

# 観光情報 Tourist Information

岩手に来たらぜひ立ち寄ってほしい観光地!  
**自然と歴史がいっぱい!四季を通じて  
 美しい風景が広がり、観光スポットも盛りだくさん!**



**1 宮古市/浄土ヶ浜**  
 【お車で約15分】三陸復興国立公園・三陸ジオパークの中心に位置する宮古市を代表する景勝地。夏は海水浴場としてたくさんの人で賑わいます。



**2 宮古市/浄土ヶ浜遊覧船「うみねこ丸」**

【お車で約20分】2022年7月にリニューアルした観光遊覧船「うみねこ丸」。浄土ヶ浜をはじめ、三陸ジオパーク、ジオサイトをガイドと巡る宮古の観光遊覧船です。



**3 宮古市/浄土ヶ浜青の洞窟「さっぱ船」**

【お車で約15分+徒歩約10分】陸中海岸の「青の洞窟」と異名をとる八戸穴をさっぱ船(小型船)で巡ります。洞窟だけではなく浄土ヶ浜湾内の各所、剣の山、賽の河原・血の池などを見ることができます。



**4 八戸市/蕪島**

【お車で約120分】ウミネコの繁殖地としての天然記念物に指定されています。毎年3月上旬頃にウミネコが飛来し、4月に産卵を始め、6月頃にひながかえります。



**5 八戸市/種差海岸**

【お車で約110分】650種を超える植物が自生し海沿いの遊歩道を散策すると、多彩な花々、緑々しい天然芝生、奇岩怪石、樹齢100年もの松林など変化に富んだ自然美が目の前に広がります。



**6 田野畑村/北山崎**

【お車で約60分】海のアルプスとも称される「北山崎」。高さ200mの岸壁が連なる迫力のある海岸美を観ることができます。



**7 岩泉町/龍泉洞**

【お車で約50分】日本三大鍾乳洞の一つ。世界有数の透明度を誇る地底湖は訪れる人を魅了します。また、洞内には5種類ものコウモリが生息しています。



**8 一関市/狛鼻溪(舟下り)**

【お車で約150分】日本百景の一つにも数えられる名勝「狛鼻溪」。高さ100メートルの絶壁に奇岩、洞窟、滝など迫力のある絶景を船頭が棹一本で操る「舟下り」でお楽しみいただけます。



**9 一関市/巖美溪**

【お車で約180分】おう穴・滝・深淵と表情を変え2kmにわたる渓谷美を見ることができます。名物の「かつこうだんご」は深流をはさんだ対岸にお店があり、川の上に張られたロープに下がる籠に注文と代金を入れて木槌を鳴らすと、籠は引き上げられて代わりに注文しただんごとお茶が入って降りてきます。



浄土ヶ浜の星空(宮古市)

上郷町のひまわり畑(遠野市)



| 鉄道    |                                |
|-------|--------------------------------|
| 東京    | 東北新幹線 約130分                    |
| 盛岡    | JR山田線 約150分                    |
| 花巻    | JR釜石線 約120分                    |
| 盛岡南IC | 国道106号(宮古盛岡横断道路) 約100km(約90分)  |
| 仙台    | 三陸自動車道 約150分                   |
| 盛岡    | 岩手県北バス106急行 約100分・約130分(特急・急行) |
| 八戸    | 三陸自動車道 約120分                   |
| 自動車バス |                                |
| 釜石    | 三陸自動車道 約90分                    |
| 宮古北IC | 約10分                           |
| 宮古    | 約9km                           |
| 宮古駅   | 送迎バス 約30分                      |
| 宮古北IC | 約10分                           |
|       | 約9km                           |

**宮古駅⇄休暇村 完全予約制**  
**無料シャトルバスのご案内**

|           |       |       |
|-----------|-------|-------|
| 宮古駅迎え     | 15:55 | 16:55 |
| 翌日 宮古駅へ送り | 8:40  | 10:00 |

