

# 1泊2日 伊豆沼・内沼で野鳥観察コース



**1日目 見学**  
**栗原市サンクチュアリセンターつきだて館 (昆虫館)**  
 伊豆沼・内沼に数多く生息する昆虫の生態を、標本や映像などで紹介する施設です。  
 世界中の蝶や甲虫の標本も展示されています。(入館料 無料)  
 9:00~16:30  
 9月1日、祝日の翌日  
 12月29日~31日  
 ☎0228-22-7151  
 栗原市栗駒字横須賀費田20-1

**1日目 見学**  
**宮城県伊豆沼・内沼サンクチュアリセンター**  
 白鳥が羽根を広げたような外観が特徴の建物です。渡り鳥の生態や伊豆沼・内沼に生息するさまざまな生物などが展示されており、フィールドスコアによる野鳥の観察などもでき、楽しみながら伊豆沼・内沼の自然や鳥の生態などが学べます。また、「マガンの飛び立ち観察会」や「昆虫採集・標本づくり」の体験イベントも多数実施されています。  
 9:00~16:30  
 9月1日、祝日の翌日  
 12月29日~31日  
 ☎0228-33-2216  
 栗原市若柳字上地廻間敷17-2

**2日目 温泉・お食事・お土産**  
**天然温泉たかもりの湯**  
 地下1,000mより湧き出る源泉を鑿りに使う「源泉かけ流し」の日帰り温泉です。加水・循環・濾過を一切しておらず、純度の高い温泉を楽しめます。  
 9:30~21:00  
 第一月曜日、年末年始  
 大人700円、小人320円(通常料金)  
 ☎0228-24-7151  
 栗原市若柳字上地廻間敷17-2

**1日目 観察**  
**マガンのねぐら入り**  
 マガンやハクチョウなどの渡り鳥は、日は近くの田んぼで餌を食べたり、休んだりして過ごし、日の入り時刻になると一気に、四方八方から沼を目指して戻って来ます。  
 約0.8km  
 約10分

**2日目 観察**  
**マガンの飛び立ち**  
 早朝、霧が立ち込める中、たくさん飛ぶ鳥たちが鳴き声を上げながら飛び立つ様子は、荘厳の一言です。昼間は見るのができない貴重な瞬間を、どうぞご体感ください。  
 約0.8km  
 約10分

**1日目 ご宿泊**  
**伊豆沼交流センター (伊豆沼ウェットランド交流館)**  
 伊豆沼に一番近い公共の宿です。研究室やテニスコートがあり、誰でも利用できる施設です。伊豆沼・内沼の自然観察や野鳥観察などの拠点としても便利です。  
 ☎0228-33-2831  
 栗原市若柳字上地廻間敷16-1

**レンタサイクル**  
 お買い物や観光、散歩などにご利用できる自転車の貸出しが行われています。  
 3段変速付きの軽快な24インチ、26インチなど、いろいろなタイプがそろっています。

**立ち寄りスポット**  
**くりはらツーリズムネットワーク (体験プログラム)**  
 地元の人々が講師となり、交流しながら楽しめる体験プログラムを多数開催しています。  
 栗原産産材を用いた料理教室や冬のマガンの朝の飛び立ちや、ねぐら入りの観察会など、メニューが豊富です。  
 自転車でも田園風景を走るサイクリングもオススメです。  
 (問い合わせ・申込)  
 ●くりはらツーリズムネットワーク  
 ☎090-4869-5310 栗原市若柳字上地廻間敷45 URL http://ktnpr.com/

**カフェ・コロポックル**  
 伊豆沼のそばの高山にあり、眼下に広がる絶景が自慢のジャズカフェです。店内に流れるジャズを楽しみながら、マスカレードのコーヒーズを味わうことができます。  
 (ランチタイム 11:00~14:30) (ラストオーダー 14:00)  
 10:00~18:00  
 火曜日、水曜日  
 ☎0228-24-7975  
 栗原市若柳字上地廻間敷20-6

**エポカ21展望レストラン B&Jキッチン**  
 くりこま高原駅にある「エポカ21」の最上階にある展望レストラン。栗駒山を望みながらの美しいお食事を楽しめます。「志波姫パーク」など地産産材にこだわった料理が人気です。  
 (ランチタイム 11:00~14:30) (ラストオーダー 14:00)  
 10:00~18:00  
 毎月第3水曜日  
 ☎0228-23-0021(代表)  
 栗原市志波姫新館279-2



