

みちのく潮風トレイルソポーターズ 印刷用PDFデータ

凡例:

【MB】Hiking Map Book 【DB】Data Book 【TG】TRAIL GATE オリジナルグッズ 【テント】テントを張らせてくれる場所

【★】Data Book, Hiking Map Book, みちのくトレイルクラブ会員証のいずれかの提示で受けられるサポート

※ある場合はサポート内容の詳細をご確認ください。

2021/11/08時点

市町村	名称	施設種別	サポート内容	詳細	住所	電話番号	MBページ
八戸市	八戸ボータルミュージアム はっち カネイリ	商店	MB販売、TG販売		〒031-0032 青森県八戸市三日町1 1-1	0178-20-9661	-
八戸市	洋酒喫茶ブリンクス		トレイルに因んだメニューあり		〒031-0089 青森県八戸市長柳町1 8	0178-44-1827	-
八戸市	OUTDOOR BOX RIVER RUNS	商店	給水、トイレ、充電、MB販売、TG販売		〒031-0842 青森県八戸市駒町7 5-5	0178-20-0234	MB1-1
八戸市	八戸市水産科学館マリエント	観光施設	荷物預かり(受付にお申し出ください)。無料休憩所あり。		〒031-0841 青森県八戸市駒町下松前塙1 4-3 3	0178-33-7800	MB1-1
八戸市	民宿 石橋	宿	給水、トイレ、宿泊者は詳細の区間送迎可能(※)、MB販売、TG販売		〒031-0848 青森県八戸市大字駒町鶴久保1 4-1 2	0178-38-2221	MB1-1
八戸市	柳沢商店	商店ギア	給水、トイレ、ガス缶、キャンプ用品販売		〒031-0841 青森県八戸市駒町鶴久保1 4-1 4 9	0178-38-2024	MB1-1
船上町	はしあみハマの駅 あるでい～ば	食堂商店	ふのりドーナツ1製サービス		〒039-1201 青森県三戸郡階上町大字道弘大蛇203-2 0 8	0178-38-3166	MB1-2
船上町	有限会社 野原	カフェ	給水、トイレ、充電		〒039-1201 青森県三戸郡階上町道弘野原6-20	0178-87-3344	MB1-3
船上町	フォレステストピア船上	食堂	飲み物提供		〒039-1203 青森県三戸郡階上町大字島屋部大蛇1-2	0178-88-4449	MB1-4
船上町	茶屋 東門	カフェ食堂	食事代割引(★)、テント(※)	このPDF内別ページをご覧ください。	〒039-1206 青森県三戸郡階上町赤穂内寺1 3-1	0178-88-3987	MB1-4
洋野町	マリンシティ八戸ないち	食堂宿泊入浴施設	宿泊代割引(★)、給水、トイレ、TG販売		〒028-7914 岩手県九戸郡洋野町第2 3地割2 7-1 9	0194-65-5735	MB1-5
洋野町	ひろの水産会館ユニーク	食堂商店	MB販売、TG販売		〒028-7914 岩手県九戸郡洋野町第2 2-133-11	0194-65-5161	MB1-6
久慈市	舟の湯きのこ屋	宿	MB販売		〒028-7801 岩手県久慈市待浜町向町7-1 3 3-5	0194-58-2311	MB1-8
久慈市	道の駅くじ	観光施設飲食店	MB販売		〒028-0056 岩手県久慈市中町2丁目5-6	0194-66-9200	-
久慈市	小袖海岸センター	食事観光施設	MB販売		〒028-8111 岩手県久慈市宇摩町2 4-1 1 0-2	0194-54-2261	MB1-10
吾代村	マルサ越後商店	商店	給水、トイレ		〒028-8334 岩手県下閉伊郡吾代村1 3地割普代1 4 2-7	0194-35-3321	MB2-5
吾代村	マルコ商店	商店	給水、トイレ		〒028-8335 岩手県下閉伊郡吾代村1 3地割普代1 4 0-4	0194-35-2233	MB2-5
吾代村	まるに	商店	給水、トイレ		〒028-8335 岩手県下閉伊郡吾代村1 3地割普代1 2 8-7	0194-35-2201	MB2-5
吾代村	三船製菓	商店	給水、トイレ		〒028-8335 岩手県下閉伊郡吾代村第1 3地割普代1 2 8-1	0194-35-2020	MB2-5
吾代村	上神田商店	商店	給水		〒028-8335 岩手県下閉伊郡吾代村第1 3地割普代1 12-6	0194-35-2210	MB2-5
吾代村	下川原商店	商店	給水、トイレ		〒028-8335 岩手県下閉伊郡吾代村第1 3地割普代1 5-2	0194-35-2037	MB2-5
