

気仙沼 南三陸 エリア



南三陸さんさん商店街

2017年3月に本設オープンした「南三陸さんさん商店街」。名物グルメの「南三陸キラキラ丼」を提供する飲食店をはじめ、鮮魚店、お土産店、生活関連の店などが軒を並べています。

南三陸町志津川字五日町51
TEL:0226-25-8903
営業時間:9:00~19:00
定休日:年中無休

太陽さんさんパワー
を感じよう!

リアス式海岸からの海風を受けながら、気仙沼・南三陸エリアの水産ツアー!まさに海のまちの魅力を感じながら、ここだけの「おいしい旅」を満喫しましょう!

気仙沼・南三陸エリア おいしい水産ツアー

豊富な品揃えを満喫!

浜ハマとイタリア語の海マールを堪能あれ!

南三陸ハマレ歌津

浜(ハマ)とイタリア語の海(マール)をテーマに地元の産物販売にこだわりの加工品もいっぱいあります!

南三陸町歌津字伊里前96-1
TEL:0226-36-3117
営業時間:8:00~18:00
営業日:年中無休

道の駅 大谷海岸

朝水揚げされたばかりの新鮮な魚介類やのりなどの海産物、朝採り野菜、お弁当や加工食品など、品揃えが豊富です!

気仙沼市本吉町三島94-12
TEL:0226-44-3180
営業時間:9:30~17:30
定休日:12/31~1/2



フカヒレはラッパはフカヒレに舌鼓!

気仙沼 フカヒレ丼

気仙沼に行ったらこれ錦糸状のフカヒレが敷き詰められた丼。それを覆うほどの特大フカヒレ姿煮がすごい!

「おいしい水産!直売所」に行こう!



気仙沼・南三陸エリアには魅力あふれる水産加工品の直売所があります!さあ、旅の醍醐味、ぐるっと巡りましょう!

新しい商店街の活気を
感じてください!

気仙沼復興商店街 南町紫神社前商店街

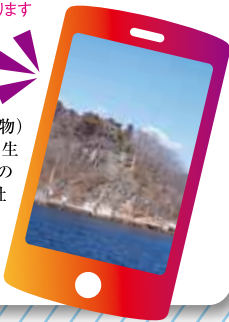


地元の活気にあふれる商店街。お店の人と会話をしながら地元自慢の海産物・加工品を選ぶことができます。
気仙沼市南町2-4-10 TEL:0226-25-9756
営業時間:店舗により異なります
定休日:店舗により異なります

おすすめ インスタ映えスポット 神明崎

北限の自生「モクゲンジ」(市指定天然記念物)など、「百樹園」とも称されるほど多様な植生が魅力。五十鈴神社や、当地の海苔養殖の先駆者である猪狩新兵衛を祀った猪狩神社があります。

気仙沼市魚町2-6-7
TEL:0226-22-3438
(気仙沼市産業部観光課)

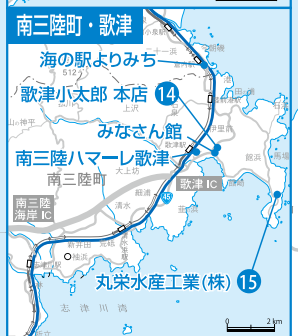
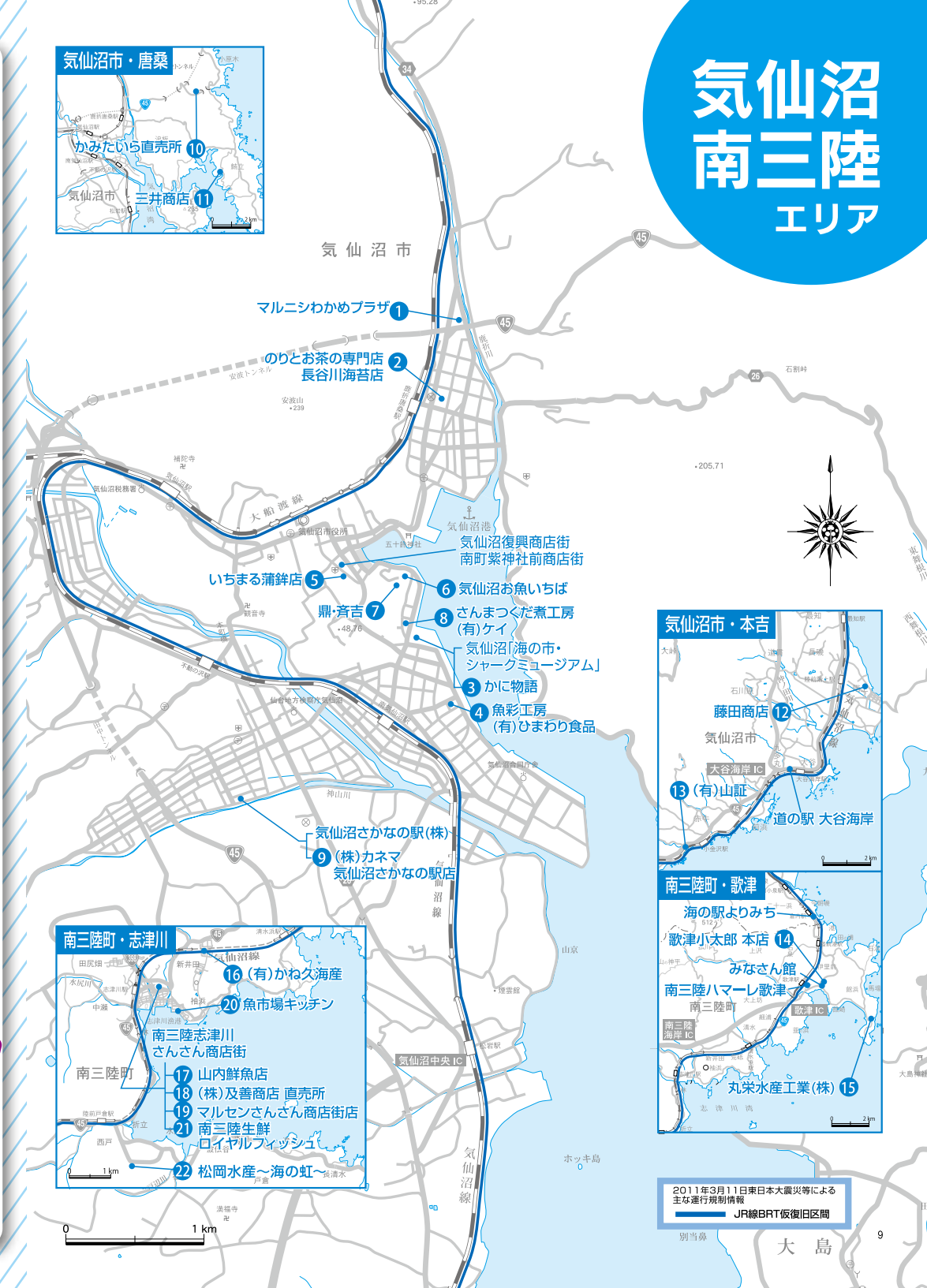
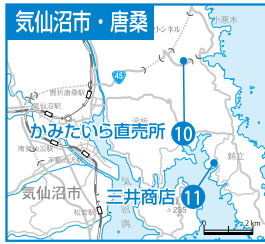


