

市區散步推薦

森之宫古城漫步之旅

正如我在文章开头提到的，我想介绍一个新的挑战：在森之宫古的街道上行走。

我把骑公路自行车和山地车作为管理健康和整理思绪的一种方式。鸟鸣、蝉叫、风拂过脸颊--当我骑车环游大海、田野和山峦时，我感受到了皮肤上的四季变化。

我很珍惜这段宝贵的时光，在这里，我可以改变自己的想法，增强体质，感到神清气爽，成就感十足，思考和想法层出不穷。我想，这是一种与吃饭和走路相反的享受东京这座城市的的方式，因为我可以同时抵御代谢综合症和整理思路。

不过，这种养生方法取决于天气和时间，受到雨天、雪天、冰雪天气和夜间等物理条件的限制。对我来说，持续控制新陈代谢也是创作这本指南所必需的、

因此，我必须采取替代措施，被迫开始在城市中步行。结果让我大开眼界。突然间，以前被我忽略的景点跃入眼帘。我被一种感觉所震撼，这种感觉让我停下来仔细观察，这种感觉让我想在仙台期间了解仙台的一切。我的兴趣无穷无尽，行走的范围也随之扩大、渐渐地，我开始从这种步行速度感中感受到一种难以形容的舒适感。

同时，我也了解到，有些地方并不经常出现在商业旅游指南中，也不为一般人所知，但却有着自己的历史，是当地人的骄傲，必须好好珍惜。

地震促使我们思考："在我们忘记这些地方之前，让我们把它们记录下来，让仙台国际饭店的客人了解它们"。我有一种冲动，想把这些地方记录下来，让仙台国际饭店的客人们知道，以免它们被遗忘。

泉岳、大淀岳、大越山的徒步旅行，磐山、宫园森林的雪地徒步旅行，长白山自然观察森林、金刚泽地山森林、青叶森林的徒步旅行，从二口溪谷越过磐地岩到山寺的山地自行车旅行。从ゆりげ经岩沿海岸到びたりの公路自行车旅行在地震后变得困难重重.....

在仙台生活的 5 年里，我脑海中浮现的景色数不胜数，我也希望我们的客人也能体验到 "树之城" 的景色。不过，这些都是神茂地的领地。

为了方便我们的客人，我想在我的经验范围内，介绍七条市内步行路线，这些路线距离酒店都很近。

我们的目的是改善您的健康状况，因此城市的许多方面都与观光无关。我愿意接受这样的批评：这些路线都是 B 级景点，除非你有大把空闲时间，否则毫无用处。在利用这些课程之前，请考虑各种选择。

每条路线的大致时间如下："适合"的路线是我以快节奏走过的实际路线时间。

通常，这些时间是根据我和家人一起走过的路线时间计算的。

与美食步行的预算一样，请允许略有差异。

另外，在制作完成后，我们的一些员工指出，路线本身距离太远（而且不常见）。我们收到了一些员工的意见和粉饰，认为路线本身太长（而且不常见）。

我们建议您在计划参观时考虑自己的体能、时间、天气和其他因素，并选择自己的逃生路线或与其他交通工具（包括出租车）相结合。

步行是保持健康的最佳方式！

步行是领略 "绿树之城 "另一面的绝佳方式。

步行也是体验让美食更美味的终极调味品：饥饿的好方法。

因此，请在 "树木之城 "尽情散步吧！请在森之宫散步愉快。

爱宕神社、阿曼寺、大延寺山路线

爱宕神社

仙台中央警察署附近的仙台中央警察署附近的仙台中央警察署附近的仙台中央警察署附近。墙上挂着超大的砖块地图。这就是睦，一个真正意义上的奥州！穿过这里的街道，继续前行，右边就是著名的板桥中学。沿着正门前的街道向后看，您会看到光通信发源地的标志。敬佩东北大学的成就！继续前行，穿过横跨广濑川的爱宕桥。前方是大年寺山和三座铁塔，沿着右侧的小山坡斜向上攀登，就会看到一个巨大的朱红色鸟居（神社大门）。从这里爬上 210 级长长的石阶，就到了爱宕神社的入口。小路两旁的灯笼已经熄灭。这是地震留下的又一道伤疤。当我们呼吸困难时，我们穿过了一个石制鸟居门，门上挂着一根神用草绳。鸟居门前的大门十分奇特。两侧分别是左侧的唐须天狗和右侧的大天狗木雕像。日本最大的鸟居？有一个闻所未闻的标志。如果您想看清它，请等到黄昏时分，里面会亮起灯光。穿过大门，就来到了礼拜堂的前面。在这里祈祷后，沿着狭窄的小路向右走。仙台市在您脚下展开，背景是广濑川、泉岳和七隅。这里海拔 75 米，是观赏神輿的热门地点。推荐给那些厌倦了仙台城废墟的游客。

阿曼寺

沿着寺庙的方向继续前行，就会来到阿曼寺国尊广场。这里被称为 "十二生肖广场"，十二生肖石像迎面而来。木鱼上栖息着一个和尚和一个小孩。葫芦上写着 "福 "字的蛇，不知何故用铜做成的牛，还有被人抚摸过的光滑的鼻子.....它们都是如此迷人而有趣。寺庙中央是一座千手观音殿，上书 "千手观音 Bosatsu"，日文意思是 "千手观音菩萨"。殿内有一座仙斋佛，据说仙斋佛是仙台名称的由来。右侧钟楼的大钟。这是一口相当出色的大钟。它配备了名为 "Nam System "的自动撞钟系统，下午 5 点左右会突然启动。钟声几乎每 30 秒钟响 20 次。如果您感兴趣，请到附近看看。

参观完国子监，敲响铜锣般的大钟后，向右看，您会看到另一个大厅，这就是八角大厅。这里供奉着八尊中国十二生肖守护佛的石像：千手观音佛祖、空行佛祖、梦珠佛祖、精进佛祖、大日如来、不动明王、不空成就佛祖和阿弥陀如来。请根据您的星座前往参观。

大年寺山。

现在沿着这里的石阶下山。在下山的尽头，大岩寺正殿就在您的右边，您会看到从甲子寺到八木山的主干道。左转，穿过红绿灯，沿着道路继续前行，斜向右拐，沿着一条窄窄的、有

陡峭护栏的甬道爬上大圆寺山。

爬山的过程有点吃力。当您开始出汗时，在经过网球场的拐角处左转。

不久，眼前豁然开朗，出现在大念寺公园的西侧，一座巨大的白色钢塔耸立在眼前，这就是宫城电视广播公司 135 米高的电视塔。沿着长廊前行，可以看到地面上的裂缝遗迹，抬头仰望，可以看到塔顶的天线部分有些向北倾斜。这也是 3/11 大地震自北向南强烈摇晃造成的。地震前，如果天气预报显示第二天天气晴朗，这座电视塔就会亮起白色的灯光；如果是阴天，就会亮起橙色的灯光；如果是下雨或下雪，就会亮起绿色的灯光，成为夜景中重要的点缀。目前，由于节电原因，它已暂停工作。

沿着塔的一侧前行，您会看到左侧有一个被茂密树木覆盖的土堆，这就是仙台藩第四代藩主常村伊达之后伊达家族的墓地。从正面的铁栅栏门望去，可以看到墓碑在地震中被无情地推倒，每块墓碑上都贴有编号，以便重新整理。绕着墓地走一圈，透过树丛，仙台市的景色尽收眼底。

继续前行，在草地覆盖的山丘上，有一个带屋顶的休息区。远处是太平洋，从荒滨到ゆりげ和岩沼的海岸线尽收眼底。曾经覆盖海岸线的防潮林不见了踪影，仿佛少了一把梳子的牙齿。海啸留下的痕迹令人心痛。

再往里走，在右边的灌木丛中，有一个 "前进 " 的字样，很容易被人忽略，那是为了纪念仙台市荣誉市民、东北新浦第二任会长一木次郎的丰功伟绩而树立的纪念碑。

再往前走，经过巴士总站，就是 NHK 仙台放送站、东北放送系统和东日本放送系统的 150 米联合电视塔。

仙台市野生植物园

仙台市野植物园于 1954 年在大年寺山北坡开园，占地面积 95,000 平方米，是一个可以让游客尽情漫步并与花草树木亲密接触的大型园林。虽然园如其名，但并没有进行过多的修剪，园内有冷杉林、红松林和栎树林，种植了从高山到海岸的东北地区野生的典型植物。园内有 14 种仙台市花 "三叶草 " 和三叶草隧道。公园开放时间为 3 月 20 日至 11 月 30 日，游客可在此漫步，感受四季花草的变化。

如果在这里玩累了，可以乘坐巴士逃离。仙台站方向一般每小时有两班巴士。请提前确认发车时间，调整好在野花园的时间。

挑战自我，重新攀登。

现在，身强力壮的人可以更深入一些，因为前方的橙色/白色双色涂装塔是仙台广播公司和 DateFM 的广播塔，高 125 米。这三座广播塔，加上位于八木山的 120 米高的东北广播塔，获得了第 10 届仙台市城市景观大奖，因为点亮的四座电视塔中的三座在仙台的夜景中占据了重要位置，是仙台到达时的地标，从新干线列车上就能看到。希望能够尽快恢复。

