

仙台

2度・3度！

1度と言わず

サンドめぐり

Which SENDAI do you like?

楽しさ倍々！

めぐる旅



仙台市

Now Sendai
仙台の
今が見える！
New Sendai

Message

仙台サンドめぐりコンシェルジュ

富澤たけし

よく来たな!
気をつけて帰れよ!

私たちサンドウィッチマンが



仙台サンドめぐりコンシェルジュ

伊達みきお

仙台愛は
誰にも負けません!!
何でも聞いて下さい!

仙台の魅力をご案内!



05

仙台めぐりのはじまり

13

MODEL COURSE 1

ぐるり仙台めぐりフルコース

17

MODEL COURSE 2

仙台ネイチャーコスモコース



21

仙台ナイト

23

Sendai Culture

25

仙台の推し55

65

仙台市マップ

仙台新港から望む朝日。

太平洋から昇る朝日を遮るものがなく、水平線から昇る日の出をくっきりと見ることができます。オレンジ色に染まる空と海のコントラストが美しく、幻想的な光景が広がります。

仙台めぐりのはじまり 1

中心部エリア

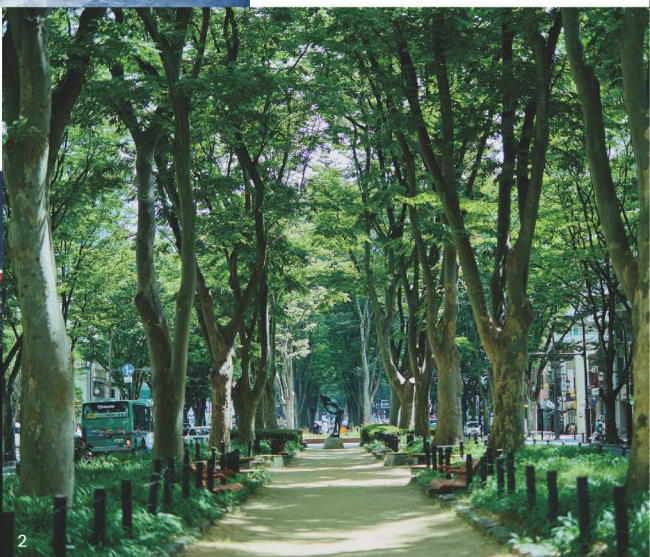
伊達政宗公が眠る霊屋「瑞鳳殿」は、桃山文化の遺風を伝える絢爛豪華な廟建築が魅力。仙台七夕まつりや紅葉の時期にはライトアップが実施され、彫刻や鎗金具などの雅やかな装飾が幻想的に浮かび上がる。

歩くたびに歴史と文化、そして街の息づかいにふれることができる中心部エリア。そのブランドコンセプトは「歩いて発見伊達なまち」と。あなたのとっておきを見つけよう。青葉山には仙台の基礎を築いた伊達政宗公ゆかりの史跡が点在し、長い歴史や奥深い文化を感じながら散策を楽しめます。杜の都の象徴・定禅寺通では、季節





1.建築家・伊東豊雄が手掛けた「せんだいメディアテーク」。各階を貫く13本のチューブが特徴。 2.ケヤキ並木が美しい、杜の都のシンボル・定禅寺通。 3.地下鉄東西線「国際センター駅」から望む夜景は、街の中へ真っ直ぐ伸びる橋脚が印象的。 4.東北随一の歓楽街である国分町をはじめ、中心街の路地裏には個性豊かな横丁が点在。



ごとに異なる表情のケヤキ並木に心が和み、さまざまなイベントも。駅前から続くアーケード街には、個性的なショップや老舗の味が軒を連ね、さらに東北随一の歓楽街・国分町エリアが近接するなど、多彩な魅力が充実しています。思わず足を止めたくなる出会いが、あちらこちらにあふれるエリアです。