海の市・シャークミュージアム

気仙沼市魚市場に隣接した三陸の海の幸がそろう観光物産施設「海の市」と「サメ」をキーワードにした体感型展示館「シャークミュージアム」。ここには驚きや発見が満載です。

気仙沼市魚市場前7-13 TEL:0226-24-5755
営業時間:海の市 8:00~17:00(5月~9月は18:00)
シャークミュージアム 9:00~17:00 ※最終受付16:30
(5月~9月は18:00 ※最終受付17:00)
定休日:1~6月まで不定休(HPで公開中)

サメの水揚げ
日本一ならでは!



2011年3月11日東日本大震災等による
主な運行規制情報
JR線BRT復旧区間

おいしいまちに来てね!

エリ自慢

気仙沼・南三陸
エリア



志津川湾

海にまつわる気候・風土

気仙沼市は、三陸復興国立公園や海城公園に指定されるなど、優れた海洋観光資源を有する水産観光拠点都市です。リアス式海岸の独特な地形が天然の良港を形成している気仙沼湾は、湾口に「みどりの真珠」と呼ばれる大島を抱えています。

気仙沼漁港は、古くから遠洋・沖合漁業の基地として重要な役割を担い、三陸沖の豊かな水産資源を追った全国の漁船が港に並びます。海沿いを少し離れると、航海の安全と大漁を祈願する気仙沼のシンボル安波山(あなばさん)やツツジの名所・徳仙丈山(とくせんじょうさん)など緑豊かな山々から景色を一望できます。

東は太平洋に面し、三方を山に囲まれる南三陸町。海と川、山と森が一体となった豊かな自然環境を有し、8河川が注ぐ志津川湾は山からの栄養が豊富な好漁場を形成しています。湾内では、カキやホタテガイ・ギンザケ・ワカメなどの養殖が盛んです。

魚市場には、金華山以北の沿岸や志津川湾内を漁場とする小型船の水揚げが多く、小さいながらも活気にあふれます。年間を通し、四季折々の豊富な水産物が水揚げされます。

エリアの水産物の特徴

気仙沼魚市場には、カツオ、マグロ類、カジキ類、サンマ、サメ類が多く水揚げされています。生鮮カツオの水揚げは20年以上全国一で、特に秋の「戻りカツオ」は脂が乗って美味しいと全国から引き合いがあります。また「サメの水揚げ日本一」のまち「フカヒレ生産日本一」のまちとして全国でその名が知られています。マグロ延縄等で漁獲される「メカジキ」も水揚げ量全国一で、現在

ブランド化が進んでいます。

志津川湾は恵まれた岩礁域を有し、アワビ・ウニや、メバル・アイナメなど磯根資源が豊富で、タコの名産地としても有名です。また、南三陸町をはじめ、宮城県沿岸で養殖されるワカメは葉が肉厚で弾力があり、ぶりぶりと歯触りが良いのが特徴。1〜3月頃には、水揚げしたワカメを湯通し塩蔵ワカメなどに加工する作業が各地で行われます。秋には、シロサケが沿岸に來遊し、沖の定置網や刺網などで盛んに漁獲されます。



