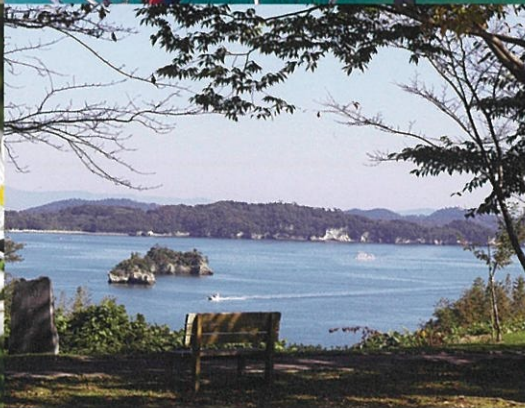
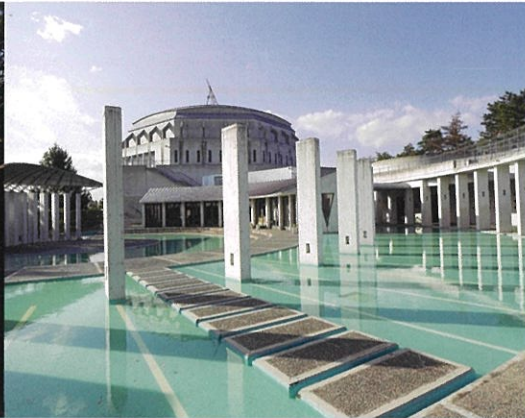


七ヶ浜町 観光ガイドブック

Shichigahama tour guide book



七ヶ浜町へ ようこそ！

七ヶ浜町は南と東を太平洋、北を松島湾と、三方を海に囲まれた港町。特別名勝「松島」の一角に位置し、松島四大観の一つ「多間山」をはじめとする美しい景観や、新鮮な海の幸などの美味、東北一の規模を誇る縄文時代の遺跡「大木岡貝塚」といった魅力でいっぱいです。

七つの

contents

- 01 七つの浜の物語
 - STORY 01 湊 浜
 - STORY 02 松ヶ浜
 - STORY 03 菖蒲田浜
 - STORY 04 花淵浜
 - STORY 05 吉田浜
 - STORY 06 代ヶ崎浜
 - STORY 07 東宮浜
- 11 hama グルメ
- 15 TOWN MAP
- 17 七ヶ浜歳時記
- 19 ブランド七ヶ浜
- 20 町内の宿泊スポット
- 21 七ヶ浜を楽しむバス散歩

※掲載されている記事やデータは予告なく変更される場合があります。各施設の営業状況や料金などは事前にご確認ください



町を囲む七つの浜

七つの浜を統合して生まれた「七ヶ浜」。「湊浜」「松ヶ浜」「菖蒲田浜」「花淵浜」「吉田浜」「代ヶ崎浜」「東宮浜」それぞれのエリアは現在も、豊かな歴史と風土、文化、そこにしかない景観、魅力的な個性で訪れた人々を魅了します。県内最大級の「菖蒲田海水浴場」や、サーフスポット「小豆浜」は観光スポットとして人気を集め、軽井沢や野尻湖と並ぶ「日本三大外国人避暑

地」の一つとしても知られています。町内には縄文時代の貝塚をはじめ、この地に暮らす人々が古くから海とともに生活してきたことを示す貴重な遺跡が点在。藩政時代に沿岸、近海が中心だった漁場は大正期から徐々に拡大し昭和30年代後半ごろからは北洋底引き網漁も行われるようになりました。現在は海藻類の養殖も盛んで、特にノリは「皇室献上海苔」として高い評価を得ています。

浜の物語

S T O R Y

「うみ・ひと・まち
七ヶ浜」

町のキャッチフレーズは「うみ・ひと・まち 七ヶ浜」。平成22年から「自然との調和により、人間らしく生き、快適で住みやすいまちづくり」を長期総合計画の基本理念に掲げたまちづくりが進められています。

七ヶ浜町観光PRキャラクター
「ぼっけのボーちゃん」
七ヶ浜特産「ぼっけ」をモチーフに
した観光PRキャラクター。



STORY 01

湊浜

Minatohama

町民憩う白い砂浜 七北田川河口の名残

地名の由来として語り継がれるのが「竹の水門(たけのみなど)」の史実です。かつて七北田川が、湊浜から太平洋へと流れ出ていました。その途中、国府・多賀城を通過してしたことから、湊浜は多賀の水門とされ竹の水門と呼ばれていたと推測されています。白い砂浜が広がる湊浜緑地海岸は、この湊浜エリアを象徴するスポットの一つで、町民の憩いの場として親しまれています。



POWER SPOT

パワースポット

4体の薬師坐像現存

湊浜薬師堂



湊浜、松ヶ浜、菖蒲田浜の鎮守として信仰を集めてきました。本尊は洞窟内に掘られた7体の薬師坐像。現存する4体は赤色などの顔料が残っていることから、彩色が施されていたと推測されます。



日本武尊が身を清めたとされる冷鉱泉



弁天堂

江戸時代、七北田川河口を湊浜から仙台市蒲生に移したことで誕生した河跡湖。岩肌に残るかき殻が、海水が流入していたことを今に伝えます。

昔は河跡湖の中央にあったといわれる弁天堂。1995年に消失し再建されました

写真映えスポット

新仙台火力発電所

湊浜緑地海岸から望む発電所の建物群の景観が人気です。



STORY 02

松ヶ浜

Matsugahama

平安時代、この地域の総称だった「松ヶ浦島」が地名の由来といわれています。松ヶ浦島はその美しさから多くの歌人を魅了し、「枕草子」や「続古今和歌集」では歌の題材として登場しています。藩政時代には伊達政宗が最も眺めの良かった「鴻ヶ崎」に仮館を建築。そのことからいつしか「御殿崎」と呼ばれるようになり、今でもその地名が残されています。

写真映えスポット



御殿崎の岩礁

豪快に白波が立ちます。奥に鴻ヶ島が浮かびます。

船も見えるよ



松ヶ浜漁港

御殿崎の西側にあり、県の水産技術総合センター種苗生産施設も並びます。



歌に詠まれる美しさ
伊達政宗も魅了

Shichigahama

Matsugahama

POWER SPOT

パワースポット

航海安全の女神祭る

荒崎稻荷社



御殿崎の突端に位置し、中国から九州地方に伝わったとされる航海安全の守護神・媽祖が祭られています。祠の中には、木の板に天妃像と二人の女官が描かれた墨絵が大切に残されています。