※前日までにご予約をお願いします。ご予約のない場合は待機しておりませんのでご了承ください。  
 ※浄土ヶ浜ビジターセンター前からの乗車も可能です。ご利用の方はご予約時にお申し付けください。



休暇村 りくちゅうみやこ  
**陸中宮古**  
 自然にとぎめくリゾート

TEL 0193-62-9911  
 〒027-0096 岩手県宮古市崎鎌ヶ崎 18-25-3  
<https://www.qkamura.or.jp/miyako/>



夕食  
ビュッフェ

# 三陸のシーサイド Sanriku Seaside Buffet ビュッフェ

2026.4.1~2026.9.30

「三陸の海の幸と山の幸を味わう」がテーマのビュッフェ。  
料理人が心を込めて握るにぎり寿司やお刺身を味わえます。  
季節ごとの旬を大切に三陸ならではの海産物と岩手県産の食材を  
ふんだんに使用したビュッフェをお楽しみください。

●大人1泊2食付お1人様(和室2名1室の場合) ※料金の詳細は下記料金表、シーズン料金カレンダーをご参照ください。

Q会員 **13,500円** (税込) ~ 一般 **14,500円** (税込)

至極の一品付ご馳走コース 三陸のシーサイドビュッフェにプラス料金で一品付プランにグレードUP!

|  |  |   |  |  |
|--|--|---|--|--|
| <p>キンキの塩焼き<br/>焼くことで凝縮される旨味と口の中とろける上質な脂をご賞味ください。<br/>1泊2食料金に+ <b>1,600円</b> (税込)</p> | <p>白金豚鉄板焼き<br/>旨味が凝縮された豚身が特徴の岩手県ブランド豚「白金豚」を鉄板焼きでご賞味ください。<br/>1泊2食料金に+ <b>1,600円</b> (税込)</p> | <p>上ネタ寿司付き<br/>上ネタ寿司の内容は仕入状況により変更になる場合がございます。<br/>1泊2食料金に+ <b>1,800円</b> (税込)</p> | <p>蝦夷アワビお刺身付き<br/>旨味が強くコリコリとした食感の蝦夷アワビ<br/>1泊2食料金に+ <b>2,500円</b> (税込)</p> | <p>黒毛和牛鉄板焼き<br/>(120g)付き<br/>きめ細かい肉質にとろけるような食感が特徴の黒毛和牛<br/>1泊2食料金に+ <b>2,800円</b> (税込)</p> |
|--|--|---|--|--|

## 三陸のシーサイドビュッフェ料金表

| 1部屋ご利用人数<br>(4歳以上) | 和室  |         |         | 和室バス付   |         |         |         |
|--------------------|-----|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
|                    | 1名様 | 2名様     | 3名様以上   | 1名様     | 2名様     | 3名様以上   |         |
| 1泊2食               | Q会員 | 16,500円 | 13,500円 | 12,500円 | 18,500円 | 15,500円 | 14,500円 |
|                    | 一般  | 17,500円 | 14,500円 | 13,500円 | 19,500円 | 16,500円 | 15,500円 |
|                    | B   | 17,600円 | 14,600円 | 13,600円 | 19,600円 | 16,600円 | 15,600円 |
|                    | C   | 18,600円 | 15,600円 | 14,600円 | 20,600円 | 17,600円 | 16,600円 |
|                    | D   | 18,700円 | 15,700円 | 14,700円 | 20,700円 | 17,700円 | 16,700円 |
| 1泊2食               | Q会員 | 19,700円 | 16,700円 | 15,700円 | 21,700円 | 18,700円 | 17,700円 |
|                    | 一般  | 19,800円 | 16,800円 | 15,800円 | 21,800円 | 18,800円 | 17,800円 |
|                    | C   | 20,800円 | 17,800円 | 16,800円 | 22,800円 | 19,800円 | 18,800円 |
|                    | D   | 20,900円 | 17,900円 | 16,900円 | 22,900円 | 19,900円 | 18,900円 |
|                    | E   | 21,900円 | 18,900円 | 17,900円 | 23,900円 | 20,900円 | 19,900円 |

