



梁川～相馬ロングコース 総走行距離 約 75km ①【スタート】 梁川総合支所→② 梁川城跡→③ 道の駅伊達の郷りょうぜん→④ りょうぜん紅彩館→⑤ 道の駅そうま→⑥ 鶏ノ尾崎灯台→⑦【ゴール】 JR 相馬駅

霊山～松川浦ロングコース 総走行距離 約 53km ①【スタート】 道の駅伊達の郷りょうぜん→② まきばのジャージー→③ 道の駅そうま→④ 大州海岸→⑤【ゴール】 浜の駅松川浦

② 梁川城跡

伊達氏の本拠となった城跡のひとつです。丘陵突端部を利用し、四方を堀や断崖などで囲われていました。梁川城本丸があった場所には、中世庭園が復元され当時の面影を伝えています。地元では、「心字の池」と呼ばれ親しまれています。城跡の一部は、国の史跡に指定されています。



③ 道の駅伊達の郷りょうぜん

「伊達食」にこだわった地産食材を活かした美味しいグルメが楽しめるほか、物販コーナーには、福島県内の定番の特産品はもちろん、旅の土産にぴったりの逸品が勢揃い。なかでも、伊達市特産でもあるブランド鶏「伊達鶏」を使用した「伊達鶏らーめん」は、もちもちの生麺やコクのあるスープが絶妙と、地元の方からも大人気の商品だ。

【営業時間】 09:30～18:00 ※施設により異なります。
【定休日】 1月1日(他、臨時休館日あり)



④ りょうぜん紅彩館

自然薫る彩の里「名峰霊山」の麓に佇む静かな施設。秋の紅葉は特自然薫る彩の里「名峰霊山」の麓に佇む静かな施設。秋の紅葉は特におすすめです。宿泊や日帰り入浴が可能。コテージに泊まることもできます。お風呂は霊山の湧水を使用し、名峰霊山を一望できる大浴場です。

【営業時間】 夏季 4月～11月10:00～20:00
冬季 12月～3月10:00～18:00
【定休日】 水曜日



- ☕ カフェ
- 🍽️ レストラン
- 🚲 サイクルラック (自転車用スタンド有)
- 🚻 トイレ
- 🅑🅖 駐車場

② まきばのジャージー

搾りたての新鮮な牛乳をその日のうちに低温殺菌し、原材料には地元の四季折々のフレッシュな果物や野菜などの天然素材のみを加えたアイスが楽しめます。



⑤ 道の駅そうま

「相馬野馬追」の陣屋をイメージした造形が特徴的です。相馬市の海産物・海鮮加工品やお菓子を取り揃えられており、お土産を探すのに最適です。観光・情報発信・長距離ドライブの憩いの場として、みなさまに親しまれています。

【営業時間】 09:00～18:00 ※施設により異なります。
【定休日】 1月1日



④ 大州海岸

鶏ノ尾崎トンネルから磯部地区へと伸びる直線5km超は太平洋と青のりの養殖場が見える松川浦とを両手に望むことができ、サイクリング・ドライブコースに最適です。太平洋から昇る朝日と松川浦へ沈む夕日を楽しむことができます。美しい松林は津波で流されてしまいましたが、新たに苗木の植林が進んでいます。



⑤ 浜の駅松川浦

相馬で水揚げされた新鮮な魚介類をはじめ、地元農産物や加工品、お土産なども販売。フードコート「浜の台所 <あせっと>」では、旬の地元農産物を使ったメニューを味わえます。相馬の魅力を発信する、「見て」「食べて」「楽しめる」場所です!



