First byte -
Their smiling faces appears.
Second byte -
A lively conversation starts.
Unforgettable taste of good food
from our hometown

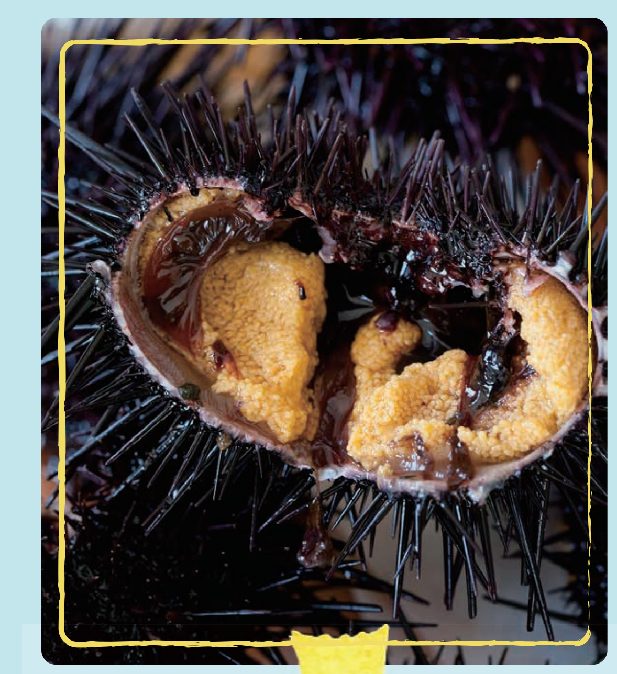
ウニ味噌

Sea urchin miso bean paste (uni miso)

南三陸
おやつ
の時間

Local Gourmet

ひとくち、
あの人の笑顔が浮かぶ
ふたくち、
おしゃべりがはずむ
忘れられない
ふるさとのごちそう



南三陸人が大好きなおにぎりの具といえば、梅干しでも塩鮭でもない。それは、ウニである。たっぷりの塩ウニとかウニ味噌がごはんの中から出てくるなんて、信じられないゴージャスさだ。「運動会のおにぎりにはウニ味噌が入っていて、楽しみだったんだよねー。」などという話が飛び出す。

南三陸に夏を告げるウニの開口。開口の日は、朝4時のウニ漁スタートを前に、集落中の家々が舟を出す。家族総出の1日の始まりだ。妻が船の舵を取り、夫や息子が箱眼鏡で海中を覗きながら5メートルほどもある長い鉤でウニを獲る家も多い。男たちがウニを獲ってくると、待ち構えていた女たちや年寄りたちがウニをむく。ウニの山との格闘である。

阿部きくみさんの家でも、ウニむきは近所の女性たちに手伝ってもらう。作業が終わったらまかないで食べるのは、もちろんウニ丼である。

むいたウニは知り合いに分けたりしたあと、保存用に加工する。並べたウニに塩をふって一昼夜おいて作るのが塩ウニ、そして、油で炒めた味噌と砂糖やみりんに、ウニをさっくりと混ぜて作るのがウニ味噌である。一口にウニ味噌といっても家々でその味は千差万別。使う味噌や砂糖の配分、ウニへの火の入れ方などで、味も食感も違う。まさにウニ味噌こそ、南三陸のおふくろの味なのである。

