

M C T

Miyagi Cycle Tourism

M A P



01 気仙沼
「気仙沼大島 リアス海岸絶景コース」
 ●走行距離: 36.9km ●獲得標高: 520m ●最大標高差: 208m



04 石巻
「石巻 歴史とグルメ堪能コース」
 ●走行距離: 33.4km ●獲得標高: 747m ●最大標高差: 160m



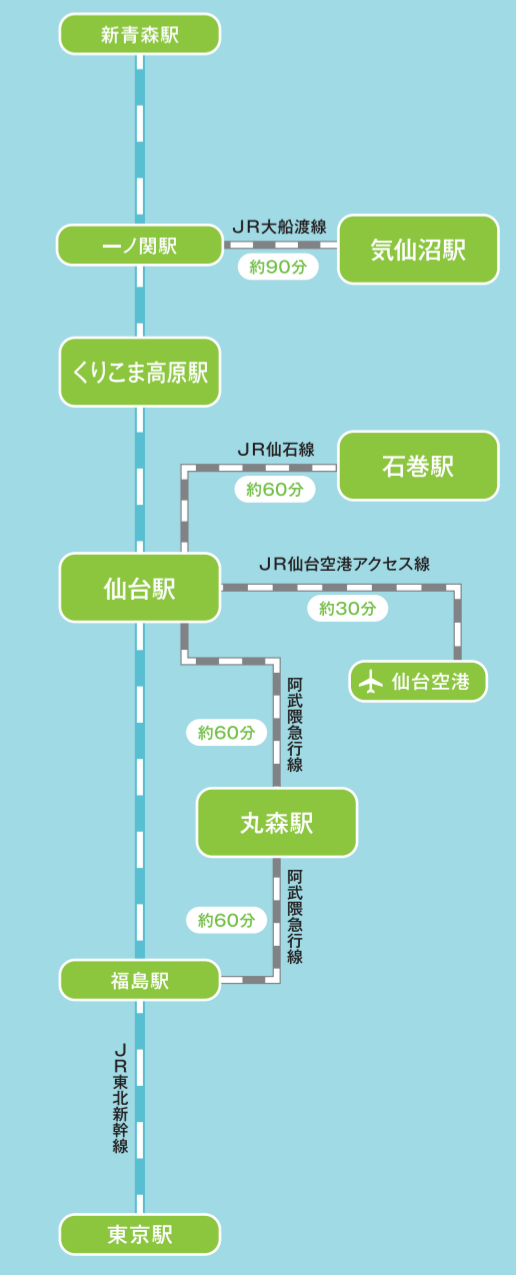
宮城サイクルツーリズム推進協議会 準備委員会

交通ガイド

●お車で越越しの場合



●JR線・各私鉄ご利用の場合



02 栗原
「くりこま山麓探訪コース」
 ●走行距離: 68.9km ●獲得標高: 930m ●最大標高差: 411m

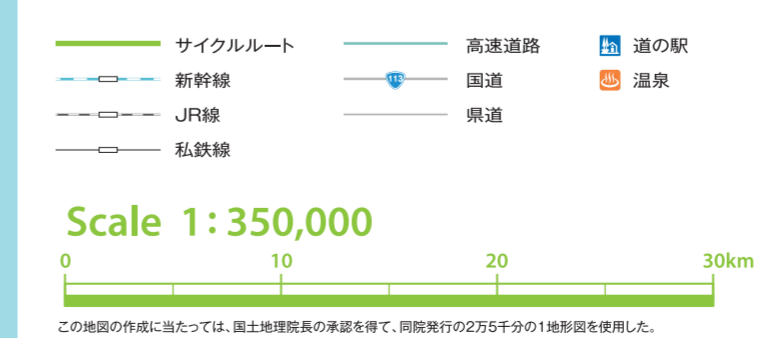
03 栗原
「くりはら田園漫遊コース」
 ●走行距離: 42.4km ●獲得標高: 235m ●最大標高差: 89m

