



この『若者居心地いいマップ』は、地域の若者達と一緒に石巻をあるいて“居心地の良い場所”を探しマップにしました。ずっと家にも退屈...人とお会するのは苦手だけど誰かに話を聞いてほしい...1人で気楽にいられる場所が欲しい...そんな気持ちになった時に使える、知られざる居場所や気分転換のできる場所などをまとめました。

### 使い方

モヤモヤすることがあった時には気分転換でマップの居場所をお散歩ルートに...? 友達と隠れ家を探す旅に出るのも楽しいかも! 誰かに話したい悩みごとや困りごとがあったらお助けスポットを活用してね。

### 気持ちスポットカラー

その場にいと感じられる気持ちをみんなで考えてみました。今の自分の気持ちに近い所を選んで活用してね!

- のんびり** リラックスできる、ボーっとできる
- ワイワイ** 友達と過ごす、おしゃべりできる
- スッキリ** リフレッシュできる、体を動かす
- ワクワク** 新しい出会い、発見がある

- 中瀬公園**

POINT 一人の時はベンチでゆっくり。バスケのコートや走れるスペースで誰かと遊ぶ。

川 沿いの景色がきれいな広々とした公園。暖かく晴れた日に、ぼーっと川を眺めていると嫌なことも忘れるよ。遊具で遊ぶと童心に帰れるよ。
- 羽黒山公園**

POINT 石巻を一望できる景色を満喫。頂上のプランコに乗ると清々しい!

羽 黒神社参道の石階段を上った先の公園。北上川の河口が見渡せる。神聖な神社は空気も良く、階段を上って疲れた身体も癒されてすっきり。
- 日和山公園**

POINT 静かなので1人読書もいいかも。春はお花見。植物観察におすすめ。

石 巻の桜の名所といえば日和山公園。だけど花より団子。茶店の団子がおいしいよ。軒先にいつも飾られているちょっと昔のお面を同世代の友だちと一緒に見るとおもしろいかも。
- 元気いちば2階から出れる土手**

POINT 元気いちばから流れる種やかな音楽に耳を傾けながら、のんびりと川を眺めるのがおすすめ。

萬 画館の向こう岸。1階の元気いちばでは買い物できて、上にはフードコート。土手と繋がる川沿いは整備されて綺麗になっているので気持ちよく歩けるよ。週末にはキッチンカーが集まるよ。石巻名物BBクレープが来るらしい...!
- シアターキネマテリカ THEATER KINEMATICA**

POINT カフェでゆっくり。映画を観て過ごすのもおすすめ。優しい店員さんとお話してみよう。

小 小さな映画館にカフェが併設したお店。映画上映だけでなく色々なイベントが開催されているよ。「何かに参加してみたい人」「イベントに興味がある人」の第一歩に! スタッフが優しいので参加が不安な人でも大丈夫!

- いしのまき MANGA Lab. ヒトコマ**

POINT 絵の勉強がしたい人におすすめ。参考書・専門書がなんと無料で読める!

漫 画やアニメが好きなたちの創作・交流活動の拠点。教材本や作品集など、無料で読むことができます。作業場所としても気軽に使えるよ。
- 石巻駅**

POINT 駅前の花壇が綺麗! 電車時間を待つ時に街に繰り出してみよう?

仙 台や女川に行くのによく使われます。駅横のカフェが復活し、鹿のタコスがあるので嬉しい。時間によっては人が少なく観光客の方や電車の撮影にもおすすめ。駅の中や外にも石ノ森作品の銅像があり、好きな方におすすめ。
- 石巻図書館**

POINT 気になった本を片っ端から全部読む! 図書館なら家では進まない勉強も捗るかも。

紙 とインクの匂いがなんかいい、心落ち着く静かな空間。静かに過ごしたい時は本の世界に浸ってみてね。好きなジャンルのコーナーで、気になる本を見つけたら2Fの休憩スペースへ。本の世界は時間を忘れさせてくれるよ。
- 石巻駅前にぎわい交流広場**