きくみさんの ウニ味噌 あばうと レシピ

①好みの味噌を和える。（きくみさんは白味噌と三年味噌を混ぜて甘めの味噌を作っている。）

②フライパンに油をひき、味噌を炒め火が通ったら砂糖やみりんを加え味を好みに調える。

③熱いみそに生ウニを入れてサクサクと混ぜ、ふたをする。ころっとしたウニの塊を崩さないように気を付ける。

ウニ味噌の達人

阿部きくみさん

ウニの開口のときにどっさり作るんです！

ウニ味噌の作り方を教えてくださったのは、歌津地区馬場中山の阿部きくみさんです。

お料理だけではなく、手芸の達人でもあるきくみさんの工房には、よく人が集まります。

「ウニ味噌の作り方も味もそれぞれで、そぼろのような仕上がりの家もあれば、ねっとり作る家もある。我が家のウニ味噌は、ウニのホロッとした塊を崩さないように作ります。

このウニ味噌をおにぎりに塗って、さっと火で炙って食べる焼きおにぎりは、香りが良くて本当においしいんですよ。」

The people of Minamisanriku love onigiri rice balls with a filling of sea urchin rather than the more popular pickled plum or salted salmon. A generous amount of salted sea urchin or sea urchin miso bean paste (uni miso) fills the rice ball. It is incrediblyextravagant but delicious.

The start of the sea urchin seasonmarks the start of summer in Minamisanriku. On the day when the sea urchin fishingseason begins, fishermen take their boats out to sea to start catching sea urchin at 4 o'clock in the morning. In many cases, a wife takes the rudder of the boat, while the husband and the son catch sea urchin using a hook as long as 5 meters while looking into the sea with box glasses. The sea urchin is then removed from its shell by women or older people who wait for the catch.

Mrs. Kikumi Abe asks neighborhood women to help with peeling sea urchin. After their work is finished, they prepare, of course, a bowl of rice topped with sea urchin.

After giving some sea urchin to their acquaintances, the remaining cleaned sea urchin is processed for preservation. Uni miso is prepared by lightly mixing fried miso bean paste, sugar, and mirin (sweet sake for seasoning) with sea urchin. Uni miso has a variety of tastes and textures that differ from family to family. The taste and texture differ depending on the amount of miso and sugar that is used, how the sea urchin is heated, etc. Uni miso is truly the flavor of home cooking in Minamisanriku.

水戸辺の供養碑

供養碑の拓本

南三陸町の境界線は
ほぼすべて稜線。
この町に降った雨はすべて
町の海に注ぐ。
豊かな海の恵みを
育む豊かな山
リアス式の美しい海岸
湾内に浮かぶ島々
そのすべてに絶景がある。
南三陸の端っこで、
驚くべき光景が
待っている。

アジサイの花に包まれて海を臨む丘に復元された、行山流水戸辺鹿子躍発祥の地を記した供養碑。

At the edge of Minamisanriku シリーズ 9

南三陸の端っこで

美しい恵みの海が水戸辺集落の目の前に広がる。

南三陸町戸倉地区水戸辺は、国道45号線から神割崎方面に曲がってまもなくの集落である。震災前はぎっしりと瓦屋根の住宅が並んでいた。住民たちは目の前の水戸辺漁港から海に出る。収穫したワカメの加工も海のそばで行う。

この浜から急峻な坂を上った高台に、石碑が遺されている。道路を切り拓いた工事の際に二つに折れた状態で見つかったもので、水戸辺が行山流の鹿子躍の発祥の地であることを記したものであることが昭和57年にわかった。コンクリートで修復された石碑には、「生きとし生けるもののの供養のために躍る」という言葉が刻まれている。

眼下には美しい恵みの海が広がる。そして反対側の山を覆うのは、したたるような緑である。この場所に立つと、大自然の大きな営みの中で人は生かされているものだというこ地の人々の世界観が育まれてきた理由がわかるような気がする。

震災前には、毎年お盆の8月14日の早朝に、水戸辺の慈眼寺境内で先祖供養を祈って躍られてきた。鹿子躍にはたくさんの唄が唄われるが、その中の墓躍唄は「恋しさは　恋しき人の墓じるし見るより早くぬるる袖かな」という歌詞で始まる。

案山子躍には「あれなるは猟師か　かかしかつれづれか　油断めされて　けがにあうな」「鹿の子は生まれておちると原に立ち　それを見まね　原に立ちそろ」などの唄がある。スサノオノミコトがヤマタノオロチを退治する物語を描くものであるにもかかわらず、水戸辺集落の暮らしに裏打ちされた思いやエピソードが鹿子躍を通して唄われてきたのである。かつて炭焼きで生計を立ててきた地域の歴史をこの芸能は伝えている。

