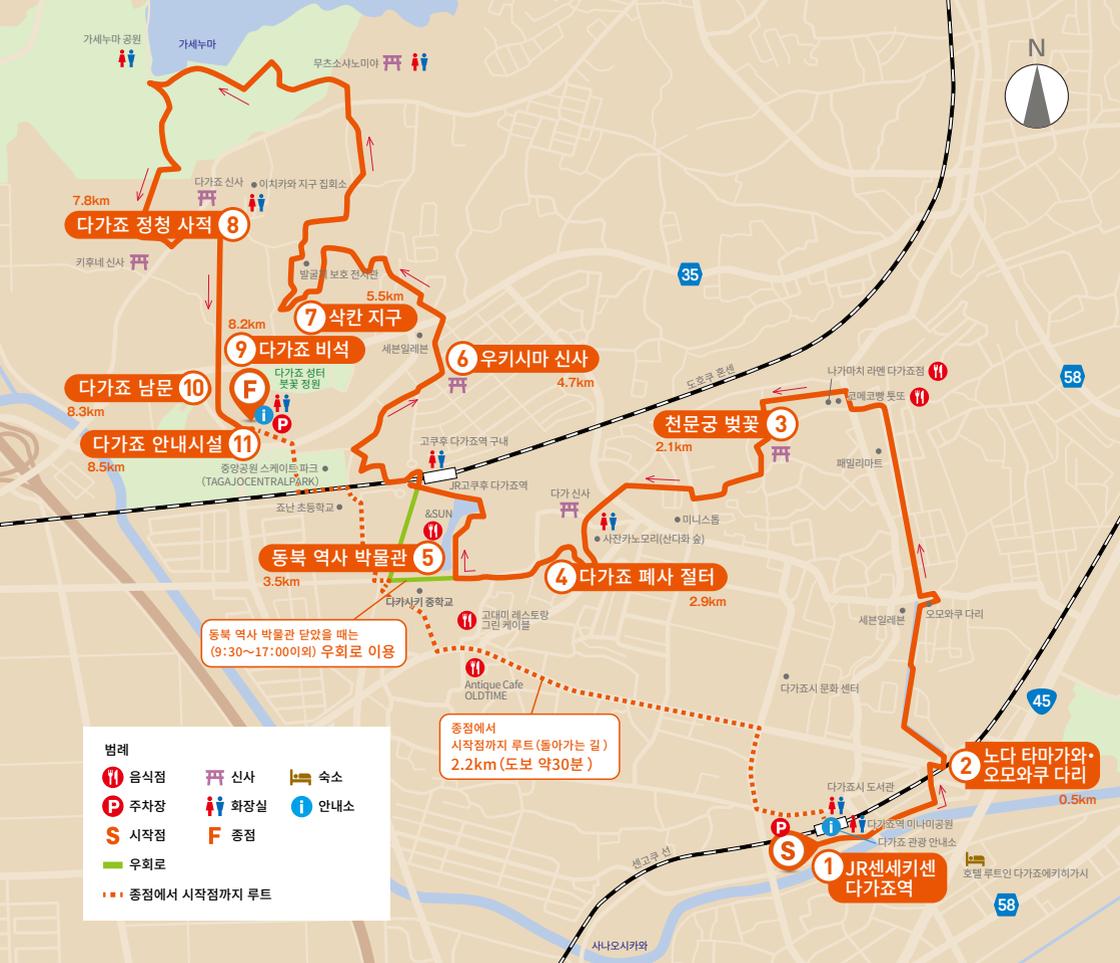
자가용

- (남쪽에서) 도쿄·후쿠시마현·아마가타현 방면에서 다가조 (동북자동차도)센다이미나미仙台南 IC ▶ 센다이 남부도로 仙台南部道路 ▶ 센다이 와카바시 仙台若林JCT ▶ 센다이 동부도로 仙台東部道路 ▶ 산리쿠도 三陸道 ▶ 다가조 多賀城IC
- (북쪽에서) 아오모리현·이와테현·아키타현 방면에서 다가조 (동북자동차도)토미야 富谷JCT ▶ 센다이 북부도로 仙台北部道路 ▶ 리후 利府JCT ▶ 산리쿠도 三陸道 ▶ 다가조 多賀城IC