仙台めぐりのはじまり 2

秋保エリア

秋保地区を流れる名取川が刻んだ溪谷・「轟々峡」。「轟」とは石がごろごろしている様子のこと。奇岩が連なる風景と川音に包まれ、四季折々の情景が心に深く響く。

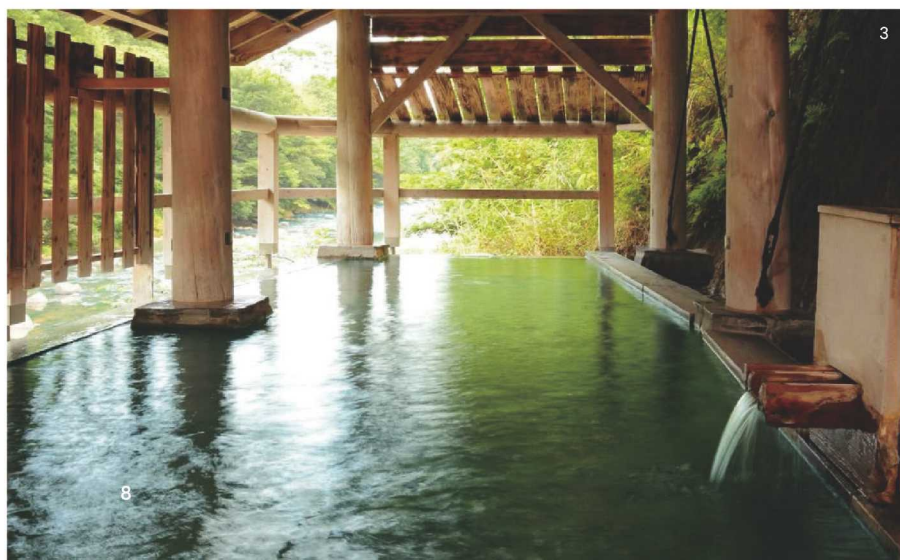
仙台市中心部から車で約30分。「日本三御湯」のひとつとして知られる秋保温泉郷が広がる秋保エリアのコンセプトは「秋保クラフトバレー」Craftsmanship & nature」。温泉はもちろん、自然や手しごとにふれられる地域です。名取川の清流に沿って、ものづくりに魅せられた人々が集うこの地は「クラフトバレー」。



1.やさしい表情と、華やかな色使いが魅力の秋保こけし。秋保地区にある工房では、自分好みのこけしを探したり、絵付け体験を楽しめる。 2.近年、秋保地区にはおしゃれなカフェが続々誕生。地元の食や空間づくりで秋保の魅力を発信している。 3.効能豊かで豊富な湯量を誇る、日本三御湯のひとつ・秋保温泉。伊達政宗公も好んで湯を愛し、御殿湯を造るなど、秋保の発展に寄与した。



陶芸、ガラス細工、ワインなどを通して、手仕事のぬくもりに触れる時間は、日常では得られない気づきをくれます。自然がつくる壮大な景観やアクティビティを楽しんだあとは、やわらかな湯に身をゆだね、心を解きほぐして。秋保ならではの出会いと癒しが、きっとあなたを待っています。