吾代村	アンテナショップ あいで	商店	充電		〒028-8332 岩手県下閉伊郡吾代村第9 地割銅屋5-3	0194-35-2411	MB2-5
吾代村	浜の産直 きらうみ	商店カフェ	充電		〒028-8341 岩手県下閉伊郡吾代村第7 地割	0194-35-2114	MB2-5
吾代村	無鉄	食堂	給水、トイレ		〒028-8344 岩手県下閉伊郡吾代村第6地割字中山29-2	0194-35-3011	MB2-5
吾代村	みちのく潮風トレイル ネダリ浜休憩所	テント★、給水、トイレ					MB2-5
吾代村	国民宿舎 くろさき荘	宿泊施設食堂	宿泊は詳細の区間送迎可能(※)、給水、トイレ	くろさき荘↔吾代駅、くろさき荘↔北山崎	〒028-8351 岩手県下閉伊郡吾代村第2地割下村8 4-4	0194-35-2611	MB2-5
吾代村	味ん宿 みちあい	宿	宿泊は詳細の区間送迎可能(※)	みちあい↔吾代駅、みちあい↔田野細畠(要相談)	〒028-8351 岩手県下閉伊郡吾代村第2地割下村1 7	0194-35-2555	MB2-5
岩泉町	湖尻自然休養林管理棧		トイレ、テント(※)	このPDF内別ページをご覧ください。			MB2-8
岩泉町	浜の駅ひもと愛土館	商店食堂	MB販売		〒027-0421 岩手県下閉伊郡岩泉町本小木本6-2 5	0194-32-3288	MB2-8
岩泉町	PENCO Cafe&MARKET		食事(支文の方にサービスあり)		〒027-0421 岩手県下閉伊郡岩泉町本小木本6-2 5	090-9109-1256	MB2-9
宮古市	グリーンピア三陸みゆこ	宿	宿泊は詳細の区間送迎可能(※)		〒027-0373 岩手県宮古市田舎新田148	0193-87-5111	MB3-1
宮古市	淨土・新パークホテル	宿	TG販売		〒027-0060 岩手県宮古市日吉1 3-2 3-4	0193-62-2321	MB3-4
宮古市	PGCafe&MARKET		野菜・果物のバラ売り		〒027-0084 岩手県宮古市大庭1丁目1-2 9-1 開	0193-65-8822	MB3-4
宮古市	ゲストハウス3710	宿	給水、トイレ、充電		〒027-0084 岩手県宮古市大庭1丁目1-2 9-1 開	0193-77-3710	MB3-4
宮古市	志賀スポーツ	ギア	ガス缶、ギア販売		〒027-0051 岩手県宮古市南1 3-2 0	0193-62-3498	MB3-4
宮古市	異人館	カフェ	テント(※)、給水、トイレ、充電	要電話予約、定休日の火曜日の利用は要相談	〒027-0052 岩手県宮古市高1 4丁目1-1 0	0193-63-0065	MB3-4
山田町	陸中海岸青少年の家	宿	給水、トイレ		〒028-1371 岩手県下閉伊郡山田町和氣第2地割4 2	0193-84-3311	MB4-4
大槌町	民宿 サトウ	宿	トイレ、朝早いハイカーのために朝食をおにぎりに変更可(チャックイン時にお申し出ください)		〒028-1101 岩手県下閉伊郡大槌町吉里タ第11-64	0193-44-2749	MB4-4
大槌町	大槌孫八郎商店		給水、トイレ(左記いはずれも可)		〒028-1105 岩手県下閉伊郡大槌町安渡三丁目522	0193-27-7122	MB4-5
大槌町	チャリカフュ	カフェ	給水、トイレ、充電、wifi		〒028-1117 岩手県下閉伊郡大槌町大槌1 2-1 4	0193-27-5888	MB4-5
大槌町	大槌文化交流センター（おしゃっち）		充電		〒028-1117 岩手県下閉伊郡大槌町大槌1 2-1 5	0193-27-5181	MB4-5
釜石市	浜べの料理宿 金太郎	宿	給水、トイレ、充電、MB販売		〒026-0300 岩手県釜石市鷹巣居原町第2 0地割9 3-1 8	0193-28-2526	MB4-6
釜石市	根浜海角レストハウス	宿	仙人秘水(※)、給水、トイレ、充電、MB販売、TG販売、ガス缶販売		〒026-0301 岩手県釜石市鷹巣居原町第2 1地割	0193-27-5455	MB4-6
釜石市	ホテル マルエ	宿	給水、トイレ、充電		〒026-0025 岩手県釜石市大波町2 丁目1-1 0	0193-24-3911	MB5-1
釜石市	ホテル フォルクローレ 三陸釜石	宿	日帰り入浴利用者はコインランドリー利用可		〒026-0031 岩手県釜石市鷺子町2 2-4	0193-38-5536	MB5-1
釜石市	MESA		給水、トイレ、充電、ガス缶、ギア取扱		〒026-0003 岩手県釜石市鷺石町2 2-4	090-4555-7971	MB5-1

