

JR EAST PASS



— 東北新幹線
— 秋田新幹線
— 山形新幹線
— 上越新幹線
— 北陸新幹線
— JR東日本線
--- 非JR東日本線
● 可搭乘適用地區內的JR巴士
(高橋巴士・部分路線巴士除外)



要暢遊東日本，這張周遊券絕對值得推薦。
在適用區域內，列車皆可自由搭乘、隨心上下車，讓您用更舒適、更划算的方式，走訪魅力無窮的東北各地。壯麗的自然風光、療癒身心的溫泉、令人回味的美食，以及流傳至今的傳統文化，等您親自尋覓最鍾愛的東北風景。東北正殷切盼望著您的蒞臨。
不妨以仙台為旅程起點，盡情探索東北的萬千風景。

JR EAST PASS (東北地區) 票價 ※截至2026年8月

有效期間	成人 (12歲以上)	兒童 (6~11歲)
5天	35,000日圓	17,500日圓
10天	50,000日圓	25,000日圓

適用對象：持有非日本國護照的旅客

自由區域



※詳細資訊請見此處▶

Welcome Suica Mobile



善用Welcome Suica Mobile，旅途移動更加輕鬆便利

立即下載▶



JR EAST
Rewards

使用指定周遊券或
Welcome Suica，即可享
有合作店家的專屬禮遇

※詳細資訊
請見此處▶



仙台

日本・東北

旅遊指南



繁體中文



仙台・青葉祭



牛舌



採摘水果

仙台大觀音



瑞鳳殿

雪上活動

仙台七夕祭



仙台觀光國際協會正致力於遵循觀光廳所制定、並符合國際標準的「日本版永續觀光指南 (Japan Sustainable Tourism Standard for Destinations, JSTS-D)」。

2026年8月發行：公益財團法人仙台觀光國際協會

交通便捷，魅力多元。 歡迎來到暢遊東北的據點「仙台」。

仙台市以其美麗的櫟樹林蔭大道而聞名，素有「森林之都」的美稱。仙台市內擁有超過 100 家各種類型的住宿設施。此外，歷史文化、自然景觀、溫泉勝地、在地美食，以及體驗活動應有盡有，是您規劃東北觀光時的最佳據點。從東京搭乘新幹線至仙台，最快僅需 90 分鐘，交通也相當便利。



Discover SENDAI
仙台官方旅遊導覽

TOHOKU

SENDAI

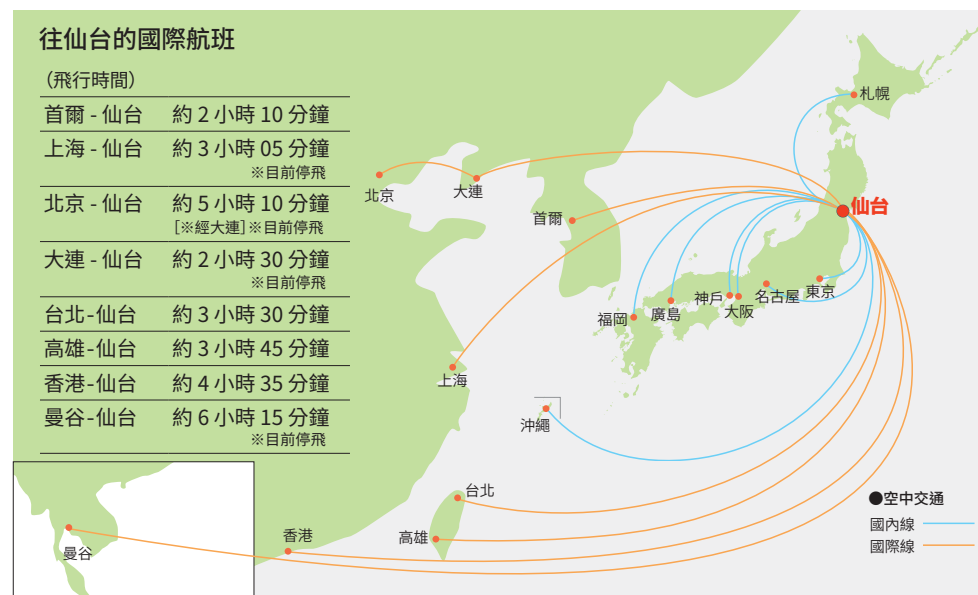
INDEX

- 03 仙台觀光推薦行程
- 07 仙台四季風情
- 11 歷史與文化
- 13 體驗活動
- 14 紀念雕像與動漫角色
- 15 仙台美食
- 17 秋保地區
- 18 作並與定義地區
- 19 東部地區
- 20 購物景點
- 21 廣域觀光介紹
- 23 廣域觀光推薦行程
- 26 伴手禮與傳統工藝品
- 27 仙台地圖
- 29 仙台交通資訊
- 30 觀光服務中心
- 31 JR EAST PASS (Tohoku area)