  

| 1部屋ご利用人数<br>(4歳以上) | 洋室(28㎡) |         |         | 洋室(36㎡) |         |         |         |
|--------------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
|                    | 1名様     | 2名様     | 3名様以上   | 1名様     | 2名様     | 3名様以上   |         |
| 1泊2食               | Q会員     | 17,500円 | 14,500円 | 13,500円 | 18,500円 | 15,500円 | 13,500円 |
|                    | 一般      | 18,500円 | 15,500円 | 13,500円 | 19,500円 | 16,500円 | 14,500円 |
|                    | B       | 18,600円 | 15,600円 | 13,600円 | 19,600円 | 16,600円 | 14,600円 |
|                    | C       | 19,600円 | 16,600円 | 14,600円 | 20,600円 | 17,600円 | 15,600円 |
|                    | D       | 19,700円 | 16,700円 | 14,700円 | 20,700円 | 17,700円 | 15,700円 |
| 1泊2食               | Q会員     | 20,700円 | 17,700円 | 15,700円 | 21,700円 | 18,700円 | 16,700円 |
|                    | 一般      | 20,800円 | 17,800円 | 15,800円 | 21,800円 | 18,800円 | 16,800円 |
|                    | C       | 21,800円 | 18,800円 | 16,800円 | 22,800円 | 19,800円 | 17,800円 |
|                    | D       | 21,900円 | 18,900円 | 16,900円 | 22,900円 | 19,900円 | 17,900円 |
|                    | E       | 22,900円 | 19,900円 | 17,900円 | 23,900円 | 20,900円 | 18,900円 |

  

| 1部屋ご利用人数<br>(4歳以上) | 洋室(18㎡) |         |         |         |
|--------------------|---------|---------|---------|---------|
|                    | 1名様     | 2名様     | 3名様以上   |         |
| 1泊2食               | Q会員     | 17,500円 | 18,500円 | 18,500円 |
|                    | 一般      | 18,500円 | 19,500円 | 19,500円 |
|                    | B       | 18,600円 | 19,600円 | 19,600円 |
|                    | C       | 19,600円 | 20,600円 | 20,600円 |
|                    | D       | 19,700円 | 20,700円 | 20,700円 |
| 1泊2食               | Q会員     | 20,700円 | 21,800円 | 21,800円 |
|                    | 一般      | 20,800円 | 22,900円 | 22,900円 |
|                    | C       | 21,800円 | 23,900円 | 23,900円 |
|                    | D       | 21,900円 | 24,900円 | 24,900円 |
|                    | E       | 22,900円 | 25,900円 | 25,900円 |

お子様は **365日同一料金** (1泊2食)  
小学生 **8,000円** (税込)  
幼児 **4,000円** (税込)  
3歳以下のお子様 **無料**

●Q会員は会費無料で、18才以上でしたら誰でも入会できます。  
●当日でも入会でき、利用金額の5%(税抜)がポイントになります。  
●ポイントは全国の休暇村にて1ポイント1円として利用可能です。  
●有効期限は最終利用から2年間有効、利用ごとに更新されます。  
●宿泊のポイント加算は公式ホームページかお電話での予約に限ります。

## シーズン料金カレンダー

Season price calendar

| 4月 |    |    |    |    |    |    | 5月 |    |    |    |    |    |    | 6月 |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|    |    |    |    |    |    | 4  |    |    |    |    |    |    | 1  |    |    |    |    |    |    |    |
| 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |    |    | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 28 | 29 | 30 |    |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    | 31 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |

  

| 7月 |    |    |    |    |    |    | 8月 |    |    |    |    |    |    | 9月 |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|    |    |    |    |    |    | 4  |    |    |    |    |    |    | 1  |    |    |    |    |    |    |    |
| 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 27 | 28 | 29 | 30 |    |    |    |
|    |    |    |    |    |    |    | 30 | 31 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |