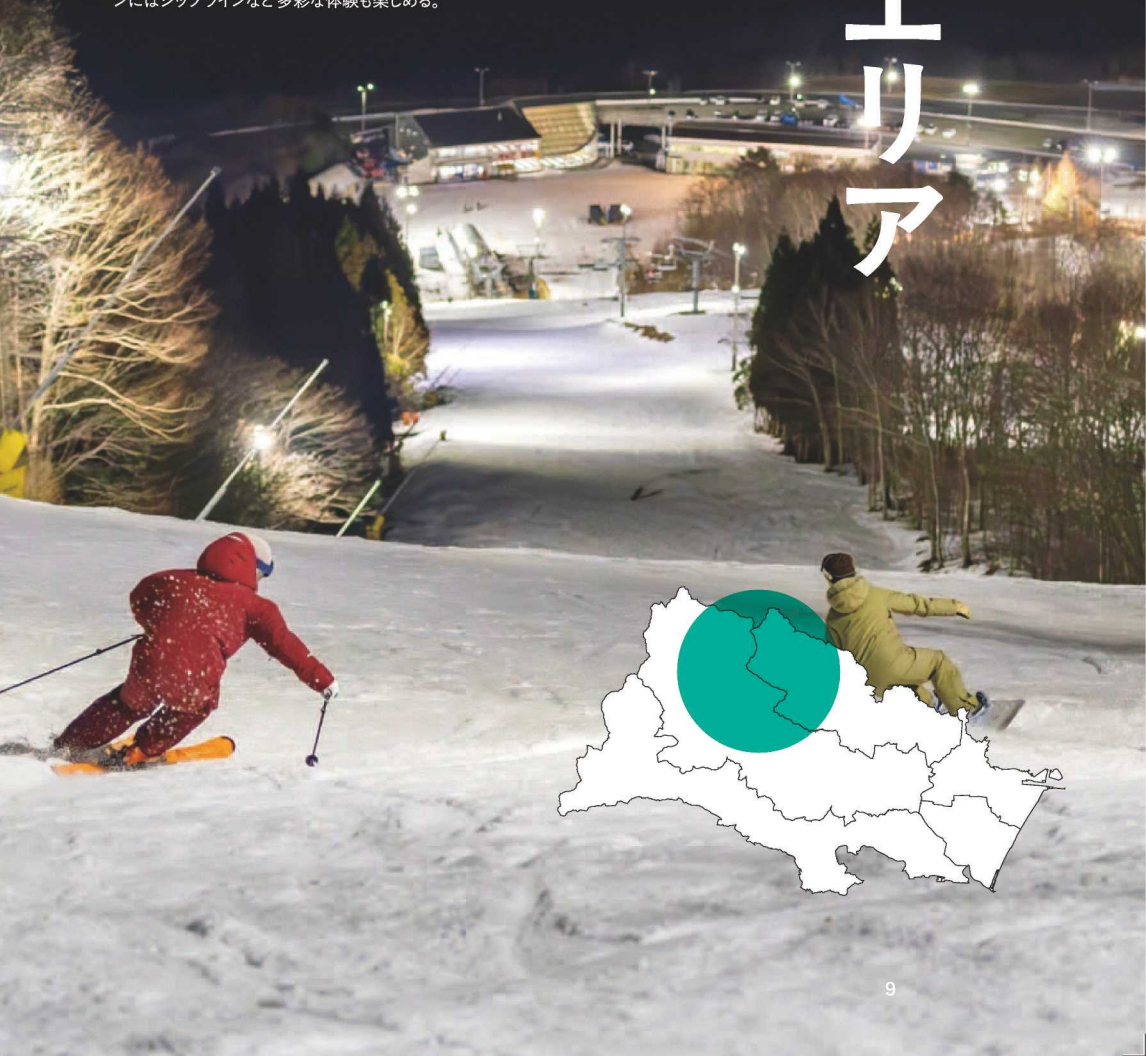


仙台めぐりのはじまり 3

作並・泉エリア

仙台市中心部から車で約45分。
水と緑が溢れ、自然の美しさを感じられる風景が広がる作並・定義地区のブランドコンセプトは「ゆっくりじっくり作並・定義リトリート」。リトリートとは、日常を忘れてリフレッシュする過ごし方のこと。春の芽吹き、夏の涼風、秋の彩り、冬の静けさ——このエリアで四季折々の自然とゆっくり向き

仙台中心部から車で約40分。仙台市民の憩いの山・泉ヶ岳の北東斜面に位置する「スプリングバレー仙台泉」。冬のスノーアクティビティに加え、グリーンシーズンにはジップラインなど多彩な体験も楽しめる。





1. 作並の2つの清流に囲まれた緑豊かな溪谷に位置する「ニッカウヰスキー仙台 宮城峡蒸溜所」。自然景観をそのまま生かした敷地にある、さまざまな設備では、ウイスキーの魅力にふれることができる。 2. 源頼朝も戦の疲れを癒したとされる作並温泉。「美女づくりの湯」として親しまれている。 3. 七北田川沿いに設置されている「やまいちサステナパーク七北田公園」。子どもに人気の大型遊具や、泉ヶ池や芝生広場など、市民の憩いの場として愛されている。



合う時間は、心と体をそっとほめてくれます。温泉に浸かって体を癒したり、溪谷を歩いて自然の音色に耳を傾けたり、歴史ある定義如来参拝や名物三角あぶらあげも楽しみながら、肩の力を抜いて、自分自身と向き合う。そんな静かで心を満たすリトリートの旅がここにあります。

