

知ってる？ わたし達の町の面白雑学

12 石巻の魚町にある『石巻魚市場』はなんとギネス世界記録に認定された世界一長い魚市場なんだって！
その称号は『Longest fish market』長いお魚の市場...かわいいね



11 伊達政宗は仙台を城下町にして青葉城を築いたけど、当初は石巻の日和山も有力な候補地だったとか...。水運の拠点となる石巻にお城を作ったかったなんて説もあるくらい...!
海も山も綺麗な町だね

13 あゆみ野公園



POINT 芝生エリアにはウォーキングコースがあるよ。大きな空を見ながら歩くのも気持ちいい。

あ ゆみ野エリアの大きな公園。空が広くて開放的。あゆみ野駅前や駅までの小道にもいくつか公園があるよ。お気に入りの公園を探して歩くのもいいかも。

14 駅北の遊歩道



POINT ナリサワでお気に入りの素材を見つけたら、ベンチに座って草木のスケッチ。

中 里エリア石巻駅北側の遊歩道。歩道脇には花木が植えられていて、植物が好きな人は特に心癒されるスポット。近くには石巻で一番大きな文具店・ナリサワがあるよ。

15 水押の土手



POINT 川原に降りる石段に腰かけて、ゆっくり夕日を眺めるのもおすすめ。

北 上川沿いをのんびり歩いているとなんだか落ち着く。景色が綺麗な朝の時間に歩いてみてね。音楽を聴きながら歩いたり、少し走ってみても気持ちがいいよ。夜は街灯がないから気を付けて。

16 境谷地跨線橋



POINT 橋の袂にはコンビニと回転焼きのお店があるよ。おやつを買って、近くの公園で過ごすのもいいね。

境 谷地の鉄道にまたがってかかる橋。橋の高いところまで上がると街の景色が見渡せて、ちょっと達成感。上がってよかったなって気持ちになるよ。

17 中里SL公園



POINT 土管に入ってみる！

大 きなSLが展示されている公園。木や草花、緑が多くて心が落ち着く。色々な遊具がある中で特に目立っているのが土管。大人になったら入れない(?)けどやっぱり土管がいいね。秘密基地みたいで楽しい公園。

18 イオンモール石巻



POINT 動物好きならペットショップに行ってみて。犬猫を見ていると癒されるよ。

服 屋さんや本屋さんに映画館、たくさんお店があってウィンドウショッピングするだけでも楽しいよ。歩き疲れた時はフードコートで休憩。ケンタッキー側の目立たない所に座ればゆっくりできる。

19 ドトールコーヒー 石巻中里店



POINT 飲み物とフリーWi-Fiでゆっくり。人目が気になる人は窓際の席に座るといいよ。

ゆ っくり過ごしたい時でも、ちょっとした時間潰しにもおすすめのカフェ。メニューが充実しているよ。座り心地の良い客席は、特に壁際がおすすめ。居心地よし。フリーWi-Fiあり。

20 ココス 石巻店



POINT 一人の時は読書やスマホでゆっくり。友だちとお話したい時に使うのもいいね。

充 電ケーブル・Wi-Fiあり。ドリンクバーとスマートフォンで長居できる。おすすめの時間帯はおやつ時間・15時頃。人が少なくゆっくり過ごせるよ。

21 運河交流館



POINT 外のベンチに座って目の前の景色を見ていると気持ちが落ち着くよ。

北 上川沿いの公共施設。建物の中は半地下になっていて秘密基地みたい。川沿いを散歩したらここで休憩。

22 グリーンスポーツ



POINT ストレスが溜った時は声を出してバッティング！

矢 本のバッティングセンター+ゴルフ練習場。人が少ない平日がおすすめだよ。利用料金は20球200円。

23 東松島図書館



POINT 休憩スペースでゆっくり休みながら色んな本を読んでみよう。

矢 本駅から徒歩10分。アクセスしやすい綺麗な図書館。読書や自習が捗る静かな時間が流れているよ。本だけでなく、DVDの貸し出しもあり。PCを持ち込む時は窓口まで。

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。

J 石巻サポステ

社会復帰、就活へ踏み出すサポートをします。通所しやすく自分のペースで取組めるのでお気軽にお問合せください。

開所時間：月～金曜日 9:00～17:00 TEL: 0225-90-3671
対象年齢：15歳～49歳 MAIL: ishisapo@roukyou.gr.jp

K フードバンク石巻

なんらかの事情で生活が苦しい状況となり、食料が購入できず困ったときはご相談ください。近くの相談窓口・支援機関を介して食糧の支援を致します。

開所時間：平日 9:00～16:00 TEL: 0225-98-5996
対象年齢：年代問わず MAIL: ishinomaki.fb@gmail.com

L 宮城県石巻警察署



犯罪被害やその防止に関することは警察署へ。

TEL: 0225-95-4141

M りぶらす (飯野川居場所)

フリーWi-Fiがあり読書や自習、ゲームや休憩など自由に使えるスペース。本棚や小さな駄菓子屋さんもあり、子供から大人までご利用可能です。(最新情報はお電話でご確認ください)

開所時間：木曜日以外の平日 14:30～16:30 TEL: 0225-98-8957
MAIL: info@link-replus.com

※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・東松島の海

自然には『ストレスと闘うモード』を『休めモード』に切り替えて心と体の健康を促す効果があるって聞いたことがあるよ。石巻には海や山などたくさんの癒しスポットがあるから、是非屋外に出て鳥の声や土のにおいを感じてみよう～☆さらばストレス！



長浜



東松島海岸

本マップに関するお問い合わせ先はこちら
石巻 NOTE
住所：〒986-0826 宮城県石巻市鑄銭場1-9
ベガサビル2階
連絡先：0225-25-5374 / info@npo-switch.org



制作：認定特定非営利活動法人Switch
デザイン：特定非営利活動法人かきっこPROJECT
イラスト：七師田とんび
助成：日本財団