大船渡市	瀬目	宿	テント（※）	現地掲示の電話番号まで連絡する	〒022-0101 岩手県大船渡市三陸町越喜来字肥ノ田30-10	MB5-4
大船渡市	三陸アクティブ	宿	給水、トイレ、充電、wifi		〒022-0101 岩手県大船渡市三陸町越喜来字肥ノ田3 4 - 2	MB5-4
大船渡市	大船温泉	宿	足湯		〒022-0002 岩手県大船渡市大船渡町丸森 2 9 - 1	MB5-7
陸前高田市	民宿 昭田屋	宿	宿泊者は乾燥器利用可		〒029-2206 岩手県陸前高田市米崎町字 川内179-2	MB5-9
陸前高田市	陸前高田市観光物産協会	観光施設	MB販売、TG販売		〒029-2205 岩手県陸前高田市高田町館の沖 1 1	MB5-9
陸前高田市	民宿 むさし	宿	宿泊者は昼食提供可（有料、チェックイン時にお申し出ください）		〒029-2204 岩手県陸前高田市気仙町福伏 1 7 3	MB6-1
陸前高田市	ホテル三陽	宿	当日受付可（素泊or朝食付）		〒029-2204 岩手県陸前高田市氣仙町福伏 1 5 5 - 6	MB6-1
気仙沼市	民宿なぎさ	宿	宿泊者は昼食用おにぎりサービス、洗濯機無料。		〒988-0533 宮城県気仙沼市勝田町甲子 1 8 7	MB6-3
気仙沼市	グストハウス海風	ゲストハウス	ハイカーレンタルプラン（一部屋限定2500円、2日前までに要予約（※）。詳細は電話にて応相談）		〒988-0660 宮城県気仙沼市外堀 1 1 3	MB6-5
気仙沼市	ベンショーン グリップチロく	宿食堂	テント（※）	このPDF内別ページをご覧ください。	〒988-0284 宮城県気仙沼市本吉町赤牛 1 2 - 3	MB6-8
気仙沼市	かぶとじ Surf Shop	商店	テント（※）、MB販売、TG販売		〒988-0331 宮城県気仙沼市本吉町中央 2 8 4 - 1	MB7-1
南三陸町	南三陸まなびの里いりやど	宿	給水、トイレ、充電、wifi		〒986-0782 宮城県本吉郡南三陸町人会鏡石 5 - 3	MB7-3
石巻市	から揚げごっこ屋	宿	給水、トイレ、充電		〒986-0260 宮城県石巻市北上町十三浜菖蒲田 3 0 5	MAP7-6
石巻市	新しい毎日民泊 まがき	宿食堂	給水、充電、wifi、洗濯・乾燥機（300円）（左記いずれも※）		〒986-0114 宮城県石巻市針綱字下山 760-15	-
石巻市	FUTABA INN	宿	MB販売		〒986-0821 宮城県石巻市街町 1 丁目 2 - 1 5	MB9-1
塙町	しおがまグストハウスみどり	ゲストハウス	ハイカーチャータープラン（※）	このPDF内別ページをご覧ください。	〒985-0003 宮城県塙町市北沢 2 6-11	MB9-5
多賀城市	株式会社松島漁舗本舗 多賀城工場直営店	食品工場直売店	給水（水も司）、トイレ		〒985-0874 宮城県多賀城市八幡一木柳 3 - 5 さんみらい多賀城・復興団地内	MB9-5
仙台市	海岸公園セシースーパー	休憩施設	給水（お湯は職員にお申し出ください）、トイレ		〒984-0005 宮城県仙台市若林区荒浜北林 3 0	MB9-6
岩沼市	いわぬまひつ村	観光施設	給水（※）、トイレ（※）、充電（※）		〒989-2423 宮城県岩沼市押分須加原 6 1	MB10-2
亘理町	青いトマト	カフェ	給水、トイレ		〒989-2385 宮城県亘理郡亘理町逢隈字郡 1	MB10-3
亘理町	梅グリーンアップ	テント（※）		要電話予約	〒989-2361 宮城県亘理郡亘理町字ヶ原 152	MB10-4
新地町	ボヌールやすひろ66	パン屋	給水、トイレ		〒979-2702 福島県相馬郡新地町谷地小屋北駒沢 1 1 - 7 5	MB10-7
相馬市	船橋屋製菓	カフェ、菓子店	給水、トイレ		〒976-0042 福島県相馬市中村大町 7 3	MB10-8,10-9

