

きらきら海辺の 移住体験ツアー

DAY 1 10月9日(金) 気仙沼
～地域の多様な女性たちと関わる一日～

DAY 2 10月10日(土) 気仙沼・南三陸
～地域に根付いた文化を感じる一日～

DAY 3 10月11日(日) 南三陸
～地域の関わりと生業を考える一日～

ツアーの詳細・
ご予約は
こちらから



気仙沼 KESENNUMA

朝ドラや映画「サンセット・サンライズ」の舞台ともなった気仙沼市は、他の三陸海岸沿い地域と同様に複雑に入り組んだリアス海岸が特徴。美味しいものがいっぱいあって、自然とたっぷり触れ合えるトコロ。



イメージ



イメージ



イメージ



イメージ

南三陸 MINAMISANRIKU

太平洋に面し、町の70%以上が森林の南三陸町は海と川、山と森が一体となった豊かな自然が味わえるトコロ。キャンプやアクティビティ、美味しい海産物も楽しめます！



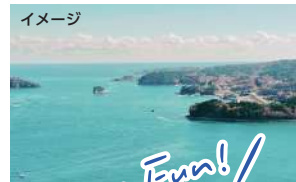
イメージ



イメージ



イメージ

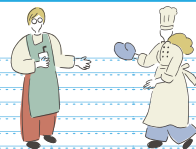


イメージ

I have Fun!

ENJOY LIFE・私のハッピーライフハック

地域に根ざした人との出会いが、あなたの世界を広げる鍵。先輩移住者や地域の方たちはどんな風に生活しているのか地域での暮らしに会いに行こう！



気仙沼
1ターン

わたなべ ちあき
渡邊 千晶さん

気仙沼の一棟貸しの宿
[KESENOMA] 共同オーナー



#夫婦起業 #古民家リノベ
#暮らすように泊まる

気仙沼
1ターン

すずき あゆみ
鈴木 歩さん

株式会社ペンシー
pensea CO., Ltd.
／ 代表取締役



#デザイン #デザイン
教育 #シェアオフィス

南三陸
1ターン

なかむら みく
中村 未来さん

でんでんむしカンパニー／
小さな宿のん 経営



#子育て #起業
#藍染 #古民家

南三陸
1ターン

ささき みちひこ
佐々木 道彦さん

南三陸ワイナリー株式会社
代表取締役



#ワイン #起業
#資源循環への挑戦

2026気仙沼・南三陸移住体験ツアー

～移住の先輩や地域の人を通して自分たちの未来のライフをイメージする！～

1
日目

2026.10.9(金)

～地域の多様な女性たちと関わる一日～

10:10 仙台駅集合 バスで気仙沼へ出発

午後 映画「サンセット・サンライズ」の
ロケ地「大漁丸」にて
海産物ランチ&空き家見学

こはらぎ荘(閉校になった中学校を
リノベしたシェアオフィス)にて
気仙沼の紹介&地域で活躍する
渡邊千晶さん(気仙沼在住)
鈴木歩さん(気仙沼在住)
熊谷綾さん(気仙沼在住)
とのワークショップ

気仙沼市復興祈念公園へ
ホテルチェックイン

夜 先輩移住者・地元の方との
夕食&交流会

【サンマリン気仙沼ホテル観洋泊】

※現地事情により行程などは変更に
なる場合がございます

気仙沼

1日目
宿泊

サンマリン気仙沼ホテル観洋

イメージ

地下1,800mから湧き出る
深層天然温泉に宿泊!

2日目朝食:サンマリン気仙沼ホテル観洋



イメージ

2日目昼食:松笠屋敷



イメージ

2
日目

2026.10.10(土)

～地域に根付いた文化を感じる一日～

6:30 魚市場探検&水産情報等発信施設の
見学

午前 宿泊先にて朝食

地域の古材と景観を活かしてリノベし
た「喫茶ふくふく」にて地域づくりやス
ローフードについてのお話

風に吹かれながら内湾ウォーク
地域のコミュニティの拠点・PIER7を見学
道の駅大谷海岸で買い物&自由散策

午後 江戸時代末期に建築された
松笠屋敷(伊達藩郷士須藤家の
邸宅)にてランチ・南三陸町のご紹介

みんなで作った小さな宿「のん」で
先輩移住者中村未来さんのお話&
「手ざわりのある暮らし」体験!

夕刻 心と体を整える龍門院にて座禅体験

夜 先輩移住者・地元の方との
夕食&交流会

ご希望の方は南三陸杉の香る
サウナも体験!

【南三陸まなびの里 いりやど泊】

※現地事情により行程などは変更に
なる場合がございます

気仙沼

南三陸

築100年をこえる古民家を
改装した小さな宿「のん」



イメージ

南三陸で自家栽培した藍草を使って
藍商品を手作りしています!

2日目
宿泊 南三陸杉の香るサウナも。



イメージ

都会の喧騒や日常から解放され、
自然と人に包まれながら、
素の自分に立ち返る場所。

3
日目

2026.10.11(日)

～地域の関わりと生業を考える一日～

朝 宿泊先にて朝食

午前 ～海のワークショップ～
「たみこの海バック」にて
生ふりかけ作り体験

午後 南三陸ワイナリー:
佐々木道彦さんのお話&
ワイナリー見学&ランチ

道の駅さんさん商店街南三陸で
買い物&自由散策

16:00 仙台駅着

※現地事情により行程などは変更に
なる場合がございます

南三陸

3日目
体験 海のワークショップ
海藻のふりかけづくり体験



イメージ

世界にひとつ!
あなただけの
「マイふりかけ」
を作ろう!

Good Times

牡蠣棚とワインの海中熟成。
それは、海と山のマリアージュ。



佐々木道彦さんと
牡蠣漁師のみなさん



南三陸ワイナリー
イメージ



海中熟成ワイン
イメージ

2日目
体験



日常を離れ、静寂に
身を委ねる。心と体
を整える座禅体験!



対象

宮城県外在住の方で、気仙沼市・南三陸町など地方への移住を考えている成人女性

旅行代金

大人お1人様:9,900円

※集合場所は仙台駅となります。集合場所までの交通費は含まれておりません。
事前・事後アンケートの回答をいただくことが条件となります。

食事条件

朝食2回、昼食3回、夕食2回

定員

15名(最少催行人員:5名)

添乗員

同行します

申込締切日

2026年9月4日(金)

問合せ先

株式会社エイチ・アイ・エス 東北自治体営業所
担当:武田・小笠原
Mail:t-gov@his-world.com

掲載ツアーはこの広告でのお申込みを受付ておりません。右記WEBサイトからお申込みください。

ツアーの詳細・
ご予約は
こちらから



Time to Go



主催/宮城県気仙沼地方振興事務所

旅行企画・実施/株式会社エイチ・アイ・エス

当ツアーは、宮城県の委託事業により実施しております。