往仙台的國際航班

(飛行時間)

首爾 - 仙台	約 2 小時 10 分鐘
上海 - 仙台	約 3 小時 05 分鐘 ※目前停飛
北京 - 仙台	約 5 小時 10 分鐘 [※經大連] ※目前停飛
大連 - 仙台	約 2 小時 30 分鐘 ※目前停飛
台北 - 仙台	約 3 小時 30 分鐘
高雄 - 仙台	約 3 小時 45 分鐘
香港 - 仙台	約 4 小時 35 分鐘
曼谷 - 仙台	約 6 小時 15 分鐘 ※目前停飛



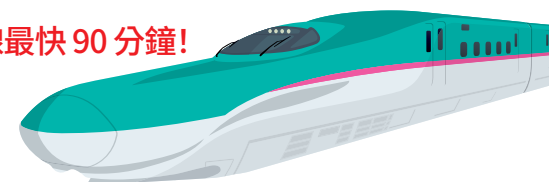
※ 本資訊為 2026 年 8 月的內容。部分航班可能會停飛。

SENDAI AREA MAP



東京 - 仙台之間，搭乘 JR 東北新幹線最快 90 分鐘！

串聯 18 個都道府縣的高速巴士也非常方便！



追尋開創「杜之都」仙台的 仙台藩祖、伊達政宗公之足跡。

踏上一場追尋伊達政宗公足跡、感受仙台歷史與文化的旅程。搭乘城市巡迴巴士「盧葡兒仙台」巡遊各大景點，盡情品嚐美味的牛舌、體驗充滿活力的橫丁，這是集結仙台所有精華的充實一日遊。



03

仙台城跡(伊達政宗公騎馬像)

觀光巡迴巴士【盧葡兒仙台】 建議一日行程(約 6 小時)

★適用THE SENDAI MARUGOTO PASS・SENDAI AREA PASS



仙台車站出發

搭乘盧葡兒仙台約 15 分鐘 ★

01 瑞鳳殿(停留 40 分鐘)★享特典

仙台藩始祖伊達政宗公長眠的靈廟。杉樹林立的參道，是一條通往聖地的靜謐之路。



搭乘盧葡兒仙台約 5 分鐘 ★

02 仙台市博物館(停留 60 分鐘) ★享特典

以仙台伊達家捐贈的文化資產為核心，典藏約 10 萬件文物。



搭乘盧葡兒仙台約 5 分鐘 ★

03 仙台城跡・青葉城資料展示館(停留 80 分鐘) ★享特典

仙台藩始祖伊達政宗公所修築的仙台城遺跡。



品嚐牛舌定食(午餐)
(停留 60 分鐘)



搭乘盧葡兒仙台約 20 分鐘 ★

04 國寶 大崎八幡宮(停留 40 分鐘)★享特典

奉伊達政宗公之命興建，為世代守護仙台的總鎮守神社。



搭乘盧葡兒仙台約 10 分鐘 ★

05 仙台媒體中心(停留 20 分鐘)

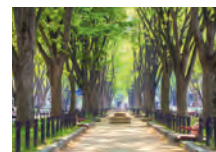
由建築大師伊東豐雄先生所設計，是藝術與影像文化的活動據點。全玻璃帷幕的建築外觀格外引人注目。



步行約 10 分鐘

06 漫步定禪寺通&商店街(停留 40 分鐘)

定禪寺通的櫻樹大道景色優美，隨四季變換不同風貌，是「森林之都」的象徵。



步行約 10 分鐘

入住仙台市中心飯店

晚餐推薦!

老式參橫丁(Iroha Yokochi)・
文化橫丁(Bunka Yokochi)(停留 60 分鐘)

聚集了超過 50 家餐
飲店，充滿懷舊風情
與道地氛圍的街區。



查看其他推薦行程



從仙台海濱前往名湯・仙台秋保溫泉。 盡情體驗的自駕之旅

在享受完仙台站前的早市與購物樂趣後，前往海邊地區。體驗手烤笹蒲鉾（竹葉魚板）、採摘當季水果、參觀東北最大級的水族館、見證震災遺構等，度過充實的一天。旅程的最後，悠閒地入住「日本三大御湯」之一的仙台秋保溫泉。



04

JR 水果公園仙台荒濱

仙台～沿岸地區～秋保溫泉 盡情暢遊自駕行程(約 9 小時)