寺下観音茶屋 東門 テント場使用上の注意

寺下観音茶屋 東門オーナーのご厚意により、「みちのく潮風トレイル憲章」や長距離ハイキングのマナーと共に考え、実践してくださるハイカー専用に、お店に隣接する広場をテント場として使用させていただけすることになりました。事前予約の上、以下の注意事項を確認してからご利用ください。

【料金】

1 テントにつき 1,000 円

(持ち運んでいるゴミとリサイクルを分別して袋にまとめれば、東門さんで処分してもらえます。)

【支払方法】

現金のみです。東門に到着した際にお支払いください（営業時間：11:00～16:00、定休日：火曜日）。東門のスタッフさんが待機しており、テント場までご案内します。

【予約方法】

階上町役場 産業振興課 商工観光グループへ電話かメールでご予約ください。

電話：0178-88-2875

メール：nicholas_s@town.hashikami.lg.jp

営業時間：平日 8:15～17:00、定休日：土日祝、年末年始

氏名、テント泊人数、テント数、テント泊希望日、東門到着予定時間、をお知らせください。なお、当日予約も可能ですが、町役場の定休日に利用したい場合は事前予約のみです。ご了承ください。

【使用上の注意】

1 地域の方のご厚意により、利用させていただいている場所です。騒音を出さないよう気をつけましょう。

2 到着順での共同利用です。場所の譲り合い、荷物の整理整頓、利用後の掃除・片付けなど、みんなが気持ち良く利用できるよう他の利用者に配慮し、きれいに利用しましょう。

3 地域の営みへの配慮をしましょう。トレイルが通る自然の中には野生動物が棲み、植物も自生しています。「お邪魔させてもらっている」ことを意識しましょう。

4 持ち込んだものは残さないようにしましょう。景観保全、動植物への配慮が必要です。

5 火気使用時は最大限の注意を払いましょう。

【その他】

Hiking Map Book、データブック、みちのくトレイルクラブ会員証のいずれかをお持ちの方は、寺下観音茶屋 東門での食事代金が 10%OFF になります。

Regarding Use of the Tent Area Next to Terashita Kannon Teahouse Tomon

The owner of Terashita Kannon Teahouse Tomon has generously agreed to exclusively allow hikers of the Michinoku Coastal Trail to set up their tents and spend the night in an open area next to his restaurant. To all hikers who request use of this space, please bear in mind the principles of the MCT charter and general hiking manners.