カツオ



ワカメの取獲



メカジキ

Pick Up 旬を彩る 水産風物誌

○南三陸志津川のタコ
南三陸志津川の名産と言えはタコですが、中でも代表格はマダコで「西の明石、東の志津川」と言われるほど。ミズタコなども多く水揚げされ、タコをテーマにした福興市も開催されます。



マダコ

○気仙沼かつおの日
生鮮カツオの水揚げ日本一を誇る気仙沼では、7月第3日曜日の海の日を「気仙沼かつおの日」と定め、カツオの街をアピールしています。豊かな三陸沖でエサをたっぷり食べたカツオは丸々として脂を蓄えた濃厚な味です。



カツオ

エリアの「祭り・イベント」

- 気仙沼みなとまつり(気仙沼市8月)
航海の安全と大漁を祈願する気仙沼地方最大級の夏祭り
- リアス牡蠣まつり唐桑(気仙沼市唐桑町11月)
唐桑の旬をおなか一杯堪能できる唐桑町最大のイベント
- あわびまつり(気仙沼市本吉町12月)
冬の海の幸「あわび」を格安で販売
- 南三陸福興市(南三陸町・毎月)
毎月最終日曜日に旬の海産物をテーマに開催される祭り
- 田東山つつじ鑑賞・しろうお祭り(南三陸町・5月)
田東山のつつじ鑑賞としろうおにちなんだ各種催し開催
- 南三陸町おすばで祭り福興市(南三陸町・12月)
地元名産の物産テント、飲食ブースが立ち並び、年の瀬の大イベント



リアス牡蠣まつり唐桑

気仙沼みなとまつり

※エリアの「お祭り・イベント」の開催時期や内容については、詳細未定のため変わる場合がございます。お出かけの際は、主催者のホームページ等でご確認ください。

われは海の子〜 海自慢の観光スポット



日の出の折石

日の出を拝むには最高のスポット。海中に聳える大理石の石柱は、明治29年三陸大津波のとき先端が折れたことから折石と呼ばれています。



岩井崎

気仙沼湾の最南端にある岩井崎は「三陸ジオパーク」のジオサイトに認定されています。3億年前の珊瑚礁の遺跡で、打ち寄せる波浪が、その岩孔から吹き上げる潮吹き岩は壮観です。



神割崎

南三陸屈指の景勝地で、二つに割れた奇岩の間から波が押し寄せる風景は圧巻。2月中旬と10月下旬には岩間から日の出を望むことができます。岩場にはニコウキスゲやハマギクなども見られます。



1 味と品質は折り紙付き
三陸産ワカメとコンブの専門店
マルニシわかめプラザ



食物繊維とミネラル豊富な三陸産ワカメ・コンブの専門店。おいしさだけでなく、安心安全にもこだわり、品質保証。ISO9001:2015認証を取得。生産現場から出荷まで品質管理を徹底し、生産履歴追尾も確実に行われています。



他国産原料の仕入れは一切無く、三陸産わかめや昆布等の海藻加工を行っています。何時、何処で採れた原料を使用しているかがすぐにトレース出来るシステムを構築しており、信頼を得ています。

株式会社マルニシ
気仙沼市西八幡町 23
TEL 0226-22-1235
営業時間：8時30分～17時
定休日：毎週日曜日・祝祭日・年末年始・お盆
http://marunishi.jp/



3 食のプロも注目する
「幻のカニ」を贅沢に
かに物語



「幻のカニ」と言われる希少なマルズワイガニを販売。漁獲から生産・販売まで一貫して自社で行うことにより、リーズナブルな価格を実現。むき身以外に、ピスタチオなども好評で、全国の飲食店から引き合いがあります。



“まるずわいがに”を通して、お客様に“特別な時間をもっと身近に楽しんでもいただきたい”と思っています。漁獲から生産・販売までを自社で行い、安心安全な商品を提供しています。

かに物語 (株式会社カネダイ)
気仙沼市魚市場前7番13号(海の市1F)
TEL 0226-23-1521
営業時間：8時30分～17時(サマータイム:17時30分まで)
定休日：毎週水曜日
http://www.kanimonogatari.jp



Deep Sea Red Crab ビスク
蟹と白ワインで取った出し汁に、むき身とたっぷりの野菜を合わせて煮込んだトマトベースのスープです。
180g/パック 691円(税込)

こんな料理に！ ドリア、リゾット



Deep Sea Red Crab かにの実
自然解凍するだけで簡単にご使用いただけます。運動量の多い部位で身が引き締まり、旨みが凝縮されています。
300g/袋 2,722円(税込)

こんな料理に！ サラダ、酢の物、グラタン

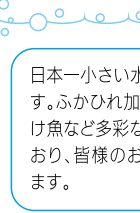


三陸産カットわかめ
水揚げされた三陸産わかめを一次加工から行い、風味、食感を損なわず乾燥しました。
35g/袋 540円(税込)

こんな料理に！ おみそ汁、サラダ、酢の物に



けせんぬまのおつまみ昆布
三陸産の早採れ昆布に当社独自の味付を行い、乾燥して一口サイズにカットした商品です。
11g/袋 130円(税込)