仙台めぐりのはじまり 4

東部エリア

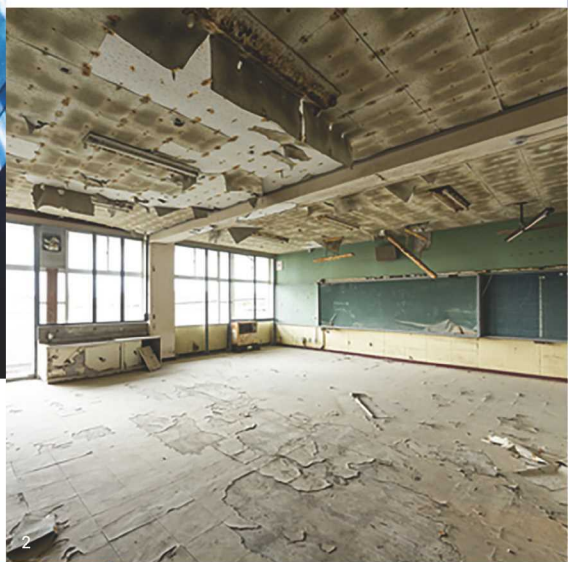
仙台市には、奥羽山脈を望む西部「山手(やまのて)」と、仙台湾に面して南北に広がる「海手(うみのて)」という、異なる魅力を持つふたつの顔があります。そんな東部エリアのブランドコンセプトは、「くらしに+せんだい海手リゾート宣言」。波音や潮風、豊かな自然を感じるこのエリアでは、海辺の散策やアウトドア体験、シヨッピ

仙台中心部から東に約10kmの場所に位置する「深沼海水浴場」。海岸線がまっすぐ続く市内唯一の海水浴場で、東日本大震災の影響で長らく閉鎖していたが、2025年に待望の全面再開を果たした。





1



2



3

ング、防災学習施設の見学など、さまざまな過ごし方が可能です。例えば季節の果物を味わうフルーツ狩りや、三陸の海の営みにふれる水族館など、大人も子どもも楽しめる魅力が満載。「海」「自然」とつながる時間を通して、あなたの暮らしに+（プラス）になる体験を持ち帰ってみてください。

1.豊かな三陸の海を再現した大水槽をはじめとした展示や、世界のユニークな生きものたちの展示を通じて、海の魅力をたっぷり楽しめる「仙台うみの杜水族館」。
2.「震災遺構 仙台市立荒浜小学校」では、被災した校舎のありのままの姿や被災直後の写真展示により、津波の脅威を知ることができる。
3.伊達政宗公が晩年に、松島湾と阿武隈川を結ぶ運河として建設を命じ、明治中期に完成した「貞山堀」。陸上交通が発達する以前は、年貢米や木材などを積んだ舟が盛んに行き交っていた。

MODEL COURSE 1

仙台のメインから新しいスポットまで全部楽しめる！

ぐるり仙台めぐりフルコース

仙台の多彩な魅力を丸ごと堪能！

旅の始まりは、歴史と今の仙台が交わる青葉山エリアから。

まずは仙台城跡へ。伊達政宗公の騎馬像が迎えてくれ、眼下には仙台の街並みが広がります。三の丸跡の仙台市博物館では、重要文化財の政宗公の甲冑などを展示。2024年4月のリニューアルで、より見応えある内容に。城跡を下ると仙臺緑彩館があり、七夕飾りや「バーチャルすずめ踊り」で祭り気分も味わえます。



Day1

① 仙台城跡(青葉城址)

標高約115m、東と南を断崖が固める天然の要害に築かれた、仙台藩62万石の居城。日没から23時までは騎馬像がライトアップされ、夜景も楽しめる。



青葉山エリアはとても気持ちがいいので歩きたくなる、散歩するのにぴったりな場所。学校が近所だったので、ラグビー部のランニングで青葉山エリアを走っていたよ。それから、青葉城の夜景はとても綺麗。何度も行ったね。自然夜景遺産になっているらしいよ。

② 仙台市博物館

国史の慶長遣欧使節に関する資料や、重要文化財である伊達政宗所用具足・陣羽織など、仙台の歴史・美術・文化に関する資料約10万点を収蔵・展示。



豪華絢爛な桃山建築や
名作ゆかりの地をめぐる。

政宗公の霊屋「瑞鳳殿」。当時の面影を残す石段を上り、たどり着いた「本殿」で目に飛び込んでくるのは、桃山の遺風を伝える豪華絢爛な廟建築。伊達家の家紋などがあしらわれた色鮮やかな斗拱（ときょう）や彫刻、きらめく鍔金具の数々は、圧巻の美しさです。境内には二代・三代藩主の霊屋もあり、見所たっぷり！



