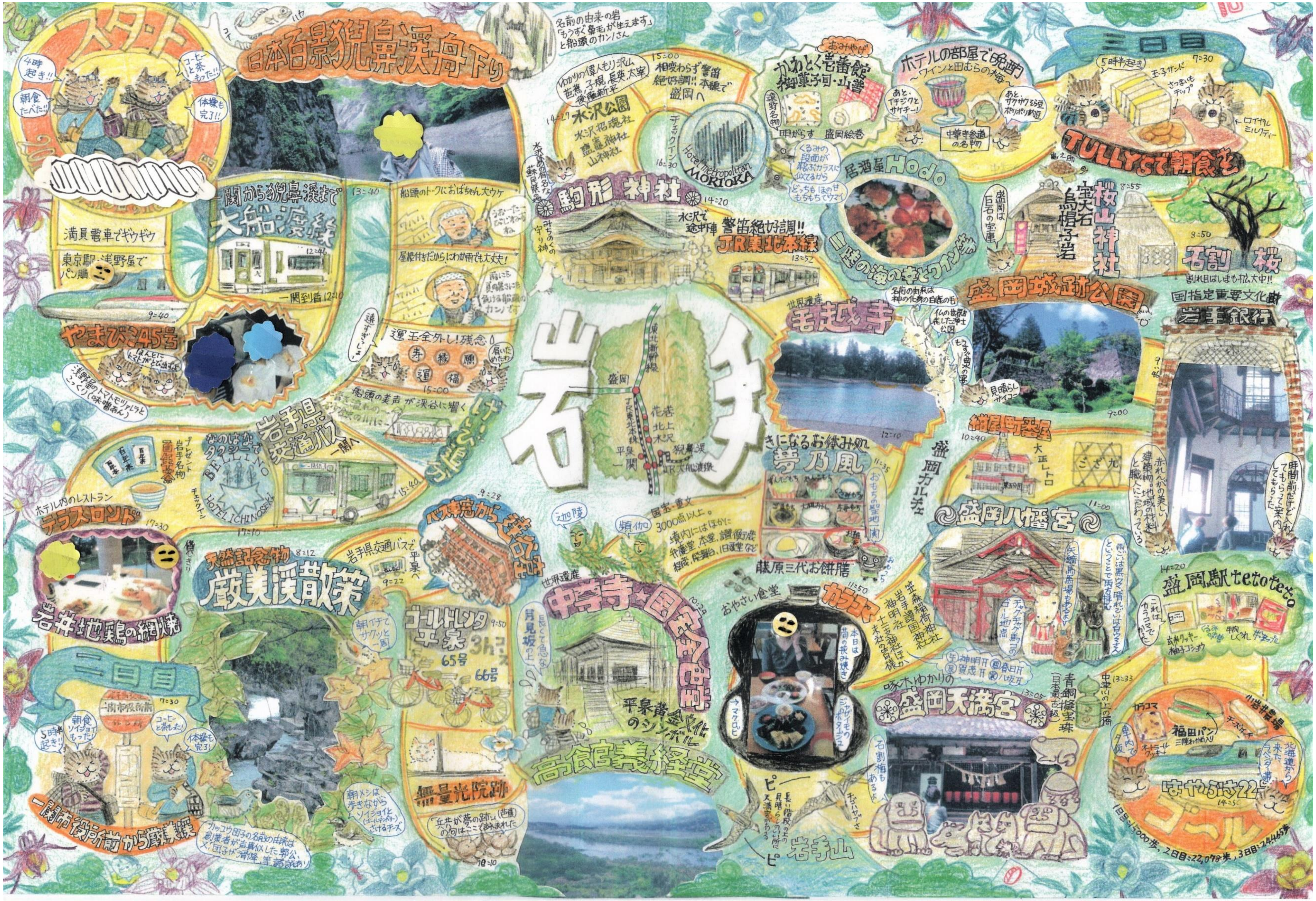
スタート
4時起き!!
朝食たべた!!
コーヒーと茶もった!!
体操も完了!!
満員電車でギウギウ
東京駅・浅野屋でパン購入
9:40
やまびこ45号
ほんとにトマトがとび出すよ
浅野屋のトマトモツァレラとこっくり（味噌あん）
一関到着12:40
一関から猊鼻渓まで
大船渡線
12:46
コイ
ハヤ
日本百景猊鼻渓舟下り
13:40
船頭のトークにおばちゃん大ウケ
うおーたーひじねぇすね
屋根付きだから、にわか雨でも大丈夫!
雨にも夏の暑さにも負けない船頭のカンノです
遠すぎでしょ!
