



ポイント
後半は下りが最高に気持ちいいです!

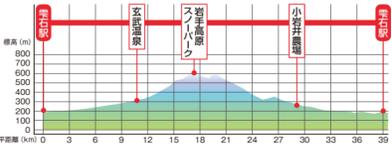
ポイント
きけたさん

Route 1
雫石周遊ルート

走行時間 約3時間30分
走行距離 約39km
獲得標高 434m
消費カロリー 約1500kcal

レベル **上級**

雫石駅を起点に、岩手山の雄大な景色を眺めながら周遊するルートです。落ち着いた山あいにある「玄武温泉」、高原エリアにペンションが点在する「岩手高原ペンション村」、そして岩手山の裾野へ。緑の牧草地帯が広がります。立ち寄りスポットは「小岩井農場」。いまでは全国にその名を知れらる、創業130年、日本最大級の民間総合農場です。新鮮な農場産の牛乳で、乾いたのどを潤すのがおすすめ。お土産を選んだり、農場の恵みたっぷりの食事もぜひ!



ゆこたんの森 #ゆこたんの森 #南嶺張りね温泉 #玄武温泉

滝ノ上温泉



岩手山 #南部片富士



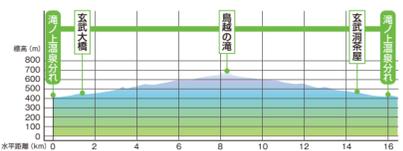
鳥越の滝 #鳥越の滝 #滝ノ上温泉

ポイント
もっと上りたいならこのルート!神秘的な一面もあります。

Route 4
滝ノ上ルート

走行時間 約2時間
走行距離 約16km
獲得標高 264m
消費カロリー 約860kcal

レベル **中級**



雫石を巡る大満足の7ルート!

雫石の自然を、肌で感じることができるサイクリングに出発しましょう。風光明媚な街道、バラエティ豊かな観光スポット、さらにサイクリングだからこそ、隠れた雫石の魅力も発見できるかもしれません。そしてお腹が空いたら、雫石ならではのグルメも待っています! 「雫石サイクリングマップ」では、特徴的な7ルートをご紹介します。好みや体力に合わせてレベルも選択できます。例えば、のんびりサイクリングを楽しみたいなら初級レベル、観光も体力向上も期待したいなら中級レベル、アップダウンを果敢に攻めたいなら上級レベルに挑戦してみてください。カロリーを消費して、日ごろのストレスもしっかり解消。健康効果も期待できます。駆け巡った雫石の思い出を胸に、「さあ、明日からも頑張ろう!」の気分になれるはず!



けんたさん
日本にもっと豊かなサイクリングライフを!モットーに自転車と相性のいい動きを配信するサイクルチューナーけんたさん。チャンネル登録者数は、20万人を超え、多くのサイクリストから支持を受けている。

レベルの区分

| 獲得標高 | 走行距離 | レベル |
|-----------|--------|-----|
| 0m~100m | ~15km | 初級 |
| 100m~300m | ~30km | 中級 |
| 300m~ | 30km以上 | 上級 |



岩手高原ペンション村 #岩手高原ペンション村 #網張

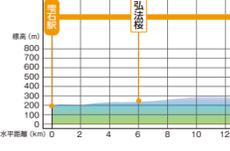


小岩井農場 #小岩井農場

Route 2
田園ルート

走行時間 約2時間40分
走行距離 約24km
獲得標高 128m
消費カロリー 約980kcal

レベル **中級**



園見温泉 #園見温泉

ガンバレ!ガンバレ!



#花の鑑賞所 花工房ら倶楽部

岩手山を望みながら、自動車の通行量が少ない田園の中を走るルートです。ポイントは2か所の花見スポット。「小岩井農場の一本桜」は約100年前の明治40年代に植えられたといわれるエドヒガンで、夏の日差しから牛を守る「日陰樹」として利用されました。「弘法桜」は推定樹齢800年以上で、弘法大師が杖を立てた場所から生えたといわれるエドヒガンです。また、時間があれば、自転車を降りて「小岩井農場」の周辺を散策するのもおすすめ。



小岩井農場の一本桜



岩手山神社の杉林 #参道



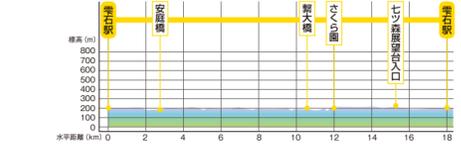
弘法桜 #夜間ライトアップ

ポイント
休憩スポットがいっぱいで、御所湖一周もできて大満足!