STORY 03

菖蒲田浜

Shobutahama

陸海空のレジャー満喫 自然豊かな海沿いエリア

海上を空中散歩



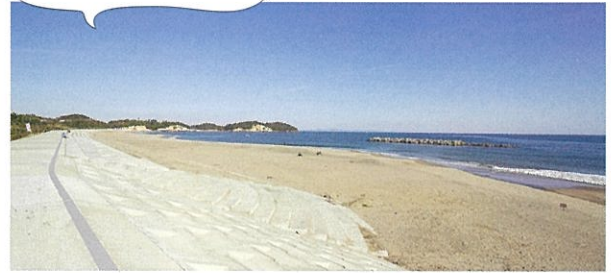
かぜのおかパラグライダー

菖蒲田海水浴場の砂浜を離発着して、パラグライダーの遊覧飛行体験に挑戦。海や町を見下ろしながらの空中散歩は気分爽快です。二人乗りで初心者でも安心。

問 tel. 090-8255-9187

潮風浴び海辺を散策

【菖蒲田海水浴場】



菖蒲田海水浴場には東日本大震災後に防潮堤が建設されました。防潮堤の上を散策することもでき、海水浴のオフシーズンでも美しい海を一望できます。



阿川沼

大蛇の伝説がある東西275m、南北825m、周囲1942mの湖沼。季節や時間帯でさまざまな景観を見せ、冬はハクチョウの飛来地としても有名です。



菖蒲田・小豆浜 (P7参照) でサーフィン

SURF SHOP MATTY'S SURF サーフショップ マティーズサーフ

レンタル、ボードロッカーなどのサービスを行っているサーフショップ。初心者向けのサーフィンスクールも開講しています。

七ヶ浜町花刈浜字金色4-3

営 9:00~17:00 (5~10月は19:00まで)

休 臨時休あり

tel. 022-357-1333



OSTRICH SURF オーストリッチサーフ

サーフィン用品の販売や修理、レンタルの他、レベルに合わせたサーフィンスクールを実施。温水シャワーも備えています。

七ヶ浜町花刈浜字金色6-1

営 9:00~17:00

休 臨時休あり

tel. 022-357-7237



ハマギク

町花のハマギクは10～11月に開花。町内各地の花壇が白いかれんな花で埋め尽くされます。



写真映えスポット

昭和の菖蒲田海水浴場

菖蒲田海水浴場が開設された1888年当時、海水浴は「うみつあみ」と呼ばれ、病気療養などが目的でした。海水浴場近くの保養施設「大東館」には宮沢賢治が親戚を見舞いに訪れたという記録が残っています。

POWER SPOT

パワースポット

家内安全の守り神

諏訪神社

阿川沼の近くに鎮座し、創建は不明。参道にはのぼりが掲げられ、家内安全や海上の安全、大漁、豊作、無病息災などにご利益があるとされる地区の守り神です。ご祭神の

たけみなかたみこと健御名方富命は相撲の始まりに関係している神で、境内では奉納相撲が執り行われたこともあります。秋の例大祭では氏子を中心にみこしを担ぎ、地区を練り歩きます。



小豆浜から眺望崎までの湾曲した砂浜で、夏はその一部を海水浴場として開設しています。1888(明治21)年に東北で初めて、全国で3番目に開設された歴史のある海水浴場としても知られています。海水浴シーズンはさまざまな海の家もオープンし、シャワーの貸し出しもしています。近くにはログハウスのおしゃれなカフェレストラン「ART CAFE BAR ŠEĀ ŠAW」などもあり、イベントも開催され、幅広い世代でにぎわいます。



Shichigahama

Shobutahama

STORY 04

花渚浜

Hanabuchihama

外国人も愛する
風光明媚な観光地

写真映え
スポット



七ヶ浜国際村

施設内にある、水に満ちた幻想的なアンフィシアター。フォトジェニックな写真が狙えると、全国から撮影に訪れます。



あずき 小豆浜

県内で有数のサーフスポット。夏はもちろん、オフシーズンもサーフィンを楽しむ人でにぎわいます。近隣にはサーフショップが充実。



花渚灯台

白亜の外壁が目を引くロマンチックな灯台。1964年に点灯され、暗礁が多いこの海域を照らしています。

POWER SPOT

パワースポット

アニメでも有名



鼻節神社

今から2400年ほど前に建立されました。平安時代に作られ、全国の神社を紹介する「延喜式神名帳」にもその名を連ねる由緒正しい神社でありながら、アニメ「かんなぎ」ゆかりの地としても有名で、世代を問わず多くの人が参拝に訪れます。

町内でも漁業が盛んな地域で、外洋ヨットの停泊地となっている小浜港は釣りスポットとしても有名です。1年を通じてサーファーが集まる小豆浜をはじめ、アニメの聖地として有名な「鼻節神社」や新しくオープンした宿泊施設などもあり、観光客から人気を集めています。「うみの駅 七のや」は海の幸の販売コーナーやアンテナショップ、食堂などを併設しています。観光交流センター前の多目的広場は、朝市「七の市」(P17に関連記事)の会場にもなっています。



眺洋台は太平洋を望む絶好のビュースポット。日差しを受けて輝く昼間の海も、月の光を反射する静かな夜の海も美しく、思わず写真に収めたくなる景観です。他にも桜の名所「君ヶ岡公園」や太平洋に島々が浮かぶ景色が見られる岬「波多崎」など、カメラを向けたくなるスポットが点在しています。