经过仙台广播公司的广播塔后不久，便进入了东北工业大学长町校区的校园道路。这是一段令人惬意的下坡路，可以眺望大年寺山南坡、八木山、长町和远处的太平洋。出大学校园后

左转，前行不远，在配药处拐角处左转，沿着运河边的道路前行，在理发店处左转，在国道 286 号线上左转，左侧是三座电视塔，然后在国道 286 号线上左转，绕道大年寺山。在人行道上走一小段路后，在 "大年寺 " 的路标处左转，爬上陡坡，就到了大年寺的山门。这是一座精美的歇山顶大门，据说建于江户时代中期。

今天的高潮是，我们必须用尽全身力气，沿着 275 级长长的石阶往上爬。

当您终于到达顶端时，您将看到进步纪念碑。在宫城电视塔前左转，原路返回。通往大满寺空堂之子的 185 级石阶是最后一级。

我个人建议冬季在 17:00 天黑时前往。从大念寺山返回的路上，我们一边听着钟声，一边迷迷糊糊地爬上通往大愿寺空堂的石阶。到达广场后，夜景的壮观景象豁然开朗，您可以尽情享受黄昏的气氛。

这是我强烈推荐的一条路线，海拔高度相差 300 多米，需要爬上三个石阶。

预计所需时间 普通步行者

酒店 - 爱宕神社 30 分钟 20 分钟

爱宕神社 - 野花园 45 分钟 25 分钟

野花园 - 大年寺总门 55 分钟 30 分钟

大圆寺总门-大愿寺空堂村 45 分钟 25 分钟

大愿寺空堂村-酒店 30 分钟 20 分钟

总行程 205 分钟 120 分钟

※所需时间不包括在野花园散步的时间。

仙台城迹至八木山路线

首先是 Zuihouden。

从酒店出发，穿过东二番町大道北龟町大道交叉路口，沿威斯汀酒店一侧继续前行，穿过北龟町交叉路口。在以鲜鱼闻名的鱼店 Asahiya Sato Honten 右转，在舞蹈服装店左转。在舞蹈服装店左转。过 T 字路口的红绿灯后右转。不久后，这里有楼梯通往下面。过桥后，大约五分钟就能到达 Zuihouden。

Zuihouden 是伊达政宗的陵墓。在我看来，它就是日光东照宫的一个缩影，不过具体细节还是留给各种旅游指南吧。

东京现象的缩影？在森之宫，这种关系随处可见。东京地区存在的一切都在这里出现，只不过是有一种适度紧凑的形式出现。在考虑森之宫市的定位时，这种关系不容忽视。虽然只是一个微缩版，但其雄心勃勃！更大！这就是 "树之城 " 的精神！

一旁的瑞侯寺在早上 6 点和晚上 6 点敲钟。钟声不是自动的，而是由人工敲响的，这更增添了气氛。谢谢您的辛勤工作，神父！

登上仙台城遗址。

原路返回仙台城遗址。穿过兵解川原大桥，向下攀登，左侧是仙台城的天然悬崖，右侧是充分利用自然地形的棒球场。在有红绿灯的 T 字路口，穿过著名的森冈本铺点心店，右转，在一家荞麦面店的拐角处左转，继续前行，直到广濑川上的大桥。

在这里横跨广濑川，感受森之宫的魅力。您一定会情不自禁地唱起《青叶城恋歌》。河上微风习习，令人心旷神怡。这座桥在地震中遭到破坏，许多金属路灯倒塌。在桥中央右侧可以看到这些痕迹。过桥后，前往红绿灯处。三之丸的护城河环绕着仙台市立博物馆、五敷沼和长沼（花样滑冰的发源地）。以前，我去仙台城遗址的标准路线是在长沼喂野鸭，然后从仙台城的后面爬上去，但现在这条路已经禁止通行。您也可以从仙台市立博物馆的后面爬上去，但首先，让我们沿着大手门通往炮台的人行道直上，这是一条标准的观光路线。到达炮台后，右手边是敷仓常长的雕像，1613 年，他奉伊达政宗之命，作为庆长使团的一员出使欧洲，前往罗马。当地人不会不知道这一时期他们将目光转向欧洲所取得的巨大成就。Oshukuni 是英雄 1 号的象征！现在，在炮塔处左转。地震前，这里是通往仙台城遗址的主要汽车道路。由于途中的石墙倒塌，现在只有行人可以通行。开始爬坡时，道路两旁的杉树会给您带来惊喜。接着，我们看到了用床单覆盖的石墙、一大堆沙袋和禁止进入的栅栏，让人不禁心痛。小路从这中间穿过，通向泽门遗址。从仙台市立博物馆后面出来的路线就通向这里。两侧有石灯。现在已经修复，但看起来有些倾斜。从这里开始，道路又爬升了一段。在右边最后一个拐角处，您会在左侧看到另一个倒塌的灯笼。仙台城主城堡的石墙在左侧高高耸立。如果发生坍塌，目前这条人行道禁止通行，不能触碰。

过了不久，就来到了宫城护国神社的银色大门（Otorii）。这里是仙台城遗址的入口。这里曾经是一个公交车站，游客们经常在这里排队乘坐市内环线公交车。现在这条路已经禁止通行，所以公交车站就设在西面的铃木色大鸟居门旁。

穿过鸟居门，就到了仙台城遗址，也是仙台最著名的展望台。站在远处的船形山、泉岳和七牟森三座山峰上，仙台市的全貌尽收眼底，东面的太平洋则是仙台市的背景。

骑在马上伊达政宗雕像是一个很受欢迎的拍照点。伊达军阀中队也会出现在这里，如果幸运的话，您还能见到他们。骑兵雕像后面是烧酒塔，这是一座青铜尖塔，有 6.7 米长、1.7 吨重的两翼，展开在离地面 20 米高的石头基座上。

如果在这里折返，还可以抽空参观宫城护国神社、本丸会馆仙台城 CG 剧场、仙台城展望台等。

在返回途中，建议到仙台市立博物馆参观，了解仙台市中心和伊达家族的基础。

八木山

不厌其烦的朋友们，让我们一起去八木山吧！

沿着仙台城迹继续前行，经过大鸟居门，到达停车场出口，沿街而下。穿过八木山大桥。当您把脸靠在护栏上，欣赏龙之口峡谷 70 米高的悬崖绝壁的壮观景色时，由于高高的围栏挡住了去路，所以很难看到。这不禁让人联想到某个著名的地标。宾果！它是有名的闹鬼

之地，还是神秘学爱好者的圣地？为了不着魔，我们还是快点过去吧。穿过通往八木山的桥，前面就是摩天轮，然后沿着小路转几圈就到了。

八木山班尼乐园 八木山动物园

爬到山顶后，您会看到左侧栅栏上的过山车，并听到一首曲调优美的歌曲，让人忍不住想跟着唱..... "阳阳阳阳，八木山班尼乐园的大梦想..... "这到底是什么歌？《八木山本尼乐园》的主题曲，一下子就把没听过这首歌的人和 Jimochi 带到了上世纪 60 年代日本高速发展时期的怀旧氛围中。听说这首歌还有变奏曲？如果您感兴趣，可以在 YouTube 上收听。

本尼乐园于 1968 年开业，是日本东北部地区第一家综合性游乐园。这里是一个宁静的地方。

4 月中旬 园内樱花盛开，美不胜收。

右侧是仙台八木山动物园，您可能会以为这是一个儿童动物园，但其实成年人也可以在这里尽情玩耍。猴山上有滑梯、旋转木马、绳梯、绳索和其他类似公园的设备，喂猴子也很有趣。在自动售货机上可以买到 100 日元的特制食物，还可以和猴子一起玩耍，回到童年时代。您可以与猴子一起度过一段宁静的玩耍时光。

给老鹰和陡鹰等猛禽喂食也很有趣。这是饲养员的工作，但他会放生整只 20 天大的老鼠。它们用爪子把老鼠抓下来，撕掉皮，拉出肠子，从内脏里吃掉。野性的力量令人难以抗拒它们本能地吞噬的方式 这就是吃和走的起源吗？

谷仓已经用玻璃进行了现代化改造，游客可以看到水下的情况，更接近动物的生活。

在信息地图上可以找到海湾蓝调雕像。在八木山上？湾蓝队在 1934 年日美棒球比赛中击出了日本第一支和第二支本垒打。雕像旁有一块牌子，上面写着 "这里是日本第一支全垒打的击出地点"。牌子上写着："您可以在这里尽情享受您的时间。

您可以在此尽情享受。

现在，在动物园玩累了的人可以到这里来避一避。从这里到仙台站每小时有三四趟公交车。

再来一口气

对健全人来说，还有更多。

沿着人行道继续前行，本尼乐园就在左侧。不久后，您将看到一座钢塔，它是东北广播公司的总部。地震前，铁塔亮起了三种不同颜色的灯光：蓝色（上部）、橙色（中部）和绿色（下部），照亮了夜空。