05 仙台西部
「定義如来巡礼コース」
 ●走行距離: 22.1km ●獲得標高: 400m ●最大標高差: 288m

08 蔵王
「蔵王シルクライムコース」
 ●走行距離: 16.5km ●獲得標高: 1218m ●最大標高差: 1232m

06 仙台西部
「秋保観光ボタリングコース」
 ●走行距離: 29.5km ●獲得標高: 365m ●最大標高差: 184m

07 丸森
「丸森里山ノスタルジーコース」
 ●走行距離: 62.1km ●獲得標高: 749m ●最大標高差: 353m



この地図の作成に当たっては、国土院院長の承認を得て、同院発行の2万5千分の1地形図を使用した。(承認番号 平29情保、第419-GISMAP39570号)

宮城県内でのサイクルツーリズムを推進しています

“サイクルツーリズム”の取り組みを持続可能な形に発展させ、魅力ある街づくりにつなげる。

サイクルツーリズムの推進は、地域にインバウンド観光客を呼び込み、交通・健康・環境といった地域課題の解決に結びつく対策として注目を集めています。近年は宮城県内においても、サイクルツーリズムに関わる活発な動きがみられますが、それらを持続可能な形にするためにはサイクリストを受け入れるためのソフト・ハード面のインフラ整備やガイド人材の育成、地域関係者の参画など、取り組むべき課題があるのが現状です。

仙台市、栗原市、気仙沼市、石巻圏（石巻市、東松島市、女川町）、蔵王町・丸森町をモデル地域とし、県内関係者の連携を深め、サイクルツーリズムの推進と魅力ある街づくりを目指して現在さまざまな準備を行っています。



サイクルフォーラムの開催



サイクルガイドの育成研修の実施



県内モデルルートの設定



モデルルートの試走



01 気仙沼

離島の暮らしと海の恵み・リアス海岸の絶景を体で感じる「気仙沼大島 リアス海岸絶景コース」

- コースデータ**
- スタート：気仙沼駅
 - ゴール：気仙沼駅
 - 走行距離：36.9km
 - 獲得標高：520m
 - 最大標高差：208m
 - 所要時間：約4時間30分
 - 難易度：初級



お問い合わせ
気仙沼商工会議所
業務振興課
TEL:0226-22-4600

コースレビュー

東北最大の有人離島に渡り、島の時間の流れを体感できるコース。複雑に入り組んだ海岸線をはじめ島内の景勝地は三陸復興国立公園に指定されており、リアス海岸ならではの絶景を体感できます。※現在は気仙沼市南町海岸発のフェリーで島に渡ります。このコースは平成30年度末の気仙沼大島大橋完成後のコースとなります。今しばらくお待ちください。



- 1 安波山**
気仙沼市の市街地の北に位置し、山頂からは市街地が一望できる。
- 2 小田の浜海水浴場**
気仙沼大島にある遠浅で穏やかな半円形の美しい海水浴場。
- 3 龜山**
山頂からは幻想的な日の出や美しい夕焼け、そして夜には漁火や満天の星空を見ることができ。

02 栗原

悠久の大地の記憶に出会う旅「くりこま山麓探訪コース」

- コースデータ**
- スタート：栗原市役所一迫総合支所
 - ゴール：栗原市役所一迫総合支所
 - 走行距離：68.9km
 - 獲得標高：930m
 - 最大標高差：411m
 - 所要時間：約4時間30分
 - 難易度：中級～



お問い合わせ
一般社団法人
栗原市観光物産協会
TEL:0228-25-4166

コースレビュー

ジオパークとして認定されている栗原エリアは、豊かな自然景観や地質によって生じたダイナミックな地形変化を体感しつつ、栗駒山麓に生きる人々と交流ができる魅力的なコース。厳しいアップダウンが続く、走り甲斐がある一方で、交通量が少なく大変走りやすいコースとなっている。



- 1 細倉マインパーク**
細倉鉱山200年の歴史を学べるテーマパーク。
- 2 道の駅 路田里はなやま 自然薯の館**
地元農家の方が丹精こめて育てた花山特産の自然薯や、野菜類、きのこ類を販売。
- 3 藍染湖ふれあい公園 (荒砥沢ダム)**
「日本の地質百選」に選ばれた岩手・宮城内陸地震の地すべりの跡を間近で見られる公園。