日本一小さい水産加工食品メーカーです。ふかひれ加工品から干物、煮魚、漬け魚など多彩な加工品を製造販売しており、皆様のお越しをお待ちしております。

有限会社ひまわり食品
気仙沼市弁天町 2-84-4
TEL 0226-24-4168
営業時間：10時～18時
定休日：不定休

「ふかひれ釜飯の素」「さんま釜飯の素」「ふかひれあんかけ」「さんまの甘露煮」「焼きさばちらしずしの素」「さんまのなめろう」など、気仙沼の海の幸をぜいたくに盛り込んだ加工品が、小さな店いっぱい並んでいます。



4 「フカヒレ釜飯」の贅沢を
自宅で手軽に
魚彩工房(有)ひまわり食品

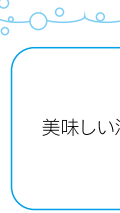


ふかひれ釜飯の素 2～3人前
解凍してご家庭の炊飯器で簡単にふかひれ釜飯が出来上がります。2～3人前です。
950g/セット 2,170円(税込)



メさんま柚子
大型のさんまを弊社特製のゆず酢調味液に漬込んだメさんまです。ゆずの香りが爽やかな一品です。
2枚/袋 210円(税込)

こんな料理に！ 刺身、寿司ダネ



美味しい海苔を食卓に

長谷川海苔店
気仙沼市中みなと町 2-25
TEL 0226-22-0958
営業時間：9時～17時30分
定休日：毎週日曜日
http://hasegawanoriten.jimdo.com/



パリパリと歯切れよく、うま味と香りが口いっぱい広がる宮城の焼きのり。贈答用の極上品から家庭用の普及品まで幅広くそろえています。看板商品「寒流逸品」は、献上の東松島市鳴瀬産乾燥海苔を原料にしています。



2 一番摘みの香り高いのりは
焼きにもこだわった特上品
のりとお茶の専門店 長谷川海苔店



寒流逸品® 味海苔
寒流逸品焼のりに味をつけました。ご飯のおともにも最適です。
8ツ切100枚 860円(税込)



寒流逸品® 焼のり
焼のりを食べたい「寒流逸品®のり」の味が手軽に楽しめる。手巻きすしやおにぎりにどうぞ。
板のり10枚入 540円(税込)

気仙沼の、そして海の素晴らしさが商品から伝わるようにと考えています。



株式会社斉吉商店
 気仙沼市柏崎 1-13
 TEL 0226-22-0572
 営業時間：10時30分～17時30分
 定休日：火曜日
<http://www.saikichi-pro.jp>



骨まで軟らかく炊いた看板商品「金のさんま」。味の決め手の「返したれ」は、東日本大震災時も工場から持ち出して守り抜いた財産です。2017年、気仙沼の内湾を見下ろす場所に、買い物と食事を楽しめる「鼎・斉吉」をオープン。



7 絶景を見下ろす高台でお腹も心も満たされて

鼎・斉吉



気仙沼の中心南町で復興に向けて直進中の蒲鉾製造、販売店です。美味しい蒲鉾がいろいろあります。

有限会社いちまる
 気仙沼市南町一丁目 4-10-101
 TEL 0226-22-0590
 営業時間：9時～17時
 定休日：年中無休



5 噛むほどに魚のうま味広がる厚焼き笹かまぼこ

いちまる蒲鉾店



ふっくら厚焼きで、ぶりぶりの食感。人気の笹かまぼこ。魚本来のうま味を大切に、1枚1枚丁寧に焼き上げていきます。メッセージ入りの「ハートかまぼこ」、おめでたい日の「紅白鯛かまぼこ」など、ユニークな商品も販売。



金のさんま
 骨まで軟らかく皮目がきれいに金色に輝くように丁寧に手作りです。
 6切入/パック 1,080円(税込)

こんな料理に！ ご飯に乗せてたれをかけて



斉吉海鮮丼
 流水解凍で短時間で食べることができ、いろどりもきれいです。
 100g/パック 918円(税込)

こんな料理に！ 解凍してご飯に乗せて



新鮮厚焼笹かまぼこ
 ふっくらとして食べごたえがあります。しっかりした食感で、噛めば噛むほど魚の風味が広がる商品です。
 1枚 194円(税込)



ハート蒲鉾
 美味しくてかわいいハート型のかまぼこです。5文字程度のメッセージを書き加えることができます。
 1枚 594円(税込)

5年連続モンドセレクション金賞受賞した主要三品(下記商品情報掲載品)を「網元特選セット」として販売中です。創業以来25年、地元の食材にこだわり、ひたすら無添加を通して参りました。

気仙沼市港町 508-5
 TEL 0226-22-0327
 営業時間：9時～18時
 定休日：毎週日曜日

無添加で安全・安心の「さんまの佃煮」は、「しょうゆ味・みそ味・しょうゆ味こぼり入り」の3種類。臭みが無く、骨まで食べられる軟らかさで、子どもからお年寄りまで幅広く親しまれています。モンドセレクション金賞を5年連続受賞。



8 モンドセレクション金賞の骨まで軟らかいさんまの佃煮

さんまつくだ煮 有限会社ケイ



海が目の前の「お魚いちば」は、気仙沼港で水揚げされた、とれたて新鮮な魚介をはじめ、気仙沼ならではのお土産品も多数取り揃えてあります。レストラン「鮮」も営業中。(営業時間10時～21時)