踊り手が身につける鹿子頭には、磨いた鹿の角がつけられている。ヤマタノオロチ退治にかけて八股の鹿角を使ったとも言われるが、仏教の胎蔵界の大日八葉や神道の八方の意味をかけていると言われている。太鼓をたたくのは、この天地がまだ開けなかった大極の無から、陰陽を表す撥で雷を起こし、万物を生み出すという意味であることを、この躍りの元祖である伊藤伴内持遠が書き記している。

神話と自然の摂理が重なり合う水戸辺。

「南三陸の端っこ」には、遠い過去と出会える場所がある。

The memorial monument in Mitobe

On high ground in Mitobe, a stone monument is inscribed with words stating that Mitobe is the birthplace of the Gyozan-ryu Shishi Odori Dance. The monument, which had broken into two, was discovered during construction of a road. The monument was restored with concrete, and is inscribed with the words, " We are dancing as a memorial to the souls of all living creatures."

This site overlooks the beautiful sea blessed with a wealth of nature' s bounty. The mountains in back are covered with the brilliant green of forests. When you stand in this spot, you may understand how the world view of the people in this area has been nurtured as they live among the great workings of nature.

Before the disaster of 2011, the people of Mitobe used to pray for their ancestors and dance the Shishi Odori at the Jigenji Temple precincts in the early morning of August 14 during the Bon Festival every year. Many songs were sung during the Shishi Odori. Among them, the Grave Song that prays for the ancestors begins with "Affection is a burial marker of my dearest, shortly after seeing tears overflow and wet my sleeve."

The Scarecrow dance has songs such as "Is it a hunter or scarecrow? Or nothing? If you' re not careful, you' ll get hurt," and "A fawn stands on a field shortly after being born and I stand on the field imitating the fawn."

Although the song in the Scarecrow dance is about the god Susanoo no Mikoto who killed the Eight-Forked Serpent, the ideas and stories are taken from those living in Mitobe. This performance reflects the history of the area where people earned their livelihood by producing charcoal in the past.

This "corner of Minamisanriku" is where "natural providence" overlaps with mythology.

Minamisanriku

南三陸

take free

海とともに生きるまち

時を超え
人から人へ
宮城
Miyagi
ココ！

vol. 18

表紙／「側鹿子」の鹿子頭。瓦礫の中から見つけた鹿角をつけた。　右上／「中立」の鹿子頭の正面　右下／「中立」の鹿頭の背面につけられた「流し」。スサノオノミコトのヤマタノオロチ退治の場面が描かれている。　中右上／長さ 2.7mのササラ　中左上／袴の背面にも鮮やかな絵が染め付けられている。　中下／衣装の各所に染め抜かれている伊達家の九曜紋（右）。輪違紋（左）は登米の伊達家から拝領と伝えられる。左／衣装をまとった男たちはまさに「聖獣」。

試練に磨かれた魂の躍り

～行山流水戸辺鹿子躍復興の物語

The dance of souls refined through overcoming hardships

The story of "Gyozan-ryu Mitobe Shishi Odori" (Deer Dance)

「東北の聖獣のようだ。」ある人は、水戸辺の若者たちが装束をつけた姿を見て、そうつぶやいた。2・7メートルもの高さのササラ、伊達家より拝領の九曜紋や輪違紋が染め抜かれた衣装、神々を描いた艶やかな「流し」、そして八股に枝を広げた見事な鹿の角。行山流水戸辺鹿子躍を躍る男たちの姿には華がある。