④ 青葉山公園仙臺緑彩館

「仙台七夕まつり」「仙台・青葉まつり」などに関する展示や、広瀬川の美しい景観を楽しみながら一息つけるカフェやテラスも。



青葉山エリアには、
たま〜にうさぎやたぬ
きが出るよ。



④ 瑞鳳殿

政宗公の霊屋。空襲により焼失したものを1979年に再建。2022年に修繕工事が行われ、より創建当時に近い姿となった。



仙台の奥座敷・秋保地区で
ゆったり癒しのひとときを。

観光の締めくくりには、仙台中心部から車で約30分の名湯・秋保温泉へ。政宗公も愛したとされ、豊富な湯量と高い効能で旅の疲れを癒してくれます。

2日目は秋保地区から。秋保地区には近年はおしゃれなカフェも増え、コーヒーやスイーツ、郷土料理が楽しめます。2024年1月に誕生した「GREAT DANE BREWING」では、秋保の自然を眺めながらクラフトビールや地元食材の料理を堪能。秋保限定の「湯上がりピルスナー」も好評です。



5 秋保温泉

開湯の歴史は古墳時代までさかのぼり、欽明天皇からは「名取の御湯」の称号を賜る。政宗公も好んで湯を愛し、御殿湯を造るなど、秋保の発展に寄与した。



Day2



秋保地区は、ワインを作っていたり、古民家カフェがあったり、どんどんおしゃれな地域になっている。おいしいお蕎麦屋さんもあるよ。



6 秋保地区

秋保地区は、おしゃれなカフェが増え、ブルワリーやワイナリーなどお酒を楽しめるスポットも登場し、温泉だけにとどまらない多彩な表情を見せ始めている。



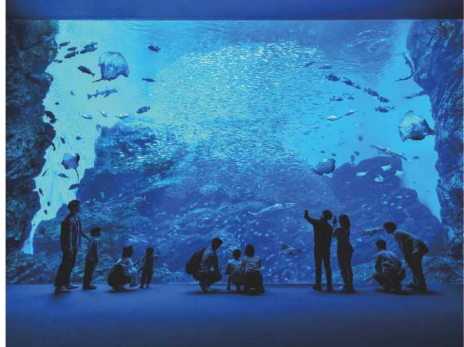
MODEL COURSE 1

津波が来た当時の様子がそのまま残されていて、「こんなにひどい状況だったんだ」というのが、目の当たりにできる。

仙台に来たら、こういった震災遺構は見してほしいな。

7 仙台うみの杜水族館

約300種5万点の生きものを展示。三陸の豊かな海を再現した大水槽やペンギンのビーチ、イルカ・アシカ・バードのパフォーマンスなど海の魅力を体感できる。



震災について、テレビで見たり、話を聞いたりするのも大事だけど、ぜひ現地へ一度足を運んでほしい。

新しい発見や出会いに満ちた、海沿いの東部エリア。

仙台沿岸部でまず訪れたのが「仙台うみの杜水族館」。三陸の海を再現した大水槽や、東北らしい展示、生きものとのふれあい体験が魅力です。

震災の教訓を学べる「震災遺構 仙台市立荒浜小学校」にもぜひ立ち寄ってみてください。また、「JRフルーツパーク仙台あらはま」では一年を通して果物狩りが楽しめ、直売所やカフェで仙台の旬の味覚を満喫できます。

8 震災遺構仙台市立荒浜小学校

被災の痕跡を鮮明に残す校舎、被災直後の様子を示す展示などにより、津波の威力や脅威が実感できる。スタッフによる館内の案内も実施。



9 JRフルーツパーク仙台あらはま

一年を通して果物狩りを楽しめる体験観光型農園。2027年には国内最大級の観光農園としてリニューアル予定。(いちご狩りは12月下旬から)



県南や栃木のいちごが有名だけど、仙台のいちごも美味しいから是非食べてみて!



MODEL COURSE 2

仙台の自然を満喫しまくりの旅

仙台ネイチャーコスモコース



Day1

①秋保大滝

日本の滝百選に選ばれた国指定の名勝。幅6m・落差55mの直瀑で、豪快な音をたてて流れ落ちる様は必見。



足腰が丈夫な人はぜひ、滝つぼまで降りて行ってほしい。とても気持ちがいいから。

パワースポットだよ。



仙台には、自然のパワーを感じられるスポットが満載！「秋保大滝」は日本の滝百選に選ばれた国指定の名勝で、滝つぼ近くまで行けば、迫力ある飛沫と音に圧倒されます。四季折々の美しさも魅力です。近くの「仙台市天文台」では、口径1.3mの「ひとみ望遠鏡」や展示室で宇宙を体感。リニューアルされたプラネタリウムでは、リアルな星空が楽しめます。