株式会社阿部長商店
 気仙沼市港町 2-13
 TEL 0226-29-6233
 営業時間：8時～18時(11月～3月は17時30分まで)
 定休日：年中無休
<http://osakana-ichiba.net/>



気仙沼港に水揚げされる鮮魚と、気仙沼ブランドの加工品を一堂に集めた観光グルメスポット。第42回農林水産祭で天皇杯を受賞した「あぶりさんま」、ホテル観洋グループ総料理長監修の広東風「ふかひれ濃縮スープ」などヒット商品も多数。



6 気仙沼グルメのランドマークお土産探しはここで

気仙沼お魚いちば



さんまつくだ煮 しょうゆ味
 手造り無添加。独自の濃厚なたれで、じっくり煮込んだつくだ煮です。
 130g/個 550円(税別)



さんまつくだ煮 みそ味
 手造り無添加。めずらしい「みそ味」で、他では真似のできない逸品つくだ煮です。
 120g/パック 550円(税別)



さんま甘露煮
 三陸産のさんまを昔ながらの製法でじっくり炊きあげました。ご飯のおかずやお酒のお供にどうぞ。
 200g/パック 292円(税込)

こんな料理に！ そのままでご飯のおかずとして



気仙沼あぶりさんま
 第42回農林水産祭「天皇杯」受賞商品。旬の時期に水揚げされたさんまを、特製の甘酢に漬け込み表面を軽くあぶりました。
 2枚/袋 329円(税込)

こんな料理に！ 棒寿司として

三陸のわかめ・こんぶを産地直送でお届けします。

気仙沼市唐桑町舗立 243-6
TEL 0226-32-2935
営業時間：8時～17時
定休日：毎週日曜日
<https://mituishi.shop-pro.jp/>



大島と唐桑半島に挟まれた漁港・鮎立港(しびたちこう)にあるワカメとコンブの専門店です。親潮と黒潮が交わる海の栄養と、沿岸森林から注ぐ森の栄養が混じり合った三陸ワカメは、肉厚で弾力があります。



11 三陸の荒波が育んだ肉厚で風味豊かなワカメを

三井商店



プロも太鼓判の新鮮で良質なさかなを取り揃えてお待ちしております。

株式会社カネマ
気仙沼市田中前 2 丁目 12-3
TEL 0226-24-5110
営業時間：8時30分～18時
定休日：毎月第2・4火曜日
<http://www.maguro-kyouwakoku.com>



気仙沼漁港に水揚げされたマグロ、メカジキなどの鮮魚卸が、共同店舗「気仙沼さかなの駅」で小売りを開始。目利きが厳選した「天然」「生」商品のみ置いてあります。「けせんぬままぐろしぐれ煮」「熟成めかじき生ハム仕立て」などの加工品も。



9 プロの目になつた極上のマグロとメカジキを
(株)カネマ 気仙沼さかなの駅



さしみわかめ

歯ごたえ、味共に抜群のわかめです。毎日の食卓に是非どうぞ。
200g/袋 650円(税込)

こんな料理に！ 味噌汁、サラダ



塩蔵こんぶ

歯ごたえ、味共に抜群のこんぶです。煮物やおでんに是非どうぞ。
500g/袋 550円(税込)

こんな料理に！ 煮物、おでん



海の生ハム ハモンマリノ

解凍して、そのまま食べられます。サラダはもちろん、お酒のお供にも。
40g/袋 500円(税込)

こんな料理に！ サラダ



気仙沼まぐろしぐれ煮

ごはんのお供におすすめ。添加物不使用。お子様にもおすすめ。宮城の食コン入賞商品
80g/袋 756円(税込)

こんな料理に！ おにぎり

生産者直送。漁師の目利きで、良い物を鮮度の良いうちに皆様の食卓へ。漁師で年間の半分は海に出ていますので、ご来店の際はお電話頂ければ確実です。

藤田商店
気仙沼市波路上内田 126-1
TEL 0226-27-3147
営業時間：9時～16時
定休日：毎週日曜日
<http://fujita-uminosachi.com/>



三陸産のムラサキウニを塩のみで味付けした無添加の「塩ウニ」、階上産の殻付き3年カキ、ホヤのむき身、シュリー貝、アワビ、ワカメなど、獲れたて出来たての海の幸が生産者から直接届けられます。



12 地元漁師だけが知る旬の味を店頭

藤田商店



加工品のみならず、新鮮なホタテ等海産物も販売しております。

有限会社かみたいら
気仙沼市唐桑町境 8-2
TEL 0226-34-3203
営業時間：8時～17時
定休日：年末年始のみ
<http://www.kamitaira.co.jp/>



三陸リアス式海岸の中央に位置する唐桑町。周囲の山々から植物プランクトンが注ぎ込まれ、親潮と黒潮が交わる海域は、海と山の栄養がたつぷり。この環境で育った肉厚で甘味の濃いホタテ、ぷりっぷりのカキは、一度食べたなら忘れられない味です。



10 三陸気仙沼唐桑で育つ栄養豊富なホタテ、カキをかみたいら直売所



三陸産塩蔵ワカメ

国立公園の気仙沼の岩井崎沖でとれる、肉厚なワカメの良いところだけを詰めました。磯の香りをお楽しみください。
210g/袋 540円(税込)