元禄13（1700）年に本吉郡水戸辺村の伊藤伴内持遠が書き記した巻物によれば、水戸辺村で持遠が始めたとされている。3代目までは水戸辺村で、4代目は平磯村（現気仙沼市本吉町）で、5代目は入谷村の入谷四郎兵衛が継承し、6代目は相川村（現岩手県一関市）の吉田猪太郎に伝えられた。これより、現南三陸町での躍りの形跡は確認されていない。この鹿子躍はその後も、舞川村（旧相川村）にて、昭和10年代まで42代の長きに亘り継承されてきた。日本が戦争の時代に突入すると他の伝統芸能と同じように、この鹿子躍もやむなく中断。復活の話が持ち上がったのは昭和30年代に入ってのことだった。舞川村の人々が毎晩の猛練習の末、昭和32年ついに復興に至った。

南三陸町戸倉地区水戸辺で鹿子躍が復活するまでには、さらに25年の月日を要する。道路工事の最中に、偶然発見されたのは「奉一切有為法躍供養也」という言葉が刻まれた二つに折れた石碑だった。「生きとし生けるものの供養のために躍る」と記された石碑は、この水戸辺こそ行山流鹿子躍の発祥の地であることを証明するものであることが、昭和57年、調査によって明らかになった。

現在の行山流水戸辺鹿子躍保存会会長の村岡賢一さんは、これまでその歴史を聞いてはいたものの、その石碑の発見によって、今こそ水戸辺に鹿子躍を復活させる時だと思い立ち、旧仙台藩領内の鹿子躍団体に弟子入りを願い出た。門外不出だからと断られる中、即断で承諾してくれた団体があった。

「喜んで本家返しをさせていただきます。」一関市舞川の行山流舞川鹿子躍の故小野寺千治会長が、笑顔で引き受けてくれたのだ。

平成3年10月10日から10日間、舞川の保存会のみなさんが戸倉に泊まり込みで教えてくれた。しかし、最初は19人も集まった住民も、10日目には6人に減る始末。32もの唱楽と8つの躍りが組み合わさり、17の場面を演じなければならないこの鹿子躍を身につけるまでの村岡さんらの苦労は、筆舌に尽くしがたかったにちがいない。その後も村岡さんが舞川に通い、こうして、舞川の鹿子躍の唄、振り、装束を体得して、水戸辺の鹿子躍は見事復興したのである。

村岡さんはこの稽古の間にこんな体験をした。何度やっても引っかかるところがあり、何日経ってもうまくいかなかった。しかし、ある日、そこがすんなりとうまくできた。すると、その瞬間、不思議とそこから先の振りや唄のひとつひとつが、「これは昔やったことがある」と感じられた。まるで記憶が呼び覚まされるように、村岡さんの身体に行山流の鹿子躍が染み込んでいった。

こうして体得した躍りを、村岡さんは平成4年から子どもたちに教え始めた。その稽古は今も変わらず旧戸倉中学校校庭のプレハブ小屋で続けられている。

それからおよそ20年、再び水戸辺の鹿子躍は危機に直面する。東日本大震災である。

大津波ですべての家が洗いざらい流され、無残な姿に変わり果てた中、奇跡的にも鹿子頭や太鼓が見つかったのである。見つかった道具をもとに、避難所で女性たちが布団の布で衣装をこしらえ、水戸辺の人々が避難生活を送っていた登米市の避難所で5月の連休に鹿子躍を躍った。犠牲になった大切な人たちの供養のために、生きとし生けるものの鎮魂のために。鹿子躍は水戸辺の人たち同士の絆を確かめ合い、心のよりどころであることを、老いも若きも確信する瞬間だった。みんなが涙を流し、そして勇気を奮い立たせた。

このニュースが伝えられて、郷土芸能の重要性に多くの人が気づき、三陸沿岸の郷土芸能への大々的な支援へとつながっていった。

また、こんなこともあった。震災前に、役場の人が罠にかかった野生の鹿の立派な一対の角を、いつか鹿子頭の角にしたらいいのではないかと持って来てくれた。まさに八鹿躍りにぴったりの、見事に枝分かれした角だった。もちろんそれも流されたが、またもや奇跡的に瓦礫の中からその白い角の片割れが出て来た。しかし、一本だけではどうにもならない。ある日、村岡さんの前を瓦礫を積んだトラックが通り過ぎていった。その時瓦礫の山の中に、あの白い鹿角のもう一本が紛れているのが目に入った。村岡さんはすぐさまトラックを追いかけ、その角を取り戻した。その鹿の角は、今、八頭の鹿子頭のひとつに使われている。白亜の雄々しい角は喪失と復活の象徴となった。（表紙写真）