**“くりはら”までのアクセス (交通)**

●東北自動車道	仙台宮城IC	約60km	●栗駒IC	約10km	●若柳金成IC	約17km	一関IC	約12km	平泉前沢IC
●JR東北新幹線	仙台駅	約25分	くりこま高原駅	約10分	一ノ関駅				
●JR東北本線	仙台駅	約55分	瀬峰駅	約30分	有賀駅	約6分	一ノ関駅		
●高速バス	仙台	約1時間	築館	約10分	くりこま高原駅	約15分	金成		
	仙台	約1時間	築館	約10分	一迫				
	仙台	約1時間15分	若柳	約20分	登米				

**タクシー**

㈱栗原観光タクシー 本社	築館	☎0228-22-1515
宮城観光タクシー	築館	☎0228-22-2166
南若柳観光タクシー	若柳	☎0228-32-2033
南若柳中央タクシー	若柳	☎0228-32-2145
南若ヶ崎観光タクシー	栗駒	☎0228-45-2251
南栗駒タクシー	栗駒	☎0228-45-2231
㈱栗原観光タクシー 高清水営業所	高清水	☎0228-58-3939
㈱栗原観光タクシー 一迫営業所	一迫	☎0228-52-2233
南山口タクシー	瀬峰	☎0228-54-2319
㈱栗原観光タクシー 瀬峰営業所	瀬峰	☎0228-38-2133
南山口タクシー 細倉営業所	鶯沢	☎0228-55-2604
沢辺タクシー	金成	☎0228-42-2141
南志波姫タクシー	志波姫	☎0228-25-3333

**レンタカー**

JR駅レンタカーくりこま高原営業所	☎0228-22-7163
トヨタレンタリース宮城くりこま高原駅前店	☎0228-21-2100
ニッポンレンタカーくりこま高原駅前営業所	☎0228-22-0919

**観光案内所**  
 (一社) 栗原市観光物産協会  
 ☎9:00~18:00  
 ●年中無休 (12月29日~1月3日を除く)  
 ●☎0228-25-4166 FAX0228-25-4182  
 栗原市志波姫新館284-3 (JRくりこま高原駅内)  
 URL http://kurihara-kb.net/

**宮城県北部地方振興事務所 栗原地域事務所**  
 〒987-2251 宮城県栗原市築館藤木5-1 TEL 0228-22-2195 FAX 0228-22-6284  
 ※このマップは、全ての観光施設等の情報を網羅しているわけではありません。また、令和3年3月時点の情報を元に作成しました。 ※このマップは、1万部作成し、1部当たりの印刷単価は44円です。

# くりはら 旅の周遊ガイド

**栗駒山を満喫コース**  
**伊豆沼・内沼で野鳥観察コース**  
**くりはら産業遺産にふれる旅コース**  
**花山そば打ち体験コース**  
**フォトジェニックコース**  
**義経伝承の地めぐりコース**

**おすすめの6コース掲載**

- わびりぼんじょ (10月)
- 若柳追川河川敷 (4~5月)
- 伊豆沼・内沼はすまつり (8月)
- 小僧不動の滝 (1月)

# 1泊2日 栗駒山を満喫コース



**1日目 見学**  
**栗駒山麓ジオパークビジターセンター**  
 平成27年に日本ジオパークとして認定された栗駒山麓ジオパークの活動拠点施設です。  
 展示室では、映像やジオラマなどでジオパークの魅力を楽しめるほか、シアター室では、壁と床の巨大スクリーンで栗駒山の誕生物語など自然の美しさと驚異を体感できます。(入場料 無料)  
 3月~11月 9:00~17:00  
 12月~2月 9:00~16:00  
 火曜日 (祝日の場合は翌平日)  
 年末年始 (12/29~1/3)  
 ☎0228-24-8836  
 栗原市栗駒山麓栗駒駅5

**1日目 登山**  
**栗駒山**  
 宮城・秋田・岩手の3県にまたがり、春から秋は登山やトレッキング、「神の城」ともいわれる紅葉、冬の雪景色と1年を通じて自然美を楽しめます。  
**いわかがみ平**  
 栗駒山の標高1,113mにある展望台。  
 登山口からなだらかな坂道を登って頂上を目指そう！