钢塔脚下是 "Watchung Field"，这里种植水稻、蔬菜、植物和花卉，并在当地广播中出现。

在樱花盛开的季节，这里也是一个观景台。

让我们继续前行。如果您从旅店 "艺术恩典婚礼森林" 左侧白色大门的一侧穿过八木山住宅区，可以抄近路前往瑞穗殿方向，但这里是神茂地的领地，您应该冷静地继续直行。在 77 银行八木山分行左转。如果不在这里左转，而是继续直行，大约 10 分钟后就会到达大年寺山。当您看到向山高中在您的右手边时，很快就会来到一个 T 字路口，即向山 2 丁目交叉路口。您可以左转或右转到达酒店（右转会遇到大满寺）。但是，如果您右转，就会到达

大岩寺、

在这里左转，往 Zuihouden 方向走，著名的鳗鱼餐厅 Teji 就静静地矗立在左手边。

继续前行并右转，眼前豁然开朗。从这里下山，可以从下面的广濑川眺望仙台市。如果直行，就会来到瑞穗殿和京濑川原大桥，但在礼屋桥下的 T 型交叉路口，在红绿灯处右转，穿过礼屋桥。途中，您会经常看到生活在青叶山悬崖峭壁上的陡峭山羊成群结队地翩翩起舞。这在当地已是司空见惯的景象，但在城市附近看到猛禽翩翩起舞，还是令人耳目一新。如果您闻到奶油香味，那您就到了肯特饼干店。

继续沿路前行，在 T 字路口左转，东北大学片平校区就在您的右手边。来时的路和酒店就在拐角处。

大约所需时间 正常

酒店 - 兵库川原大桥 35 分钟 20 分钟

兵库川原大桥 - 大手门侧炮台 30 分钟 15 分钟

大手门侧炮台-仙台城迹 20 分钟 10 分钟

仙台城遗址 - 八木山动物公园 30 分钟 15 分钟

檀山动物公园 - 向山 2 丁目 45 分钟 25 分钟

向山 2 丁目 - 玲屋下 20 分钟 10 分钟

礼屋下-酒店 30 分钟 15 分钟

总行程 210 分钟 110 分钟

所需时间不包括在瑞穗殿、仙台城迹、檀山动物公园、Bennyland 等地的步行时间。

定禪寺街、大崎八幡宮、龜岡八幡宮、青葉山賽車場

首先，前往拱廊。

沿东二番町大道（Higashi Nibancho Dori）前往市中心，穿过南町大道（Minamimachi Dori）前往青叶大道（Aoba Dori），穿过右侧的 77 银行总行，穿过地下通道，在古驰（Gucci）所在的第一大厦（First Tower Building）一侧的 6 号出口离开。进入拱廊大町路（Marble Road Omachi）。这是仙台的主要街道，也是七夕节装饰的所在地。

继续前行，看到左侧的 Vuitton 和 Loewe 的橱窗，就到了藤崎百货店。

您可能已经注意到，在奥州，报纸是 Kahoku Shimpō，银行是 77 Bank，而百货店则是 Fujisaki。每年，这里的首卖都会排起长队。

仙台首卖

仙台首卖是原仙台藩的传统活动。自江户时代起，它就被国家政府认定为一种商业习俗，作为特例，它可以比其他地区颁发更丰厚的奖品。它与佐世保一起闻名全国。

一般来说，百货商店都会举行首次销售活动，但仙台的情况比较特殊，在规模和性价比方面都很突出。

不仅是拱廊，整座城市都笼罩在一种奇异的活力之中。仙台商人的精神！一个 2 万日元的手提袋里装的东西价值超过 50 万日元！有的甚至价值超过 50 万日元！甚至还有人组团购买，组织当场交换。即使扣除新干线和住宿费用，这个“来自树之城的传统娱乐项目”也非常值得一游！

现在在藤崎右转，进入 Burandome 的 Ichibancho 拱廊。在“光之盛会”期间，这条街道会被一棵树和各种灯饰装点一新。右边是老字号茶叶店 Igata Honten。在这里，茶叶首次销售时也会出现排长队购买茶叶盒的现象。不久后，您将来到广濑街。

仙台式混乱

右侧的 Forus 是一座时尚大厦，专为追求时尚的年轻人而建。不要小看 Oshukuni，这里也是 Desigual 的天线店。Desigual 是一个新兴品牌，主要在欧洲扩张，并希望进入东京市场。穿过广濑街，继续沿一番町 4 丁目拱廊街前行。左手边是药店、弹子房和饺子之屋，突然，你会遇到来自佛罗伦萨的奢侈品店 Santa Maria Novella，提供香水和疗养服务！这就是混乱的仙台。

东一横丁（Toichi Yokochi）的混乱也很有趣。右边的达摩药店、神田荞麦面店和 Pola 化妆品店之间的小巷。在杂七杂八的餐馆和食堂中，哥斯拉、高达、奥特曼……正义和邪恶的人们都聚集在“G 对策本部”的公仔里。此外，还有狂人酒吧‘Baobab’。电影《金色沉睡》中男主角在这条街上奔跑时摔倒的场景令人印象深刻。

定善寺街

穿过横丁，看完国立百货公司的三越，很快就会来到定善寺大街。宽 46 米的中间地带是一条长廊，包括人行道一侧的树木在内，长达 600 米的四排榉树蔚为壮观，是“树木之城”的象征。

这里是各种活动的街头表演和游行的舞台，如 12 月的光之盛会、9 月的爵士音乐节、七夕节和青叶节。

五月的青叶尤其美丽。清爽的微风和从生机勃勃的绿色中洒下的光线，让人漫步其中，心旷神怡。

向西左转，穿过国分町大道（Kokubuncho Dori），穿过节子妈妈商店（Setsuko Mama's shop），穿过盘水大道（Bansui Dori），继续沿着西公园大道（West Park Dori）前行，途中会经过著名的披萨店 Napre 和 Jimochi 最喜欢的甜品店 Amaza。

穿过另一侧的人行道，在以建筑设计而闻名的仙台市文化中心“媒体中心”（Mediatheque）停留片刻，是常见的漫步路线。这是介绍树之城的标准观光路线。

大崎八幡宫

现在，如果您有能力，可以再往回走一点。沿着西公园大道向北走。

再往前走，在您左手边的 Finetech 大厦二楼有一家叫 Tachibana 的商店，出售大萩和腌菜，但在地震后已经关门！您将来到一个大的 T 字路口，即北米板町大道（Kita-Yonbancho Dori）。前面的东北大学医院是东北地区世界一流的医学研究中心。在这里左转，看到左侧的汉堡牛排餐厅 Hasekura，然后继续直行。很快，您就会看到右侧的大通门（Otorii）。这就是国宝大崎八幡宫。穿过鸟居门，您会看到石阶两侧的大灯笼已经倒塌，这也是由于地震的影响。穿过三次鸟居门后，沿着舒适、宽阔、绿树成荫的表参道（通往神社的主要道路）前行。穿过被称为“长门”（Nagatoko）的古老大门（重要文化遗产）后，就来到了被指定为国宝的神社本殿。据说它是现存最古老的宫殿式建筑，与华丽的桃山式日光东照宫遥相呼应。供奉殿内有狩野派画家佐久间佐京的画作，格子状的天花板上装饰着花草。自 2000 年以来，对屋顶区域进行了大规模的保护和修复工作。屋顶由被称为“kokera-itching”的层压木板制成，横梁和屋檐处处镶嵌着闪闪发光的装饰性金属配件，雕塑则以丰富的色彩再现。这些与漆黑的墙壁形成鲜明对比，令人叹为观止。

现在，从大崎八幡前每隔 5 到 10 分钟就有一班开往仙台站的巴士，为您的出行提供了便利。

三间泽

我们经常邀请身体健康的人住在这里。

从鸟居向右穿过十字路口，向三家泽和河内方向下行。走不多远，穿过牛越桥和广濑川。沿途景色开阔，风和日丽。这里也是最著名的景点之一。一到秋天，就会有很多人拿着锅碗瓢盆来到河边。炖土豆聚会（Imojikai）是森之宫古城的代表性活动。

过桥后，绕一小段路：在 T 型路口右转，沿路前往东北电力公司的庙泽发电站。这是日本第一座水力发电站，目前仍在运行。一旁是电力百年纪念博物馆，介绍了东北电力的历史和发电机制。据说，当东北地区点亮第一盏灯泡时，人们大惊小怪，称其为狐狸的鬼火。入口右侧的东北电力历史年表展示了明治三陆海啸、昭和三陆海啸和宫城近海地震，让人再次思考这一地区与地震的关系。

大崎八幡宫

现在，如果您有能力，可以再往回走一点。沿着西公园大道向北走。

再往前走，在您左手边的 Finetech 大厦二楼有一家叫 Tachibana 的商店，出售大萩和腌菜，但在地震后已经关门！您将来到一个大的 T 字路口，即北米板町大道（Kita-Yonbancho