運玉全外し!残念
寿
縁
願
運
福
肩いためたわ
15:00
船頭の美声が渓谷に響く
清き流れの一
砂鉄の川に
げいび渓
名前の由来の岩
「もうすぐ鼻毛が生えます」と船頭のカンノさん
岩手県交通バス
一関へ
15:40
なのはなタクシーで
BELLINO HOTEL ICHINOSEKI
チェックイン
プレゼント
岩手名物
百年茶
百年茶
ホテル内のレストラン
テラスロンド
17:10
17:30
岩井地鶏の網焼
二日目
7:30
一関市役所前
5時半起き!!
朝食ソイジョイもった!
コーヒーと茶もった!
体操も完了!
一関市役所前から厳美渓
8:12
天然記念物
厳美渓散策
カッコウ団子の名前の由来は創業者が声真似した郭公、又、団子が滑降、等諸説あり
朝イチでサクッと一周
朝メシは歩きながらソイジョイと（ゴールデンパリー）さけるチーズ
9:22
岩手県交通バスで平泉へ
9:28
バス車窓から達谷窟
9:50
ゴールドレンタ平泉
3hコース
65号
66号
無量光院跡
「兵共が夢の跡」（芭蕉）の句はここで詠まれた
10:10
長くて急な月見坂の上
10:24
世界遺産
中尊寺★国宝金色堂
迦陵
頻伽
国宝・重文3000点以上。
境内にはほかに弁慶堂、本堂、讃衡蔵、経蔵、能舞台、旧覆堂など
平泉黄金文化のシンボル
高館義経堂
岩手
盛岡
東北新幹線
JR東北本線
花巻
北上
水沢
平泉
一関
猊鼻渓
JR大船渡線
世界遺産
毛越寺
名前の由来は神の化身の白鹿の毛
仏の世界を表した浄土公園
もうすぐ曲水の宴
12:10
きになるお休み処
夢乃風
11:35
ずんだもち
あんこもち
くるみもち
ごまもち
大根おろし
生姜もち
お雑煮
おもちの聖地一関
おもっち
藤原三代お餅膳
おやさい食堂
11:50
カラコマ
本日は茸の挟み焼き
ジャガイモのポタージュ
↑マクロビ
岩手山
ピー
ピ
長い階段の上の見晴らしのいい所に天満宮がある
チゴハヤブさ
石割梅もあるよ
啄木ゆかりの
盛岡天満宮
13:05
青銅擬宝珠（日本最古級）
中津川の上の橋
13:33
笠森稲荷神社
岩手護国神社
神明社
十二支神社ほか末社の皆様が
牛神明社
辰賀茂社
酉春日社
寅八坂社
11:00
盛岡八幡宮
チャグチャグ馬コのゴール地点
矢流鏑馬馬場もあるよ
雨ごいは黒ウマ、晴れごいは白ウマさんということで両方寄り
10:40
紺屋町番屋
大正レトロ
第五分団
ござ九
盛岡カルチェ
14:27
水沢公園
ゆかりの偉人もり沢山
芭蕉、子規、長英、太宰、後藤新平
水沢招魂社
塩竈神社
山神社
水沢はめの有名な蘇民祭の地
みちのくの守り神
駒形神社
14:20
水沢で途中下車
警笛絶好調!!
JR東北本線
13:52
15:00
相変わらず警笛絶好調!!本線で盛岡へ
チェックイン
16:30
Hotel Metropolitan MORIOKA
おみやげ
かわとく壱番館
御菓子司・山善
遠野名物
明がらす
盛岡絵巻
くるみの断面が飛ぶカラスに似てるから
どっちもほの甘もちもちでウマイ
居酒屋Hodo
三陸の海の幸とワインを
ホテルの部屋で晩酌
～ワインと田むらの梅～
あと、イチジクとサケチー!
あと、サクサク豆ポリポリ納豆
中尊寺参道の名物
三日目
5時半起き
7:30
玉子サンド
さつまいもチップ
←ロイヤルミルクティー
TULLY'Sで朝食を
亀之助
8:55
盛岡は巨石の宝庫
宝大石
烏帽子岩
桜山神社
8:50
石割桜
割れ目はいまも拡大中!!
盛岡城跡公園
見晴らしサイコー
9:00
9:46
国指定重要文化財
岩手銀行
赤れんがの美しい建築物。地域の材料と職人にこだわっている
時間前だけど入れてもらって案内してもらった
14:20
盛岡駅tetoteto
これはカラコマでかった
玄米クッキー
柚子コショウ
くるみ味噌
牛肉しぐれ
炭酸アップル
カラコマ
オートミールクッキー
福田パン
三陸わかめ入り
チーズケーキ
小岩井農場
車内で夕飯
北海道から来た、ラベンダー帯
はやぶさ22号
14:50
ゴール
1日目:15000歩、2日目:22,078歩、3日目:24465歩