



# INAKAで 遊ぼう・泊まろう



みやぎの  
農泊宿泊先ガイド  
Ver.2



# みやぎの海で 遊ぼう・泊まろう

その町には、山があり、畑があり  
海があって、旬の野菜や魚がとれました。  
懐かしい温もりに満ちた宿には  
友人のように、家族のように  
やさしく接してくれる宿主の姿がありました。  
どこを切り取っても美しい風景を眺めていると  
心が癒されていくから不思議です。  
INAKAには普段の生活では見つけられない  
愛おしい時間が流れています。



農泊体験記

海編

Farm stay & Experiences

特集

海へちよい旅体験  
～南三陸町観光協会編～

ほのかに感じる磯の香りと豊かな海の幸の味わい。

県の東部に壮大な太平洋が広がる宮城県だからこそ海ならではの楽しい体験があるのです。

テレビ番組やCMでおなじみの渡辺花が、南三陸町観光協会の体験メニューを味わってみました。

まちあるき語り部

南三陸町観光協会の職員で、自らも学生時代に被災した語り部の佐藤可奈奈さんのガイドにより、南三陸町震災復興祈念公園を訪問。旧防災対策庁舎や、犠牲者名簿を安置する「祈りの丘」を訪れながら、震災当時の様子などを話してもらいました。

震災のすさまじさを今に伝える旧防災対策庁舎。

海拔20mの高さがある「祈りの丘」で、思いを新たに。

佐藤さんの体験を基にした語りと説明に、当時の様子がうかがえます。

公園とさんさん商店街を結ぶ「中橋」は隈研吾さんのデザイン。

塩づくり体験

南三陸・海のビジターセンターで、ラムサール条約登録湿地である志津川湾から、海水を汲んで煮沸し、天然の塩をつくります。塩づくりをしながら、海の汚れを意識するピーチクリーンや、環境レクチャーも受けられます。

1

レクチャーを受けながら、ビジターセンター近くで採取した海水の分量を量ります。

2

簡単、簡単

煮沸した海水をろ過。

3

いつもの塩より塩味が強い、感じ！

ろ過した海水をフライパンで加熱していくと、塩が完成。

information

施設名称 南三陸・海のビジターセンター 電話番号 0226-25-7622  
所在地 〒986-0781 宮城県本吉郡南三陸町戸倉字坂本 21-1 営業時間 9:30～16:30 休館日 火曜日

オクトパス君色絵付け体験&昼食



1 コツをしっかり聞いて早速色塗りスタート。



2 最後に黒目を入れれば完成。



3 塗り手によって顔が変わるので、世界に一つのオリジナルオクトパス君に。

緊張する

information

施設名称 南三陸復興ダコの会 /YES 工房  
電話番号 0226-46-5153 FAX 0226-46-5157  
所在地 〒986-0782 宮城県本吉郡南三陸町入谷字中の町 227

昼食

昼食は、地元南三陸産の海鮮をふんだんに使い、見た目も味も豪華な「キラキラ丼」。旬の食材を使って作られるどんぶりは、春つげにはじまり、うに、秋旨、いくららの4種類。キラキラ丼ののぼりが目印。南三陸を訪れたなら、ぜひ味わってみたい一品です。



新鮮ないくらのお食感と味が何とも言えないおいしさ



冬のキラキラ丼はいくら。どんぶり以外にも豪華なおかずが楽しめます。

民宿泊

南三陸の海を一望できるロケーションと新鮮な海の幸をふんだんに使った料理が自慢の「民宿なか」。漁師のお父さんが水揚げした新鮮な魚をお母さんと娘さんが心を込めて調理した家庭の味が楽しめます。料理はもちろんですが、ホストのお父さんとの会話が何よりのごちそうです。



温かいホストファミリーがお出迎え。



ホストのお父さんから、昔の漁具を見せられながら漁の話聞くのも楽しみの一つ。



落ち着いた雰囲気と純和風の部屋。



夕飯は母屋の和室で。ホストファミリーとのふれあいが民宿の魅力です。

information

施設名称 民宿 なか 電話番号 0226-46-6309 所在地 〒986-0717 宮城県本吉郡南三陸町志津川字袖浜 148-2

南三陸町観光協会の詳しい情報は 21P で紹介!