仙台車站出發

步行約 5 分鐘

01 仙台早市(停留 60 分鐘)

擁有豐富宮城在地新鮮食材的常設市場。在這裡也能品嚐到新鮮的海鮮跟壽司。
※ 週日、國定假日公休



步行約 10 分鐘

02 Pokémon Center TOHOKU/ Pokémon Center TOHOKU GARDEN(停留 90 分鐘)

除了皮卡丘造型的植栽外，在這個被綠意包圍的花園裡，還聚集了許多寶可夢。

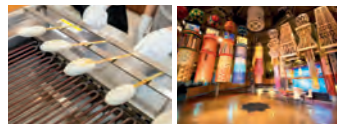


©Pokémon. ©Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc.
TM, ®, and character names are trademarks of Nintendo.

步行約 5 分鐘
在仙台車站周邊的租車店租車
開車約 20 分鐘

03 鐘崎總本店 笹蒲鉾館・七夕館(停留 90 分鐘)

除了可以體驗手烤笹蒲鉾之外，在七夕館內還能全年欣賞到豪華的七夕裝飾。



開車約 15 分鐘

途中自由享用午餐

04 JR 水果公園仙台荒濱(停留 40 分鐘)

配合季節，體驗採摘 8 大類、超過 150 個品種的各式水果。



開車約 5 分鐘

05 震災遺構 仙台市立荒濱小學(停留 40 分鐘)

保留了東日本大震災受災狀況的校舍。將海嘯的威脅和教訓傳遞給未來。



開車約 15 分鐘

06 仙台海洋森林水族館(停留 40 分鐘)

這是東北最大規模的水族館，擁有重現三陸豐富海洋生態的巨型水槽，海豚表演秀更是廣受歡迎。



開車約 40 分鐘 ※行駛收費道路

07 入住秋保溫泉旅館・享用晚餐

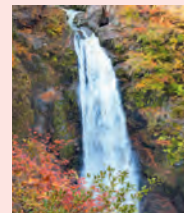
仙台的人氣度假勝地秋保溫泉。讓溪谷之美與名湯療癒您的身心。



隔天推薦行程！

秋保大瀑布

落差達 55 公尺、氣勢磅礴的大瀑布。



Spring

櫻花

點綴仙台春天的景色，莫過於盛開的櫻花。在熱鬧非凡的榴岡公園與西公園這兩大賞櫻名所，別有一番風味。

地點 | 榴岡公園、西公園 時期 | 4月上旬



仙台・青葉祭

「仙台・青葉祭」傳承自 1655 年「仙台祭」的悠久傳統。豪華絢爛的山鉾遊行與華麗的仙台麻雀舞是這項祭典的兩大看點。



地點 | 仙台市中心
(西公園、定禪寺通等)

時期 | 5月的第三個週日及其前一天

付費觀覽席

強力推薦！

在樺樹大道景色優美的定禪寺通「特等席」上，觀賞麻雀舞和山鉾遊行。近距離感受祭典的魄力。

地點 | 定禪寺通



仙台國際半程馬拉松

這是一場跑者們奔馳在「森林之都」美麗新綠中的馬拉松大會。屆時，整個城市都會團結起來，一同為跑者們熱情加油。

地點 | 仙台市中心
(定禪寺通等)

時期 | 5月中旬



當季水果



採草莓體驗

盡情享用從冬天到春天、仙台當季的草莓，完熟、新鮮又香甜。

地點 | JR水果公園仙台荒濱、一莓一笑 松森農場、Berry Planet 燦燦園

時期 | 12月下旬至6月上旬

※ 品種與時期依各家農場而異。



Summer

仙台七夕祭

日本最知名的七夕祭典之一。豪華絢爛的七夕彩帶佈滿市中心的商店街，景象壯觀，深深吸引著來訪的旅客。

地點 | 仙台市中心的商店街等 時期 | 8月6日~8日



©仙台七夕祭協賛會



資福寺的繡球花

被譽為「繡球花寺」的古老寺廟。在梅雨季節，寺院境內盛開著五顏六色的繡球花。

地點 | 資福寺

時期 | 6月下旬~7月上旬



定義螢火蟲之鄉鑑賞會

在自然豐富的定義地區可見到的夢幻景色。在清流周圍飛舞的螢火蟲之光，點綴著夏日的夜晚。

地點 | 定義如來西方寺

時期 | 6月下旬~7月中旬



仙台七夕前夜祭 & 仙台七夕夜間慶典

七夕祭典的前一晚會施放煙火大會，祭典期間則會以仙台城跡為中心，舉辦點燈儀式與各種夜間活動，為整座城市增添繽紛色彩。

地點 | 仙台市中心
(西公園、青葉山公園等)