水戸辺の若者たちもこの五年、津波によって払われたあまりに大きな犠牲を悼んで舞い、海山が育む生命の恵みと自らの生命への感謝を表して躍り、水戸辺鹿子躍の精神を身体と心にたたき込んできた。若者たちは海外や全国各地でこの鹿子躍を披露する度に、ふるさとの水戸辺を思い、自然の中に生かされている我が身を思う。

2016年春、一関市の行山流舞川鹿子躍保存会の人々が南三陸町を訪れた。水戸辺の鹿子躍供養碑をお参りし、水戸辺の人たちと交流した。「舞川に鹿子躍があるのは、水戸辺の人たちのおかげだ。」と御礼参りをすることになったという。そして、夏に南三陸で行われる「三陸海の盆」での共演を約束した。共に「墓躍」を躍り、震災の犠牲者を供養するために。

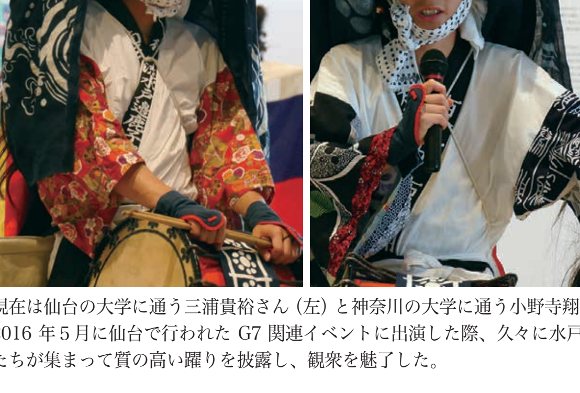
多くの人たちの人生と共におよそ三百年の時を超え、大津波災害という未曾有の試練を乗り越え、行山流水戸辺鹿子躍は、その発祥の地、南三陸町戸倉地区水戸辺で、真の復興を遂げたのである。

南三陸、里海暮らし

海の幸、里の幸、山の幸にめぐまれた
南三陸町で暮らす人たち。
里海暮らしの喜びをおすそ分けします。

稽古の合間に衣装を繕う村岡さん

踊り手たちが太鼓をたたきながら現れると場の空気が一変する。



現在は仙台の大学に通う三浦貴裕さん（左）と神奈川の大学に通う小野寺翔さん（右）2016 年５月に仙台で行われた G7 関連イベントに出演した際、久々に水戸辺の若者たちが集まって質の高い躍りを披露し、観衆を魅了した。

保存会会長の村岡賢一さん

Dancers carrying tall 2.7-meter long "Sasara" bamboo stalks are dressed in costumes with "Kuyo" (family crest of the lord of Sendai) and "Wachigai" (family crest of the lord of Tome) made from glittering "Nagashi" cloth on which gods are drawn, and on their heads are placed brilliant deer antlers spreading out in eight branches. Clothed in such fabulous attire, the dancers of the Gyozan-ryu Mitobe Shishi Odori Dance exude a mystical aura.

According to a scroll written by Ito Bannai Mochitoh in Mitobe Village, Motoyoshi-gun in 1700, Mochitoh started this dance in Mitobe Village. The first to third head of the dance society came from Mitobe Village, the fourth from Hiraiso Village, and the fifth head was Iriya Shirobei from Iriya Village, and the sixth head moved to Aikawa Village (present Ichinoseki, Iwate Prefecture). After that, there was no evidence that the Shishi Odori was danced in Minamisanriku, and the Shishi Odori was handed down in Maikawa Village (present Ichinoseki, Iwate Prefecture).