**1日目 ご宿泊**  
**くりこま高原温泉郷 (ハイルザーム栗駒)**  
 名峰栗駒山の懐に湧く湯が自慢の温泉宿施設です。宿泊はもちろん、日帰りでも温泉とおいしい食事をたっぷり堪能できます。駅内には流水プールやマッサージ効果のあるアトラクションプールを完備。また、敷地内にはコテージなども併設しており、滞在型の健康増進施設としてオススメです。  
 10:00~18:00 (日帰り温泉) ●年中無休  
 ☎0228-43-4100  
 栗原市栗駒山麓新館東50-1

**2日目 見学**  
**山ノ駅くりこま**  
 地産産物とたてた野菜や果物、漬物、お菓子など、地域の特産や逸品がズラリと並ぶ産直施設。  
 毎月第2・第4土曜日、まぼろしの限定販売を行っています。  
 ●岩魚料理が味わえるところ  
 ●炊き立ての「鱈魚の飯」  
 ●ハイルザーム栗駒  
 ●新湯温泉くりこま荘  
 ●山ノ駅ハウス  
 ☎0228-46-2136  
 ☎0228-43-4100  
 ☎0228-46-2036  
 ☎0228-46-2220  
 栗原市栗駒山麓小1路150-7

**2日目 お土産**  
**栗駒山麓の清水が育むイワナ身のお刺し**  
 栗駒山麓の清水が育むイワナ身のお刺しは、とても美味しく、お土産にも最適です。天ぷらや蒲焼など、お店それぞれのこだわりや美味しさを味わうことができます。  
 ●岩魚料理が味わえるところ  
 ●炊き立ての「鱈魚の飯」  
 ●ハイルザーム栗駒  
 ●新湯温泉くりこま荘  
 ●山ノ駅ハウス  
 ☎0228-46-2136  
 ☎0228-43-4100  
 ☎0228-46-2036  
 ☎0228-46-2220  
 栗原市栗駒山麓小1路150-7

**2日目 散策**  
**世界谷地原生花園 (第2温泉)**  
 「広い湿原」という意味を持つ世界谷地。栗駒山の中腹 (標高669~707m地帯) に広がる湿地帯は貴重な高山植物の宝庫です。5月から9月まで、様々な種類の高山植物に囲まれながら、散策を楽しめます。  
 6月中旬頃に湿原一面に咲き乱れるニッコウキスゲの大群落は圧巻です。  
 ●栗原市栗駒山麓新館

**立ち寄りスポット**  
**六日町通り商店街**  
 栗駒地区の中心部に位置する歴史のある商店街です。老舗菓子店、熊そばの店、栗原の地酒が揃っている酒舗など、郷愁を誘う店舗に、若手の店主たちが近年開業した栗駒製菓ジーンズのショップ、カフェや飲食店、オリジナル雑貨の店など新しい魅力が加わった人気の散策スポットです。  
 ●栗原市栗駒山麓六日町4-10  
 栗駒六日町通り商店街地域おこし協力隊事務局 (水曜日定休)

**立ち寄りスポット**  
**愛藍人・文字 (あいらんど・もんじ)**  
 日本最古の染色方法「正藍染」と文字地の魅力を紹介する施設です。  
 工房では藍染体験ができます。  
 藍染の製品の展示・販売や地元の産品を味わえる食堂や売店も所蔵しています。  
 ●10:00~14:00 藍染体験 (6月~7月)  
 ●月曜日、火曜日、水曜日  
 ●冬季 (12月中旬~2月末)  
 ☎0228-47-2141 栗原市栗駒山麓文字館103

**立ち寄りスポット**  
**苔スポット**  
 文字地区では、「くりはらの苔」の産地化を目指して、苔の人工栽培が行われています。

# 1泊2日 くりはら産業遺産に ふれる旅 コース

## 1日目

### 見学

#### 細倉マイナパーク

昭和62年に閉山された旧細倉鉱山の坑道跡を歩きながら近代鉱山の歴史を学ぶテーマパークです。観光坑道では、再現された当時の作業光景を見学できます。砂金採り体験や屋外の555メートルあるスライダーパークも人気です。