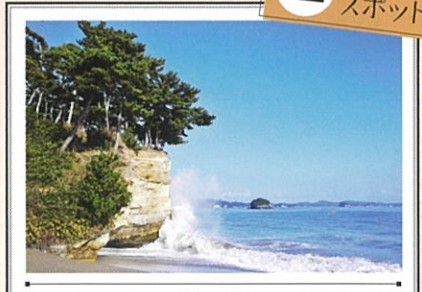


STORY 05
吉田浜
Yoshidahama



屈指のビュースポット
カメラを向けたくなる景色

写真映えスポット



はたさき
波多崎

太平洋から打ち寄せる波が岸壁で跳ね、白波を起す様子は迫力満点。岬からの展望は松島四大観にも負けない美観です。



君ヶ岡公園

約600本のサクラが咲き誇る春は、花見客でにぎわう桜の名所。四季桜は春だけでなく秋や冬も花を咲かせ、訪れる人の目を楽しませてくれます。園内の展望台からは牡鹿半島や松島湾を見渡せます(PI8に関連記事)。

四つの岬があったことから、かつては「四ヶ崎」と呼ばれていました。後に「嶼ヶ崎」と書き改められ、やがて現在の「代ヶ崎浜」になったと言われています。景勝地として知られるのが、八ヶ森の一角にある「多聞山」。中腹にある「毘沙門堂」裏手に広がる景色は松島四大観の一つ“偉観”と称され、馬放島や地藏島、松島湾内の島々が日本庭園の庭石を思わせる美しさです。

STORY 06

代ヶ崎浜

Yogasakihama

Yogasakihama

Shichigahama

風光明媚な景勝地 多聞山の偉観



多聞山には無料駐車場や散策路、ベンチなどがある展望広場が整備されています。散策路を進むと「深山権現」や展望台があります(P18に関連記事)。



POWER SPOT

パワースポット

地域見守る毘沙門天



毘沙門堂

多聞山の地名の由来は、現存する「毘沙門堂」。本尊に毘沙門天像(多聞天像)を安置しています。33年に一度開帳され、次は2029年の予定です。毎年12月13日に行われているのが「毘沙門様のお歳とり」。参拝者に湯豆腐を振る舞うことから「湯豆腐まつり」とも呼ばれ、この湯豆腐を食べた翌年は風邪をひかないと言われています。

仙台火力発電所・仙台太陽光発電所

環境にやさしい天然ガスを使用した最新鋭の火力発電所です(平日のみ見学可・要予約)。建物は名勝松島の景観に調和したデザインが特徴です。

問 東北電力株式会社
仙台火力発電所・仙台太陽光発電所
tel. 022-357-2121



POWER SPOT

パワースポット

修験者を祀る小さなお堂



かさいわどう
笠岩堂

出羽三山の修験者2人を祀っています。風邪除けを願う人たちの信仰を集め、地域では旧暦2月8日の縁日に配られる祈禱符を家の入り口に逆さまに貼るのが習わしです。



東宮神社

資料館来館記念に
可愛いスタンプをどうぞ



STORY 07

東宮浜

Toguhama

「歴史資料館」が隣接
国指定史跡の貝塚



大木岡貝塚の発掘調査では土器、石器の他、魚や動物の骨、貝殻が多く見つかっています。特にここから出土した縄文土器は「大木式土器(だいぎしきどき)」と呼ばれ、七ヶ浜町歴史資料館で13種を常設展示しています。

問 / 七ヶ浜町歴史資料館
tel. 022-365-5567

地名は塩竈市にある鹽竈神社の末社「東宮神社」にちなんでいます。松島湾を代表する縄文時代前・中期の集落跡「大木岡貝塚」は国指定史跡。遺跡公園として開放され、春は桜、秋は紅葉といった四季折々の景観が楽しめます(P18に関連記事)。貝塚に隣接する「七ヶ浜町歴史資料館」では、大木岡貝塚の出土資料をはじめ町内で見つかった考古資料、漁具や農機具など民俗資料を多数収蔵・展示しています。



Toguhama

Shichigahama

シチノノカフェピッツァ
hama gourmet SHICHI NO CAFÉ & PIZZA



大きな窓から一面に広がる海を眺めながら食事を楽しめるカフェ。町内外からの多くのお客様で行列ができる人気店。シェフ自慢の料理と石窯で焼き上げたピッツァなどが楽しめます。フルーツパンケーキ(税込1200円)はフレッシュでみずみずしいフルーツが盛りだくさんで、パンケーキはフワッフワで、滑らかな舌触りが楽しい、写真映えも間違いなしです。

メニュー	
パスタ	900円(税込)から
ピザ	1280円(税込)から
大人気モーニングプレート	1480円(税込)から
	(オープンから10時30分まで提供)
	など

七ヶ浜町花洲浜字館下75-65 tel. 022-349-7001

営 平日8:00~18:00 / 土7:00~18:00 / 日・祝7:00~18:00

休 不定休 ※オープンから10:30まではモーニングメニュー、11:00よりランチメニュー

駐車場 / 有 予約 / 可 車椅子での入場 / 可

ラコートコハマ
hama gourmet La Côte Kohama



海を一望出来るオーシャンビューのカフェ。マリンショップの2階にある店内は、マリン感で統一され、ヨットハーバーや牡鹿半島を望むロケーションが魅力です。天気の良い日には、テラス席でリゾート気分が味わえます。階段が苦手なお客様は一階席で、ペットをお連れのお客様はウッドデッキ席でゆったりと過ごせます。七ヶ浜産の海苔を使ったパスタが人気です。

メニュー	
のりクリームパスタ (ドリンク付き)	1480円(税込)
骨付きチキンのスープカレー (ドリンク付き)	1580円(税込)
クロップル	780円(税込)
	など

七ヶ浜町花洲浜字館下189番地 ファクトリーマリン2F tel. 022-253-6086

営 (5月~10月)11:00~17:00 / (11月~4月)11:00~16:00

休 月曜

駐車場 / 有 予約 / 可 車椅子での入場 / 可 トイレ/オムツ交換台有 ペット/ウッドデッキ可

hama gourmet 七ヶ浜うみの駅・松島湾海鮮市場
七のや



寿司、海鮮総菜などの販売や、浜焼きや海鮮丼が楽しめるフードコート。浜焼きは、牡蠣やホタテをはじめとした貝類や、エビなどを目の前で焼いて美味しく楽しめます。1時間食べ放題プランや、単品で選んで食べることもできます。また、鮮度抜群の海鮮丼や焼き魚定食など魅力満載の食堂も人気で、貝のダシがきた、浜ラーメンはスープを飲み干してしまうほどのおいしさです。