POINT マングATTライナーの撮影にぴったりの場所。ベンチに座ってのんびり日光浴もおすすめ。

石 巻駅前線路沿い、市役所向かいの開放感ある広場。キッチンカーが並んでいて、中には珍しい食べ物を出しているお店も。
- アイトピア通り**

POINT お店を眺めながらお散歩。お店の人にお話を聞いてみると石巻の色々な歴史が知れて楽しい。

石 巻中央の商店通り。年に1度の川開き祭りはとっても盛り上がりがあります。手作りおにぎりやフルーツ屋さんのソフトクリーム、手頃な値段で美味しいたべもの! おなかがいいたらアイトピア通りを歩いてみてね。
- うつみしょうてん 内海商店**

POINT 内海商店の看板犬・マハロに癒される!

学 生御用達・昔ながらの駄菓子屋さん。下校の時間帯にオープンしてるよ。たくさんの駄菓子の中にはスーパーで買えないものも。500円で幸せになれる、コスパがいい遊び場。
- 駄菓子屋ジャンプ**

POINT おこづかいを持って豪遊! 子どもの頃の夢を叶えられるよ。

明 るくて優しいお店の人がやっていて、漫画に出てくる駄菓子屋さんみたい。隠れ家みたいな店内はお菓子がぎゅうぎゅう。子どもの頃に経験した楽しさ、わくわく感は大人数になっても忘れないね。

### お助けスポット

困った時に相談できる大人がいる場所。誰かに話したい悩みごとや困りごとがあったらお助けスポットを活用してね。

開所時間：平日 10:30 ~ 16:00  
対象年齢：10代 ~ 29歳まで  
TEL：0225-25-5374  
MAIL：info@npo-switch.org

開所時間：平日 8:30 ~ 17:30 (土、日、祝日休み)  
対象年齢：15歳 ~  
TEL：0225-98-9163  
MAIL：hearlinkish@roukyou.gr.jp

### 石巻NOTE

お仕事や学校のことについて気軽に相談が出来ます。就職、転職、進路など将来のこと一緒に考えましょう。まずはお問合せください♪

開所時間：平日 10:00 ~ 16:00  
対象年齢：なし  
TEL：0120-322-016

開所時間：毎日 10:00 ~ 16:00  
対象年齢：なし  
TEL：0120-322-016

### ここてらす石巻

決まった活動は特ではありません。誰かとお話したり、一人でのんびり過ごすのも◎見学OK♪ まずはお問合せください。

開所時間：月・水・金曜日 10:00 ~ 15:00  
対象年齢：義務教育終了後 ~ おおむね50歳まで  
TEL：0225-25-7609  
MAIL：coco-ishinomaki@personal-support.org

開所時間：9:00 ~ 21:00 (年末年始12/29 ~ 1/3休館)  
対象年齢：全年齢  
TEL：0225-93-6448

※お助けスポットはそれぞれの役割があるよ! 困りごとや目的に合わせて活用してね!

### 石巻市子どもセンター らいつ

なにをしても、なにもしなくてもいい場所。毎週土曜日の夕方には「中高生タイム」も。詳しくはInstagram「i.raitsu」を見てみてね!

開所時間：9:30 ~ 19:00 (第1・3木曜日、祝日、年末年始は休み)  
対象年齢：0歳 ~ 18歳の子どものもとそ保護者  
TEL：0225-23-1080

### 石巻市かわまち交流センター

1階及び2階のオープンスペースは、どんなにでも気軽に無料でご利用できます。Wi-Fi完備でネット環境も整っています。

開所時間：9:00 ~ 21:30 (年末年始12/29 ~ 1/3休館)  
TEL：0225-25-6099  
https://www.city.ishinomaki.lg.jp/sasaee/index.html

### ささえあいセンター

市民の皆さんが行う地域づくり、子育て支援、次世代育成等の行事等に利用できます。詳しくはHPをご覧ください。

開所時間：9:00 ~ 21:30 (年末年始12/29 ~ 1/3休館)  
TEL：0225-25-6099  
https://www.city.ishinomaki.lg.jp/sasaee/index.html



## 石巻駅周辺