- 大人500円 中学生400円 小学生300円
- 砂金採り体験、スライダーパークの料金は別途
- 3月1日～11月30日 9:30～17:00 12月1日～2月末日 9:30～16:00
- 火曜日（祝日の場合は翌日）12月31日～1月3日
- \*GW、夏休み期間は休まず営業
- ☎0228-55-3215 栗原市滝沢南郷駅2-3

#### 細倉鉱山資料展示室

1200年前に発見され、日本有数の鉛、亜鉛の産出量を誇った細倉鉱山に関する資料や実際に使っていた道具や古文書のほか、当時の街並みを再現したジオラマなどが展示されています。（入場料 無料）

- 3月1日～11月30日 9:30～17:00
- 12月1日～2月末日 9:30～16:00
- 火曜日（祝日の場合は翌日）12月31日～1月3日
- \*GW、夏休み期間は休まず営業
- ☎0228-55-3215 栗原市滝沢南郷駅2-3

## 2日目

### 見学

#### わかやなぎ農産物直売所 くりでん(昼食)

くりはら田園鉄道公園のすぐ隣にある直売所です。生産者が丹精込めて育てた新鮮野菜をはじめ、手作りのお惣菜、つくしたのお餅、焼きたてパン、工芸品、花などが豊富に並び、三工房の商品はすべて手作りです。軽食コーナーではお汁も味わえます。

- 9:00～17:30
- 3月1日から11月3日
- ☎0228-32-7707 栗原市若柳川北線ノ根27-1

#### ミニ畳づくり (只見工業所)

創業天保7年、約185年続く老舗の畳店でミニ畳づくりを体験。お好みの縁(へり)で自分だけのミニ畳を作ってみよう！

- 3,000円
- 10:00～16:00
- 日曜日(要相談で受入可)、年末年始
- ☎0228-32-3356 栗原市若柳川北片町54

#### 若柳地織 はたや

若柳地織は、明治から大正にかけて盛んに製造された織物で、紺色と緑色の草木柄が特徴。綿織物独特の柔らかな肌触りで、県指定伝統工芸品にも指定されています。ジャケットやネクタイ、名刺入れ等の小物類など、肌触りのよい小物類もオスズメです。1915年にトヨタの創設者、豊田佐吉翁が發明した「豊田式鉄製小輪動力織機(Y式)」が現在も使用されています。

- 9:00～17:00 (中学生300円 小学生150円)
- ☎0228-32-3087 栗原市若柳川北線ノ根12

## 立ち寄りスポット

#### 若柳商店街

くりでんミュージアムから一足伸ばしたところの商店街には、栗原市出身の有名なご実家の文具店や老舗の菓子店、レトロな雰囲気の喫茶店、お惣菜が人気のお肉屋さんなど、地元で永年愛されてきた個性豊かなお店が並んでいます。

便利な「若柳商店街マップ」を活用して、お気に入りのお店を見つけよう！  
「若柳商店街マップ」は、くりでんミュージアムや「わかやなぎ農産物直売所くりでん」に置いてあります。

#### 細倉鉱山関連遺産 (近代化産業遺産)

細倉マイナパーク周辺では、廃線となったくりはら田園鉄道の終点「旧細倉マイナパーク駅前」や「細倉神社」など、往時の鉱山の面影がみられます。

# 1泊2日 花山そば打ち 体験 コース

## 1日目

### お食事・お土産

#### 道の駅 路田里はなやま 自然薯の館

花山特産の自然薯をはじめ、地元の野菜やキノコなどが店頭並びます。花山湖付近で楽しめるトレッキングや溪流釣りなどのアウトドアの拠点としても便利です。鈴木さんのハチミツがオスズメです。

- 8:30～17:00
- レストラン 10:30～16:00 (ラストオーダー)
- 12月28日～1月2日
- ☎0228-56-2265 栗原市花山字本沢北ノ前11-1

#### 花山青少年旅行村

花山湖の美しい自然に囲まれ、夏のキャンプ、秋の芋煮会など、家族で楽しめます。テニスコートや運動広場、コテージなどの設備が充実しているの、さまざまなシーンで利用できます。