メニュー	
海鮮丼	1980円(税込)
浜ラーメン	980円(税込)
一本穴子天丼	1770円(税込)
	など

七ヶ浜町花洲浜字館下186 tel. 022-253-6932

営 8:00~18:00 休 不定休 ※営業時間はフードコート・浜焼きは異なります。

<https://www.shichinoresort.com>

駐車場 / 有 予約 / 可 車椅子での入場 / 可 Wi-Fi無線LAN / 可

hama gourmet すしよし
寿司喜



約50年続く老舗寿司店。宮城県産の魚介類を使った握りやちらし寿司などが楽しめます。時季によっては七ヶ浜町産のウニやアワビといった旬の海の幸を味わえることも。お薦めは「中」と「上」の間で、おいしくリーズナブルな「中上にぎり寿司」(写真・税込1720円)。マグロの中トロやウニなど6貫と巻き寿司を1本分盛り合わせます。

メニュー	
中上ちらし寿司	1720円(税込)
上にぎり寿司	2160円(税込)
ネギトロ巻	1600円(税込)
	など

七ヶ浜町境山2-10-34 tel. 022-364-4866

営 11:00~21:00

休 火曜

駐車場 / 有 予約 / 可

hama gourmet
寿司 居酒屋
き
瓦ぜん寿司



魚が泳ぐ水槽が目を引く和食店。魚介類をふんだんに使った料理が充実しています。昼は主役の魚料理に、小鉢や漬物などが付く「日替わりランチ」(写真・税込700円)が人気。写真はカレイの唐揚げで、表面はかりっと香ばしく、中はふっくらとしています。夜はお酒を飲みながら、お造りやにぎり寿司などをゆったりと味わえます。

メニュー	
寿司ランチ(ちらし寿司)【昼限定】	700円(税込)
上にぎり	1650円(税込)
刺身盛合せ	1650円(税込)から など

七ヶ浜町汐見台2-4-6 tel. 022-357-7882

営 11:00~14:00 / 17:00~22:00

休 月曜

駐車場 / 有 予約 / 可 車椅子での入場 / 可(スロープはないがスタッフによる介助手伝い可)

hama gourmet
なな カフェ
菜菜 cafe*キリカブ



夫婦で営むカフェ。奥さんの手作りで、玄米と野菜を中心としたランチメニューが人気です。看板メニューはたっぷりの玄米ご飯と味噌汁、和え物や炒め物などの小鉢8種ほどがセットになった定食「まくろびごはん」(写真・税込1100円、前日まで要予約)。夜は4日前までの予約制で、浦霞を提供する日本酒バーとして営業しています。

メニュー	
菜菜プレート	800円(税込)
海苔うどん	700円(税込)
コーヒー	400円(税込) など

七ヶ浜町吉田浜字台27-9 tel. 022-357-2370

営 11:30~21:00

休 火・水・木 定休(祝日の場合は営業、翌火曜休み)

駐車場 / 有 予約 / 要一部メニュー 外国語対応 / 可(英語) Wi-Fi無線LAN / 可

hama gourmet
和食家 TADA 酒旬菜
しゅしゅんさい



近海の魚介類を使った料理が充実し、地元客も多く訪れる和食店。昼限定「Bランチ」(税込1210円)はミックスフライや豚の角煮、茶碗蒸しなどを、かわいらしい籠盛りで提供しています。夜は多彩なお酒が進む、刺し身や焼き魚など一品料理が豊富です。カウンター席やテーブル、小上がりがあり、一人でもグループでもゆったりできます。

メニュー	
お造り盛り合わせ	1650円(税込)から
穴子天ぷら	693円(税込)
牛すじ煮	715円(税込) など

七ヶ浜町汐見台1-1-5 汐見台ショッピングプラザ内 tel. 022-357-3366

営 昼 平日11:30~13:30 / 夜17:00~フードLO22:00、ドリンクLO22:30

休 木曜

駐車場 / 有 予約 / 可 車椅子での入場 / 可

hama gourmet
ル ア ナ ガー デ ン プ レ イ ス
Luana Garden Place



花洲浜にオープンしたハワイアンカフェ。客席は大空の下、潮風香るウッドデッキに鳥々が浮かぶ海が一望できます。言うことなしのロケーションの中、ハワイアン音楽とともに料理を楽しめます。美しい景観を眺めながら、時間を忘れることのできる空間となっています。しっかりと食事をしたいなら、2階で飲食できるスペースもあります。

メニュー	
ハンバーガー	528円(税込)
エビアボカドサンド	550円(税込)
ルアナソフト	400円(税込) など

七ヶ浜町花洲浜字館下193 tel. 022-354-0853

営 11:00~16:00

休 月曜

駐車場 / 有 予約 / 可

*「hama グルメ」に掲載されている営業状況や料金等は変更される場合がございます。詳しい内容につきましては、店舗へ事前にご確認ください。

hama gourmet はまのななひかり
浜の七光り



七ヶ浜の旬な魚を味わえる海鮮専門店で。令和4年にオープンし、土日祝日のみ営業。七ヶ浜で水揚げされた新鮮な魚を「旬な魚を旬な時期に旬な価格で」提供しています。七ヶ浜産のお魚が食べたいければ、「浜の七光り」へ! お店に来店すれば、今どんな魚が取れているのかがわかります。水揚げによってメニューが毎週異なるのが店の特徴です。

メニュー	
ヒラメの2種丼	900円(税込)
アイナメと黒ソイの2種丼	900円(税込)
スズキとメバルの2種丼	900円(税込) など
<small>※海鮮丼・お味噌汁・お新香・七ヶ浜産のり付き</small>	

七ヶ浜町花洲浜字館下159 tel. 090-5592-9476

営 11:00~15:00
休 平日

駐車場 / 有 予約 / 可

hama gourmet アートカフェバー シーソー
Art Cafe Bar SEA SAW



菖蒲田浜の目の前にあるログハウスのカフェレストラン。ワタリガニのうま味を10時間かけて凝縮した名物のパスタ(写真)をはじめ、海苔、ルバーブといった地場食材をたっぷり盛り込んだ栄養士考案の料理、フレンチトーストなどのデザートが好評です。個室やバーベキュー施設、温水シャワー施設を備え、夏は海水浴客にぎわいます。