A stone monument, which was broken in two, was discovered by chance in the midst of construction of a road. The monument is inscribed with the words "We are dancing as a memorial to the souls of all living creatures." In 1982, this proves that the area around Mitobe was the birthplace of the Gyozan-ryu Shishi Odori.

Mr. Kenichi Muraoka, the present president of the Society, made up his mind, "Now is the time to bring a rebirth of the Shishi Odori in Mitobe." He asked the Shishi Odori dance preservation societies in the former Sendai Clan to accept him as a pupil. However, they all turned down his request because they did not want to teach the dance to outsiders. However, the late Senji Onodera who was the former president of the Gyozan-ryu Maikawa Shishi Odori Dance Preservation Society, accepted him as a pupil.

"We will gladly assist in the revival of the Shishi Odori in its birthplace."

In 1991, dancers from the Maikawa Shishi Odori Dance Preservation Society stayed overnight in Mitobe to teach the Shishi Odori. However, the Shishi Odori consists of 17 scenes combining 32 songs and eight dances. Until the dancers could master this Shishi Odori, they had to overcome so many difficulties that words cannot adequately describe them. Kenichi went Maikawa several times and eventually the Mitobe Shishi Odori was successfully revived.

The Mitobe Shishi Odori, however, faced a crisis again. It was the Great East Japan Earthquake of 2011.

All the houses in Mitobe were washed away by the massive tsunami and the town was completely changed in appearance. Amid this devastation, the deer heads and drums were miraculously found. Using the heads, drums, and other items found, the Shishi Odori was performed on a public holiday in May as a "memorial for loved ones who fell victim to the tsunami and earthquake and for the repose of souls of all living creatures." It was the moment when everyone was convinced of their close bond and that the Shishi Odori had found its home. Tears were shed and many received courage from the dance.

One interesting event occurred. Before the disaster, a town worker had brought a pair of splendid antlers that he had obtained from a wild deer that he had trapped, saying, "Should not this be the antlers for the deer head for the dance?" Then, the antlers went missing in the disaster, and later, one of the pair of white antlers was miraculously found in the debris. One day, a truck loaded with debris was passing in front of Kenichi. Half of the white deer antlers could be seen in the heap of debris. He ran after the truck and retrieved the antlers. The pair of antlers is now used as one of the antlers in the deer heads used in the Shishi Odori. These chalk-white antlers became the symbol of loss and revival. (Cover photo)

Over the past five years, the young people of Mitobe mourned the victims of the tsunami and danced to give thanks to the lives nurtured by the sea and mountains and for their own lives. They have accepted the spirits of the Mitobe Shishi Odori Dance into their bodies and hearts.

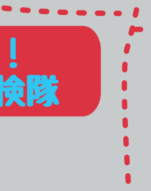
The Gyozan-ryu Mitobe Shishi Odori Dance touched many people's lives over the past 300 years. It was able to overcome the unprecedented challenge of the massive tsunami disaster, and has been successfully revived in its birthplace of Mitobe in the Togura district.

夏旅！南三陸トレジャーツアー 2016

青い海、緑の山。夏休みの定番アクティビティーが勢ぞろいした南三陸！
夏ならではの楽しい時間をお過ごしください。

歌津のカブトムシとわたし

8/6 (土)・8/10 (水)
20:00-21:30 ころ
集合場所：南三陸直売所みなさん館



カブトムシ名人の町民が講師となり、トラップで虫をゲット！
持ち物：懐中電灯・防寒具・虫除け・虫かご
料金：1,000 円

入谷の里山まるかじり！ いざ出発！里山食材探検隊

8/21 (日)
10:00-13:30
集合場所：校舎の宿さんさん館

地図を片手に野菜を収穫したらアイディア満載のカレーを作ろう。イワナつかみやスイカ割り、セミ取りにも挑戦。THE 田舎の夏を体験しよう。
持ち物：帽子・虫除け・サンダル・着替え
料金：大人 2,500 円　子ども 2,000 円

