

## 自然の美しさと、笑顔に出会う道 みちのく潮風トレイル

みちのく潮風トレイルは、青森県八戸市から福島県相馬市までの海岸線を中心に設定された「歩くための道」です。全長1,000キロを超えるこのロングトレイルには、東北太平洋沿岸ならではのダイナミックな海、川、里、森と連続する美しい自然と、そこで紡がれてきた人々の物語があります。さあ東北を歩く旅へ出かけましょう。



## 安全にロングトレイルを 楽しむために

ロングトレイルは自然の中で行われるアクティビティである以上、安全管理は自己責任が基本です。事前に情報を十分に収集し、しっかりと計画を立ててから歩きましょう。



1 計画を立てる前にトレイルマップを手に入れよう

2 歩くための情報を集め、計画を立てよう

3 出発前にしっかり装備を揃えよう

## みちのく潮風トレイルを知る・楽しむための6つの施設

みちのく潮風トレイルを歩くハイカーの旅をサポートするため、トレイル沿線には6つの施設があります。これらの施設を活用してより充実した「歩く旅」を楽しんでください。

**種差海岸インフォメーションセンター**  
〒031-0841 青森県八戸市大字殿町字久保14-167  
TEL: 0178-51-8500

八戸市・龍上町・洋野町

ウミネコと一緒に白砂青松の海岸を巡り、たくさんの海の幸と出会うエリア。階上岳の麓では巨木巡り、階上早生蕎麦が楽しめます。

**北山崎ビジターセンター**  
〒028-8402 岩手県下閉伊郡田野畑村北山129-10  
TEL: 0194-33-3248

久慈市・野田村・菅代村・田野畑村

断崖の海岸線が続き、厳しく美しい自然が魅力のエリア。満潮では通行できないトレイル、崖につくられた真っ暗な手彫りトンネルなど冒険要素がいっぱいです。

**浄土ヶ浜ビジターセンター**  
〒027-0001 岩手県宮古市日立浜町32-69  
TEL: 0193-65-1690

岩泉町・宮古市・山田町

打ち付ける波が水柱となって吹き上がる潮吹穴、白い浜とエメラルドグリーンがまぶしい浄土ヶ浜、本州最東端の地氈ヶ崎と感動の風景が満載のエリアです。

**碁石海岸インフォメーションセンター**  
〒022-0001 岩手県大船渡市末崎町大浜  
TEL: 0192-29-2359

大船渡市・碁石市・大船渡市・陸前高田市・気仙沼市

三陸浜街道を、かつての宿町を経由しながら歩くエリア。「国道」として道が使われていた時代の面影を残す寺社、一里塚、石畳の道は、三陸の歴史の生き証人でもあります。

**南三陸・海のビジターセンター**  
〒986-0781 宮城県本吉郡南三陸町戸倉字坂本21-1  
TEL: 0226-25-7622

南三陸町・女川町・石巻市

リアス海岸と離島を巡るエリア。浜では湾奥の狭い土地に寄り集まって生きる人々の生活があり、山からは精妙な海岸線と島々が望め、島には東奥三大霊場の神社があります。

**名取トレイルセンター**  
〒981-1213 宮城県名取市関上5丁目300番地31街区1画地  
TEL: 022-398-6181

東松島市・塩竈市・多賀城市・仙台市・名取市・若沼市・亶理町・山元町・新地町・相馬市

市街地、農地、丘陵地、汽水湖と人々の生活空間の中を通るエリア。アップダウンが少なく、アクセスが便利で歩きやすく、食の名産が多いため食べ歩きの魅力も盛りだくさんです。

### お問合せ

みちのく潮風トレイル 名取トレイルセンター  
〒981-1213 宮城県名取市関上5丁目300番地31街区1画地  
tel: 022-398-6181 fax: 022-398-6182 mail: info@m-tc.org  
http://mct-natori-tc.jp 火曜定休

みちのく潮風トレイル  
名取トレイルセンター  
MCT Natori Trail Center



みちのく潮風トレイル  
Michinoku Coastal Trail

# 2020年度 イベント情報

全線開通1周年!