メニュー	
七ヶ浜産ワタリガニのトマトクリームパスタ	1250円(税込)
七ヶ浜産海苔を使ったパスタ(季節によって変更あり)	900~980円(税込)
蔵王のたまごオムライス	1100円(税込) など
<small>※価格は変動する場合があります</small>	

七ヶ浜町菖蒲田浜字長砂20-8 tel. 022-355-9119

営 昼11:00~16:00(L015:30) / 夜土・日曜、祝日18:00~22:00(L021:30)
休 木曜 <https://www.seasaw.me>

駐車場 / 有 予約 / 可 外国語対応 / 可(英語対応できない場合もある) 車椅子での入場 / 可 Wi-Fi無線LAN / 可

hama gourmet はなるり
花瑠璃の風



菖蒲田海水浴場でお馴染みの海の家「ヨコハマ」が花洲浜にオープンしたお店。一番人気は海の家でもファンの多い名物ラーメン。地元の海苔とワカメ、フノリをのせた(入荷により変更有り)「塩ラーメン」(写真・税込950円)がおすすめです。ピリ辛が癖になるガバオライスやタイカレーは、スパイスを店主自らタイで買い付けた本格派。団体のご利用も受付けています。

メニュー	
ガバオライスセット(小鉢・ケキ付)	850円(税込)
タイカレーセット(小鉢・ケキ付)	850円(税込)
<small>※各セットに飲み物をつけたドリンクセット1050円(税込)も有り。</small>	
コーヒー	300円(税込) など

七ヶ浜町花洲浜字館下115 tel. 022-794-8664

営 11:00~(終了時間不定)
休 不定休

駐車場 / 有(10台) 予約 / 可 車椅子での入場 / 可(スロープはないが、スタッフによる介助手伝い可)

hama gourmet ファストフードテイクアウト
かぼちゃ



自宅のリビングを開放して軽食を提供しています。人気は太めの麺を使った「ナポリタン」(写真右・税込400円)。家庭的なケチャップ味で、どこか懐かしさを感じます。「焼きそば」(写真左上・税込300円)や「イカげそあげ」(写真左下・税込400円)など、全品持ち帰りOK。天気がいい日は屋外のテーブルで味わっては。地元の子どもから年配者までリピーターが多いです。

メニュー	
とり唐揚げ	300円(税込)
ソフトクリーム	230円(税込)
コーヒーフロート	350円(税込) など

七ヶ浜町菖蒲田浜字中田6-44 tel. 090-4882-1173

営 10:00~17:00(冬期は16:30まで)
休 水曜、臨時休あり

駐車場 / 有 予約 / 可 車椅子での入場 / 可(車椅子用トイレあり)

hama gourmet

浜しんラーメン



高台にあり、店内から海を眺めながら食事ができます。お薦めは「野菜らーめん」(写真・税込650円)。鶏がらでだしを取った塩ベースのスープはあっさりとした味わいで、炒めた野菜をたっぷりとトッピングしています。「半ちゃんらーめん」(税込700円)などセットメニューも充実。吉田浜、花渕浜、代ヶ崎浜のエリア限定で出前(2品から配達)も対応します。

メニュー	
ねぎらーめん	600円(税込)
味噌らーめん	550円(税込)
らーめん	450円(税込) など

七ヶ浜町吉田浜字前塚67-1 tel. 022-357-5958

営 11:00~14:30/16:00~18:00(最終配達は17:50まで)

休 木曜

駐車場/有

hama gourmet

カフェ ラ ル ナ Café La Luna



大きな窓から太平洋と水に浮かぶ野外劇場を望むカフェレストラン。趣向を凝らしたランチやラテアートの技が光るカフェメニューが自慢です。地元のほうれん草や老舗の味噌などを盛り込んだ四季折々の手作りデザートも多彩。冬はレモンード、夏は本格かき氷といった自家製シロップを生かしたメニューも人気を集めています。

メニュー	
こだわり生パスタのラルナセット	1280円(税込)
香ばしチキンステーキセット	1380円(税込)
特製オムカレーセット	1280円(税込) など

七ヶ浜町花渕浜字大山1-1 七ヶ浜国際村内 tel. 022-357-6991

営 11:00~LO19:30(ランチはなくなり次第終了)

休 火曜 ※イベントによる変更あり

駐車場/有 予約/可 車椅子での入場/可

*「hama グルメ」に掲載されている営業状況や料金等は変更される場合がございます。詳しい内容につきましては、店舗へ事前にご確認ください。

“旬”を楽しむ

七ヶ浜町 海の幸カレンダー



	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
ボッケ												
アサリ												
アジ												
アナゴ												
アワビ												
イシガレイ												
ウニ												
ガザミ(ワタリガニ)												
コウナゴ												
サケ												
サバ												
サヨリ												
シャコエビ												
シラウオ												
スズキ												
ヒラメ												
マガレイ												
マガレイ(子持ち)												
マコガレイ												
マコガレイ(子持ち)												
マダコ												
マダラ												
ミスダコ												
メバル												

(宮城県漁業協同組合七ヶ浜支所 監修)

Seven Beaches
SHICHIGAHAMA

TOWN MAP

タウンマップ



セゲ浜町中央公民館 (生涯学習センター)

図書センターや研修室、武道館、軽運動場、陶芸館、学習室といった学び・生涯学習活動施設が充実。1階の町民交流室やキッズルームはどなたでも利用できます。

セゲ浜町吉田浜字野山5-9
開 9:00~21:30 (図書センターは17:00まで)
休 月曜(月曜が祝日の場合はその翌日)、12月28日~1月4日
 tel. 022-357-3302



セゲ浜町役場

セゲ浜町東宮浜字丑谷辺5-1
 tel. 022-357-2111

セゲ浜町野外活動センター

パターゴルフコース、スケートボード場、健康遊具広場、きずな公園など敷地内の施設を無料でどなたでも利用できます。※パターゴルフの道具や、遊具などは持参となります。



セゲ浜町吉田浜字野山5-9
開 9:00~17:00 (12月~3月までは16:00まで)
休 月曜(月曜が祝日の場合はその翌日)、12月28日~1月4日
 tel. 022-357-3302