Route 3
御所湖一周ルート

走行時間 約1時間30分
走行距離 約18km
獲得標高 41m
消費カロリー 約330kcal

レベル **中級**



雫石駅から近く、平坦な道を行きながら湖畔の風景を楽しむルートです。「ファミリーランド」や「乗り物広場」、桜の名所「雫石川園地」などレジャースポットがたくさんあるので、ファミリーサイクリングにもピッタリ。春には「雫石川園地」の桜、秋には紅葉やコスモスなど、季節ごとの自然に触れます。山々を望む御所湖の湖畔を走った後は、日帰り入浴もOKの「御所湖温泉」でひとやすみ。内湯と岩づくりの露天があります。



御所湖 #ダム湖



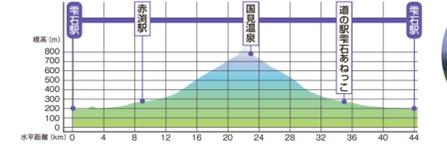
御所湖 乗り物広場 #乗り物広場 #日帰り入浴 #雫石川園地

ポイント
休憩スポットがちょうどいい位置にあります!

Route 6
国見温泉ルート

走行時間 約5時間30分
走行距離 約44km
獲得標高 668m
消費カロリー 約4160kcal

レベル **上級**



雫石駅から西へ秋田街道を走り、国見温泉へ登っていく高低差650mの上級者向けルート。走行時間も5時間超えと、サイクリング意欲を掻き立てます。山深く、木々の緑も美しい街道。清らかな空気を胸いっぱい吸って登りましょう。立ち寄りスポットは「道の駅雫石あねっこ」。特産品を買ったり、地産地消料理を味わったり、日帰り温泉施設で休憩したり、楽しみ方はいろいろ。そして頑張って登り切ったら「国見温泉」(5月上旬~11月上旬営業)に到着です。山峡の秘湯で全身の疲れをほぐしてください。
*県道266号は冬季通行止め(11月中旬~5月中旬)



生森山(七ツ森)からのパノラマ

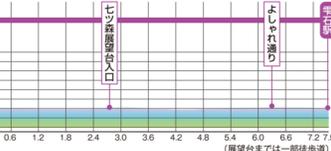
国見温泉 #日帰り温泉

ポイント
風景舎に行きたくて歩きやすい道で走りに行きましょう!

Route 7
七ツ森ルート

走行時間 30分
走行距離 約7.5km
獲得標高 26m
消費カロリー 約110kcal

レベル **初級**



「イーハトーブの風景地」七ツ森」として、国の名勝指定を受けた七ツ森森林公園は、雫石を訪れたらはずせない観光スポットのひとつ。雫石駅から歩くとし速いけれど、気軽にサイクリングで向かえるルートです。(展望台までは一部徒歩道)ここは宮沢賢治の作品に最も多く登場する場所のひとつ。代表作として賢治の詩作第一号といわれる「屈折率」が有名です。生森山の頂上にある展望台からは、壮大な雫石の田園風景が一望できます。賢治の愛した景色を堪能して、物語の世界に思いを馳せるのもいいでしょう。



道の駅雫石あねっこ #地産地消メニュー



田園と七ツ森 #宮沢賢治

サイクリングの疲れは、雫石の温泉で癒しましょう!

お風呂 鷲宿温泉 #MAP H-4

お風呂 ホテル花の湯(御所湖温泉) #MAP H-6

お風呂 休暇村岩手網張温泉(網張温泉) #MAP B-4

お風呂 妙こたんの森(南嶺張りね温泉) #MAP C-5

お風呂 雫石プリンスホテル(雫石高倉温泉) #MAP C-4

お風呂 石塔務館ほか(国見温泉) #MAP D-1

お風呂 道の駅雫石あねっこ(橋場温泉) #MAP F-2

お風呂 ロッジたちばなほか(玄武温泉) #MAP C-4

お風呂 滝観荘(滝ノ上温泉) #MAP B-2

サイクリングで、お腹が空いたら各ルートのグルメを!

ログハウスでくすくすなびざを
ビザレストラン 山ぶどう (びざれすとらん やまぶどう) #Route 1

開店して約20年のビザ店。高温でカリッと焼く石炭ビザが自慢。「ミックスビザ」は、豊富な具材にチーズをたっぷりのせて、石炭で焼いて仕上げる熱々の「カレードリア」は茶碗サイズの「ミニ」もあり、ビザとセットで注文するお客さんも!