04 石巻

はせくらつねなが 慶長遣欧使節 支倉常長に思いを馳せて、石巻の海の幸を堪能「石巻 歴史とグルメ堪能コース」

- コースデータ**
- スタート：サン・ファン館
 - ゴール：サン・ファン館
 - 走行距離：33.4km
 - 獲得標高：747m
 - 最大標高差：160m
 - 所要時間：約2時間30分
 - 難易度：中上級～



お問い合わせ
一般社団法人
石巻観光推進機構
TEL:0225-98-8285



コースレビュー

慶長遣欧使節 支倉常長の偉業を肌で感じ、牡鹿半島沖の豊かな海の幸を使用した絶品グルメを堪能できるコース。アップダウンと急カーブの区間が多いため、自分の限界に挑める。またカーブごとに変化するリアス海岸の素晴らしい景色は圧巻。



- 1 サン・ファン館**
慶長遣欧使節 支倉常長の偉業に触れられる観光施設。
- 2 Cafeはまぐり堂**
蛤浜にある古民家を改装したカフェ。隠れ家のようなカフェで、自分だけの浜時間をお過ごしください。
- 3 月の浦展望台**
慶長遣欧使節 船サンファン・パウチスタが出帆した月ノ浦と太平洋を見渡せる高台。

05 仙台西部

大倉ダムの絶景と癒しの定義如来、門前グルメで舌鼓「定義如来巡礼コース」

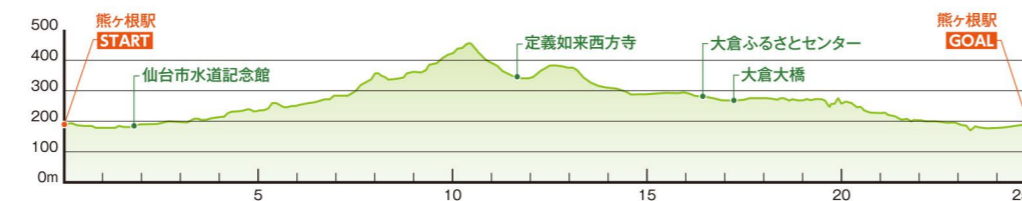
- コースデータ**
- スタート：熊ヶ根駅
 - ゴール：熊ヶ根駅
 - 走行距離：22.1km
 - 獲得標高：400m
 - 最大標高差：288m
 - 所要時間：約1時間30分
 - 難易度：中級～



お問い合わせ
株式会社
アネウツーリズムファクトリー
TEL:022-725-5115
(マイディー千葉市内)

コースレビュー

定義如来の名で親しまれている西方寺を参拝し、門前町でグルメを楽しみながら、大倉ダム湖畔を走行するコース。アップダウンの続く走りごたえのある林道区間も設定されており、サイクリングと観光の要素がそれぞれバランスよく取り入れられているコース設計となっている。



- 1 定義如来西方寺**
「定義さん」と親しまれており、本堂ではさまざまな御祈禱、法要が毎日行われています。
- 2 三角揚げ (定義とうふ店)**
大ぶりの油揚げは、外はサクサク、中はしっとり。できたての熱々を頬張ろう。
- 3 大倉ダム**
高さ82m、2つのアーチが連なるダブルアーチコンクリートダムという日本で唯一の珍しいダム。

06 仙台西部

のんびり自転車で温泉・食・自然・歴史に親しむ「秋保観光ポタリングコース」

- コースデータ**
- スタート：秋保・里センター
 - ゴール：秋保・里センター
 - 走行距離：29.5km
 - 獲得標高：365m
 - 最大標高差：184m
 - 所要時間：約4時間
 - 難易度：初級～



お問い合わせ
株式会社
アネウツーリズムファクトリー
TEL:022-725-5115
(マイディー千葉市内)

コースレビュー

温泉地として知られる秋保エリアのコースは、多くの飲食店や神社仏閣がコース上に立地しており、それらを巡るポタリング的な楽しみ方ができるコースとなっている。走行距離は短く、厳しいアップダウンも少ないためレベルを問わずに楽しむことができる。



- 1 秋保大滝**
幅6m 落差55m。文字通りの大滝で、日本三名瀑の一つです。
- 2 秋保大橋**
高さ50mの風景から秋保の四季の変化を楽しむことができます。
- 3 秋保ワイナリー**
目の前に広がるブドウ畑と温泉街を望むことができます。一等地にあるワイナリーです。