택시

- (유) 신코 택시 (有) 振興タクシー TEL. 022-364-3355
- (주) 시오가마 도코 택시 (株) 塩釜東光タクシー TEL. 022-364-2424



다자요 코스

① JR센세키 다자요역 仙石線多賀城駅(시작점0.0km) → ② 노다 타마가와·오모와쿠 다리 野田の玉川・おもわくの橋(0.5km) → ③ 천문궁 벚꽃 天満宮の桜(2.1km) → ④ 다자요 폐사 절터 多賀城廃寺跡(2.9km) → ⑤ 동북 역사 박물관 東北歴史博物館(3.5km) → ⑥ 우키시마 신사 浮嶋神社(4.7km) → ⑦ 삭칸 지구 作貫地区(5.5km) → ⑧ 다자요 정청 터 多賀城政庁跡(7.8km) → ⑨ 다자요비 多賀城碑(8.2km) → ⑩ 다자요 남문 多賀城南門(8.3km) → ⑪ 다자요 안내 시설 多賀城跡ガイダンス施設(중점 8.5km)



V④ 다자요 폐사 절터 多賀城廃寺跡

다자성과 거의 같은 8세기 전반에 창건된 부속 사찰로, 탑과 본존(불상)을 모신 금당이 서로 마주 보며 동서로 나란히 배치된 가람 구조는, 후쿠오카현 다자이후(太宰府)의 부속 사찰인 관세음사(觀世音寺)와 공통된 형식을 지니고 있다. 1966년(쇼와 41년)에 특별 사적으로 지정되었으며, 동일본 최초의 사적공원으로 정비되었다.



Ⅷ⑤ 동북역사 박물관 東北歴史博物館

동북 지방의 다양한 역사와 문화를 소개하는 곳으로, 구석기 시대부터 현대까지의 자료와 모형을 통해 배울 수 있다.에도 시대의 고택을 이축한 콘노 주택(今野家住宅), 어린이를 위한 체험 공간, 레스토랑, 뮤지엄 숍도 갖추어져 있다.



<⑥ 우키시마 신사 浮嶋神社

신고킨와카슈(新古今和歌集)에 수록된, 야마구치노오키미(山口女王)가 연인이었던 오토모노야카모치(大伴家持)에게 보낸 노래에 등장하는 '우키시마(浮島)'가, 현재의 '우키시마 신사(浮嶋神社)'라고 전해진다.



<⑦ 다자요터 삭칸지구 多賀城跡作貫地区

봄에는 황태화와 일본 붓꽃, 가을에는 꽃무릇 등 만엽 식물을 감상할 수 있다.

>⑧ 다자요 정청터 多賀城政庁跡

나라의 헤조궁(平城宮), 후쿠오카의 다자이후 유적과 더불어 일본 3대 사적으로 꼽히는 가장 중요한 장소이다. 나라-헤이안 시대에는 무쓰국(陸奥國)의 국부(지방 행정 중심지)가 설치되어, 중요한 정무와 의식이 이루어졌다. 봄에는 벚꽃 명소로도 유명함.



>⑨ 다자요비 多賀城碑(歌枕「壺碑」)

다자요의 창건(724년)과 수조(762년)의 해가 새겨진 141자의 비문으로, 일본 3대 고비(古碑) 중 하나이며, 국보로 지정되었다. 우타마쿠라 歌枕의 쓰보노히 壺碑라고 전해지며, 사이쿄 西行과 미나모토노 요리토모源頼朝의 와카 和歌로 옮겨졌고, 마쓰오 바쇼(松尾芭蕉)도 오쿠노호소미치(おくのほそ道)에 기록했다.



Ⅷ⑩ 다자요 남문 多賀城南門

2024년에는 다자성 창건 1300주년을 기념하여, 고대 동북의 정치·문화·군사의 거점이었던 다자요의 정문을 복원하였다. 한때 동북 지방의 중심으로 발전했던 국부 다자요(国府多賀城)의 정문에 걸맞은 당당하고 장엄한 모습을 보여주고 있다.