体験を終えて

南三陸町は何度も訪れたことはありますが、そのたびに新しい発見があり、お気に入りの場所です。個人的に建築が好きなので、隈研吾さん設計の「中橋」を渡れたのはとてもうれしいです。語り部の佐藤さんが、「街が新しくなっていくと、古い町並みがなくなって寂しいと感じている」とおっしゃっていたのが印象的でした。いろいろな体験もキラキラ丼も最高に楽しいひと時でした。



わたなべ はな  
渡辺 花

1994年仙台市生まれ。現在、地元テレビ番組にレギュラー出演中。レポーターや、コマチャ出演で活躍しています。

@wtmb878 @wtmb878

# みやぎの山<sup>♀</sup>で 遊ぼう・泊まろう

ゆっくりと目を開けると  
そこに広がるのは、深呼吸したくなるような  
緑あふれる山里の景色、紺碧に染まった海の風景。

暖かな陽ざしと季節の薫りに  
懐かしい記憶が鮮やかによみがえります。

慌ただしい日常から解放されて  
自然の中に身を委ねるひととき。

INAKAにはいつの間にか忘れかけていた  
大切なものがたくさんありました。



農泊体験記  
山編  
Farm stay & Experiences

特集 山へちよい旅体験  
～鳴子温泉もりたびの会編～



古くから残された伝統工芸の体験や、里山での自然体験。県の西部に美しい山々がある宮城県だからこそ山ならではの非日常の体験があるのです。テレビ番組やCMでおなじみの松田泰成が、鳴子温泉もりたびの会の農泊体験メニューを味わってみました。

豆こけしづくり体験

鳴子温泉川渡にある準喫茶カガモクでは、5cmほどの豆こけしの絵付け体験や、鳴子産のミズキ材のナイフで削り出してつくる豆こけし作り体験が楽しめます。揚げたてのこけしドーナツもぜひとも味わいたい一品です。

1 絵付けの前にはまず下書き。オリジナルこけしの構想を。

2 小さい分、細かい作業なのでなかなか難しい。

3 絵付けした豆こけしに金具を付けてストラップにします。

4 自家製揚げたてこけしドーナツに舌鼓。

豆こけしに絵付け開始。

information

施設名称 準喫茶カガモク 電話番号 070-5540-7150  
所在地 〒989-6711 宮城県大崎市鳴子温泉字川渡 49 営業時間 金・土・日 10:00～16:00

サステイナヴィレッジ鳴子見学 & 昼食



小型木質バイオマスガス化熱電併給ユニットの説明を聞きました。



燃焼後の灰の量は、想像以上に少ないですね



こんな集落がもっといろいろなところに行きたいですね

information

連絡先 鳴子温泉もりたびの会  
※17P 参照

昼食

昼食は、NPO 法人鳴子の米プロジェクトのお店「むすびや」のお弁当。100%鬼首・中山産の鳴子の米プロジェクト「ゆきむすび」を使用したおにぎりと、素朴な家庭の味を感じさせるすべて手作りのおかずは、食べてみる価値ありのお弁当です。



冷めてもこんなモチモチのおにぎりは初めてです！



うるち米ともち米の中間の性質を持つ「ゆきむすび」  
むすびやの「ごちそう弁当」

information

施設名称 NPO 法人 鳴子の米プロジェクト  
むすびや  
電話番号 090-6687-6318  
所在地 〒989-6832 宮城県大崎市鳴子温泉字墨沼 77-84

鳴子ダム見学

昭和27年に着工し、昭和33年に竣工した鳴子ダムは、100m級のダムとして、外国人技術者を招かず、日本で初めて日本人だけの手で建設されたアーチダムです。その歴史や普段は見ることができないダムの内部まで職員のガイド付きで見学することができます。



管理事務所近くの本山隧道には、職員手作りのライトアップが施されています。



管理所展望テラスからは、ダムを見渡せるだけでなく、対岸に建設当時の遺構を見ることもできます。



毎年5月に行われる「すだれ放流」は一見の価値あり。



ダム内にある傾斜鉄道(インクライン)でダムの最低部まで移動。



ダム最下層から見上げるとその壮大さがよくわかります。

information

施設名称 鳴子ダム管理所  
電話番号 0229-82-2341 FAX 0229-83-3855  
所在地 〒989-6806 宮城県大崎市鳴子温泉字岩測 2-8

鳴子温泉もりたびの会が気になる！という方は17Pへ。



まつだ やすなり  
松田 泰成

1995年仙台市生まれ。現在、地元テレビ番組のレポーターや、コマーシャル出演で活躍中。

@やすなりやす @やっちまい家 松田泰成

体験を終えて

今回は、鳴子の伝統工芸にちなんだ体験や、鳴子ならではの味を楽しむことができました。サステイナヴィレッジでは、持続可能な集落という新しい取り組みも見学できて、こうした仕組みがもっと多くの地域に広がるといいなあと思いました。最後に訪れた鳴子ダムでは、その壮大さや歴史を知り、普段見ることができない場所まで案内してもらえて、とても刺激になりました。