【Fee】

1 tent: 1,000 yen (As an extra service, the owner of Teahouse Tomon will dispose of any garbage or recyclables you are carrying with you. Please separate them properly and tie them up in bags.)

【How and When to Pay】

Payment is **cash only**. Please pay when you arrive at Teahouse Tomon. (Hours: 11:00~16:00, closed Tuesdays) A member of the Tomon staff will be waiting for you, and will show you to the tent area.

【How to Make a Reservation】

Please call or email the following:

Hashikami Town Hall, Industry and Promotion Section, Tourism and Commerce Group

(Nicholas Swanson)

TEL: 0178-88-2875

Email: nicholas_s@town.hashikami.lg.jp

Open Hours: Monday through Friday 8:15~17:00; Closed Saturday, Sunday and national holidays

Please provide the following information: full name; number of hikers spending the night; number of tents; date(s) you would like to spend the night; time you are planning to arrive at Teahouse Tomon.

Please be aware: same-day reservations are possible, but if you are planning to spend the night on a day that the Hashikami Town Hall is closed, you MUST make your reservation in advance.

【Cautions Regarding Use of the Tent Area】

1. Local residents have generously offered use of their space. Please refrain from loud activity.
2. Tent spots are assigned based on order of arrival. Please be flexible regarding where you are asked to set up your tent(s). Please be considerate of other visitors and keep your area neat and clean, making sure to clean your area and pick up all your trash and other items before leaving.
3. Please be considerate of local residents and do not disrupt their daily activities. Please also be aware of the nature through which the trail passes. There are wild animals and plants who were there before you arrived, and they will be there after you leave. Please remember that you are a visitor in someone else's home.
4. Please protect the environment and be considerate of the plants and animals which live there. Please

- do not leave behind any trash or other items.
- 5. If you use fire for any purpose, please exercise the utmost of caution.

【Miscellaneous】

If you have the official Hiking Map Book, Data Book, or some other official proof that you are hiking the Michinoku Coastal Trail, you can receive 10% off your order at Terashita Kannon Teahouse Tomon.

みちのく潮風トレイル ハイカーの皆様

御殿崎自然休養林施設管理棟及びその敷地（砂利敷きの部分）は岩泉町が所有、管理しています。

岩泉町並びに管理者のご厚意により、「みちのく潮風トレイル憲章」や長距離ハイキングのマナーと共に考え、実践してくださるハイカー専用に、御殿崎自然休養林施設管理棟とその敷地内をテント場として利用できるようにしていただきました。

ハイカーの皆様が楽しく、安全に、みちのく潮風トレイルの歩き旅ができるよう支援している場所ですので、以下の点に注意しながら、ご利用をお願いします。

- 1 地域の方のご厚意により、利用させていただいている場所です。騒音を出さないよう気をつけましょう。
- 2 到着順での共同利用です。場所の譲り合い、荷物の整理整頓、利用後の掃除・片付けなど、みんなが気持ち良く利用できるよう他の利用者に配慮し、きれいに利用しましょう。
- 3 御殿崎自然休養林施設管理棟周辺は保安林のため、利用の対象外です。ご留意ください。
- 4 トイレ前の水道は飲用ではありません。
- 5 地域の営みへの配慮をしましょう。トレイルが通る自然の中には野生動物が棲み、植物も自生しています。「お邪魔させてもらっている」ことを意識しましょう。
- 6 ゴミは全て持ち帰り、持ち込んだものは残さないようにしましょう。景観保全、動植物への配慮が必要です。
- 7 火気使用時は最大限の注意を払いましょう。
- 8 災害時は慌てないようにしましょう。避難についての情報収集をしておきましょう。地震・津波が来たら垂直避難です。

以上

岩泉町

みちのく潮風トレイル統括本部

(特定非営利活動法人みちのくトレイルクラブ)

To Michinoku Coastal Trail Hikers

Iwaizumi Town owns and manages the Gotenzaki Natural Rest Park administration building and its surrounding grounds (the gravel portion). Iwaizumi Town and the park managers have agreed to let Michinoku Coastal Trail hikers camp in the administration building and grounds. This area has been made available to support hikers, so they can have a fun and safe journey on the Michinoku Coastal Trail, so please follow these rules to use this site.