HOTEL & RYOKAN

오노야 호텔 小野屋ホテル
 싱글: 5,830엔~, 트윈: 11,000엔~,
 다다미방: 4,840엔~,
 조식: 770엔, 석식: 1,100엔~
ADD. 多賀城市大代1丁目9番2号
TEL. 022-362-6381
<https://breezbay-group.com/onoya-h/>

신토미 료칸 新富旅館
 숙박만: 3,850~4,620엔,
 1박2식: 5,720~6,490엔
ADD. 多賀城市桜木1丁目1番28号
TEL. 022-364-8921
<http://www.5f.biglobe.ne.jp/~shintomi/>

스마일 호텔 센다이 다가조
 スマイルホテル仙台多賀城
 싱글: 6,300엔~, 더블: 8,800엔~,
 트윈: 9,800엔~, 조식 부패: 900엔
ADD. 多賀城市町前1丁目1番8号
TEL. 022-367-6001
<https://smile-hotels.com/hotels/show/sendaitagajo>

호텔 캐슬 프라자 다가조
 ホテルキャッスルプラザ多賀城
 싱글: 6,200엔~,
 트윈·더블 1명 이용시: 9,300엔~,
 2명 이용시: 12,200엔~
ADD. 多賀城市桜木1丁目1番60号
TEL. 050-1720-5771
<http://breezbay-group.com/hcp-tagajo/>

호텔 루트인 센다이항 북IC
 ホテルルートイン仙台港北インター
 싱글: 7,900엔~,
 세미더블: 13,000엔~,
 트윈: 15,800엔~
ADD. 多賀城市町前1丁目1番15号
TEL. 022-361-8501
http://www.route-inn.co.jp/search/hotel/index_hotel_id_551

호텔 루트인 다가조에키하가시
 ホテルルートイン多賀城駅東
 숙박 요금 문의 요망
ADD. 多賀城市八幡4丁目4番77号
TEL. 050-5847-7301
https://www.route-inn.co.jp/hotel_list/miyagi/index_hotel_id_615/

RESTAURANT & CAFE

Antique Cafe OLDTIME
 영업시간: 수·목·금 11:00~16:00
 토·일 11:00~18:00
 휴무/월·화요일
 갈렛과 디저트 등
ADD. 多賀城市高崎2丁目16番3号
TEL. 022-309-6728

&SUN
 영업시간: 화~일요일 11:00~17:00
 휴무/동북역사관 휴관일
 그린 커리·포·고대미 소프트 크림·간단 식사 등
ADD. 多賀城市高崎1丁目22-1東北歴史博物館内
TEL. 022-368-3876

나가마치 라멘 다가조점
 長町ラーメン多賀城店
 영업시간: 11:30~15:00, 17:00~21:00
 휴무/월요일
ADD. 多賀城市留ヶ谷1丁目44-3
TEL. 022-355-6608

고대미 레스토랑 그린 게이بل
 古代米屋レストラングリーンゲイブル
 영업시간: 점심 11:00~16:30
 휴무일/월, 화요일(부정기 휴무)
 「다가조 오자(Olla)」 흑식초 다시로 만든
 슬밥, 흑미와 흑식초를 넣은 건강 메뉴
ADD. 多賀城市高崎2-15-10
TEL. 022-368-0616

코메코빵 돛또 米粉パン トゥット
 영업시간: 9:00~18:00
 휴무일/화·수요일
 다가조 명물 쌀가루로 만든 빵, 튀김빵
ADD. 多賀城市留ヶ谷1丁目44番3
TEL. 022-352-3152

마보로시 해산물 리쿠우 다가조역앞점
 まぼろし海鮮陸奥 多賀城駅前店
 영업시간: 점심 11:00~14:00,
 저녁 17:00~23:00
 휴무/일요일(일요일이 휴일일 경우, 연휴 마지막날 휴무)
ADD. 多賀城市中央2丁目5番1号ヴィスタ
 ンア多賀城1F
TEL. 022-794-7501

PLUS UP



고대미 사케 오모와쿠 히메
 古代米美酒 おもわく姫
 역사 도시 다가조(多賀城)에 전해 내려오는 옛 사람 이야기의 여주인공 '오모와쿠(おもわく)'의 이름을 딴, 화이트와인처럼 과일 향이 나는 새로운 감각의 사케. 고대미(古代米)로 빚은 매우 희귀한 술이다.