大自然の力と宇宙の神秘に感動！



②仙台市天文台

1955年仙台市西公園に開台。2008年7月1日に現在地錦ヶ丘に移転、リニューアル。宇宙を身近に感じ、楽しく学べる設備やプログラムがそろう。

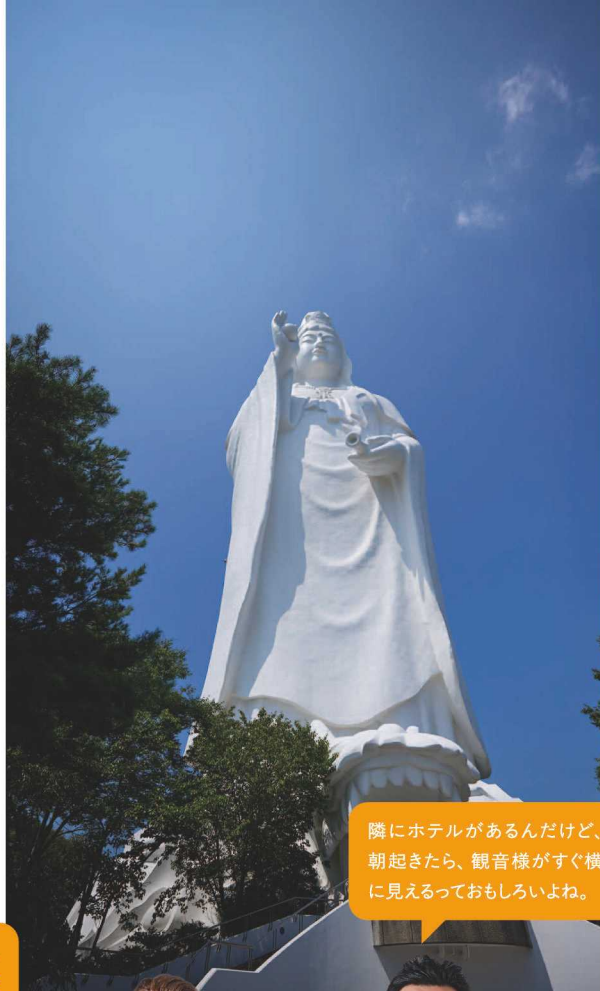


提供：仙台市天文台

MODEL COURSE 2

珍スポットとして話題！日本一大きい観音様。

仙台の珍スポットといえば「仙台大観音」。高さ100mの巨大な観音様で、日本一の観音像として圧倒的な存在感を誇り、「ラスボス」と呼ばれ話題に。胎内拝観も可能で、らせん階段や108体の仏像、12神将が並ぶ神秘的な空間が広がります。隣接の「油掛大黒天」は、油をかけて祈願する縁結びスポットとして人気です。



隣にホテルがあるんだけど、朝起きたら、観音様がすぐ横に見えるっておもしろいよね。

だれを連れて行っても、驚かれるスポット。ぜひたくさん写真を撮ってほしい！ ちょっと手前から目隠しをして、目の前に来てから「どーん」と見せるのがおすすめ。ぼくが子供の頃に完成したんだけど、通学路からも徐々に身体ができていくのが見えて、「何を作っているんだろう」と気になっていた。



③ 仙台大観音

仙台市郊外の高台にそびえる高さ100mの巨大な観音様。胎内には、外観からは想像もつかない景色が広がっており、フォトスポットとしても人気。



市民の憩いの山・泉ヶ岳で
非日常的なアウトドア体験を。

仙台的自然を満喫するなら、宿泊もアウトドア体験がおすすめ。「泉ピークベース」では、キャンプやコテージに加え、天然温泉やカジュアルフレンチのレストランもあり、星空や夜景、朝日は格別です。「スプリングバレー 仙台泉スキー場」では、マウンテンカートや展望リフト、ジップラインなど、グリーンシーズンもアクティビティが充実しています。

④ 泉ピークベース

仙台市中心部から車で約40分。泉ヶ岳の中腹にあるアウトドア施設。キャンプサイトは、初心者から上級者まで楽しめる区画サイトとフリーサイトを整備。レストランや温浴施設は日帰りでも利用でき、8棟あるコテージはワーケーションにもおすすめです。

泉ヶ岳は、小学校のスキー教室や野外学習の場として親しまれていて、仙台市民にとって象徴的な存在。市街地からもその姿を見ることができるよ。何ととっても星空の美しさは格別！

仙台市中心部から40分で行けるスキー場なんて、いいでしょ？



Day2

⑤ スプリングバレー 仙台泉

泉ヶ岳の北東斜面に広がるスキー場。冬は全12コースでスノーアクティビティが楽しめる。グリーンシーズンには、ジップラインアドベンチャーやマウンテンカートなど多彩な体験が満喫できる。