- 4月1日～11月15日
- ☎0228-56-2101 栗原市花山字本沢干干地2-1

#### 湖畔のみせ 旬彩

花山湖畔にある湖を一望できる絶景のカフェ。旬食材を使った軽食やスイーツを味わえます。おにぎりランチがオスズメです。

- ランチ 10:00～16:00
- ☎0228-56-2040 栗原市花山字本沢温泉地内

#### 座主 窯

宮城県内でも数少ない穴窯で、釉薬を使わない焼窯という伝統的な技法で制作しています。普段使いの器を中心に、花器、茶碗など、現代の生活に自然に溶け込むデザインが人気です。

- 10:00～17:00 (要事前予約)
- ☎0228-56-2750 栗原市花山字本沢片町33

## 立ち寄りスポット

#### 宮城県こもれびの森 森林科学館

「こもれびの森」では、フナやミズナラなどの天然林をはじめ、多くの野鳥や小動物、キノコなどを観察できます。森の入口にある森林科学館では、こもれびの森の動植物を紹介するコーナーやネイチャーウォークを体験できるコーナーがあり、屋外ではバーベキューや芋煮会などのイベントも楽しめます。(入館料 無料)

- 開館時間 4月1日～11月30日(休館日) 利用期間 4月～10月 9:00～16:30
- 11月 9:00～16:00
- 2月1日から3月31日まで
- ☎0228-56-2330 栗原市花山字本沢片町10-7

#### 湯浜温泉 三浦旅館 (ランプの宿)

栗駒登山の湯浜コースの入口にあり、「ランプの宿」として人気の情緒たっぷりの宿です。

- 日帰り入浴 500円
- 日帰り入浴 4月30日～11月3日
- 大・500円 2歳～18歳未満 300円 以下無料
- 日帰り入浴 10:00～19:30
- ☎0228-56-2251 栗原市花山字本沢温泉1-11

# フォトジェニック コース

## 1 旧有壁宿本陣

江戸前風に創建された奥州街道の宿駅。主要街道の重要な遺構として国の重要文化財にも指定されています。

☎0228-42-2194 栗原市金成上置田8

## 2 金成ハリストス正教会

高さ17メートルの鐘楼が目につく異国情緒漂う西洋建築物でレトロな雰囲気が味わえます。栗原市の有形文化財にも指定されています。

☎0228-42-2155 栗原市金成中町7

## 3 金成歴史民俗資料館

明治20年につくられた旧金成小学校の校舎を今に残し、金成の歴史と文化財資料なども展示されています。

☎0228-42-8377 栗原市一迫子戸上権平20-2

## 4 風の沢ミュージアム

200年以上の古民家をそのまま生かした美術館です。2021年には登録有形文化財に登録されました。

☎0228-52-2811 栗原市一迫子戸外野原11

## 5 一迫長崎の水車

栗原は、栗駒山からの豊かな水が潤す宮城県屈指の米どころです。昔ながらの美しい田園風景が広がっています。

☎090-2885-5797 栗原市一迫真駒町東10-12

## 6 長屋門café いわさぎ花門

栗原市内には今も門の両側に長屋にした民家屋敷の門構えの形式である長屋門が50軒以上も残っています。

☎080-5554-7030 栗原市若柳下畑町谷川12

## 7 立ち寄りスポット

昭和32年の創業以来、地産地消をモットーにした「和食」を基本とした創作料理が定評のお店です。令和元年度の食材王国みやぎ推進優良活動表彰地産地消部門で「特別賞」を受賞しました。

- 11:30～13:30 17:00～22:00
- ☎0228-52-2028 栗原市一迫真駒町東10-12

# 農家民宿・民泊

## ファームインかわせみ

里山の自然に囲まれた静かな環境、そして田畑で採れた食材を盛り込んだ料理もおもてなし。アウトドアクッキングもできる、1泊1組限定の宿です。

- ☎0228-42-2194 栗原市金成上置田8

## 有賀の里 たかまつた

明治10年建築の座敷を客室として再生。高台から望む田畑の広がりは日本の原風景そのもの。料理好きな女将がふるまう夕食は、この地で採れた野菜がたっぷりです。

- ☎0228-32-5857 栗原市若柳有賀字6

## 民泊 やまざき

東日本大震災で被災したオーナーが、栗原市に移住して開業。野菜の収穫やとれたて野菜を使った調理等の体験や、オーナー夫婦による防災談義など、交流メニューもあります。

- ☎080-5554-7030 栗原市若柳下畑町谷川12

## 民泊 大畑

水稲と畜産を営む専業農家の自宅。敷地にある牛舎にはかわいい仔牛がいます。女将のあたたかみでなしに癒やされ、実家に帰ったような雰囲気の中、ゆったりの時間を過ごせます。

