

# IWATE KENNAN Cycling Information



岩手県の県南圏域（花巻市・北上市・遠野市・一関市・奥州市・西和賀町・金ケ崎町・平泉町）のサイクリング情報をご紹介します！

レンタサイクルやちょっとした休憩・メンテナンスをサポートするサイクルステーションの情報など、観光客から本格的なサイクリストまでお役立ち情報を紹介します。

## 🚲 レンタサイクル情報 🚲

市町村	名称/運営	最寄駅・バス停	利用時間等	住所/電話番号	車種・料金(税込)
花巻市	レンタサイクル (大原輪店)	JR花巻駅から 徒歩約10分	4月～11月中旬 9:00～17:00	下小舟渡540-11 090-3469-1014	クロスバイクなど 半日800円・1日1200円 前日までの事前予約をお願いします(事前予約は8:00から受付)
花巻市	銀河プラザ 山猫軒 お土産店	JR新花巻駅前	4月～11月 9:00～16:00	矢沢第3地割161-33 0198-29-5388	電動アシスト付サイクル 1日1000円 お申し込み順での貸し出しとなります。
遠野市	遠野市観光交流センター 旅の蔵遠野	JR遠野駅前	4月～11月 8:30～17:00	新穀町5-8 0198-62-1333	シティサイクル 4時間まで 720円・17時まで1120円 電動アシスト付 4時間まで1100円・17時まで1500円
北上市	きたかみレンタサイクル (北上観光コンベンション協会)	JR北上駅前	4月～12月中旬 10:00～17:00 平日は9:00～	おでんせプラザぐるーぶ 平日0197-65-0300 土日0197-61-3075	E-Bike(電動アシスト付スポーツ車)は4時間まで1500円・1日3000円、ロードバイク・マウンテンバイク・クロスバイクは、4時間まで500円・1日1000円、ほかシティサイクルあり
西和賀町	レンタサイクル (西和賀町観光協会)	JR北上線 ほつとゆだ駅前	4月下旬～11月上旬 9:00～17:00	湯夢(ゆめ)プラザ 0197-81-1135	E-Bike 4時間まで1500円・1日3000円、クロスバイク 4時間まで500円・1日1000円、電動シティサイクル 4時間まで750円・1日1500円、シティサイクルは4時間まで300円など
奥州市	みずさわ観光物産センター	JR水沢駅から 徒歩10分	3月～12月 9:00～17:00	水沢西町1-1 0197-22-7800	シティサイクル 4時間まで300円 1日500円
奥州市	奥州市伝統産業会館	JR水沢江刺駅前	3月～12月 9:00～17:00	水沢羽田町駅前 0197-23-3333	シティサイクル 4時間まで300円 1日500円
平泉町	平泉駅レンタサイクル 取扱所スワロツター	JR平泉駅構内	4月～11月 8:30～17:00	平泉駅構内 0191-46-5086	シティサイクルなど 4時間まで700円・1日1300円 電動アシスト付 4時間まで900円・1日1600円 いずれも1時間増すごとに300円
一関市	一関市観光協会	JR一関駅 西口前	3月中旬～12月中旬 9:00～17:00	駅西口観光案内所 0191-23-2350	シティサイクル 1時間まで300円・1日500円
一関市	骨寺村荘園交流館 (若神子亭)	県交通バス停 塚 (骨寺村荘園交流館前)	4月～11月 9:00～17:00	蔵美町若神子241-2 0191-33-5022	シティサイクル(子供用もあり) 1回300円