MODEL COURSE 2

仙台駅から車で約45分、作並温泉は歴代仙台藩主のかくし湯と伝えられ、正岡子規など多くの文化人が訪れたことでも知られる名湯です。そんな由緒ある温泉で休息した後は「一生に一度の願いが叶う」と言われ、多くの参拝者が訪れる「定義如来」で心が澄み渡るようなひとときを。そして参拝後に食べ逃せないのが名物の「三角定義あぶらあげ」。シンプルながらも奥深い味わいが大人気です。

歴史ある名湯や古刹を巡り、心ほどけるひとときを。

⑥ 作並温泉

なめらかな泉質と豊富な湯量から「美女づくりの湯」とも呼ばれ、山間を流れる広瀬川に沿うように並ぶ各宿では、露天風呂や岩風呂など多彩な湯めぐりを楽しむことができる。



⑦ 定義

縁結び、子宝、安全祈願に御利益があるといわれる「定義如来西方寺」には多くの参拝客が訪れる。参道沿いには店舗が並び、食べ歩きも楽しみの一つ。



三角あぶらあげは仙台のソウルフード。揚げたてはここまで行かないと食べられないからね。特に寒い日なんかに行ってほしいな。ぼくは、最後の晚餐は三角あぶらあげって決めているんだ。茶屋もあって、おいしいスイーツが食べられるんだよね。やさめしもおいしい。普通焼きおにぎりって醤油味だけど、こは味噌味なのが特徴。紅葉の時期に散策するのもおすすめだよ。

玉こんにゃくもおいしいよね。道中にも大倉ダムがあったり、野生の猿が出てきたりするから、それもまたおもしろいんだよね。



ワインが楽しめる店も多く、
横丁の雰囲気と店や料理
とのギャップも魅力。



老舗から新店まで
軒を連ねる



県内初の公設市場が起源。3坪ほどの長屋のような飲食店が100軒ほど連なる。近年は若いオーナーによる店も増え、外国人観光客も多く訪れる人気スポットに。

いろは横丁

仙台ナイト SENDAI★NIGHT

ブンヨコで
しっぽり、わいわい

お酒にぴったりの“焼きとん”も。定番から変わり種まで、お気に入りの1本を探してみても。



文化横丁



大正時代にこの地にあった映画館からその名がついた、通称「ブンヨコ」。和洋中50を超える個性的な飲食店が軒を連ねている。

昔から続く老舗も。70年以上の歴史を持つ店舗もあり、横丁の歩みを今に伝える。



仙台駅にほど近い 歴史ある横丁で



仙台朝市の西側に位置する横丁。戦後はキャバレーなどが並び賑やかだった場所が、現在では気軽な酒場から高級寿司店、アニソバーまでが並び飲食横丁として愛されている。



仙台銀座

仙台的旅は夜もおもしろい！
仙台駅周辺や東北一の繁華街・国分町など、昼間とは異なる、多彩な魅力が煌めきます。なかでも注目したいのが、昭和の風情を色濃く残す4つの横丁——文化横丁、いろは横丁、仙台銀座、東一市場。それぞれに個性豊かな店が軒を連ね、地元で愛される名店から新進気鋭の一軒まで、飲み歩くほどに発見がある横丁を“はしご”するのもおすすめ！地酒を片手にご当地グルメを堪能したり、料理人が丹精込めてつくるこだわりの逸品に舌鼓を打つひとときは、旅の思い出をぐっと深めてくれるはず。そして何よりも味わってほしいのは、人のあたたかさ。気さくな店主との会話や、たまたま隣り合ったお客さんとの楽しい交流が、旅の夜を彩ります。さあ、仙台ナイトの魅力に思う存分酔いしれましょう！



ディープな雰囲気
味わい深い

地酒に合う、宮城県産の牡蠣も。ジャンル豊かな逸品が揃う。

東一市場

仙台市役所のほど近くにある横丁。老舗の魚屋やレトロな居酒屋、フィギュアやお香の専門店、リラクゼーションなど個性豊かな店が軒を連ね、現在では若いオーナーが営む飲食店も。