Dori)。前面的东北大学医院是东北地区世界一流的医学研究中心。在这里左转，看到左侧的汉堡牛排餐厅 Hasekura，然后继续直行。很快，您就会看到右侧的大通门（Otorii）。这就是国宝大崎八幡宫。穿过鸟居门，您会看到石阶两侧的大灯笼已经倒塌，这也是由于地震的影响。穿过三次鸟居门后，沿着舒适、宽阔、绿树成荫的表参道（通往神社的主要道路）前行。穿过被称为“长门”（Nagatoko）的古老大门（重要文化遗产）后，就来到了被指定为国宝的神社本殿。据说它是现存最古老的宫殿式建筑，与华丽的桃山式日光东照宫遥相呼应。供奉殿内有狩野派画家佐久间佐京的画作，格子状的天花板上装饰着花草。自2000年以来，对屋顶区域进行了大规模的保护和修复工作。屋顶由被称为“kokera-itching”的层压木板制成，横梁和屋檐处处镶嵌着闪闪发光的装饰性金属配件，雕塑则以丰富的色彩再现。这些与漆黑的墙壁形成鲜明对比，令人叹为观止。现在，从大崎八幡前每隔5到10分钟就有一班开往仙台站的巴士，为您的出行提供了便利。

三间泽

我们经常邀请身体健康的人住在这里。

从鸟居向右穿过十字路口，向三家泽和河内方向下行。走不多远，穿过牛越桥和广濑川。沿途景色开阔，风和日丽。这里也是最著名的景点之一。一到秋天，就会有很多人拿着锅碗瓢盆来到河边。炖土豆聚会（Imojikai）是森之宫古城的代表性活动。

过桥后，绕一小段路：在T型路口右转，沿路前往东北电力公司的庙泽发电站。这是日本第一座水力发电站，目前仍在运行。一旁是电力百年纪念博物馆，介绍了东北电力的历史和发电机制。据说，当东北地区点亮第一盏灯泡时，人们大惊小怪，称其为狐狸的鬼火。入口右侧的东北电力历史年表展示了明治三陆海啸、昭和三陆海啸和宫城近海地震，让人再次思考这个地区与地震的关系。

龟冈八幡神社

下一个目标是龟冈八幡宫。往川内方向走，当看到左侧有一家烤肉店时，斜向右拐，然后在T字路口右拐，就会看到龟冈派出所右侧的一个鸟居门。牌坊上写着“伊达家神社”。根据解释，松尾芭蕉也曾参拜过这座神社。过了朱红色护栏的桥，就会被石阶所吸引。能让人联想到芭蕉时代的神社本殿已在战争中坍塌，但这些古老的石阶却纤尘不染，有的地方还有些倾斜，给人一种难以形容的感觉。

现在，让我们攀登今天的高潮--343级台阶，边走边细细品味每一级台阶。

气喘吁吁地爬上山顶，鞠躬致意后，从左手边的小路返回。沿着小路向左绕行，就会来到一条街道。左转川内，再转到广濑街。

再往前走就是青叶山。

让我们更好地利用我们赢得的位置能量。右转，再爬一段。在你的右边，你会发现成田山和仙台别府屋敷的标志。绕道而行、

成田山仙台分寺的屋顶上有一座不动明坐像，上面写着“日本最高的不动明，日本最大的不动明”。仙台武库屋敷（Sendai Buke Yashiki）内有军械库、透视画和艺术展品，目前因地震而关闭，令人遗憾。

再往前走，在东北大学理学院的后面，左手边是挡土墙的水泥墙，你闻到了勃艮第葡萄酒的味道吗？原来是东北大学马术俱乐部的马厩。可以看到几匹马从窗户里探出头来。很快就到了一个 T 字路口，左转，绕过信息科学与技术学院和信息科学与技术研究生院，来到一个红绿灯前。如果直行，就会经过东北大学川内校区，向广濑川方向前进，但在这里右转，穿过另一边，向工程学院方向前进。沿着宽阔舒适的林荫大道前行。穿过向世界传播日本智慧的集中地。穿过东北大学植物园的青叶山门后，最终将到达仙台城遗址后面的停车场。

大约所需时间 正常步行

酒店 - 上善寺通西园 40 分钟 25 分钟

上善寺通西园 - 大崎八幡 40 分钟 25 分钟

大崎八幡 - 佐野泽 20 分钟 10 分钟

Sanizawa - 龟冈八幡 20 分钟 10 分钟

龟冈八幡 - 成田山 10 分钟 5 分钟

成田山 - 东北大学青叶校区 20 分钟 10 分钟

东北大学青叶校区-仙台城迹 40 分钟 25 分钟

仙台城迹-酒店 50 分钟 30 分钟

总行程 240 分钟 140 分钟

所需时间不包括在大崎八幡宫、美浓泽电车百人馆、龟冈八幡宫、成田山和仙台城迹附近的步行时间。

东照宫北山御山路线北山仙台

东照宫

从酒店出发，前往仙台站步行平台，穿过 Parco 左侧，经过 AEL，穿过 Hirose-dori。继续下行至人行道，然后直行。斜对面左侧的高楼是东北电力公司的总部；在与定禅寺街的交叉路口右转，那里有 SKB 仙台国际美容专门学校的大标志，然后转入宫町街。左转后只能直行。1654 年，伊达家的第二代领主伊达忠宗在此供奉德川家康。东照宫位于日光，但仙台也有。此外，还有临野寺、成田山、仙台银座、仙台浅草，甚至还有三社祭。奥州是一个令人生畏的地方。

穿过类似神道桥的朱漆桥，沿着引桥继续前行。来到石阶前，这里也能看到地震造成的影响。越往上，倒塌的灯笼就越显眼。穿过塔门，即所谓的“水门”。它是一座巨大的建筑，铜瓦屋顶，鸢尾筑。两侧供奉着手持宝剑、弓箭的瑞金雕像。它不像瑞厚殿或大崎八幡那样华

丽，而是颇有一种朴素的味道。正殿曾毁于一场大火，后进行了修复，但正殿、唐门和明墙都是修建时的建筑，与水门一起被指定为国家重要文化遗产。正殿周围有围墙，只能从远处眺望，但屋顶周围的金狮装饰等华丽的装饰仍可窥见一斑。每个月的第四个周日，这里都会举办古董市场，从古董、艺术品到家居用品，应有尽有，吸引了众多游客。樱花季是不容错过的景点！通往寺庙的道路两旁樱花盛开，风景如画。

在仙山线平交道口左转，就到了 JR 东照宫站。

前往北仙台

过了平交道口，在红绿灯处右转，沿着北六番町大道继续前行。穿过爱宕上杉路（Atago Uesugi Dori），在右边就会看到一家名为 Tou les Jour 的糕点店，这家店以在上午 11 点一开门就销售一空而闻名，店内随时都排着长长的队伍。东北大学农学院和生物技术研究中心就坐落在这个绿树环绕的街角。在下一个红绿灯处，右转绕过这个拐角直走。最终您将到达主干道。穿过马路，一直向前走，宏伟的北山台天主教堂就在您的左侧。在您的右手边，您会看到仙台浅草的标志。为什么是浅草？浅草是 20 世纪 50 年代末开辟的一条小街，当时是一个日用品市场。人们似乎希望它能像东京的浅草一样热闹，因此将其命名为浅草。如今，这里主要是小吃店和居酒屋（日式酒吧）的夜市。这里有一座观音堂（Kannon-do），是供奉十二生肖的吉祥物的寺庙，看起来有些不寻常。

现在继续前行，到达红绿灯处。沿着道路向左急转。目标是北山御山。

在红绿灯处右转，就可以到达 JR 仙山线和仙台市营地铁线的北仙台站。

北山五山

北山五山是位于北山山上的五座佛教寺庙。除了保护仙台城的鬼门之外，它们还被视为城下町的北部防线，是通往奥州和内白石街道的门户。五座山中的哪一座是御山？由于该地区经历了历史变迁，各种说法层出不穷，但就本文而言，五山之旅将包括光明禅寺、东照寺、角轩禅寺、石福禅寺和灵能寺。

光明禅寺

沿着道路前行，神社和寺庙就会在街道右侧相继出现。第一座是光明禅寺。寺庙入口处标有“志仓常长墓地”的字样，不容忽视。穿过山门，经过大殿左侧，左手边就是志仓常长的墓地。这是一堆简单的石头。可以缅怀他晚年受到的冷遇。陪同他前往罗马的索泰罗的墓也在一旁。关于志仓常长的墓地有多种说法，据说在川崎、小町和宫城县还有三处墓地。

东照寺

再往前走就是东照寺，这是一座历史悠久的寺庙，于 13 世纪创建于伊达郡。1600 年仙台城建成后，该寺多次迁至北山。该寺被赐予 300 石领地，并拥有仙台藩确定的最高寺庙地位。明治时期（1868-1912 年），仙台藩失去了对仙台寺的保护，仙台寺的西半部被赐予邻近的

青叶神社。

这就是伊达氏威望兴衰的写照吗？仙台的许多旅游景点都遵循着这一规律。现在的正殿建于明治时期，曾被大火烧毁。这里的亮点是正殿右后方的一棵大树。这是一种叫做 marumigaya 的木瓜。一般来说，伽倻琴的琴果都是椭圆形的，但这棵树的琴果却是圆形的。被指定为国家天然纪念物。

青叶神社

大鸟居石门已经倒塌，通往神社的石板路也出现了裂缝。石灯笼和铜灯笼都已坍塌，但石阶、神社入口和神社两侧茂密的树木依然雄伟壮观。据说神社原位于仙台城内。仙台五大活动之一的“青叶祭”就源于在神社举行的春季祭祀。现任主祭是仙台藩家臣片仓家的第 16 代家主，也是白石城的城主... 一个又一个古老的理论？游戏《战国 BASARA》大受欢迎，越来越多的历史女性（rekijo）来到神社，与游戏中的人物片仓小十郎的后代见面！这里也是赏樱胜地。