- ☎0228-33-2621 栗原市若柳下畑町大畑54

## 和みの家

「和みの家」のホストは木工です。茶室あり、囲炉裏あり！木工が建てた本格木造住宅に泊まって素晴らしい休日です！

- ☎090-7522-5817 栗原市栗駒台巻法庫14

## 義経伝承の地めぐり コース

### 1 判官森

約12km 約20分

### 2 栗原寺

約7km 約10分

### 3 津久毛橋城跡

約8km 約11分

### 4 炭焼藤太夫妻のお墓

約3km 約6分

### 5 金田八幡宮神社

約7km 約10分

### 6 鷹の羽清水

約7km 約10分

### 7 熊野神社の大杉

約7km 約10分

## 立ち寄りスポット

### 金成温泉 金成延年閣

柔らかな泉質の温泉と、栗駒山のそと、栗駒山の眺望が楽しめる。温泉の湯気が朝の爽やかな気分を演出してくれます。

- 大・500円 2歳～18歳未満 300円
- 日帰り入浴 10:00～19:30
- ☎0228-42-1121 栗原市金成三沢32

### 炭焼藤太夫妻のお墓

平泉に伝説された金成吉次は、藤原氏の命で、金田八幡宮神社の一角にあった栗原に居住したといわれています。

### 金田八幡宮神社

平泉に伝説された金成吉次は、藤原氏の命で、金田八幡宮神社の一角にあった栗原に居住したといわれています。

### 鷹の羽清水

義経が平泉に下ったときに、この清水を飲料に供したといわれています。(飲用は不可)

### 熊野神社の大杉

文治4年(1188年)、義経が平泉に下ったときに、この清水を飲料に供したといわれています。(飲用は不可)

## 立ち寄りスポット(直売所)

#### おかってマルシェ

地元産の新鮮野菜や果物、地酒やお弁当など、地場産品が豊富に並んでいます。14種類のハーブを加えた飼料で育てた「漢方和牛」のほか、「栗原産仙台黒毛和牛」がオスズメです。

- オスズメ：地酒・蜂蜜 ☎9:20～19:00 毎月第3水曜日
- ☎0228-23-0021 (代表) 栗原市志波城新築台279-2

#### エポカ21観光物産館

くりこま高原駅東口にあり、栗原ならではの特産品がずらりと並んでいます。栗原地域の豊かな自然で育てられた地酒も多数取り揃えておりオスズメです。

- オスズメ：地酒・蜂蜜 ☎9:20～19:00 毎月第3水曜日
- ☎0228-23-0021 (代表) 栗原市志波城新築台279-2

#### 菜っちゃんハウス

採れたての新鮮野菜はもちろん、餅や漬物など地元農家の皆さんが手作りで加工品などを販売しています。専門店テアリのシフォンケーキがオスズメです。

- オスズメ：シフォンケーキ ☎9:00～17:00
- ☎090-3641-9304 栗原市藤下田18-1 (Aコープ藤下店隣)

## あぐりっこ金成

新鮮な朝採り野菜、果物、餅菓子など豊富な品揃えです。地元産牛乳を使用した「手作りジェラート」がオスズメです。

- オスズメ：手作りジェラート ☎4月から9月：午前9時から午後5時まで 10月から3月：午前9時から午後5時30分まで
- 12月31日から1月3日
- ☎0228-44-2544 栗原市金成藤原学園15-1

## 川口グリーンセンター

美味しく安全なお米のほか、季節により花苗、野菜苗、生花などを販売しています。手作りの米粉パンがオスズメです。

- オスズメ：米粉パン ☎8:30～17:00
- ☎0228-54-2276 栗原市一迫川口町48

## あやめの里

新鮮な朝採り野菜をはじめ、清流で育った一迫米や山菜、きのこ類等の農産物、農産加工品や工芸品など豊富な品揃えです。

- オスズメ：朝採り野菜、和洋菓子 ☎9:30～17:00
- ☎0228-54-2544 栗原市一迫貫清水田川14-1