고대미 古代米
 다가조시의 특산품으로 보랏빛으로 빛나는 고대미는 일반 쌀보다 낫직한 식감이 있으며, 미네랄과 비타민, 폴리페놀의 일종인 안토시아닌 등 다양한 영양소를 함유하고 있다. 맛은 물론, 미용과 건강에도 좋다.



다가조 스탬프
 多賀城御城印
 복원된 다가조 남문이 그려진 성 인장(御城印). 판매처: 다가조 관광안내소(JR센세키센 다가조역 내 / 다가조 유적 안내 시설)



고대미 가린토
 古代米かりんとう
 콩비지 베이스에, 다가조산 고대미를 사용한 가린토(일본 전통 튀김과자)는 살짝 단맛이 나는 단백한 식감을 가지고 있다.



명과 "다가조비" 銘菓「多賀城碑」
 다가조를 모티브로 한 명과 '다가조비(多賀城碑)'는, 꿀과 노른자가 듬뿍 들어간 사브레에 살구잼을 넣은 과자. 그 외에도 '다가조 북', '다가조 기와' 등 다양한 과자가 있다. (바이게츠도 과자 혼포/梅月堂菓子本舗)



미야기 테마여행 고대와 현재가 이어져 있는 마을 다가조

미야기현 중동부에 위치한 다가조시多賀城市에는, 고급 동서의 문인묵객의 문학적 영감을 자극했던 많은 역사 유적과 '우타마쿠라(노래에 등장하는 명소)'가 많이 남아 있다. 거리를 물들이는 계절의 꽃들과 고대쌀을 활용한 상품을 파는 가게, 도서관과 스케이트 파크 등 산책하며 즐길 수 있는 장소들이 도보권 내에 있어 매력이 더해진다.



다가조 창포 축제 多賀城跡あやめまつり

매년 6월 중순경, 초여름의 알리는 '다가조 유적 창포 축제(あやめまつり)'가 열린다. 특별사적 '다가조 유적' 한켠에 위치한 약 2만 1천㎡의 창포 정원은 800종, 300만 송이의 창포·제비꽃·꽃창포가 만개하며, 그 품종 수는 도호쿠(동북) 지방 최대 규모를 자랑.

다가조시립 도서관 多賀城市立図書館

다가조역 북쪽에 위치한 시립 도서관은 '집'을 컨셉으로 한 편안하고 따뜻한 분위기의 공간으로, 누구나 찾고 싶은 장소이자 젊은 층에도 인기 있는 관광 명소 중 하나이다.

ADD. 多賀城市中央2-4-3多賀城駅北ビル
TEL. 022-368-6226



TAGAJO CENTRAL PARK

실내외 공간이 함께 갖춰져 있는 스케이트 파크를 중심으로 한 시설로, 야외 스케이트파크는 전국에서도 손꼽히는 규모이다. 3×3 코트, 놀이시설, 카페, 상점 등이 마련되어 어른과 아이 모두가 즐겁게 시간을 보낼 수 있는 공간. (2026년 3월 개장 예정)

ADD. 多賀城市浮島字矢中
TEL. 022-365-4195

미야기올레 완주

▶ 종점 이미지

- 게센누마·가라쿠와 코스 오레이시 折石
- 오쿠마쓰시마 코스 오타카모리 大高森
- 오사키·나루코온천 코스 나루코 협곡 鳴子峽
- 토메 코스 보도누마 平筒沼
- 무라타 코스 창고 가게 거리 蔵の街
- 자오·도갓타운천 코스 자오연봉 蔵王連峰
- 다가조 코스 다가조 남문 多賀城南門

게센누마·가라쿠와 코스 시작점

	Kesenuma Karakuwa
	20 . . .

종점



토메 코스 시작점

	Tome
	20 . . .

종점



무라타 코스 시작점

	Murata
	20 . . .

종점



오쿠마쓰시마 코스 시작점

	Okumatsushima
	20 . . .

종점



오사키·나루코온천 코스 시작점

	Osaki Naruko
	20 . . .

종점



자오·도갓타운천 코스 시작점

	Zao Togatta Onsen
	20 . . .

종점



다가조 코스 시작점

	Tagajo
	20 . . .