こんな料理に！ ワカメサラダ



塩ウニ

三陸産のムラサキウニと塩のみで作る昔ながらの製法で作っております。添加物などが入っていない本来の塩ウニの美味しさを感じてください。
50g/個 1,080円(税込)

こんな料理に！ あつあつごはんでのり巻



活ホタテ

水揚げされたばかりの新鮮なホタテです。
Mサイズ 1枚 250円(税別)
Lサイズ 1枚 280円(税別)
LLサイズ 1枚 330円(税別)

こんな料理に！ バター焼き等



牡蠣のまるやか煮

醤油ベースで牡蠣が苦手の方にも食べられるよう、まるやかな味付けにしました。
130g/個 500円(税別)



13 三陸ブランドの良質な海藻
手間を惜しまず誠実に加工

有限会社山証



明治30年の創業以来、気仙沼市本吉浜の海藻(ワカメ、メカブ、コンブ)とホヤを使った水産加工品を製造しています。肉厚のワカメや粘りの強いメカブは、品質の良さから通販サイトでも絶大な支持を受けています。

三陸産のめかぶ、若布、珍味(ホヤ製品、塩辛、のり佃煮)等の商品を製造しております。工場から直接販売しておりますのでお気軽にお立ち寄り下さい。

気仙沼市本吉町大沢 202-2
TEL 0226-42-3161
営業時間：8時～16時30分
定休日：毎週日曜日・祝日・市場の休市日
http://sanriku-yamasyo.com



15 三陸の海を知る達人が
最もおいしい時期に出荷
丸栄水産工業株式会社



三陸産のウニ、イクラ、ホヤ、ワカメ、コンブ、ノリ、メカブなど魚介類と珍味を数多くそろえています。ホヤだけでも刺身・ポイル・乾燥品・塩辛とバラエティー豊か。ねっとり濃厚な「汐うに」は、ウニの開口時期をお見逃しなく。

老舗の味・本場の味・確かな味。
大正12年創業。老舗の味をどうぞご賞味ください。

南三陸町歌津字番所 72-1
TEL 0226-36-2115
営業時間：8時～17時
定休日：日曜日・祝日
http://www.utatsu.com



汐うに

甘塩で濃厚です。しかも堅めに加工しています。
65g/個 1,300円(税込)

こんな料理に！ そのままが一番



ほや塩辛

本来のほやの味を残しながらも食べやすいように味付けしています。
130g/個 750円(税込)

こんな料理に！ そのままが一番



湯通しめかぶとろろ

三陸産 100% のめかぶです。三陸産は粘りと風味が強く、ご飯のお供に最高です。
75g/個 130円(税込)

こんな料理に！ ごはんにかける、みそ汁に入れば風味豊かな簡単めかぶ汁に



手作りほや粕漬

三陸産のホヤを宮城の地酒からでた酒粕に漬けた逸品です。ホヤの甘みと酒粕の絶妙な味わいがくせになります。
180g 1,080円(税込)

こんな料理に！ お酒のお供に

地元海産乾物を中心に、各種取り揃えて、皆様のお越しをお待ちしております。

南三陸町志津川字沼田 150-63
TEL 0226-46-2525
営業時間：8時～17時
定休日：毎週日曜日



16 パリッと焼きたて
ふんわり削りたての贅沢
有限会社かね久海産



「焼のり」「手削りとろろ昆布」「花かつお」など、南三陸町の海産乾物を、一つ一つ心を込めて手作りしています。焼きたて、削りたては、香り・味・食感が格別です。

地元で水揚げされる素材から、ひとつひとつの工程を手作りにごこだわって製品にしています。店内には試食コーナーを設けており、ご来店時には自慢の味をお楽しみいただけます!!

有限会社橋本水産食品
南三陸町歌津字管の浜 55-1
TEL 0226-36-3655
営業時間：9時～17時
定休日：定休日は設けておりません
http://www.utatsukotaro.co.jp/



南三陸町歌津沖の激しい潮にもまれて身の肥えたワカメ・メカブを、地元のお母さんたちが丁寧に加工作。手作りの味を大切にしています。また、大ぶりのサンマを真昆布で巻いた「さんま昆布巻」は、歌津小太郎自慢の一品です。



14 手作りの温もり伝わる
漁師町「おふくろの味」
歌津小太郎 本店



焼のり

宮城県産の良品ノリを使用し味と香りを最大限に活かしました。
10枚 350円(税込)



手削りとろろ昆布

三陸産のコンブを手造りでとろろ昆布に仕上げた逸品です。
40g 280円(税込)



さんま昆布巻

独自製法で仕上げた昆布巻は、口の中で「とろっ」と昆布がとけ、後からサンマがとろける二重奏の味わい、是非ご堪能ください。
1本 972円(税込)

こんな料理に！ 酒の肴やご飯のおかず



めかぶ漬

新芽のめかぶを和風醤油で仕上げ、早春の磯の香りが味わい深い商品です。新芽ならではの強い粘りとシャキシャキ感が絶品です。
200g/袋 648円(税込)