●印日付は オフピーク旅対象期間 (混雑を避けた日程でゆっくり過ごす旅)

Q会員限定 旅をするならことごとく「オフ」  
分散型旅行応援 / **オフピーク旅**  
対象期間に1泊2食付で宿泊すると  
●Q会員お1人様1泊につき**1,000円(税込)割引!!!**  
●Qポイントお1人様1泊につき**1,000円ポイント**をプレゼント!!  
オフピーク割引対象日 上記シーズン料金カレンダーの○印をご覧ください。  
※公式ホームページまたはお電話での予約限定です。※夫婦会員はお1人様毎に対象になります。



## ほっとする昔ながらの味 田舎の食卓コーナー

日替わりで田舎料理がビュッフェに並びます。  
(メニュー例) にんにく味噌の豆腐田楽・すき昆布の煮物・もずく・焼き魚・かぼちゃひつまみ・お煮しめ

## 三陸ウニさんお会席

三陸産の生ウニの美味しさを味わうプラン。上品な甘さが口の中で広がる、旬の生ウニをお楽しみいただけます。  
1日20食 期間限定  
■大人1泊2食付 お1人様(和室2名1室の場合) 期間/2026年6月1日~7月31日  
Q会員 **23,100円** (税込) ~ 一般 **24,100円** (税込)

お品書き  
先付 雲丹豆腐  
珍味 4種盛り合わせ生ウニ  
造り 鮑貝焼  
焼物 三陸産鰯フライ  
揚物 雲丹しらす油のちぎ煮鍋  
食卓 白ご飯・イクラ小鉢  
デザート 瓶入り生ウニ(約90g)

※仕入状況によりメニューが変わる場合がございますので予めご了承下さいませ。  
※1名1室は、3,000円増し。洋室28㎡利用は、1,000円増し。洋室36㎡利用・バス付8畳和室利用は、2,000円増し。  
※6月土曜日及び7/20~24、7/26~31日は1,100円増し。 ※7月土曜日及び7/19は2,200円増し。  
※写真はイメージです。

## 朝食ビュッフェ 宮古の朝ごはん

宮古の体験型グルメ「瓶ドン」や「煮干しラーメン」など旅の朝を彩るこだわりの朝食ビュッフェをご用意いたしました。

朝食ビュッフェのイメージ写真

## 宮古名物 瓶ドン

宮古名物の「瓶ドン」は、「見て、盛り付けて、食べる」という五感を使って楽しめる「体験型グルメ」です。

今、話題の宮古地産ヨーグルト 岩泉ヨーグルト  
宮古の煮干しラーメン  
焼き鮭  
休暇村オリジナルカツサンド

## サーモンフェア

4月・5月限定! 開催!

- サーモンの押し寿司
- サーモン鍋
- サーモンのアヒージョ
- サーモンバーガー

※上記メニューがビュッフェに並びます

## マグロフェア

9月限定! 開催!

- マグロ寿司3種 (マグロ赤身・ビンチョウ・ネグトロ(巻物))
- マグロのネギマ鍋(大鍋)
- マグロのアヒージョ
- マグロとアボカドのサラダ
- マグロフライバーガー

※上記メニューがビュッフェに並びます

## 夏の魔法に包まれる 浄土ヶ浜ナイト★ア

普段はなかなか見ることのできない幻想的な「夜の浄土ヶ浜」を自然ガイドと一緒に解説を交えながら散策します。天気が良ければ美しい星空を眺めることもできます。

2026.4/1~11/30  
■参加料金  
大人 **1,200円** (税込)  
小学生 **600円** (税込)  
幼児 **無料**

■スケジュール  
19:30 休暇村出発  
19:45 浄土ヶ浜  
20:45 浄土ヶ浜にて散策終了  
21:00 休暇村帰着

38軒先着予約