レンタサイクル情報は、令和5年2月末の情報です。内容が変更になることがあります。

## 各市町のおすすめサイクリングマップやサイクルステーションのご紹介

### 花巻市

花巻まちめぐり！  
全日コース ほか

おすすめポイント  
宮沢賢治が生まれ育った花巻のまちを自転車で駆け抜ける！



### 北上市

きたかみサイクルステーションMAP

おすすめポイント  
サイクルステーション、夏油高原ヒルクライムなどのコース紹介やサイクル情報が満載！



### 北上市

きたかみ新城ロード100 & ハーフコース

おすすめポイント  
きたかみ新城ロード100、2020年追加のハーフコースの詳細やアウトドア情報が満載！



### 遠野市

遠野郷サイクリングMAPチャリナビ

おすすめポイント  
遠野物語をたっぷり満喫できるコース、南部曲り家や奇岩をめぐるコースを紹介



マップ(PDF)は情報が古い場合があります。

### 西和賀町

にしわがサイクリングマップ(サイクルステーションあり)

おすすめポイント  
高低差のある魅力的な2コースを追加し、全7コース紹介！サイクルステーションも多数あり



### 金ケ崎町

kanegasaki Cycling MAP(サイクルステーションあり)

おすすめポイント  
ぷらっとまちめぐり、大自然満喫、ぐるっとかねがさき！の3コースを紹介



### 平泉町

ひらいずみツーリング

おすすめポイント  
源義経や松尾芭蕉などゆかりの偉人があるいた平泉の遺跡をのんびりサイクリング🚲



自転車の購入やお困りごとはこちらへ

岩手県自転車二輪車商業協同組合ホームページ  
県内の自転車店の情報を掲載！Googleマップでの情報もあります。



【問い合わせ先】岩手県県南広域振興局 経営企画部 電話0197-22-2812

# Cycling & Walking Route Digital Map

## サイクリング&ウォーキングルート デジタルマップ [岩手県南広域圏版]

岩手県の県南圏域（花巻市・北上市・遠野市・一関市・奥州市・西和賀町・金ケ崎町・平泉町）には、豊かな自然にふれるコースや、観光地を巡るコースなど、地域の魅力を満喫できるサイクリング・ウォーキングルートが数多くあります。観光と自然を組み合わせ、県南地域の魅力を体感できるルートをデジタルマップでご紹介します。

デジタルマップのトップページはこちらから  
([https://www2.pref.iwate.jp/~hp2516\\_4/](https://www2.pref.iwate.jp/~hp2516_4/))



① 花巻市・サイクリング  
花巻まちめぐりマップ  
(半日コースA)

総距離 11.7km

主なポイント  
大原輪店(レンタサイクル)、  
雨ニモマケズ  
詩碑、宮沢賢  
治記念館、マル  
カン大食堂など

② 花巻市・サイクリング  
花巻まちめぐりマップ  
(半日コースB)

総距離 14.6km

主なポイント  
大原輪店(レンタサイクル)、賢  
治の生家、宮  
沢賢治記念館、  
イギリス海岸な  
ど

③ 花巻市・サイクリング  
花巻まちめぐりマップ  
(全日コース)