03 栗原

気ままに巡ろう、地元グルメと豊かな田園風景「くりはら田園漫遊コース」

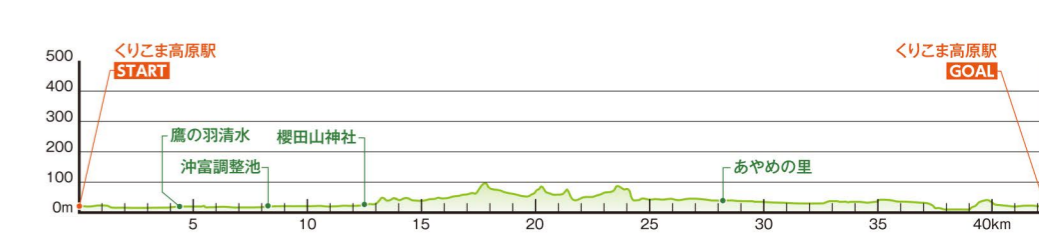
- コースデータ**
- スタート：くりこま高原駅
 - ゴール：くりこま高原駅
 - 走行距離：42.4km
 - 獲得標高：235m
 - 最大標高差：89m
 - 所要時間：約3時間
 - 難易度：初級～



お問い合わせ
一般社団法人
栗原市観光物産協会
TEL:0228-25-4166

コースレビュー

雄大な栗駒山や見渡す限りに広がる田園風景を眺めながらのびのびと走ることができるコース。交通量が少なく信号もほぼないことから、安全かつストレスなく走ることができる。アップダウンがほぼなく平坦なコースであるため、初心者でも楽しめるコースとなっている。



- 1 櫻田神社**
約1500年前に創建されたといわれ、県内でも有数の歴史を持つ、狩野英孝の実家としても有名な。
- 2 フルーツ工房・土里夢**
地域の農産物をたっぷり使用した、シャーベット、プレミアムソルベを生産・販売しております。
- 3 伊豆野燻**
栗原市一迫川原を流れる道川に作られた総延長21kmを流れる用水路です。

07 丸森

古きよき里山の原風景に会いに行こう「丸森里山ノスタルジーコース」

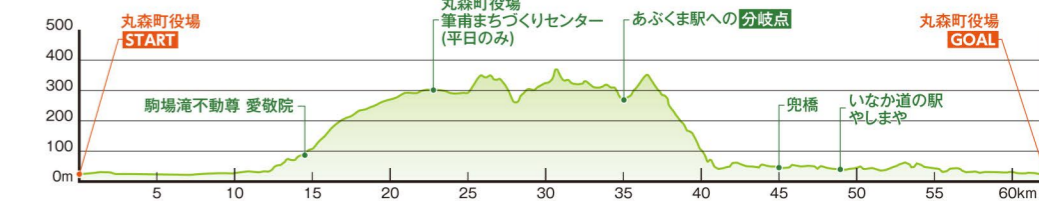
- コースデータ**
- スタート：丸森町役場
 - ゴール：丸森町役場
 - 走行距離：62.1km
 - 獲得標高：749m
 - 最大標高差：353m
 - 所要時間：約4時間
 - 難易度：中級～



お問い合わせ
一般社団法人
宮城インバウンドDMO
TEL:0224-87-8081

コースレビュー

日本の原風景ともいえる里山の豊かな自然の中を走り抜けるコース。総走行距離は62.1kmで、アップダウンも相当にあるため、ある程度の走力のあるサイクリスト向けだが、程よくワインディングした道から標高に応じたさまざまな景色を望むことのできる魅力的なコースとなっている。



- 1 蔵の郷土館管理屋敷**
豪商・番藤理助氏の屋敷および収穫品すべてを町が寄贈を受け、開放した屋敷です。
- 2 阿武隈川河川敷**
丸森を横断する一級河川の阿武隈川、その河川は見通しが良くサイクリングには最適です。
- 3 駒場滝不動尊 愛敬院**
東北36不動尊霊場30番札所の修験山伏の祈願寺院、ハートスポットとしても人気です。