〒019-693-3005 4-11月10:00-17:00(LO.16:30) 12月-3月 10:00-16:00(LO.15:30)
火・水休 #雫石町長山有栖5-34
#ミックスビザ(¥870-)カレードリア(¥550-) #MAP C-4

農場グルメがこの一皿に集合!
小岩井農場まきば園 #Route 2

おいわいのうじょうまきばえん! 写真集「小岩井の恵みプレート」

おすすめは、まきば園内にある「山麓農場まきば園」の「小岩井の恵みプレート」。農場産の牛肉を使用したステーキやビーフシチュー、牛乳、チーズなど、その名の通り「恵み」がぎっしり詰まっている。山々を眺めながら食せば、いっそうおしいはず! レストランに入るには入場料が必要。入場料:大:800円、子ども300円(5歳~小学生)
#019-692-4321
#平日 9:00~16:00(最終入場15:00) 土・日・祝日 9:00~17:00(最終入場16:00)
#無休(冬季・整備点検休業あり) #雫石町丸谷地36-1
#小岩井の恵みプレート(¥2200)ラムシシギスカセット(¥1400) #MAP D-7

地元野菜とお米がおいしさの決め手!
元久(てんく) #Route 3

一見ラーメン店には見えない、古材を再利用した風情がある建物。店内は小上がりもあり、落ち着いた雰囲気。雫石産野菜をふんだんに使った優しい味わいのメニューは年代を問わず人気。お米は雫石町産の「銀河のしずく」を使用している。
*写真のセット内容は変更になる場合があります 落ちついた店内でそばをいただく
#019-692-2245 #11:00~16:00(LO.15:30) #火休・月不定休
#雫石町安直40-76-2 #味噌チャーシュー(¥970)担々麺(¥750) #MAP H-5

湧き水で仕込む絶品そば
玄武洞茶屋(げんぶどうちや) #Route 4

厳選したそばの実を石臼で挽き、仕込み・ゆで・しめには近くを流れる湧き水を使用。こだわりの手打ちそばが評判。そばの後は、手作りの「あんころもち」でほっこりしましょう。持ち帰りもあるので、疲れた時の甘味補給にも!
*写真のセット内容は変更になる場合があります 落ちついた店内でそばをいただく
#019-693-2470 #11:00~16:00(そばがなくなり次第閉店) #火休
#雫石町西根150 #ざるそば(¥780)あんころもち(¥440) #MAP B-4

茶のお供に伝統菓子「きりせんしょ」
餅工房むらかみ(もちこうぼうむらかみ) #Route 5

長年地元で愛されている餅屋。丹ごの店。地元産のうるち米で作る名物「きりせんしょ」は2種類。「黒」は黒糖としらゆめを使用した甘辛味で、ルミの食感がアクセント。「白」は黒ゴマを練り込んだ白い生地、噛むと黒蜜がとろーり。
公園で味わったり、お土産にも
#019-695-2441 #8:00~18:00 #不定休 #雫石町繁宿6-25-8
#黒きりせんしょ(6本¥360)白きりせんしょ(5本¥410円) #MAP I-4

希少部位使用のホルモン鍋が美味
さくら亭(さくらてい) #Route 6

国産の豚肉の、希少な直腸のみを使ったホルモン鍋を食べに、県外から訪れる人も多い有名店。プリッとした肉質で、かみ口に深い味わい。煮込んだダシがキャベツや豆腐もおいしくしてくれる。持ち帰りもあるので、自宅でもぜひ。
ホルモンは新鮮、下処理も丁寧
#019-692-1623 #11:30~15:00 18:00~20:00 #水休
#雫石町御所湖西3家58
#特上豚ホルモン鍋定食(¥950) 特上塩ホルモン鍋(¥550) #MAP G-4

七ツ森に待望の新ラーメン店
だし屋(だしや) #Route 7

2021年1月にオープンしたばかりだが、店名のとおり「ダシが美味しい」と、既に行列ができることも。人気は豚と魚介ダブルスープの「特製ラーメン」で、濃厚なダシと太麺は相性抜群だ。大盛が同一料金というのうれしい!
魚が海苔の上に
#11:00~(LO.14:45) 17:30~(LO.19:45) #火休・月夜休
#雫石町七ツ森105-16 #特製ラーメン(¥800)豚中華(¥700) #MAP F-6

雫石町のサイクリングルートの提案は7つ、レベルにあったルートを選べば安全にお楽しみいただけます。

- 自転車安全利用五則
 - ① 自転車、車輪、ブレーキ、サドルは常に正常な状態を維持し、安全確認を怠らぬ。
 - ② 安全確認が完了したら、安全確認を怠らぬ。
 - ③ 歩行者優先で走行し、歩行者と衝突しないよう注意する。
 - ④ 歩行者と衝突しないよう注意する。
 - ⑤ 歩行者と衝突しないよう注意する。

万が一の事故に備えて、自転車保険に加入しましょう。

〒019-692-4321
電話 019-692-4321
2021年3月発行