セゲ浜サッカースタジアム



1998年にオープン。2017年にフィールドを人工芝に改修しJFA公認を取得しました。本部室やロッカールームなどを完備、国体やインターハイなどの大会にも使われています。

セゲ浜町吉田浜字野山5-9

利用申込・問 特定非営利活動法人アクアゆめクラブ
 tel. 022-357-7920

セゲ浜町観光交流センター

「シチノリゾート」などの観光施設が並ぶ多目的広場に2018年11月にオープン。観光に役立つパンフレットや情報がそろいます。ヨットの帆をモチーフにした白い屋根が目印です。

セゲ浜町花洲浜字館下184
 宮城県漁業協同組合セゲ浜支所前
開 10:00~16:00
休 月曜(月曜が祝日の場合はその翌日)、年末年始
 tel. 022-766-8205



セゲ浜健康 スポーツセンター 「アクアリーナ」

アリーナ、バーデ、トレーニングルーム、フィットネススタジオなどを完備した「心の健康」と「体の健康」をコンセプトにした施設です。

セゲ浜町吉田浜字野山5-1
利用申込・問
 tel. 022-357-7890



屋内運動場(すばーく七ヶ浜)

ゲートボール、グラウンド・ゴルフ、フットサルなど多目的に使用できる屋内運動場です。

七ヶ浜町吉田浜
字野山5-9
利用申込・問
特定非営利活動法人
アクアゆめクラブ
tel. 022-357-7920



テニスコート・フットサルコート

全天候型砂入り人工芝のテニスコート・フットサル兼用のコート。ナイター施設や、隣接地に多目的トイレも完備。

七ヶ浜町吉田浜字野山1-2
利用申込・問
特定非営利活動法人
アクアゆめクラブ
tel. 022-357-7920



野球場

子どもから大人まで、練習はもちろん各種大会にも利用できる本格的な野球場。ナイター設備も備えます。

七ヶ浜町吉田浜字野山1-2
利用申込・問
特定非営利活動法人アクアゆめクラブ
tel. 022-357-7920



- ・SHICHI NO HOTEL(シチノホテル)
- ・SHICHI NO CAFÉ & PIZZA(シチノカフェ アンド ピッツァ)
- ・Luana Garden Place(ルアナ ガーデン プレイス)
- ・La Côte Kohama(ラコート コハマ)

武道館

床と畳の半面ずつ用意され、主に柔道・剣道・空手・少林寺拳法・合気道・銃剣道で使用できます。



七ヶ浜町吉田浜字野山5-9
利用申込・問 特定非営利活動法人アクアゆめクラブ
tel. 022-357-7920

第1・第2 スポーツ広場

サッカー、ソフトボール、グラウンドゴルフなどに利用できる多目的グラウンドです。(第1はナイター設備を完備)



七ヶ浜町吉田浜字野山
利用申込・問 特定非営利活動法人アクアゆめクラブ
tel. 022-357-7920

ながすか多目的広場

芝生とクローバーの広場、遊具があり、無料でどなたでも利用できます。

七ヶ浜町花淵浜字長須賀
問 役場建設課
tel. 022-357-7441



町民プール

屋内の温水プールです。25メートル8コースの一般プールと、幼児用プールがあります。

七ヶ浜町吉田浜字野山5-9
利用申込・問
特定非営利活動法人アクアゆめクラブ
tel. 022-357-7920

キャンプ場

自然に囲まれたキャンプ場。管理棟の他に炊事場や「くど(野外炉)」、営火場が整備されています。

利用は4~11月で、テントサイト1張り1泊310円とリーズナブル。

七ヶ浜町吉田浜字野山5-9
利用申込・問 特定非営利活動法人アクアゆめクラブ
tel. 022-357-7920



Seven Beaches
SHICHIGAHAMA

七ヶ浜 歳時記



1~12月毎月最終日曜(変更の場合あり)

七の市

会場 花淵浜多目的広場

月末の日曜に開催される朝市。七ヶ浜町産魚介類や野菜、漬物などの加工品を販売します。地元飲食店も出店し、1月はワカメ、2月はメカブ、3月はシラウオなど、季節ごとの七ヶ浜グルメが味わえます。ビンゴ大会や景品が当たるくじ引きなどのイベントも行われます。



旧暦3月17日

吉田神社御祭礼

会場 吉田神社及び吉田浜地区

町の指定無形民俗文化財である「吉田浜獅子舞」が吉田神社の祭礼に合わせ、保存会のメンバーによって奉納されます。吉田浜地区の家々も巡り、大漁祈願や家内安全などを祈願。吉田浜獅子舞は地域のイベントでも披露されます。

5月3日~5日

七ヶ浜国際村インターナショナルデイズ

会場 七ヶ浜国際村

1994年から、ほぼ毎年開催されている国際交流イベント。毎年1つの国や地域を取り上げ、ステージやワークショップ、郷土料理のブースなどで食や文化、芸能、歴史といった幅広い魅力を紹介。これまでにテーマ国として取り上げてきた国や地域は18に上ります。



7月下旬

復興花火

会場 菖蒲田海水浴場

東日本大震災からの復興を願い、海水浴シーズンに開催。例年約2500発の花火が、菖蒲田海水浴場の上空に打ち上げられます。



7月

みやぎ国際トライアスロン 仙台ベイセツ浜大会

会場 スリーエム湊浜海浜緑地周辺

海と山の自然豊かなセツ浜町の起伏に富んだコースで毎年、全国から集まった選手たちが競い合います。



12月上旬～25日

クリスマスイルミネーション

会場 セツ浜国際村

太平洋を一望できる高台にある文化施設がイルミネーションやクリスマスツリーで飾られ、ロマンチックな雰囲気に包まれます。



11月中旬

産業まつり

会場 花洲浜多目的広場

「食」をテーマにセツ浜の旬の味覚が大集合。宮城名物も並びます。ステージでは太鼓演奏などが繰り広げられます。

花見はセツ浜町で!