夜の南三陸町の海を楽しもう！ ナイトシーパラダイス♪

8/13 (土)
20:00-21:30
集合場所：泊浜漁港

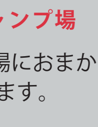
漁船での夜釣り体験や漁師さんとの地元トークをお楽しみください。
料金：6,000 円

「火を見る会」 ～キャンプファイヤープラン～

8/21 (日)
18:00-20:00（途中退出も可）
集合場所：神割崎キャンプ場

火を見る（キャンプファイヤー）はもちろん、町民との交流も楽しめるプランです。
料金：1,000 円（神割崎キャンプ場入村料・材料費込み・ワンドリンク＋お菓子付き）

神割崎キャンプ場 「手ぶらで BBQ」



10 月まで随時
10:00-15:00 の間で都合の良い時間帯に開始
集合場所：神割崎キャンプ場

食材も器材も準備はキャンプ場におまかせ！
手ぶらでラフに BBQ を楽しめます。
※BBQ セットの内容
食材例（ホタテ 1 枚・冷凍めかぶ 2-3 枚・旬の海産物・豚肉約 100-150g・牛肉約 100g・カット野菜約 6 種・調味料）食器類・ゴミ袋・炭・網・鉄板・火ばさみ・トングなどの貸し出し
料金：2,000 円＋入村料
（18 歳以上 300 円・6~18 歳 200 円）

お問合せ・お申し込みは
南三陸町観光協会まで！
電話：0226-47-2550
メール：post@m-kankou.jp

南三陸 秋のイベント

第6回三陸海の盆と 志津川湾かがり火まつり福興市

8月 27 (土)　10:00-21:00
志津川仮設魚市場跡地

岩手・宮城の沿岸被災地から郷土芸能団体が集まり、競演する三陸海の盆と、志津川湾かがり火まつり福興市が同日開催されます。
主なプログラム／ 10:00 魚竜太鼓 11:10
特別出演　河内家菊水丸 12:10 行山流水戸辺鹿子躍 14:30-15:00 行山流水戸辺鹿子躍 & 舞川鹿子躍による墓踊り 15:00 行山流舞川鹿子躍 16:40 大森創作太鼓旭ヶ浦
17:10 本浜七福神舞 (その他多数出演)
17:40 頃 笙の演奏　18:00 頃 御神火入場

志津川湾タコまつり福興市

9月 25 (日)　9:00-13:30（予定）
志津川仮設魚市場跡地（予定）

志津川湾名産のタコをフィーチャー。風味最高のタコを心ゆくまでお楽しみください。

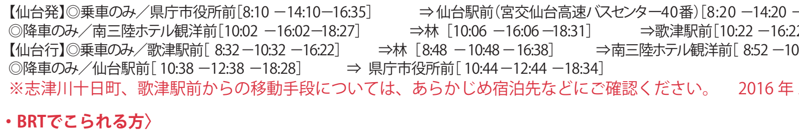
第３回南三陸町産業フェア

10月 30 (日)　詳細未定

南三陸の秋の味覚が満載のフェアです。
乞うご期待！

南三陸町へのアクセス

〈車で来られる方〉仙台を含む各方面からのアクセスは下記高速経路図を参考にしてください。仙台南ICから南三陸町までの所要時間は約120分です。



〈高速バスで来られる方〉仙台駅から南三陸町間を結ぶバスが一日４本出ています。柳津から南三陸町までの所要時間は約30分です。

■高速バス　宮城交通　仙台-南三陸線　（自由乗車制・予約不要）
【仙台発】◎乗車のみ／県庁市役所前[8:10 －14:10－16:35]　⇒仙台駅前（宮交仙台高速バスセンター40番）[8:20 －14:20 －16:45]
◎降車のみ／南三陸ホテル観洋前[10:02 －16:02－18:27]　⇒林［10:06 －16:06 －18:31］　⇒歌津駅前[10:22 －16:22 －18:47]
【仙台行】◎乗車のみ／歌津駅前[8:32 －10:32 －16:22]　⇒林［8:48 －10:48 －16:38］　⇒南三陸ホテル観洋前[8:52 －10:52 －16:42]
◎降車のみ／仙台駅前[10:38 －12:38 －18:28]　⇒ 県庁市役所前[10:44 －12:44 －18:34]
※志津川十日町、歌津駅前からの移動手段については、あらかじめ宿泊先などにご確認ください。　2016 年 2 月 29 日現在