角阪寺

在东山可乐庵禅寺的一侧，有封建领主政宗的生母星仁堂的墓碑，同样不能放弃。通往寺庙的甬道很快就变成了石阶，您从山门下穿过，牛郎织女就在眼前。穿过两侧可爱的达磨人偶，映入眼帘的是有着宏伟的伊里莫雅式屋顶的正殿。白色的墙壁是新的 RC 结构吗？原来，这里的大部分建筑在 1876 年的北山大火中被烧毁了。真可惜。正殿的左侧是政宗生母法顺院的墓地。一旁还介绍了政宗与宝顺院（义姬公主）之间因弟弟小次郎而结下的恩怨。

石福寺

离开角含禅寺，下一站是慈云山资福禅寺。两旁树木茂密，沿石阶而上。我们往上爬时，连石阶也被茂密的植被覆盖，难以行走。这就是仙台的绣球花寺。7 月初，寺庙和神社里的绣球花盛开，人头攒动。在这个季节，这里是必游之地。

灵能寺

下一站是灵能寺。在黑色栅栏门的一侧，是正宗藩主的儿子竹丸堂和他的妻子、爱妃的母亲坟墓。该寺始建于 1441 年，随着伊达家城堡的易手而屡次搬迁，伊达政宗于 1602 年将其迁至现址。飞檐翘角的全屋顶山门两侧供奉着 "Niou-sama"（神灵），山门为圆柱飞檐结构。大门虽然古老，但却不失庄重。它在北山大火中幸免于难。被仙台市指定为重要文化遗产。以前的照片中，通往寺庙的石板路两旁种满了杉树，结构庄严肃穆。两侧各有 13 尊石佛，比阿弥陀如来和福严宝刹 阿曼寺还多 5 尊。

石阶通往正殿。大殿在一场大火中坍塌，于 1876 年重建。

在大殿右侧，您会发现一个通往花园的指示牌。在旋转门处支付 300 日元即可进入花园。

纯日式庭院，中心有池塘、石灯笼、小桥和茶室。左侧甚至还有一座三层的宝塔。

最佳游览时间为 4 月底/5 月初赏樱花，5 月底/6 月初赏杜鹃花，6 月底/7 月初赏鸢尾花，6 月/8 月赏水仙花，10 月中旬/11 月赏红叶。

池塘里养着鲤鱼，当人们走近时，它们会张大嘴巴凑过来。入口处出售食物，价格为 100 日元。在红叶最美的时候散步。

北山的五座山都有大约 100 级石阶可以攀登。如果加上青叶神社，大约有 600 级台阶，是很好的锻炼机会。

如果爬够了，可以在临野寺右转，回到 JR 北山站。

体力好的人可以步行回家。

走回青叶神社，在青叶神社路右转。这条青叶大道穿过上善寺大道，并更名为国分町大道。

穿过北六番町大道，第一个红绿灯是柏木 1-3。在烟草店左转。您会发现神户町人经常光顾的面包店 Banya。当然，这里也有黑麦面包以及核桃、葡萄干、无花果等馅饼。所有面包都厚重、质朴、美味。是欧式面包爱好者的必备之选。奶酪蛋糕只在周六和周一供应。仅限周三和周四供应的软糖也令人上瘾。这家面包店与神鸟的 Au Fournil du Bois 和县政府后面的 Le Temps Risques 一起，在森之宫的面包店界引起了轰动。

不要只是停留，请抓紧时间前行。经过北米板町大街，往二月町方向走，右手边有一家千村人常去的酒吧--柴田居酒屋，继续往前走，左手边有一家汉拿鱼店，旁边有一家中国饅店--Kaichi，在那里可以喝到一杯琼浆玉液。上善寺大街就在拐角处。

预计所需时间 正常健身

酒店 - 东照宫 55 分钟 35 分钟

东照宫 - 北仙台分院 50 分钟 30 分钟

北山台支店 - 光明禅寺 3 分钟 2 分钟

光明禅寺 - 东照寺 10 分钟 7 分钟

东照寺 - 青叶神社 3 分钟 2 分钟

青叶神社 - 觉行寺 5 分钟 3 分钟

角幡寺 - 志福寺 3 分钟 2 分钟

志福寺 - 林野寺 3 分钟 2 分钟

林野寺 - 青叶神社 10 分钟 5 分钟

青叶神社 - 上善寺大道 35 分钟 20 分钟

上善寺大道 - 酒店 35 分钟 20 分钟

总行程 212 分钟 128 分钟

所需时间不包括在东照宫、北山御山和青叶神社周围的步行时间。

仙台站东口路线

安番满儿童博物馆

离开酒店后，沿步行平台前往仙台站，通过自由通道到达右侧的东口。沿左侧楼梯下行，在站前环岛右转，BIVI 就在您的前方。穿过东南半町大道，直行，在第一个红绿灯处，在代代木研讨会和 7-Eleven 的拐角处左转，沿东八幡町大道直行，77 银行仙台东口分行就在您的左侧。过了一会儿，您就会在右手边看到浅棕色砖块上的 "Anpanman" 脸。这就是仙台安番人儿童博物馆和购物中心。

一楼是购物中心，出售与安番人有关的商品，博物馆在二楼。

二楼与其说是博物馆，不如说是儿童乐园。Pan Kojo no Oka、Minna no Machi、Tanken Land、Ball Park、Rainbow Slide.....有很多游乐设施，上面散落着各种角色。柳濑隆剧场有一个小型舞台，可以放映动画片。博物馆商店里出售一些限量版商品，这些商品在下面的商场里是买不到的。

我走进了儿童厕所。所有的厕所都很可爱。不过，成人是不能使用的。

一楼中央的 "安番曼广场" 开始上演小型舞台剧，从二楼博物馆的平台上可以看到，但您必须离开博物馆下到一楼才能近距离观看。请注意，不允许再次进入。

一楼是一个购物中心，出售纪念品和高田屋 (taketamaya)。免费入场。

此外，还有可以在安番人手工艺术品上缝上自己名字的 "Batako-san 手工屋" 和出售人物形象面包的 "果酱叔叔面包店"。在福仓 Gohan 工厂，用海苔剪成人物造型的饭团 (Omusubi) 很受欢迎。

光是逛逛一楼的商店就很令人愉快了。

宫城野大道

从博物馆出来后，向仙台站的方向走，在与代代木研讨会的交叉路口左转，进入宫城野大道。这条街道从仙台站前一直延伸到 Kleenex Stadium Miyagi 方向，全长 1.6 公里，是仙台站东口的主干道，于 1990 年通车，是仙台站东口土地调整项目的起点，目前仍在开发中。两侧的人行道和中间带种植了榉树。宽阔的人行道被开发成了一个公园，设有小水道、喷泉和纪念碑。

在路脚下，有些地方用大理石雕刻着关于宫城野的诗歌。最近还修建了一条涂成深红色的自行车道，为了纪念乐天，这条自行车道被命名为 "鹰路"。

与定善寺通相比，这条路的氛围不同，是一条令人惬意的散步道。

鹤之丘天满宫

在鹤之丘 4 丁目十字路口，穿过主干道，在净安寺左转，在 Ministop 右转、鹤之丘天满宫是森之宫的天女神社。神社两侧都有雄伟的守护神犬。为什么呢？东为 "咩"，西为 "阿"。登上石阶，穿过鸟居大门。环绕神社四周的和歌和俳句引人注目。在通往主神社的路上，您会看到右手边有一头正在抚摸的公牛。碑上写着："神社的来客，请抚摸这头牛，赞美菅原道真的美德。石像的鼻子很光滑。石像的鼻子很光滑。现在，一只留着小胡子的看门狗欢迎您的到来。精致的铜瓦顶朱红色卡拉门是市指定的注册文化遗产。主神殿位于门前。两侧供奉着许多埃玛（供奉图）供奉碑。该神社是准备高考的学生的圣地，是东北地区的学习之神。这里的梅花也很有名，据说是仙台最早的梅花。

鹤之丘公园

从鹤之丘天满宫的入口出来后左转。仙台藩第四代藩主常村伊达于 17 世纪末在此地栽种了 1000 多棵从京都运来的垂樱，这里就是著名的赏樱胜地。如今，这里种植了约 370 棵樱花树，主要是垂枝樱、染井吉野樱、八重樱和彼岸樱，呈现出白色、浅红色和粉红色，令人赏心悦目。公园内有草坪、跑道、喷泉和自由空间，是仙台市民休闲的好去处。后面的白色建筑是原日本陆军第二师团第四步兵团的兵营，也是仙台县最古老的木制西式建筑。它是一座两层木制建筑，瓦片坡屋顶，灰泥墙壁，其特点是四角有石雕装饰、玻璃窗和西式圆柱门廊。现在这里是仙台市历史民俗资料馆。门票为 200 日元。馆内再现了第四团的宿舍、农村厨房、庭院、糖果店等，参观者可以在这里感受到明治以来民俗的变迁。此外，还特别展出了仙台的古地图。