総距離 28.9km

主なポイント  
大原輪店(レンタサイクル)、宮  
沢賢治記念館、  
マルカン食堂、  
イギリス海岸、  
など

④ 花巻市・ウォーキング  
アルキニストマップ

総距離 5.5km

主なポイント  
花巻市役所を  
発着地とし、  
花巻駅を經由  
するコース

⑤ 北上市・サイクリング  
巨木めぐり  
サイクリングコース

総距離 22.7km

主なポイント  
北上市役所和  
賀庁舎、正雲  
寺跡のイチョウ、  
押切熊野山神  
社のケヤキなど

⑥ 北上市・サイクリスト  
きたかみ おすすめ  
新城ロード100

総距離 100km

主なポイント  
北上駅(東口)、  
展勝地、極楽  
寺、平和観音  
堂、詩歌の森  
公園など

⑦ 北上市・ウォーキング  
アルキニストマップ

総距離 5.5km

主なポイント  
北上市役所を  
発着地とし、駅  
を經由するコ  
ース

⑧ 遠野市・サイクリング  
伝承の古道  
散策コース

総距離 27.0km

主なポイント  
遠野駅(レンタ  
サイクル) 伝承  
園・早池峰古  
道跡、常堅寺・  
カッパ淵など

⑨ 遠野市・サイクリング  
史跡の古道  
探訪コース

総距離 21.5km

主なポイント  
遠野駅(レンタ  
サイクル)、鍋  
倉城跡、阿曾  
沼公歴代碑、  
松崎観音堂、  
福泉寺など

⑩ 遠野市・サイクリング  
文化の古道  
見聞コース

総距離 27.0km

主なポイント  
遠野駅(レンタ  
サイクル)、五  
百羅漢、南部  
曲り家千葉家、  
道の駅 遠野風  
の丘 など

⑪ 遠野市・ウォーキング  
アルキニストマップ

総距離 4.5km

主なポイント  
遠野市役所を  
発着地とし、駅  
を經由するコ  
ース

⑫ 奥州市・ウォーキング  
えさしまラソン  
ウォーキングコース

総距離 3.5km

主なポイント  
江刺総合支所、  
蔵町モール、館  
山史跡公園、  
旧岩谷堂小学  
校など

⑬ 奥州市・ウォーキング  
ころもがわ歴史  
ウォーキング

総距離 5.5km

主なポイント  
長者ヶ原廃寺  
跡、接待館、並  
木屋敷、北館  
桜など

⑭ 奥州市・ウォーキング  
アルキニストマップ

総距離 5.0km

主なポイント  
奥州市役所を  
発着地とし、駅  
を經由するコ  
ース

⑮ 奥州市・平泉町・一関市  
サイクリストおすすめ  
栗駒焼石ほっとライド  
ロングコース

総距離 85.0km

主なポイント  
骨寺村荘園交  
流館、まつべ  
大橋、胆沢ダム、  
毛越寺、達谷  
窟、巖美溪

⑯ 奥州市・平泉町・一関市  
サイクリストおすすめ  
栗駒焼石ほっとライド  
ショートコース

総距離 45.0km

主なポイント  
骨寺村荘園交  
流館、衣川2  
号ダム、毛越  
寺、達谷窟、  
巖美溪など

⑰ 金ケ崎町・ウォーキング  
アルキニストマップ

総距離 5.0km

主なポイント  
金ケ崎町役場  
を発着地とし、  
駅を經由する  
コース

⑱ 一関市・ウォーキング  
アルキニストマップ

総距離 4.5km

主なポイント  
一関市役所を  
発着地とし、駅  
を經由するコ  
ース

⑲ 平泉町・ウォーキング  
アルキニストマップ

総距離 4.5km

主なポイント  
平泉町役場を  
発着地とし、駅  
を經由するコ  
ース

⑳ 西和賀町・ウォーキング  
アルキニストマップ

総距離 5.0km

主なポイント  
西和賀町役場  
湯田庁舎を  
発着地とし、駅  
を經由するコ  
ース

㉑ 西和賀町・サイクリング  
にしわがサイクリング  
コースオレンジライン

総距離 片道 31.7km

主なポイント  
高原ふれあい  
産直ハウス、農  
家食堂よね、  
砂ゆっこ、湯本  
足湯、湯夢プラ  
ザなど

㉒ 西和賀町・サイクリング  
にしわがサイクリング  
コースブルーライン

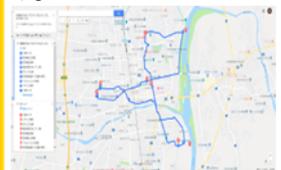
総距離 片道 9.1km

主なポイント  
湯夢プラザ、  
結ハウス、  
でめ金

「にしわがサイクリング  
マップ」のご紹介

西和賀町には、ほかにも山あいの高低差のある魅力的なコースがたくさん設定されています。ぜひ、お楽しみください！

**使い方**  
QRコードを読み取るアプリを起動してスキャンすると、グーグルマップでコースが表示されます。  
チラシ記載の距離はおおよそです。



**問い合わせ先**  
岩手県南広域振興局  
経営企画部  
電話0197-22-2812