時期 | 煙火：8月5日

夜間慶典：8月6日~8日

戶外活動



高空滑索探險

在滑雪場上空滑翔的暢快活動。感受夏季高原的風，欣賞絕美景色。

地點 | Spring Valley
仙台東滑雪場

時期 | 7月中旬~11月上旬



夏季(6月~8月)資訊請見此處



三月

四月

五月

六月

七月

八月



櫻花 | 3月下旬~4月上旬

榴岡公園、西公園、錦町公園



草莓 | 12月下旬~6月上旬

JR 水果公園仙台荒濱、一莓一笑、Berry Planet 燦燦園



繡球花 | 6月下旬~7月上旬

資福寺

鳶尾花 | 5月下旬~6月上旬

輪王寺



向日葵 | 7月下旬~8月上旬

仙台農業園藝中心



定禪寺通的紅葉

仙台最具代表性的大道，秋季時將染上一片迷人秋色。在櫟木林蔭的隧道中散步，盡情欣賞美麗的紅葉。

地點 | 定禪寺通 時期 | 11月下旬～12月上旬



定禪寺街頭爵士音樂節

這是一場讓整個街道化身為舞台的音樂盛典。街頭巷尾將充滿各式各樣音樂類型的表演，讓整座城市隨之搖擺。

地點 | 仙台市中心
(定禪寺通等)

時期 | 每年9月
第2個週六、週日



飲食文化



芋煮會

在秋天的河邊享受的戶外火鍋。味噌燉煮芋頭和豬肉，是大家共同品嚐的仙台秋日風物詩。

地點 | 廣瀨川河岸、泉岳、
秋保地區等

時期 | 9月～11月



仙台陸奧 YOSAKOI 祭

這是一場展現充滿活力舞蹈的熱鬧慶典。各個隊伍獨具個性的服裝與震撼人心的演出，精彩絕倫。

地點 | 仙台市中心
(勾當台公園等)

時期 | 10月



Akiu Lumina (秋保光之森)