こんな料理に！ アツアツのご飯や冷たい麺類にかけて

南三陸の豊かな海の恵でお待ちしております。

株式会社マルセン食品
南三陸町志津川字五日町 201-5
TEL 0226-46-2420
営業時間：9時～18時
定休日：毎週水曜日
水曜が祝祭日の場合前日又は、翌日に振り替え

志津川湾は知る人ぞ知るタコの産地。冬のマダコ、夏のミスダコとも「志津川ダコ」というブランドで高値取引されています。自慢のタコを使った「煮だこ」「たこ天」が店のおすすめ。ふんわりヘルシーな「めかぶ天」も人気です。



19 隠れた名産の「志津川ダコ」うま味たっぷりの加工品に
マルセンさんさん商店街店



たこ天
たこがたっぷり入った、弊社オリジナル商品。
4枚入り 410円(税込)



殻つき蒸しほや
旬のホヤを殻つきのまま蒸し上げた、うまみ凝縮のおすすめ品です。
120g 480円(税込)

地元のお母さんたちが愛情を込めて一つひとつ手作りしています。

南三陸町志津川字旭ヶ浦 5-1
TEL 0226-28-9401
営業時間：9時～15時
定休日：不定休



目の前の志津川湾で水揚げされた新鮮な素材を使い、漁協のおかあさんたちが女性目線で作ったおしゃれな缶詰。「タコの醤油麹煮」「タコのアヒージョ」「カキのアヒージョ」など、そのままでも、パスタソースにしてもおいしい商品です。南三陸さんさん商店街でも販売しています。



20 新鮮魚介のうま味をギュッとパッケージも魅力的な缶詰
魚市場キッチン



タコのアヒージョ
水揚げされたばかりの新鮮な素材を使ってひとつひとつ真心を込めて作っています。
87g/個 640円(税込)
こんな料理に！ パスタ、ブルスケッタ



タコの醤油麹煮
水揚げされたばかりの新鮮な素材を使ってひとつひとつ真心を込めて作っています。
82g/個 640円(税込)
こんな料理に！ たきこみご飯

志津川漁港で水揚げされた魚を中心に販売。加工品は自社製品多数。無添加、無着色で加工。ネット販売、カタログ販売もしています。

株式会社ヤマウチ
南三陸町志津川字五日町 201-5
TEL 0226-46-2159
営業時間：8時～17時
定休日：毎週水曜日
http://www.yamauchi-f.com/



長年の通販実績で全国に多くのファンを持つ鮮魚店が、2017年「南三陸さんさん商店街」に実店舗をオープン。カキ、ウニ、ホタテなどの魚介と水産加工品を販売しています。テイクアウトコーナーでは、全国丼グランプリ金賞の「南三陸キラキラ丼」を提供。



17 全国のファンに支持される南三陸の新鮮魚介類
山内鮮魚店



銀鮭塩麹焼き
志津川漁港に水揚げされた銀鮭を自家製の塩麹で味付け焼き上げました。レンジで温めるだけで食べられます。
75g/パック 324円(税込)
こんな料理に！ ほぐしてチャーハンに



帆立伊達な炙り
活帆立を地酒で味付け焼き上げました。ふっくらとした食感がうまさを引き立てます。みやぎものづくり大賞受賞。
150g/箱 1,296円(税別)
こんな料理に！ 炊き込みご飯に

創業明治13年、6代にわたる老舗のかまぼこ屋です。かすてら蒲鉾は昔変わらぬ伝統の味で、あなたのための手作りで。

株式会社及善商店
本吉郡南三陸町志津川字五日町 201-5 A-3
TEL 0226-25-9334
営業時間：9時～18時(3月～12月)
9時～17時(1月～2月)
定休日：毎週水曜日
http://oizen.co.jp/



看板の笹かまぼこ「リアスの秘伝」は、厳選したスケソウダラとキチジ(キンキ)を原料に、保存料を加えず仕上げた自信作。2017年に南三陸店と新工場が完成し、震災6年後に本拠地・南三陸で再スタートを切りました。



18 蒲鉾品評会で農林水産大臣賞 高級魚キンキの上品なうま味
株式会社及善商店 直売所



リアスの秘伝
厳選したスケトウダラと吉次を使った厚焼きの笹かまぼこです。農林水産大臣賞を受賞した商品です。
62g/枚 230円(税別)



たこ揚げ団子
南三陸のタコがゴロゴロ入った揚げボール。1玉1玉が手作りで無添加です。
150g/袋 350円(税別)
こんな料理に！ おでんやお煮しめに最適です。

みやぎの **プラス2** さかな10選

「みやぎのさかな10選」は宮城の水産物を広くアピールし、水産宮城のイメージアップと水産物の需要拡大を図り、本県水産業等の振興に資することを目的に、平成4年4月13日に制定されました。



まぐろ(Tuna)

【鯖】クロマグロ/スズキ目サバ科

刺身や寿司ネタとしてすっかりおなじみです。健康食品として海外でも人気が高まり、洋風料理素材としても使われます。



かつお(Skipjack)

【カツオ】スズキ目サバ科

寒流と暖流の交わる金華山沖漁場の代表魚。青葉の頃の“初鯨”が知られていますが、秋口の“もどり”カツオは脂がのってとってもおいしいといわれています。



さんま(Pacific saury)