桜スポット

君ヶ岡公園

品種改良されたソメイヨシノの見頃は淡いピンクで彩られます。



多間山

松島湾を見下ろす高台の芝生広場に桜が植樹されています。



大木園貝塚遺跡公園

ヤマザクラやカスミザクラなど200本以上が咲く様は圧巻です。



宮城県
漁業協同組合
七ヶ浜支所
 tel. 022-349-6222

七ヶ浜名産
 焼海苔(黒パッケージ)



一般社団法人 ニューロトランス
 tel. 070-5099-7337



七ヶ浜産 あわび伝説 / 七ヶ浜産
 黄金あわび / 七ヶ浜産 杜王あわび



Shichigahama Grown

ブランド 七ヶ浜

brand-shichigahama.jp

七ヶ浜町内で生産・製造・加工された農林水産物・工芸品
 など七ヶ浜町の地域資源を生かした地場産品を
 「ブランド七ヶ浜」として認定しています。
 土産やギフトに七ヶ浜ならではの名品はいかが？

ファーム星
 TEL:090-4631-9858
 七ヶ浜上納産ひとめぼれ



アトリエK
 tel. 050-5338-8399

七ヶ浜産のアワビ殻(螺鈿)を
 使用したハンドメイドジュエリー



カフェ・ラ・ルナ
 tel. 022-357-6991
 ルバーブジャムのパンナコッタ



カフェレストラン SEA SAW
 tel. 022-355-9119

浜ののりだれ / 浜ののりドレ / 浜ののりマヨ



Seven beach manna
 (セブンビーチ マナ)
 E-mail. 7beachmanna@gmail.com
 天然シーグラスのアクセサリ

瀬戸源市
 tel. 022-362-8549



よってがいん花洲
 tel. 090-6854-3229

花洲浜の焼き海苔 /
 花洲浜の深緑の輝きミネラルわかめ

※「ブランド七ヶ浜」商品については、町ホームページをご覧ください。 <https://www.shichigahama.com>



ぼっけのボーちゃんピンバッジ

2006年に誕生した「ボーちゃん」をデザインした
 ピンバッジ。七ヶ浜町観光キャラクターです。

七ヶ浜町観光協会 / 七ヶ浜町観光交流センター
 七ヶ浜町花洲浜字館下 tel. 022-766-8205
 ※役場、七ヶ浜国際村でも販売しております。

あさや 旅館 麻屋

stay spot

手入れの行き届いた日本庭園が自慢の宿。大浴場では、その美しい眺めを楽しみながら湯浴みが楽しめます。観光やビジネスでの宿泊はもちろん、宴会や法要、学生の合宿など幅広く利用されています。料理長はさまざまな料理コンテストの入賞経験者。海の幸をはじめ、地元食材をふんだんに使った料理は絶品です。



駐車場 / 有
車椅子 / 可
Wi-Fi無線LAN / 有

七ヶ浜町松ヶ浜字西原47-2
tel. 022-357-3520

休 無休

料金 素泊まり1名1泊朝食付き5076円(税・サービス料込み)から
<http://asaya-ryokan.com>

民宿みうら

stay spot

黄色い外観が目印の宿です。客室は和室26室。優しい女将さんが切り盛りしていて、温かな雰囲気の中、ゆったりとくつろげます。別棟の食堂で提供するのは、新鮮な魚や地元食材を使った昔ながらの家庭料理。性別や年代に応じて献立を変え、お客さま一人一人に合わせたおもてなしが好評です。食事会や宴会プランも用意。



駐車場 / 有
車椅子 / 可
Wi-Fi無線LAN / 有

七ヶ浜町松ヶ浜字西沢田56-1
tel. 022-357-4552

料金 素泊まり1名3500円(税別)から

http://www.shichigahama.miyagi-fsci.or.jp/syuku/syuku_miura.html

ビジネス旅館 やまに荘

stay spot

約15の和室があるビジネス旅館。菖蒲田海水浴場まで車で約5分の立地で、夏はレジャー客、リピーターにも愛されています。共用の浴場、洗濯機と物干し場を備え、長期の利用も歓迎しています。長期滞在や団体での宿泊の場合は料金の相談に応じてくれます。電話で予約を。



駐車場 / 有
Wi-Fi無線LAN / 有

七ヶ浜町東宮浜字東兼田3-1
tel. 022-364-0104

休 年末年始(応相談)

料金 1泊2食付5000円(税・サービス料込み)から ※電話で相談
<https://yamani.eyado.net>

佐藤旅館

stay spot

アットホームな雰囲気の中、手頃な料金で宿泊できる宿。景勝地「多聞山」近くにあり、観光に便利です。ビジネスで長期滞在する人も多く、素泊まりの他、朝食と夕食付きプランもあがあります。客室は和室で最大8名まで宿泊可。電話で予約を。酒店を併設し煙草、カップラーメンなど食料品、歯ブラシといったアメニティグッズも販売しています。



駐車場 / 有

七ヶ浜町代ヶ崎浜字立花63
tel. 022-357-2614

料金 素泊まり1名3780円(税・サービス料込み)から

ななカフェ 菜菜 cafe *キリカブ

stay spot

潮風が香る高台に立つログハウスで、ゆったりと過ごせる民泊施設。1階で昼は玄米メインの体に優しい料理を提供するカフェ、夜は予約制の日本酒バーを営業。2階が宿泊スペースとなっています。素泊まりのみですが、1階で食事を楽しめます。最大4名まで宿泊可。電話かWEBサイトで予約を。



駐車場 / 有
外国語対応 / 可(英語)
Wi-Fi無線LAN / 有

七ヶ浜町吉田浜字台27-9
tel. 022-357-2370

休 月曜(祝日の場合は営業、翌火曜休み)

料金 素泊まり1名4000円(税・サービス料込み)から
<https://www.nanacafe-kirikabu.info>

シチノホテル SHICHI NO HOTEL

stay spot

2017年12月にオープンした「SHICHI NO RESORT」内のコンドミニアムホテル。ベッドのみの洋室、キッチン付きの和洋室といった多様な客室と調理具、食器などを用意。素泊まりスタイルで、同じ敷地に建つピザが自慢のカフェや、海産物の直売店などを利用し、食事や自炊を楽しみながら、プライベートな時間を過ごせます。