종점





KYUSHU OLLE KYUSHU OLLE TRAIL

규슈올레 九州オルレ

규슈올레는 규슈의 아름다운 사계절의 풍광과 문화, 온천 등을 오감으로 느끼며 규슈의 매력을 발견하셨 으면하는 마음에서 만든 일본의 첫 올레 코스로 2012 년에탄생하였다. 규슈 각현에 18코스가 열려 있고, (2025년10월1일 현재) "규슈올레 페어"와 "규슈올레 완주 패스포트"등 각 코스에서 이벤트를 적극적으로 진행하고 있다.

규슈올레 문의처
<https://www.welcomekyushu.jp/kyushuolle/>



(나가사키현) 마쓰우라·후쿠시마 코스 도야타나다(다랭이논) 전망소



(나가사키현) 미나미시마바라 코스 노다제방과 노로시아마(산)



(미야자키현) 미야자키·오마루가와 코스 다카나베사

- 미야기올레 전코스(7코스)를 완주 하신 분에게 "미야기올레 완주증"을 보내드립니다.
- 각 코스를 완주하시고, 53페이지에 있는 스탬프란에 종점 스탬프를 찍어주세요.
- 전 코스 스탬프가 모이면, 아래 기입란의 내용을 모두 적어서, 이 페이지를 잘라서 우표를 붙인 반송용 봉투에 동봉하여, 아래 인증 신청하는 곳으로 보내주세요.
- 완주증은 1개월 정도 걸립니다.
- 미야기올레 완주자증, 원하시는 분은 미야기올레 공식 홈페이지에 성함 및 사시는 곳 지명을 게재 합니다.

발송방법에 대하여



전코스 완주 인정 신청 보내는 곳

〒980-8570 宮城県仙台市青葉区本町3丁目8-1
公益社団法人宮城県観光連盟

성 함	후리가나	성별	연령
		남 · 여	나이
주소	〒		
전화번호			
메일 주소	@		
미야기올레 공식 홈페이지에 사는 지역 게재 희망	희망함 / 희망하지 않음		

※취득한 개인정보는, 완주증 발송, 미야기현 공식 홈페이지 게재(희망하는 분에 한하여) 및 이벤트 정보발신용으로 사용됩니다. 정보발신을 원하지 않는 분은 아래에 체크해주세요.

정보발신을 희망하지 않음

※해외에 사시는 분 중에 해외발송을 할 수 없는 분은, 메일로 문의 또는 미야기올레 공식 홈페이지를 확인해 주세요.

메일 주소 : kanpro2@pref.miyagi.lg.jp

미야기올레 공식 홈페이지 : <https://www.miyagiolle.jp/>

완주자 인증용 스탬프 (종점)

게센누마·
가라쿠와 코스



오사키·나루코온천 코스



다가쵸 코스



오쿠마쓰시마
코스



토메 코스



무라타 코스



자오·도갓타온천 코스



미야기올레 이외의 트레킹 코스를 소개합니다.
멋진 경관 등을 꼭 체험해 주세요.



みちのく潮風トレイル Michinoku Coastal Trail

미치노쿠시오카제트레일 みちのく潮風トレイル

미치노쿠 시오카제 트레일은 아오모리현 하치노헤시 가부시마에서 후쿠시마현 소마시 마쓰카와우라까지 4현 29시정촌의 해안선을 중심으로 만들어진 “걷기 위한 길”이다. 총길이 1,000킬로를 넘는 트레일은, 동북지역의 태평양 연안의 다이내믹한 바다, 강, 마을, 숲을 연결하는 아름다운 경관을 볼 수 있는 것이 특징이다.

자연과 함께 사는 사람들의 생활, 옛부터 이어진 역사와 문화는 혹독하지만 풍요로운 자연의 은혜와 만나면서 지금에 이르고 있다.

걷는 중에 만나는 사람과 사람 사이의 따뜻한 교류도 이 길의 큰 매력 중 하나. 꼭 한번 동북지역의 걷기 여행을 체험해보자.



나토리시: 정보발신거점시설 중 하나인 나토리 트레일센터



미나미산리쿠초: 타츠가네산 자연과 지역의 풍토를 즐기고 지역의 삶과 만나는 길

미치노쿠 시오카제 트레일 문이치

ADD. 名取市関上東3-12-1

미치노쿠 시오카제 트레일 나토리 트레일센터

<https://www.mct-natori-tc.jp/>

TEL. 022-398-6181 E-mail. info@m-tc.org



미치노쿠 시오카제 트레일 루트