島歩きマップ
Urato Island Hopping Map
【補足版】

浦戸諸島の歩き方

浦戸諸島は日本三景松島を構成する湾内に浮かぶ有人島。島には 300 人余りの人が住み、島ならではの生活がある。市営汽船に乗って最初の島まで 20 数分行くと、ゆったりした島の時間と絶景が味わえる。ぶらりと一人旅するもよし、しっかり計画すれば全島踏破したり島の食を楽しむこともできる。

渡船（とせん）を利用する

島を渡る方法は市営汽船だけではない。
石浜ー野々島間、野々島（学校下）ー寒風沢ー朴島を結ぶ渡船と呼ばれる小型の船を無料で利用できる。島民の生活のために運行されているが観光客ももちろん利用可能。港に着いたら電話で呼ぶことができ、計画的に利用すれば効率的に全島をめぐることもできる。
石浜ー野々島間は 11 月から 3 月まで日・祝運休、また、強風・高波など天候にも影響を受けるので注意が必要。電話番号など詳しくは「島歩きマップ」で確認しよう。

要予約 マップにない航路、寒風沢ー宮戸間を渡る渡船

みちのく潮風トレイルと東松島オルレを連続的に満喫したい方は、寒風沢から宮戸（奥松島）へ渡る渡船を利用しよう。地元漁師さんがガイドしながら渡してくれる。

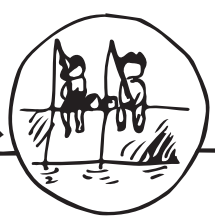
・運航期間：4 月～10 月
・宮戸発：9:00、11:00、寒風沢発：13:00、15:00
・料金：大人 3,000 円／人　子供 1,000 円／人（現金のみ）
・送迎場所：寒風沢…寒風沢桟橋、宮戸…奥松島遊覧船桟橋
・予約連絡先：名取トレイルセンター　Tel：022-398-6181
※5 日前までに予約が必要　※波の状況による

みちのく潮風トレイル

桂島・野々島・寒風沢の 3 島には「みちのく潮風トレイル」コースが設定されており、全国からハイカーが訪れる。渡船を駆使して自由に散策しよう。

歩き疲れたら…

ちょっと休憩したい、雨宿りをしたいときには、漁業就労者支援施設で、島に住む方々の交流施設でもある「ステイステーション」や「菜の花ラウンジ」を利用できる。
管理人さんに声をかけよう。



○桂島ステイステーション（旧浦戸第二小学校）…年中無休
○野々島菜の花ラウンジ（浦戸諸島開発総合センター併設）
　…年中無休（平日 8:00～16:45）
○寒風沢ステイステーション（旧浦戸第一小学校）…年中無休
□浦戸諸島開発総合センター Tel：022-369-2411（平日 8:00～16:30）

要予約 民宿で海の幸を満喫

浦戸諸島には食堂がないため、基本的には昼食を持参する必要があるが、海に囲まれた島には新鮮な海の幸があり、民宿などで季節の魚介を楽しめる。冬は牡蠣を楽しみに民宿に泊まるリピーターも少なくない。日帰りでも事前に予約すれば昼食をとることができる。漁業兼業の宿もあるので電話確認しよう。

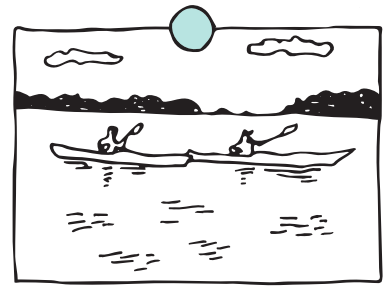
昼食予約できる宿
□民宿・外川屋（寒風沢）Tel：022-369-2359
□民宿・潮陽館（寒風沢）Tel：022-369-2437

要予約 島の母ちゃん会手作り弁当を味わう

島で養殖業に携わる女性たちで構成する「がんばる浦戸の母ちゃん会」のみなさんが、四季折々の地元の食材を使ったお弁当を作っている。10 個以上から対応可能で、早めの予約が必要（税込 1,000 円）。漁業兼業のため、基本的に 4 月～9 月の期間限定。島のおすそわけとして、海苔や牡蠣の加工品も販売している。

□合同会社がんばる浦戸の母ちゃん会
Tel：070-2013-2065

URATO MOTHERS BRAND



要予約　アクティビティ（船で島めぐり・シーカヤック・カヌー）

島の魅力や感動を伝えるために設立された「野々島感動支援隊」。島の暮らしを垣間見ながら海から島々をめぐる「島めぐり」（5月～10月）や、「特別名勝松島」湾内の静かな海でシーカヤック・カヌー体験（7月～10 月）もオススメ。いずれも３名以上から要予約。

浜辺でビール（もしくはお茶）

島に住むある方は、１日の終わりに夕陽を見ながら浜辺でビールを飲むのが至福の時間だという。贅沢なひと時を真似してみては。

□野々島感動支援隊
Tel＆Fax：022-369-2424
携帯：090-8785-3415

動植物を愛でる

離島という特性から、島には昆虫や植物の種類が多く、これらを眺めるのも癒しのひとつ。何種類見つけられるかな？
詳しくは「島歩きマップ」で確認しよう。

見どころいっぱい、歴史探訪

浦戸諸島には歴史を探訪できる興味深い見どころも多数ある。桂島（石浜地区）には廻漕業やラッコ漁で栄えた白石廣造氏の邸宅跡などの見どころがある。名作「銀河鉄道の夜」にはラッコ漁の記述があるが、塩竈を訪れた宮沢賢治に影響を与えたとの説がある。
江戸時代に幕府の廻米を運ぶ港として栄えた寒風沢には、戊辰戦争で五稜郭に向かう開陽丸が一時投錨した。その他、神社や展望台など、見どころ多数。

「わせねでや」

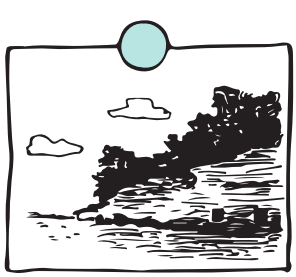
市営汽船の発着メロディーは桂島に生まれ育った内海さんが、震災後の避難所で綴った一編の詩からできた「わせねでや」という曲。ミュージシャンのヒザシさんが曲をつけ、多くの関係者の協力を得てシンガーソングライターの加藤登紀子さんが歌う CD となり、話題になった名曲。「わせねでや」は方言で「わすれないで」の意味。
詳しくは「わせねでや」で検索すると、「桂島うたプロジェクト」の物語に書かれている。

「ブルーセンター」

地元の人が呼ぶ「ブルーセンター」とは、野々島にある浦戸諸島開発総合センターの通称。研修目的の宿泊や貸室も行っている。市役所支所や診療所、コミュニティスペースを兼ねる。

島歩きのマナー

美しい景色や珍しい植物を見つけてつい細道に入ってしまうこともあるが、島は静かな生活の場でもある。立ち入る場所に気を付け、人に会ったら気軽にあいさつしよう。また、自然の採取禁止（写真に収めよう）、ゴミの持ち帰り徹底など基本的マナーを守って楽しい旅を。



発行：塩竈市観光振興ビジョン推進委員会
（塩竈市観光交流課内　Tel：０２２－３６４－１１６５）
２０２１年３月発行