

# 三陸復興國家公園

處處體現自然的恩惠與威脅  
人與自然共生所孕育的生活  
與文化的國立公園

三陸復興國立公園是為促進在東日本大地震中受災的三陸地區的重建而於2013年5月設立的國立公園。公園南北延伸約250公里，北部有被稱為「海之阿爾卑斯」的雄偉斷崖，南部則是綿延且優美複雜的里亞斯海岸。在海岸線上，還有黑尾鷗和大海燕等海鳥的繁殖地。此外，這裡還生長著多種適應寒冷海霧和獨特海岸環境的多样化海岸植物，您可在

此近距離觀察野生動物。在淺海地區，形成了海草床和海藻場，是維持海洋生物多樣性的重要場所。八戶、宮古、釜石、大船渡、氣仙沼、石卷等地擁有日本屈指可數的漁港，因此品嚐新鮮海產也是該地區的一大魅力。作為一座以災後重建為目的、於日本國內前所未有的國立公園，還吸引了日本全國各地前來進行防災教育學習的人們。

指定 1955年5月2日  
(指定為陸中海岸國立公園)

2013年5月24日  
(擴展區域，並指定為三陸復興國立公園)

面積 28,539公頃(陸域)

青森縣・岩手縣・  
宮城縣



## 觀賞海洋與河流的水景



Goishi Coast



Kitayamazaki Cliff



## 觀賞山與植物



Mt. Tatsugane



Flower fields of the Tanesashi Coast



## 接觸文化與生活



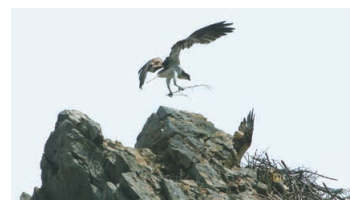
Scenery of harvesting Wakame Seaweed  
(Kesennuma Oshima Island)



Yanaizu Kokuzoson Temple



## 邂逅生物



Osprey



Band-rumped Storm-petrel



# 行程

感受三陸海岸的自然威脅與恩惠，  
以及當地居民的活力

『三陸復興國立公園』的北部有以『海的阿爾卑斯山』著稱的巨大岩壁，南部則是地形優美複雜的里亞斯海岸，並且沿海擁有日本著名的漁港。在東日本大震災的復興努力中，我們獲得了許多寶貴的教訓。當地導遊將帶您走在潮風輕拂的步道上，與當地漁民一起乘船，從海上欣賞壯觀的懸崖，俯瞰海岸的美麗景觀。透過與當地居民的交流，了解自然和文化的故事，及其復興的經歷，您將感受到自然景觀之美的背後隱藏的自然威脅，以及人們在此勇敢生活的能量之強大。

web site



## Day 1

一邊遠足一邊欣賞太平洋狂野  
海浪衝擊形成的壯觀大岩壁  
品嚐當地居民製作的漁夫鍋

前一天 \*在八戶住宿(從東京搭乘東北新幹線)

9:45 ● 於種差海岸服務台集合

10:00 ● 步道遠足及品嚐漁夫鍋  
欣賞由狂野海浪衝擊形成的壯麗地型，  
並與當地人交流

 步行(自由活動)

16:30 ● 種差海岸站

 搭乘電車

18:00 ● 久慈(住宿地)

## Day 2


可在當地深入感受東日本大  
震災「真實的體驗與教訓」

8:00 ● 搭乘電車

9:00 }  
9:15 ● 田野畑站


9:30 ● 大海嘯講述者  
大震災的復興與教訓

11:30 }  
11:30 ● 午餐

 搭乘專車

13:00 ● 北山崎SAPPA船巡遊與  
當地漁夫交流，從船上觀賞海岸景觀

14:00 }  
14:15 ● 田野畑站

 搭乘專車

14:15 ● 田野畑站  
搭乘電車

15:50 ● 宮古站

  乘車或步行

16:00 ● 飯店(宮古・淨土濱・田老地區)

## Day 3

在導遊的帶領下漫步三  
陸地質公園・淨土濱，實  
際體驗自然，文化，歷史  
及生活的點滴

9:00 ●  搭乘巴士  
9:30 }

10:00 ● 淨土濱導覽  
深入了解地質公園的形成及當地文化  
11:00 }

 搭乘巴士

11:30 ● 宮古站

 搭乘巴士

15:00 ● JR盛岡站

### 詢問

Tohoku Regional Environment Office

TEL 022-722-2870

MAIL REO-TOHOKU@env.go.jp