【秋刀魚】サンマ/タツ目サンマ科

秋の味覚といえは脂ののったサンマ。古くから庶民の味として愛され、ミネラルやビタミンを豊富に含んだ健康食品としても知られています。



ぎんざけ(Coho salmon)

【銀鮭】ギンザケ/サケ目サケ科

宮城ではリアス式海岸の良湾という環境を活かして、全国に先駆けて養殖に成功しました。刺身やマリネの他、ムニエルなどにして食べるのもお勧めです。



かれい(マコガレイ Marbled sole)

【鱈】マコガレイ/カレイ目カレイ科

広大な砂浜域のある仙台湾は、カレイにとってまさに最高の生活圏。古くから知られた宮城の味です。



はげ(Goby)

【沙魚】マハゼ/スズキ目ハゼ科

秋のはげ釣りは、太公望たちが心待ちにしている松島湾の風物詩。焼きはげは仙台雑煮の出汁として珍重されています。



あゆ(Sweetfish)

【鮎】アユ/サケ目アユ科

清流の女王アユ。宮城県では都心部の川でも天然魚が釣れると話題です。香魚ともいわれるアユの香りとその美しい姿を楽しめる塩焼きは、まさに絶品。



かき(Pacific oyster)

【牡蠣】マガキ/翼形目イタボガキ科

宮城のかき養殖の歴史は古く、その養殖は江戸時代末期にまでさかのぼります。味の良さに加え、海のミルクといわれるほど滋養豊富です。



あわび(エゾアワビ Ezo abalone)

【鮑】エゾアワビ/原始腹足目ミミガイ科

上品な磯の香りと、柔らかな歯ごたえはまさに南三陸の海を代表する味。刺身、蒸しもの、焼きもの他に、肝の塩辛、酢の物など通の味としても知られています。



ほや(マボヤ Sea squirt)

【海鞘】マボヤ/マボヤ目マボヤ科

その姿から“海のバイナッブル”と呼ばれています。独特の風味と余韻を楽ませるソフトな甘味で知られており、生や酢の物のほか、中華風などの多彩な味わい方も人気です。



のり(Laver)

【海苔】ノリ/ウシケノリ目ウシケノリ科

毎年シーズンになると全国に先駆けて“初海苔”を生産しています。明治時代からの伝統をもつ養殖風景は秋から冬の松島の風物詩。栄養価の高い健康食品としてもよく知られています。



わかめ(Seaweed)

【若布】ワカメ/コンブ目チガイ科

全国でもトップクラスの生産量を誇る宮城のわかめ。様々な料理の食材として知られています。最近は豊富なミネラル分に注目が集まり、若い世代にも“海のサラダ”として人気です。

(魚の絵/岩淵欣治氏 画家 石巻市在住)



21 三陸で水揚げされる新鮮な魚を取り揃えています
南三陸生鮮ロイヤルフィッシュ



お客様の「美味しい」の声を励みに、三陸の海の幸の旨さを、試行錯誤を続けながら追求しています。



株式会社ロイヤルフィッシュ (南三陸さん商店街内)
南三陸町志津川字五日町 201-5 A-1
TEL 0226-46-2643
営業時間: 8時~16時
定休日: 毎週水曜 ※火・水連休の場合もございます。
<https://www.sansan-minamisanniku.com/shoplist/royal-fish/>



南三陸で水揚げされる魚介類を四季折々豊富にラインナップ。調理方法や美味しいお召し上がり方をご案内しながら販売しています。店長の遠藤がYouTubeで配信している動画も大好評!穴子・タラ・ウニホヤなどの捌き方がご覧いただけます!!



真蛸・水蛸

開店以来使っている煮汁の塩加減と火加減に気を付けて、店内で炊き上げられた真蛸は柔らかく「蛸の風味が濃くて美味しい!」とお客様に大好評です。真蛸は1ハイ 5,000円前後、水蛸は1本 1,800円前後

こんな料理に! 真蛸はブツ切り、水蛸は薄切りで...



蛸飯の素

毎日焚いている蛸の煮汁に、カツオなどの出汁を合わせてつくった絶品です。二合炊き用 850円(税別)※冷凍

こんな料理に! 炊き立てをどうぞ

その日によっては目玉商品も置いてあります。運が良ければ豪華な試食品も???
すべては店主の気分次第...



松岡水産~海の虹~
南三陸町戸倉字沖田 53-56
TEL 0226-25-8762
営業時間: 9時~17時
定休日: 不定休



生産(養殖・漁)から加工販売までがすべて自前なので、安心・低価格が自慢です。おもてなしの心を添えて、新鮮!美味しい!をご提供中。店内では珈琲&ケーキセットが楽しめるほか、手作りケーキのテイクアウト販売も人気です。



22 自主生産の良心(漁師)価格!! 漁師の直売店です。

松岡水産~海の虹~



冷凍ほや

夏の旬の肉厚のほやを急速冷凍しているので、解凍後は新鮮な風味がそのまま楽しめます。お好みの味付けどうぞ!
400g/入 500円(税込)

こんな料理に! 当店販売のキムチあえも人気です。



塩蔵わかめ

三陸産の肉厚なわかめです。水に戻すと2~3倍に増えますので、食べる分ずつ戻してお召し上がりください。
400g/入 500円(税込)

こんな料理に! 天ぷらにしても美味です。