宫城野公园运动场

从历史民俗资料馆出来后，左转到鹤冈公园东口。如果往街道右边走，就会来到宫城野原公园运动场。左边的白色建筑是仙台田径运动场。右边的 Kleenex Stadium Miyagi 是东北乐天金鹰队的主场。乐天比赛期间，这里非常热闹，一楼的体育场商店出售金鹰队的商品。公园内的其他设施包括县网球场、自行车赛道，甚至还有相扑场。相扑场虽然破旧荒凉，但在自行车赛道旁悠闲地观看选手们练习，也别有一番情趣。在这里玩累了，可以乘坐 JR 千石线到宫城野原站下车。

回程时，您可以模仿乐天球迷，沿着宫城野大道向仙台站方向游行。

正冈的坟墓。

体力好的人可以绕远路。在宫城野大道上，在太阳广场拐角处左转，COOP 保持在您的左侧，在金正寺拐角处右转。正冈之墓 这是三泽初子的坟墓，据说歌舞伎/净琉璃剧《皎然西柳》中的主角正冈就是以她为原型的。明治时代之前，该寺庙是一座豪华的陵墓，设有正殿、中门和拜殿，但在甲申战争期间，因被视为帝国主义的敌人而被拆除。后来，伊达家族改用神道举行葬礼仪式，便建立了现在的墓碑。园内树木茂密，德川古姬公主和稻叶千公主的陵墓也并排而立。入口被铁栅栏锁住，看不到里面的情况，所以可以去看一看。这里也受到

了地震的影响，灯笼都掉了下来。

隔壁的建筑名为 "正冈信息中心"。进去一看，发现该建筑目前已经关闭。指示牌上写着游客应前往高升寺。这意味着您必须前往高升寺。

高升寺

走到下一条街道，往仙台车站的方向走。这一带被称为 "新寺"，顾名思义，自仙台建城以来，这里一直是寺庙集中的地方。该地区位于仙台城的鬼门关，许多寺庙聚集于此，形成了一个寺庙城。穿过主干道，您会在右侧看到甲所寺的入口。要到达正门，在前方稍远的红绿灯处右转，绕过东久保町大街。

站在通往寺庙的路上。两侧的石灯笼、中间雄伟的山门和左侧宏伟的五重塔营造出一种无尽的氛围。穿过山门，寺庙前的大殿正在进行抗震修复工作。

五重塔和左侧大殿之间是释迦堂。

该寺创建于 13 世纪末，当时名为大善寺。伊达政宗经常在此寺庙祈祷并获得胜利，因此改名为善胜寺。后来，第二代藩主忠宗将其改名为善寿寺，第三代藩主常宗将其改名为高昌寺，并一直沿用至今。据说二世忠宗的妻子三泽初子和三世常宗的妻子四世常村的母亲都曾在此避难，此后该寺受到仙台藩的严密保护。原来如此，它与三泽初子有关。

17 世纪末，纲宗为祈求三泽初子的灵魂安息而修建的 "刹户" 是仙台市的注册文化遗产。

旁边矗立着三泽初子的雕像。前面提到的正冈墓位于甲所寺管理的飞地内。

中央屋顶的香炉旁。无论面对正殿还是五重塔，都要念诵南无妙法莲华经。您将获得无量功德。上面写着：'您将获得无量功德。让我们在此瞻仰。'

直接走出大门，很快就能到达仙台站和酒店。

预计所需时间 正常体力者

酒店 - 安番满博物馆 25 分钟 15 分钟

安番满博物馆 - 鹤冈天满宫 20 分钟 15 分钟

鹤之丘天满宫 - 鹤之丘公园（历史民俗博物馆） 15 分钟 10 分钟

鹤之丘公园 - 宫城野公园运动场 13 分钟 8 分钟

宫城野运动场 - 正冈墓 30 分钟 20 分钟

正冈墓 - 高升寺 12 分钟 7 分钟

高升寺 - 酒店 25 分钟 15 分钟

总行程 140 分钟 90 分钟

所需时间不包括在安番满儿童博物馆、鹤之丘天满宫、鹤之丘公园、宫城野公园体育中心、正冈陵墓和高圣寺的步行时间。

广濑川至睦国分寺的莲舫小路

广濑川沿岸长廊

沿东二番町街与大年寺山路线相同的方向朝长町方向行驶，在爱宕大桥前的本田梦左转。在第一个红绿灯（不动产池）处右转，穿过与爱宕桥平行的小桥--爱宕桥。过桥后左转，沿着广濑川的长廊步行。

广濑川的中岸就在您的左侧。这条河过去林木茂密，是野生鸟类的天堂，但现在由于正在进行河道整治工程，为避免洪水泛滥，河道变成了砾石和泥沙沉积地。

让我们走一会儿，感受清新的微风。最显眼的一座鲜红色的桥是宫泽桥，在五月的连续假期里，可以看到鲤鱼在桥下惬意地游过河面。此外，自 2009 年起，河对岸又恢复了租船业务。走一小段路，就能看到混凝土护岸附近的树木群。鸭子和水鸟会飞到这里，人们可以看到有人给它们喂食。

继续走吧，百合阁！

下一座桥是广濑桥，日本第一座钢筋混凝土桥建于 1909 年。现在的大桥于 1959 年竣工，是一座钢梁桥。桥前左侧是河床长廊；约 5 公里后，名取河大桥横跨桥面，沿名取河河岸的小路通往约 7 公里外的由利上。地震前，我经常骑着公路自行车或直排轮溜冰鞋从 Yuriage 途经仙台机场前往 Watari。

由良上是日本最大的红蛤蚶产地。Nagumo 是一家有名的餐馆，如果能在地震前完工的话，肯定会被收录到旅游指南中。赤蛤盖饭、蟹肉盖饭、烤鱼套餐.....只有港口城市才能提供的新鲜食材。

地震发生后，我很担心这家餐厅，立即赶往百合上。沿着名取川往下走，在距离海岸约 3 公里的地方，河床上开始出现海啸的痕迹，但房屋的损坏程度不大。我们继续前行。一穿过东部公路，景色就完全变了。瓦砾、汽车、汽车.....散落在稻田里。甚至一艘大船也被冲上了岸。河滨长廊的沥青被剥落，我们放弃了靠近尤里亚吉市中心的尝试，因为道路被倒塌的房屋切断了。之后，我经常去那里，但房屋都已损坏，道路也一直无法通行。现在的 Yuriage 地区正在被重型机械拆除。瓦砾堆积如山。只有安放亡灵纪念碑的日曜山显得孤零零的。曾经竖立过亡灵纪念碑的地方只剩下了地基。这是一个遗憾！让我们在百合岭尽心尽力吧！

去川原町

我们回广濑桥吧

如果累了，就不要过广濑桥，而是向右边的长町方向走。您将到达市营地铁长町 1 丁目站。体力好的人应该会留下来。穿过广濑大桥，继续沿着主干道向左弯曲。过了一会儿，您会看到左侧的双塔高层公寓。在那里的红绿灯处，穿过大道到对面的 77 Bank，就会来到川原町商业街。在这里继续前行。在烟草店的拐角处左转。就来到了主干道。左侧斜对面是 Amandier，一家由 Jimochi 光顾的蛋糕店。还有一个咖啡厅角落，您可以在那里吃点简餐。

Mutsu Kokubunji。

这次，在这条主干道上右转。虽然有点远，但您要去的是睦国分寺。沿着街道继续前行，穿过新干线，斜向左拐，穿过 JR 平交道。在狭窄的街道上，会有一段居民区步行街陪伴着您。途中会经过一些名字不寻常的街道，如文化町、六君院町和三百院町。

文家町不确定，但 60 人町是江户时代末期 60 名步兵居住的地方，300 人町据说是伊达政宗统治时期 300 名持枪步兵居住的地方。继续前行，在 T 字路口左转，前方有一家杂货店，然后在第一个红绿灯 "木下 1 丁目" 右转，在十字路口右转。在木下 1 丁目第一个红绿灯处右转，最后会到达一条宽阔的街道。左侧是一片茂密的树林。大门给人一种历史感。门前悬挂着一个巨大的草编结构。睦国文寺。该寺建于 8 世纪中叶，据说在城关地震中受损。该寺曾多次遭受火灾，目前已无当年的建筑物。

现存的二门及其茅草屋顶和药师堂是伊达政宗在 17 世纪初重建的。

二门两侧的木雕像非常有趣。上半身瘦削，肋骨突出，只有腹部是新陈代谢的。这是一尊与众不同的 Niou-sama。穿过大门后，石板路的四角被削尖，脚下不稳。这一刻，你会感受到历史的厚重。

右侧的基石是走廊的遗迹，中间的石板路周围排列着三排石柱。再往后是七层宝塔的遗迹，塔基尚存。该塔于 934 年被雷电击中，毁于大火，塔顶坠落地面，倒插在泥土深处。填满寺庙范围的基石也是寺庙建筑群的一部分。过去的寺庙建筑群有多大？寺庙的威严可想而知。前面的药师堂是国家指定的重要文化遗产。其装饰极为简朴，与同时期的大崎八幡宫的华丽形成鲜明对比，是仙台代表性的桃山式建筑。