駐車場 / 有
車椅子 / 可
Wi-Fi無線LAN / 有

七ヶ浜町花洲浜字館下194
tel. 022-349-7001

休 臨時休あり

料金 素泊まり1名5000円(税・サービス料込み)から
<https://www.shichinoresort.com>

舟倉薫アナウンサーがガイド 七ヶ浜を楽しむバス散歩

公共交通で七ヶ浜町の旅を楽しむなら、七ヶ浜町民バス「ぐるりんこ」が便利。JR仙石線の本塩釜・多賀城各駅から各スポットに接続し、車がなくても町内を巡ることができます。

profile 舟倉 薫さん



NHK 仙台放送局「てれまさむね」キャスターを務め、2017年4月からフリーアナウンサーに。宮城県を拠点にラジオパーソナリティ、TVリポーター、ナレーションなどで活動中。

start

JR本塩釜駅から
七ヶ浜町民バス
「ぐるりんこ」乗車



01 bus spot



花淵停留所 下車



SHICHI NO CAFE & PIZZA

目の前に広がる松島湾から昇る朝日を見ながらモーニング

パンケーキやピザで知られるカフェの隠れた人気メニューが、バタートーストを中心とする「モーニング」。大きな窓の向こうに広がる松島湾の景観美を楽しみながら、旬の野菜や果物をたっぷり盛り込んだプレート料理やコーヒーが味わえます。

(P11に詳細)



約2分

漁港周辺を散策



約2分

宮城県漁業協同組合七ヶ浜支所

事務所の一角で平日限定のおすそ分け

事務所の一角を平日限定で開放し、鮮度抜群の旬の魚介や特産のノリなどを特別価格で販売。毎月第3水曜14:30~15:30の「漁協の夕市」にはさらにお得な特売品がそろいます。

七ヶ浜町花淵浜字館下198
tel. 022-349-6222
営 8:30~17:00
休 土・日曜、祝日、年末年始



約1分

七ヶ浜町観光交流センター

町内の観光情報を網羅
旅の相談どうぞ



七ヶ浜町を観光するなら、まず訪ねたい案内施設。各スポットの最寄りの停留所や、バスの発着時間なども相談できます。水槽やタッチプールで七ヶ浜周辺の海の生き物も紹介しています。

(P15に詳細)



03 bus spot



花淵停留所 乗車



アクアリーナ停留所 下車

05 bus spot

七ヶ浜健康スポーツセンターアクアリーナ

水着で楽しむ12種類のお風呂

寝湯や打たせ湯、かぶり湯など12種類のお風呂とサウナ、フィットネスプールを備えた「バーデ」は水着を着て利用する男女兼用の入浴施設。全国でも珍しい海水のお風呂で、海水浴も体験できます。

七ヶ浜町吉田浜字野山5-1 tel. 022-357-7890

営 10:00～21:30(最終チェックイン21:00) ※12月～3月は20:30まで(最終チェックイン20:00)

休 月曜(月曜が祝日の場合翌火曜)、12月28日～1月4日

約5分



きずな公園

海を眺めながら、親子でのびのびと遊べる

生涯学習センター敷地内にある公園。複合遊具やブランコ、鉄棒など、幼児向けの遊具が揃っています。企業による復興支援で作られ、震災を風化させないよう「希望の鐘」が建てられています。

七ヶ浜町吉田浜字野山5-9 生涯学習センター敷地内 tel. 022-357-3302

休 月曜(月曜が祝日の場合はその翌日)、12月28日～1月4日

06 bus spot

君ヶ岡公園停留所 乗車

君ヶ岡公園では太平洋から蔵王連峰までを望む展望とともに、春はもちろん冬も咲く四季桜が楽しめます。



約10分

生涯学習センター停留所 乗車



立花停留所 下車

約10分



多聞山

展望台から望む美しい夕景

松島湾の島々を一望できる景勝地「四大観」の一つ、多聞山へ。歴史ある神社などに立ち寄りながら散策できます。展望台からの眺めは格別です。

立花停留所 乗車

goal

JR多賀城駅



04 bus spot

七ヶ浜国際村停留所 下車



七ヶ浜国際村プリマスハウス

アメリカ開拓史ミュージアム

米国発祥の地でもある姉妹都市・プリマス町との縁を伝えるユニークな展示施設。英国から渡った開拓者たちが乗船していたメイフラワー号の模型をはじめ、さまざまな資料と共に入植当時の生活を紹介します。外国人避暑地「高山国際村」をはじめ七ヶ浜町の国際交流の歴史も学べます。入場無料。

七ヶ浜町花淵浜字大山1-1 tel. 022-357-5931

開 9:00～12:00、13:00～17:00 休 火曜、年末年始



宮城県
Miyagi



鉄道とバス

- 仙台国際空港 → 仙台空港アクセス線 → 仙台駅 → JR仙石線 → 多賀城駅 → 七ヶ浜町

車

- 東北自動車道富谷JCT → 利府JCT → 仙台港北IC → 国道45号 → 七ヶ浜町 (20分)
- 東北自動車道仙台南IC → 仙台若林JCT → 仙台港北IC → 国道45号 → 七ヶ浜町 (約20分)

JR仙台駅から一般道經由
車で約35分

仙台国際空港から仙台東部道路經由
車で約40分

JR仙石線「多賀城駅」から

- ・七ヶ浜町民バスぐるりんこで約30分
- ・ユーアイバス多賀城東部線汐見台団地行きで約30分
- ・ミヤコーバス汐見台団地線蒲田行きで約30分
- ・車で約15分

JR仙石線「本塩釜駅」から

- ・七ヶ浜町民バスぐるりんこで約30分
- ・車で約20分



- 七ヶ浜町民バスぐるりんこ
七ヶ浜町政策課 tel. 022-357-2117
株式会社ジャパン交通 tel. 022-366-2511
- ユーアイバス・ミヤコーバス
株式会社ミヤコーバス塩釜営業所 tel. 022-365-5161
- 株式会社富士タクシー tel. 022-365-5188

協力・問い合わせ / 七ヶ浜町観光協会 tel. 022-766-8205

発行 / 七ヶ浜町産業課水産商工係 tel. 022-357-7443 (平日8:30~17:15)

〒985-8577 宮城県宮城郡七ヶ浜町東宮浜字丑谷辺5-1
FAX022-357-5744 <https://www.shichigahama.com>

※掲載されている記事やデータは予告なく変更される場合があります。各施設の営業状況や料金などは事前にご確認ください