杜の都にあふれる
感動や活気を体感！

仙台には一年を通じて、街が華やき、にぎわう伝統的なお祭りや話題のイベントが目白押し！街中にあふれる感動や活気を、ぜひ現地で！

仙台・青葉まつり

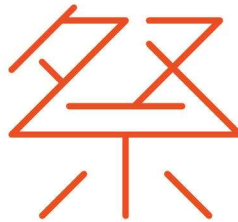
1655年に始まった仙台祭の伝統を引き継ぐまつりで、華やかな仙台すずめ踊りと宵山鉦巡行が行われる「宵まつり」、豪華な山鉦巡行や伊達政宗公神輿渡御が行われる「本まつり」の2日間開催。

●問合せ:022-223-8441

5月

8月

SENDAI



FESTIVAL

仙台七夕まつり

毎年8月6日から8日にかけて開催される。東北を代表する夏祭り。きらびやかな吹き流しの七夕飾りで、街中が色鮮やかに埋め尽くされる光景は圧巻。まつりの前日には「仙台七夕花火祭」も行われる。

●問合せ:022-265-8185

12月

SENDAI光のページェント

仙台の冬の風物詩として、長年親しまれているイルミネーション。ケヤキ並木が温もりある光に包まれる。

●問合せ:022-261-6515

仙台初売り

江戸時代からの商習俗として国に認められ、特例として豪華な景品付き商品などが店に並び。

1月

9月

定禅寺ストリートジャズフェスティバル

定禅寺通をはじめ、仙台の中心街がステージに早変わり。ジャズやロックなど多彩な音楽が街中に響き渡る。

●問合せ:022-722-7382

10月

仙台みちのくYOSAKOIまつり

全国からよさこいのチームが仙台に集結し、華麗な演舞や大旗振りなど、迫力満点の踊りが楽しめる。

●問合せ:022-268-2656

1月

どんと祭

神社の境内で正月飾りやお守りなどを焼き、御神火にあたることで新年の無病息災を祈願する伝統行事。



Sendai Culture



及川徹(おいかわ・とおる)
岩泉一(いわいずみ・はじめ)

●設置場所:
本山製作所青葉アリーナ
(青葉体育館)
住所:仙台市青葉区
堤町1-1-5



月島萤(つきしま・けい)
山口忠(やまぐち・ただし)

●設置場所:仙台市博物館
住所:仙台市青葉区川内26



日向翔陽(ひなた・しょうよう)
影山飛雄(かげやま・とびお)

●設置場所:
カメイアリーナ仙台
(仙台市体育館)
住所:仙台市太白区富沢1-2-2

ハイキュー!! ©古館春一/集英社

仙台市には、人気漫画『ハイキュー!!』の世界を感じられるスポットが数多く点在しています。物語の舞台のひとつとなった仙台では、登場人物が「仙台観光特使」に就任し、市内には記念モニュメントが設置されています。さらに、数々の名勝負が繰り広げられたカメイアリーナ仙台(仙台市体育館)の周辺には、キャラクターたちがデザインされた特別なマンホールも登場。

※日向・影山のモニュメントは、カメイアリーナ仙台(仙台市体育館)の改修工事期間中は、富沢公園内へ移転。

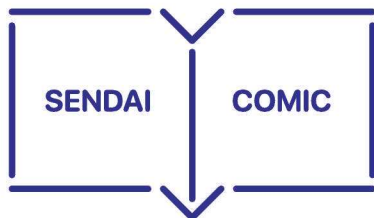
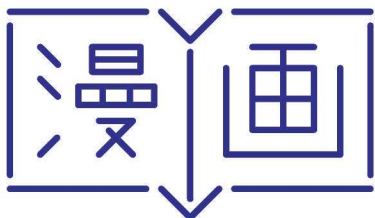
カメイアリーナ仙台
(仙台市体育館)

富沢公園
地下鉄南北線
富沢駅



デザイン
マンホール

①伊達工業高校 ②青葉城西高校 ③白鳥沢学園高校 ④鳥野高校



BLUE GIANT

仙台出身の主人公・宮本大が、世界一のジャズプレイヤーを目指す姿を描いた人気漫画『BLUE GIANT』。西公園は初ライブの舞台として登場。

●西公園
住所:仙台市青葉区桜ケ岡公園



2021年10月には、第30回定禅寺ストリートジャズフェスティバル(詳細は23ページ)を記念して、モニュメントが設置された。



人気作品の舞台へ行こう！
仙台は漫画やアニメの舞台としても人気！作品に関連したモニュメントなどが設置されている場所も多いので、作品ゆかりの地に足を運んでみて！

市内にはデザインマンホールが3基設置されている。

◎石塚真一/小学館