神社内供奉着药师如来的鍍金铜像。主像是药师如来的鍍金铜像，两侧是日光房胜和月光房胜的雕像。每年 2 月 11 日，这里都会举行名为 "七日堂祭典" 的仪式，在仪式上，厨房门会被打开 20 秒钟，药师如来像也会揭开面纱。之后，人们会在寺院内焚烧写有愿望的糯米纸，并举行赤脚走火仪式。

再次来到宫城面巾纸体育场

面对药师堂，沿着左侧的道路向北走，很快就会来到一条大马路--新寺通。

穿过红绿灯后，朝前方散布着红色观众席的 Kleenex Stadium Miyagi 方向走去。

此时，您可以乘坐 JR 仙石线从宫城野原站出发，穿过宫城野原体育公园，就像上述仙台站东口路线一样。

周边路线

体力充沛的选手将经过 Kleenex Stadium Miyagi，然后左转进入宫城野大通大道 (Miyagino Odori Dori)，与之前的路线相同。过天桥后继续直行。经过一个十字路口后，在左手边会看到一家红色屋檐、粉色门帘的日式糕点店--Haginoya。

蘸着酱油、甜豆沙和芝麻酱汁的 Dengaku 年糕非常美味！豆饼和年糕也很不错！

每块 105 日元。

路对面就是松根寺，樱花盛开的季节，这里也是一片绚丽。沿着庄严寺一侧往车站方向走，过一会儿就会来到主干道。穿过大道，左转，沿着人行道走一段，右边就是拉面店 "Chuka Soba Suzuki"，这里总是排着长队。这是位于陆前落合 (Rikuzen Ochiai) 的人气店铺水泽屋 (Mizusawaya) 的分店。

仁保胡同。

再往前走，在 Renbo 1-chome 十字路口右转。沿仁宝小路前行。这个名字源于伊达政宗修复的睦国分寺前的 24 座寺院。有些地方甚至还有 "Munyamunyardori 购物街" 的标志。这是一条让人莫名想起昭和时代的商业街。右边是薄炸豆腐，不是薄炸。

右边是卖芝麻酱炒饭的 Tengakudo！这是另一种令人怀念的昭和风味。其他令人心动的商店还有新干线下的机械钟表专卖店 Shinoda。

寻找右侧的 NTT 宫城分公司，穿过人行天桥，您很快就会来到前往酒店途中经过的东二番町街的十字路口。

正常步行所需时间

酒店 - 爱宕桥 30 分钟 20 分钟

爱宕桥 - 广濑桥 25 分钟 15 分钟

广濑大桥 - 河原町 15 分钟 10 分钟

河原町-睦国分寺 45 分钟 30 分钟

睦国分寺-Kleenex Stadium Miyagi 15 分钟 10 分钟

宫城 Kleenex 体育场 - 松永寺 40 分钟 25 分钟

松永寺 - 酒店 45 分钟 30 分钟

总行程 215 分钟 140 分钟

所需时间不包括在 Mutsu 国分寺和 Kleenex Stadium Miyagi 周围步行的时间。

国分町各个方向

国分町概要

这里所说的国分町是指以定善寺大街、广濑大街、一番町四丁目拱廊街和番穗大街为中心的娱乐街区。

过去，由于仙台城的修建，睦国文寺町的居民被集体迁移。江户时代，这里是奥州高速公路沿线的商业和住宿区。明治维新期间，随着政府军的进入，该镇变成了妓院之城。

后来，军队将妓院迁至仙台站东口和鹤冈附近，该地区变成了以凉亭和艺妓屋为中心的娱

乐区。在 1960 年代的高速发展时期，随着仙台人口的增加，开始兴建餐厅大楼，该地区也从花柳区转变为一个受欢迎的娱乐区。

如今，这里已成为东北地区最大的娱乐区，拥有多达 3000 家餐馆和酒吧。

在国分町，地震发生后不久，晚上街上就出现了一些可疑的路边摊，卖烤鸡肉串、饭团、味噌汤……。这种气氛让人联想到黑市。在寒冷的天气里，我四处寻找开门的店铺。我在寒风中徘徊。城市煤气供应尚未恢复，他们从哪里获得煤气？他们用木炭、丙烷气、卡式炉和手头的食材重新开始营业！国分町是个艰苦的小镇。

我们终于来到一家餐馆。每人只能点两份食物，外卖包非常有用。不久的将来会出现模拟食品危机吗？过去的黑市混乱已经过去，国分町正在迅速恢复，似乎正在引领东北的活力。让我们漫步在国分町吧，这是一个吸纳了聚集在东北的人们的活力的夜生活区。

娱乐区内有三条南北纵线，两侧是市番町四丁目拱廊和番水街，东侧是稻荷小路街、国分町街和东北佼成医院街（*由于没有正式的街道名称，所以是暂定名，今后这种格局将称为（暂定））。

在定善寺大街和广濑大街之间有五条东西向的街道，从北到南依次是：大山共立大厦大街（暂名）、元加治町大街、夜间大厦大街（暂名）、虎屋横町-本盐町大街和七福大街。

每条街道都是单行道。乘坐出租车时一定要小心。

Zimochi 熟记主要街道上建筑物的名称。如果您能在出租车上说：“Buncho, XX 大厦”。

如果您能说出这句话，那您就是 Jimochi 的一员。

稻荷巷

让我们从稻荷小路开始吧，这里是独特商店的宝库。从广濑大道（Hirose Dori）沿着稻荷小路往北走，前往定善寺大道（Jozenji Dori）。您将在单行道上逆向行驶，但这并不是问题，因为这条街道在夜间禁止车辆通行。首先，在入口处左侧的富士 19 大厦 7 层，您会看到我曾多次写过专栏的葡萄酒酒吧 RB。右侧富士华屋 3 号楼的 1 层是深受欢迎的板前卡布餐厅 Hanaita，周日也营业。毗邻的一层是人气葡萄酒酒吧 Bonneplus。吉冈屋五号楼二层是牛舌餐厅 Ajiraku。过了鸟屋横丁（Toraya Yokochō）左侧的小巷里有一家 24 小时营业的长滨拉面馆 Issenkaku。再往左边走，在 FOX-B 大厦的二楼，有一家 Le Bar Kawagoe，周日也营业，被称为仙台第一酒吧。过了元加地町大道，再往前走一点，左手边就是深受 Jimochi 赞扬的居酒屋 Ako。再往前走，右边是当地著名的餐厅 Oden Sankichi，通往上善寺大道。

国分町大道

国分町大道是下一条主要街道。这是一条从广濑大道通往上善寺大道的单行道。这条街与其说是餐饮街，不如说是租金高昂的高级俱乐部。

首先，在右边的大内富士华屋大厦地下一层，节子妈妈的店，就是非常受欢迎的高级俱乐部

Piropo, 在这里可以在包间里唱卡拉 OK。过了鸟屋横丁, 在 YS21 大楼一楼右侧, 姬拉面的后面, 就是妈妈最喜欢的小餐馆岩崎 (Iwasaki)。隔壁 M 路大楼 3 层的 Fairy Obara 是一家非常受欢迎的高级俱乐部, 是 Zaisen 分公司经理和分公司经理家人经常光顾的地方。隔壁的和平大厦 5 楼是深受坏男孩欢迎的 Noah 俱乐部。向左穿过, 在 Senkan Plaza 大厦的三楼, 是一家舒适而又个性十足的 Il Sosio Dolce 俱乐部。

往右走, 在 Houei 大厦的三楼, 是著名的俱乐部 Waku Waku。同一层还有价格实惠的小吃店 Noir, 以及出租的卡拉 OK 包间。隔壁丸井广场大厦 4 楼, 也是一家著名的高端俱乐部 ORO ORO。在前加治町街对面的街角。

定善寺大街, 右边是俱乐部和小吃店集中的大皇宫大厦, 左边是狮子大厦大洋馆。

定善寺大街

在上善寺大道拐角处的仙台富豪酒店国分町二楼, 有一家村上先生的餐厅 "BISUI Hanzo", 该餐厅已从 "Totoya" 独立出来。在定善寺大街西侧的定善寺公园大楼一楼, 有节子妈妈的著名俱乐部 Ladonna。

大山共立大厦大道 (暂定名)

东西横线 "Daisan Kyoritsu Building Dori (暂名)" 是从三越方向向西的单行道。滑行时, 可从主楼和三越新楼 (原 141 号楼) 之间的东二番町主干道进入。

从三越方向穿过国分町大道, 就会看到左侧的大山共立大楼, 一楼是我最喜欢的寿司店、二楼是海鲜居酒屋 Katsuya。右侧斜对面的小岛大厦一楼是一家葡萄酒酒吧 Chez Gome, 您可以在这里用荞麦面结束您的用餐。

原加治町大街

元加治町大街是从盘水大街通往三越的单行道。出租车可在凯旋门大厦前的街道上通行。凯旋门大厦一楼左侧是高桥万美 (Manmi Takahashi), 也就是我旅游指南最上面的那家餐馆。右边是以前的 Kaji-cho 公园, 这里经常举办音乐会和其他活动。再往三越方向走, 左边是 Grand Hamayu 大楼 2 层, 舒适的俱乐部 "Guraie"。

夜楼街 (暂定名)

