

歌津

MAP おでかけ 南三陸町

霊峰と化石の
ロマンあふれる

歌津

道の駅
さんさん南三陸より
車で約12分

歌津地区に行くには

三陸自動車道
歌津インター下車／
BRT歌津駅下車

○ 宿泊施設一覧

16 平成の森 (宿泊施設/キャンプ場)	☎ 0226-36-3115	6,100円～
17 みんなでつくった小さな宿のん	☎ 090-3846-7880	11,233円～
18 漁家民宿やすらぎ	☎ 0226-36-3670	16,500円～
19 民宿 高倉荘	☎ 0226-36-2357	9,900円～
20 民宿コクボ荘	☎ 0226-36-2245	11,000円～
21 南三陸 民宿 清観荘	☎ 0226-36-2414	8,800円～
22 ニュー泊崎荘	☎ 0226-36-3315	8,800円～

※料金例(1泊2食) ※料金は2025年5月現在。今後変更になる場合あり

観光協会が運営する
宿泊予約サイト

みなたび

- 町内宿泊施設や体験の
空き状況を検索可能
- ここだけの限定プラン
を多数掲載



地域の観光情報を発信中！



Instagram



LINE



Facebook



メルマガ登録

● 南三陸町観光協会へのお問合せはこちら

☎ 0226-47-2550

南三陸の
観光情報は
こちらから



令和7年5月発行 令和7年度地域プロモーション業務

1 コーヒーとステーキの店
中屋ATARIYA

美味しいステーキを
ワンプレートに

¥ 900～2,300円
☎ 10:00～15:00
☎ 水曜～金曜日 ☎ 090-7324-4284

3 お食事処たいしゅう

お寿司・刺身、
天ぷら等を提供

¥ 950～1,800円
☎ 昼/11:00～14:00
夜/17:30～21:00 ※要予約
☎ 水曜日 ☎ 0226-36-2015

6 レストラン平成の森

ログハウス風
レストラン

¥ 700～1,500円
☎ 昼/11:30～14:00
テイクアウト/14:00～16:00 ※要予約
☎ 日・月曜日 ※日はテイクアウトのみ
☎ 0226-36-3115

9 オーガニックカフェ
かなっぺ

自然農法の畑で採れる
野菜を使った季節の料理

¥ 1,000～3,000円
☎ 10:00～17:00
☎ 月曜日
☎ 0226-25-7638

2 中華タナカ

地域の方々に愛される
老舗中華料理屋

¥ 550～950円
☎ 昼/11:00～14:00 夜/17:00～19:00
☎ 火曜日 ☎ 080-1698-5512

4 田束食堂

海鮮丼から
定食まで、幅広く

¥ 900～2,100円
☎ 昼/11:00～14:00
(土・日は15:00まで)
夜/貸切営業(コース料理のみ・要予約)
☎ 火曜日 ☎ 0226-28-9107

7 中華屋 飛上

種類豊富なラーメン、
中華のお持帰りを充実

¥ 760～1,000円
☎ 昼/11:00～14:00
夜/17:00～20:00
☎ 月・木曜日夜
☎ 0226-36-3326

10 SEASON
cafe&shop

海が一望できる
海濱がテーマのカフェ

¥ 1,000～2,000円
☎ 金・土/10:00～17:00
日/10:00～16:00
ランチ/11:30～13:30
パフェ/13:30～
☎ 月曜～木曜日 ☎ 0226-25-8566

Utatsu gourmet
歌津グルメ
こだわりの逸品

5 和sian-cafe aimaki

南三陸でタイ料理。
町内唯一無二の飲食店

¥ 1,500～5,000円
☎ 昼/11:00～14:00
夜/17:00～21:00
※19:00以降要予約
☎ 水曜日 ☎ 0226-29-6809

8 南三陸 竜巳や

人気のラーメン・寿司セット
豊富なメニューもおすすめ

¥ 750～2,500円
☎ 昼/11:00～14:00
夜/17:00～21:00
☎ 火曜夜・木曜夜
☎ 080-1822-4464

11 歌旅人-utabi-

和洋食と雑貨・駄菓子も
海辺のコンテナショップ

¥ 1,000～2,000円
☎ 月・木・金/11:00～21:00
火/11:00～17:00
土・日/9:00～21:00
※19:30以降要予約
☎ 水曜日 ☎ 090-8746-4310

漁師の煮物

漁師の目利きと
伝統の味付け。
常温で持ち歩ける
海鮮おつまみ。

26 歌津小太郎
☎ 年末年始 ☎ 0226-36-3655



藍染め商品

自家栽培の藍で染めた
オリジナル商品を販売。
(他町内4店舗でも取り扱い中)

27 でんでんむし
カンパニー

☎ 不定休
☎ 090-3846-7880



うに屋の うに味噌 200g

「生うに」に味噌を加えた地域ならではの
家庭料理。及新の看板商品です。

28 株式会社及新
☎ 日曜日 ☎ 0226-36-2013



バウムクーヘン

TVでも紹介された
絶品バウムクーヘン。
ソフトとハードの2種類。

29 株式会社丸荒
☎ 月曜日
☎ 0226-36-4623



In Utatsu gift! 歌津のおみやげ

歌津といえばこれ！

岩シュール あんドーナツ

注文が入ってから仕上げるので
サクサク感をより堪能できる。
あんドーナツ(あん・ごま)もおすすめ。

29 朝日堂 ☎ 土曜日 ☎ 0226-25-8393



自然卵のクレープ本店 with自然卵農園菓子工房

自家農園自然卵「卵皇」を使ったプリンや
チーズケーキが人気。
※定休日はイベントに合わせて開店あり

30 自然卵農園菓子工房 ☎ 火曜日・日曜日
☎ 090-8929-7163



くるみがんづき・やきもち

田舎の定番かんづき&やきもち。
素朴な甘さと食感。

4 田束食堂 ☎ 火曜日 ☎ 0226-28-9107

ウタちゃんの キャラメルポップコーン

パッケージが可愛いオリジナル
ポップコーン。お土産にも。



○ オクトパス君 ほやポップコーン

ほやパウダーをまぶしたお洒落きにはたまらないオリジナルポップコーン。

24 マルタケ商店 ☎ 不定休 ☎ 0226-36-2610

Let's go!!