〈JR・BRTでこられる方〉

①往路（仙台から）

仙台駅 発車時刻	小牛田駅 到着時刻	小牛田駅 発車時刻	柳津駅 到着時刻	柳津駅 発車時刻	陸前横山 発車時刻	陸前戸倉 発車時刻	志津川 発車時刻	ベイサイドアリーナ 発車時刻	清水浜 発車時刻	歌津 発車時刻	陸前港 発車時刻
9:46	10:29	10:40	11:21	11:40	11:49	11:59	12:09	12:19	12:26	12:33	12:38
14:34	15:20	15:38	16:21	16:40	16:49	16:59	17:09	17:19	17:26	1733	17:38
18:57	19:41	19:58	20:35	20:48	20:57	21:07	21:17	⇒	21:26	21:33	21:38

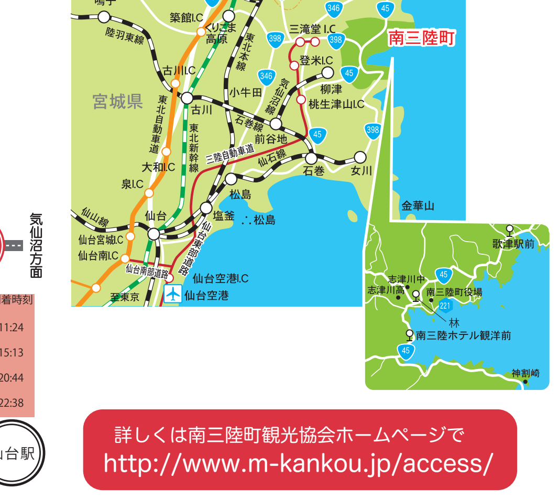
JR東北本線　JR気仙沼線　気仙沼方面

②復路（南三陸町から）

陸前港 発車時刻	歌津 発車時刻	清水浜 発車時刻	ベイサイドアリーナ 発車時刻	志津川 発車時刻	陸前戸倉 発車時刻	陸前横山 発車時刻	柳津駅 到着時刻	柳津駅 発車時刻	小牛田駅 到着時刻	小牛田駅 発車時刻	仙台駅 到着時刻
8:28	8:33	8:40	8:47	8:57	9:07	9:17	9:26	9:39	10:15	10:36	11:24
12:03	12:08	12:15	12:22	12:32	12:42	12:52	13:01	13:31	14:08	14:25	15:13
17:53	17:58	18:05	18:12	18:22	18:32	18:42	18:51	19:04	19:40	19:55	20:44
19:33	19:38	19:45	⇒	19:54	20:04	20:14	20:23	20:47	21:24	21:53	22:38

気仙沼方面　JR気仙沼線　JR東北本線

※柳津・気仙沼間の BRT は上記以外の時間にも運行しています。https://www.jreast.co.jp/railway/train/brt/pdf/data_kesennuma.pdf　2016 年 3 月 26 日改正



詳しくは南三陸町観光協会ホームページで
http://www.m-kankou.jp/access/

お問い合わせ
一般社団法人 南三陸町観光協会
〒986-0768 宮城県本吉郡南三陸町志津川字御前下 51-1
TEL 0226-47-2550　e-mail: post@m-kankou.jp
http://www.m-kankou.jp/
南三陸町観光協会 公式 Facebook
南三陸町観光協会 公式 twitter
南三陸町観光協会 公式予約サイト みなたび
2016 7.31 発行