接下来是夜楼街 (暂名), 这是一条由西向东的单行道。从东北小西医院街 (暂名) 进入南条大楼后左手边的 1 楼, 是以性价比适中而备受欢迎的卡布餐厅 "TOTOYA"。

隔壁的 "Isoto" 也出售店主自己捕获的鱼, 章鱼刺身的吸盘会粘在舌头上。

再往前走一点, 在彩虹车站大楼一楼的左手边, 就是静岡关东煮餐厅 Daisuke。

鸟屋横町 - 本丸町大道

鸟屋横丁, 夜间禁止车辆通行。从 Ichibancho 4-chome 拱廊进入, 2 楼左侧是仙台最有名

的炭烤牛排餐厅 "O-Kosho"。右边是时尚的韩国餐厅 Kyaya。

隔壁地下一层的 Shizukutoya 是一家隐蔽的餐吧。穿过国分町大道 (Kokubuncho Dori) 后, 街道名称变为本田狩町大道 (Hontagarucho Dori)。从国分町大道到盘水大道的单行道。安徒生大厦一楼右侧的居酒屋 Momosui 以美味的新鲜鲭鱼而闻名。

七福街

七福街是一条由西向东的单行道。右边一楼黄色柠檬城堡后面的 Bat Junior 是国分町 Shimei 的一家酒吧, 炸肉排三明治味道不错。左侧一楼的 "Goroku Ichibankan" 是以价格合理、菜肴精致而闻名的 "Ichido"。

东北小西医院街 (暂定名)

这条街是从广濑街到定善寺街的单行道。它是出租车通往七福大街、夜楼大街 (暂名) 和元加治町大街的必经之路。

在夜楼街附近左侧的 Cure Kokubuncho, 是一家可在饮酒前洗浴的温泉桑拿浴室, 在大山共立楼街附近左侧 (暂定名) 的濑户大楼 1 层, 是牛肉舌头 "Tsukasa" 主餐厅。左侧靠近濑户大楼的街道 (暂名), 濑户大楼 1 层, 牛舌 "Tsukasa" 主餐厅。

你累了吗? 国分町的各个方向都是这样的。

大致预算

居酒屋 6,000-7,000 日元

小吃店 8,000 日元

俱乐部 12,000-18,000 日元 (不包括酒瓶价格)

额外费用

例如, 骑山地车

攀登青叶山

攀登青叶山, 途经东北大学川内校区。爬山时, 鸟儿歌唱, 阳光透过树梢照在身上, 令人心旷神怡, 忘却劳累。沿途右侧会经过东北大学理学院、自然历史博物馆等宏伟建筑。穿过工学院所在的青叶校区十字路口后, 左侧是正在建设的东西线地铁青叶山站。最后, 视野豁然开朗, 可以看到球道和茶馆的痕迹。这里就是仙台乡村俱乐部的旧址。你几乎可以听到 Jimochi 人惋惜过去美好时光的声音。

再往前走, 右手边有几个通往青叶森林的入口, 通往三井泽的下坡路是一条绝佳的步行路线。这里是禁止进入的山地车和步行游乐场。

经过一段短时间的上坡, 左侧是警告熊的黄色标志, 最后是青叶山练习场, 下坡在此达到高

潮。 不久后，就会到达巴士站的终点青叶台和转弯圈。

青叶山地区是一个秘密游乐场

直行，经过 "神鸟山野鸟森林 "的标志，右下方就是东北工学院的校区。对于开车来访的游客，该标志前和地面旁有一些停车位。

再往前走，就是金刚泽野鸟林和鹿鸟山野鸟林。 晓鸟线、杜鹃线、山茶花线..... 这里有 18 条以鸟类和花卉命名的步行道，让您可以在森林中尽情游玩。欣赏莺啼，沐浴蝉鸣。在秋叶中嬉戏，感受鹿和熊的存在。你会感受到鹿和熊的存在。途中，有一条沿着水管的长梯和一个秘密的飞碟基地。途中有一条长长的阶梯，沿水管而上，便是影鸟山配水站，可能会被误认为是秘密的 UFO 基地。再加上大刹山自然观察林，四面八方奔走，沉浸在四季如春的喜悦中！

奇怪的是，虽然离市区很近，却很少能在这里遇到人。

这里是一个秘密的游乐场！

青叶山地区景点众多，不应该只是用来做抗衰老运动的地方。年轻人，拥抱你的雄心壮志吧！

如果您在八木山南方向下车，再往动物园方向返回，右转后在青山的 Teuchi-Soba Mizuki 吃午饭。面条的香味、面条的爽滑和面汤都是我的最爱。

整条岩鱼天妇罗也非常值得推荐。仅午餐营业，已售罄。

如果您要去上野山，可以去旧 286 号公路上的木制面包店 Au Fournil du Bois。不过，地震后，他们改用了电烤箱。真可惜！

前往折立。

这次不要绕路了，在前面的青叶台公交车站右转，前往有立。

让我们释放一下积蓄的体力吧。愉快的下坡路 但转弯时要小心。这是一条西边的小路，车流量很大。如果你忘乎所以，骑得太快，可能会受伤..... 别像我一样，右手小指复合性骨折，无法治愈。

左侧是东北高速公路，继续下坡。在下坡的尽头，在隧道处左转、从五六到入手

盘山北侧的有立 5 丁目地区位于山脚下，在地震中受到严重破坏。

大悲寺的后方是我熟悉的盘山雪山徒步旅行的下山路线，而这里的高地却发生了山体滑坡。无数房屋倒塌，危险迹象依然存在..... 没有主人的它孤零零地伫立着。路面在晃动、开裂，有些地方堆起的沙袋让人看了心痛。

我们不能忘记，除了海啸之外，还有其他广泛的破坏。我们只能寄希望于早日恢复和重建。

爱子大佛

从有立十字路口沿 48 号国道前行，过生濑桥后左转，沿着狭窄的铺面公路在宫根森林南麓

蜿蜒前行。在左侧，广濑川穿过树林，景色宜人。最后，这条路与陆前落合（Rikuzen Ochiai）通往泉方向的主干道汇合，在第一个红绿灯处，不要向泉方向行驶，而是沿着 55 号县道直行，向赤坂方向上山，大淀岳就在您的斜对面左侧。

通常的路线是直行，但当您看到右侧有一家清酒和烟草店时，斜向左转，继续下坡，左侧是藏王山脉。再往上爬，穿过坐山的乡村风景，在竹林间瞥见广濑川，也很有趣。

回到原路，继续前行，右侧是一棵壮观的垂樱。当您绕过一个弯道时，突然发现左手边有一尊带避雷针的奇异大佛！这就是爱子大佛。它高 15 米，坐落在爱子山上，俯视着下面的世界。侧面有一个有趣的黄色单轨车，让我想起了几十年前的缆车。它的名字叫 "Nam Nam Go"。票价是 10 日元/次。我们就在这里拜拜吧。

c

找到荞麦面明佳

这次没有绕路、

我们在赤坂新城入口的十字路口右转，那里有一座龙的雕像不知为何正注视着我们，然后我们就开始了愉快的下坡之旅，左侧就是泉岳山。

穿过赤坂中央红绿灯后，下一个红绿灯就是赤坂东入口十字路口。在这里，您会发现左手边有一个大奖：Soba Minka Date！午餐时间

吃过美味的芝麻汤荞麦面（荞麦面）舒缓一下肠胃后，又开始下坡了。笔直的山路一直延伸，即使不踩脚踏板，时速也能轻松超过 50 公里！

宫源森林到南吉野里

公路驶向公元森林的山脚，森林在我们面前展开。最终，您会到达一个 T 字路口，右转后立即爬上宫源森林的北面，绕过左侧的一家 7-Eleven 便利店。狭窄的柏油路上车水马龙，但您只需继续攀登。穿过胜久寺，完成爬坡，然后向南吉野里方向下行。

最后，道路穿过东北高速公路，成为住宅区内的一条宽阔道路。穿过县道 37 号仙台-北环线，左转，向红白双色天线和 NTT 东北网络中心方向进行最后的爬坡。

爬坡后，在国见山口斜向右转，即可到达妙法寺和舍利塔。塔的圆顶高 18.3 米，塔顶高 30.5 米。塔前坐着一只长尾巴的白色狮子，而不是护法神犬，塔内供奉着四尊金漆释迦牟尼像。登上宝塔，仙台市的全景尽收眼底。如今，这里树木丛生，无法再看到过去的景色。

下山进入市区

现在，不用再绕弯子了，高潮来了。让我们释放积蓄已久的体力。在充满活力的下坡中，仙台市和仙台湾尽收眼底。我最喜欢的地方。

速度迅速提升，在下坡中与汽车赛跑。注意刹车点。经过国见水处理厂后向左斜行，穿过仙山线，在红绿灯处左转，沿着道路前行，在下坡尽头右转。直行，经过道路东侧的大崎八幡宫，直至 48 号公路。此时，酒店就在不远处。

转向仙台市中心，我们该走哪条路回家呢？

是顺路去宫城美术馆呢？还是在下午穿过国分町？还是在县政府后面的 Rutanlish 购买露营用品？如果不绕路，大约 33 公里，2 小时。

乐趣取决于您的选择！