観光スポット・体験プログラム

12 猫の巣窟

改修した古民家で営む
完全予約制の猫カフェ。
個性豊かな猫スタッフが
出迎える。

園主に土曜・日曜
(営業日はWEBで要確認)
☎ 080-5732-8453



13 田束山

山頂から太平洋を一望
でき5月中旬にはつつじ
が咲き誇る。山頂まで車
で行くことが可能。

園通年
※12月～4月中旬まで
トイレ閉鎖



14 南三陸ハマレ広場

ふわふわドームなどの遊具
が楽しめる海の見える公園。
ハマレ歌津の目の前なので、
公園で遊んだ後はハマレで
お昼ごはんなど親子で半日
楽しめる。

園通年



15 さとうみファーム ☎ 0226-29-6379

▶ シーカヤック

牧場の前に広がる寄木湾
で、初心者でも安全にシー
カヤックを楽しめる。(大人
1名6,500円/2名様より)
※要予約 ☎ 5月～10月末



▶ わかめ羊BBQ

南三陸のわかめを食べた
「わかめ羊」はクセが少な
くコク深い味わい。ぜひ
BBQで。※要予約
園通年



化石発掘体験

歌津地区は世界最古級(約
2億5,000万年前)の魚竜
化石が発見された場所。
体験では、化石を1つ持ち帰
ることが出来る。

園 随時募集

※開催日時は
右記QRから



Topics

歌津の隠れた名所

▽ 帰ってきた 郵便ポスト

津波で流失し、沖縄の
西表島で発見された郵
便ポスト。かもめ館にて
展示中。

☎ 歌津字伊里前100-4



化石のまち南三陸

南三陸町で発見された化石を、歌津総合支所と
かもめ館にて展示中(入場無料)。

☎ 歌津字管の浜60(歌津総合支所)

ポケモンマンホール

ポケモン×マンホール
のふた「ポケふた」。
名産のタコがモチーフ
のオクタンとラブラスが
描かれている。

☎ 歌津字伊里前100-4



Utatsu

霊峰と化石の
ロマンあふれる歌津

13 田東山



#つつじの群生地 #リアス海岸 #360℃ビュー

歌津ICから車で25分

登ってみよう!

行者の道

至 田東山



#弘川ダム #田東湖 #ダム好き

27 でんでんむしカンパニー



**17 みんなでつくった
小さな宿 のん**

#藍染 #古民家 #藍と暮らす
#農業体験 #弘川

歌津ICから車で10分

ハマレ歌津



4 田東食堂 **23 株式会社丸荒**
24 マルタケ商店
30 自然卵のクレープ本店
with自然卵農園菓子工房

#商店街 #海鮮丼 #パウムクーヘン
#かもめ館 #ポケふた #帰ってきた郵便ポスト

歌津ICから車で3分

歌津総合支所 化石展示室



#化石展示 #ウタツギヨリユウ
#のうとう類

3 お食事処 たいしゅう

ポケふた

**南三陸
ハマレ歌津**

伊里前川

11 歌旅人 -utabi-

田東山方面入口

田東山/ハマレ歌津
案内看板あり

歌津ICから車で5分

15 さとうみファーム



#わかめひつじ #羊
#BBQ #シーカヤック

歌津ICから車で5分

**1 コーヒーとステーキの店
中屋 ATARIYA**

至 歌津北 IC/ 気仙沼方面

5 和 sian-cafe aimaki

BRT 陸前港駅

26 歌津小太郎

8 南三陸 竜巳や

7 中華屋 飛上

10 SEASON cafe&shop

16 平成の森(キャンプ場)

6 レストラン平成の森

泊浜方面は
ここを右折

20 民宿 コクボ荘

9 オーガニックカフェかなっぺ

12 猫の巣窟

18 漁家民宿 やすらぎ

21 南三陸 民宿 清観荘

海しよくにん



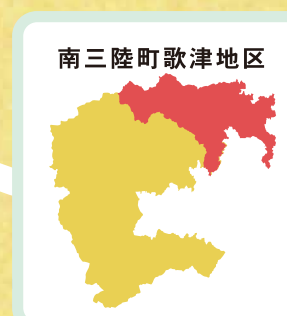
#漁業体験
#イケメン漁師

19 民宿 高倉荘

22 ニュー泊崎荘

- アイコンの説明**
- 飲食店
 - 宿泊施設
 - オススメスポット
 - フォトスポット
 - おみやげ
 - 観光・体験
 - トイレ
 - ガソリンスタンド
 - BRT バス停
 - コンビニ

三陸自動車道(無料区間)
至 南三陸海岸IC/石巻・仙台方面



UTATSU

南三陸町おでかけマップ

泊浜尾崎神社