1. This place has been made available to MCT hikers as a kindness. Please be careful not to be loud.
2. This site is to be shared with other hikers, in order of arrival. Please be considerate of other hikers so that everyone can enjoy their time here: share this space, keep your belongings organized, and clean up after you use the site.
3. The area around the administration building and its surrounding grounds (the gravel portion) is national forest, and you cannot camp there.
4. The water faucet in front of the toilet is not potable (it is not for drinking).
5. Please be considerate of local people. Wild animals and plants also live in natural areas the trail passes through. Remember you are a guest.
6. Bring all garbage and anything else you brought to this site home with you. Be kind to this beautiful area and its plants and animals.
7. Take the utmost care with fire.
8. If there's a natural disaster, don't panic. Look up information on where to evacuate so you'll know what to do during a natural disaster. If there is an earthquake or a tsunami, get to high ground.

Iwaizumi Town and
Michinoku Coastal Trail headquarters
(NPO Michinoku Trail Club)



Surf Shop かぶとむし 敷地内テント場

- ・みちのく潮風トレイルハイカーは、上記白点線内「テント場」でテントを張れます。ご利用の際は、周辺の民家、他の利用者へご配慮ください。
- ・「小泉海岸駐車場」脇にトイレ、水道があります。
- ・直火は厳禁です。
- ・営業時間外、定休日（月曜）でも利用できます。



Tent site on Surf Shop Kabutomushi grounds

- **Michinoku Coastal Trail hikers** can set up tents in the area labeled “tent site” above. Be respectful of people living nearby and other hikers using the site.
 - A toilet and water are available next to Koizumi Coast parking lot.
 - **Open fire is strictly prohibited.**
 - The tent site can be used even outside of Surf Shop hours and on days the shop is closed (Mondays)

しおがまゲストハウスみなと丸 ハイカー特別プランについて

【宿泊料金】

1泊寝袋利用 1,000 円/人 (通常：相部屋ベッド利用 3,000 円/人)

ベッドを利用せずに寝袋でお休みするので構わないという方へ、宿泊費を安価に提供いたします。
寝室は共用の畳の部屋で、消灯時間（23時）以降に寝袋を敷いてお休みいただけます。

※館内の施設（シャワー、トイレ、キッチンなど）も自由に利用できます。

無料サービス：Wi-Fi、コンセント、冷蔵庫、電子レンジ、ドライヤー、
リансインシャンプー&ボディソープ

有料サービス：レンタルタオル小 50 円、大 150 円、洗濯のみ 200 円、洗濯乾燥 500 円

詳細は、以下の QR コードでご確認いただくか、お電話でご確認ください。

しおがまゲストハウスみなと丸

TEL : 022-703-3141 (受付時間 9:00~12:00／16:00~21:00)

Shiogama Guest House Minato Maru's Special Hiker's Plan

【Price】

1000 yen/person for guests using sleeping bag

(Normally: 3000 yen per person using a bed in dorm-style room)

We are offering a special discounted price for guests who don't mind using their sleeping bag instead of a bed. Guests using this plan will sleep in the shared tatami room, and will be able to put out their sleeping bag and sleep there after lights out at 11 pm.

※Guests using this plan can also freely use the facilities (shower, toilet, kitchen, etc.)

Free services: Wi-fi, electric outlets, refrigerator, microwave, hairdryer, shampoo and body soap.

Paid services: Small rental towel 50 yen, large rental towel 150 yen, washing machine 200 yen, washing machine and dryer 500 yen.

For details, please use the QR code below.

- Details about the hiker's plan (Japanese only)

- Inquiry form