這是一場妝點秋保溫泉鄉夜晚的點燈活動。您可以欣賞由夢幻光影與大自然交織而成的絕美景致。

地點 | 秋保溫泉區各處

時期 | 10月下旬～11月上旬



九月



晴王麝香葡萄 | 9月



梨子 | 9月～10月

十月

葡萄 | 8月下旬～9月下旬



十一月

JR 水果公園仙台荒濱、
仙台農業園藝中心

蘋果 | 9月～11月



十二月

草莓 | 12月下旬～6月上旬



JR 水果公園仙台荒濱、
一莓一笑・Berry Planet 燦爛園

戶外活動



滑雪・玩雪

從市區就能輕鬆抵達的滑雪場，在此盡情享受玩雪與冬季運動的樂趣。無論是初學者還是滑雪高手，都能玩得盡興。

地點 | Spring Valley
仙台東滑雪場等

時期 | 12月下旬～3月



一月

二月



仙台光之樂章

地點 | 仙台市中心 (定禪寺通等) 時期 | 12月

這是仙台冬季盛事，定禪寺通的櫟樹林蔭大道將被數十萬顆燈泡點亮。那無限延伸、如夢幻的光之隧道，令人嘆為觀止。



SENDAI Bright-Nights STORY

為仙台冬夜點亮嶄新篇章的燈光盛典。「森林之都」仙台引以為傲的林蔭大道，與劃時代的光影展演彼此交織，勾勒出如夢似幻的夜色，帶來一場繫繞心頭的難忘體驗。

地點 | 定禪寺通等地

時期 | 1月下旬～2月下旬



仙台新年特賣

以豪華贈品聞名的仙台傳統新春行事。您可以在充滿新年喜氣的熱鬧氛圍中，盡情享受超值購物的樂趣。

地點 | 仙台市內各店鋪

時期 | 1月2日～
※具體舉辦時間依各商店街、各店鋪而異



松焚祭

祈求無病消災、燃燒正月裝飾的傳統行事。特別是大崎八幡宮的裸參拜，莊嚴而充滿魄力。

地點 | 大崎八幡宮等

時期 | 1月14日



在伊達政宗公所打造 森林之都，仙台 踏上一場巡遊 400 年歷史的旅程。

仙台城跡

這裡是仙台藩祖伊達政宗公所修築的城堡遺址。站在天守台上的著名騎馬像旁，可將仙台市區的絕美景色盡收眼底。

地點 | 仙台市青葉區川內 1



瑞鳳殿

仙台藩祖伊達政宗公長眠的靈廟。豪華絢爛的桃山風格建築不容錯過，感受被翠綠新葉或秋日紅葉點綴下的莊嚴氣氛。

地點 | 仙台市青葉區靈屋下 23-2



國寶大崎八幡宮

奉伊達政宗公之命興建，為世代守護仙台的總鎮守神社。社殿施以黑漆，並裝飾著金箔與精緻雕刻，被指定為國寶，堪稱桃山建築的傑作。

地點 | 仙台市青葉區八幡 4-6-1



仙台市博物館

位於仙台城三之丸遺址，館藏約 10 萬件文物，核心為伊達家捐贈的文化資產。其中，被列為重要文化財的伊達政宗甲冑是必看亮點。

(※ 依時期不同，可能會展示複製品)

地點 | 仙台市青葉區川內 26



陸奥國分寺 藥師堂

這座由伊達政宗公重建的佛堂，是桃山建築的代表作之一，也被指定為國家重要文化財。在綠意盎然的寺院內，您可以靜靜感受歷史的厚度，度過一段悠閒寧靜的時光。

地點 | 仙台市若林區木之下 3-8-1



輪王寺 (北山五山)

座落於仙台市北部，是與伊達家族淵源深厚、格調崇高的寺院群。環境清幽，最適合來趟歷史漫步。特別是輪王寺的日式庭園，景色絕美，絕對值得一看。

地點 | 仙台市青葉區北山 1-14-1 (輪王寺) 等北山地區



宮城縣美術館

館藏涵蓋許多與宮城、東北淵源深厚的作品，也可欣賞康丁斯基等海外藝術名家的創作。藝術與自然在此相映成趣，交融成一方靜謐雅致的空間。

地點 | 仙台市青葉區川內元支倉 34-1



仙台大觀音

高達 100 公尺的巨大觀音像，是這座城市的著名地標。走進像身內部，供奉著 108 尊佛像，您還能從高處的展望窗俯瞰仙台市區全景。

地點 | 仙台市泉區實澤中山南 31-36



青葉山公園 仙臺綠彩館

這裡是漫遊青葉山公園的最佳據點。這座新設施不僅能讓您認識仙台的歷史文化，還附設了咖啡廳與商店，供您休憩遊逛。

地點 | 仙台市青葉區川內追回 (無番地)



傳統工藝、自然、美食。
打開五感，盡情享受
只有在仙台才能體會的樂趣。

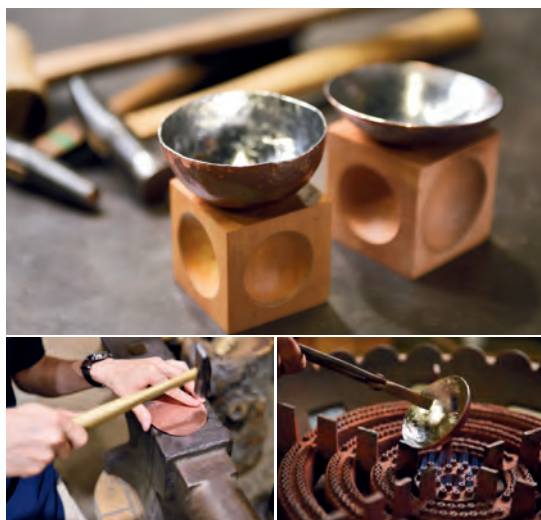
銅工作坊

體驗傳統的金屬加工技術「鍛金」。在職人的親自指導下，您可以親手敲打銅板，製作出專屬於自己、獨一無二的烹飪器具或酒器。※需預約

地點 | 仙台市青葉區一番町 1-12-40
(株式會社 Tazen 一番町本店)



※導覽地點可能配合製作進度調整，最新資訊請以報名表單為準。



松島熱氣球體驗

乘著熱氣球緩緩升至約20公尺高空，將日本三景之一的松島灣盡收眼底。迎著晨曦，欣賞朝陽映照下，島嶼與海面交織而成的壯麗景致。※須事先預約

地點 | 宮城郡松島町磯崎磯島2番地
時期 | 全年週六、週日及國定假日
※遇天候不佳時取消



食物模型製作體驗 (竹葉魚板)

在專業人員的指導下，體驗製作仙台名產「笹蒲鉾 (竹葉魚板)」的食物模型。過程有趣且容易上手。

※需預約

地點 | 仙台市青葉區宮町 3-9-38
(位於 Sendai Art Craft Salon 內)



JR水果公園仙台荒濱 水果採摘

園內栽培了草莓、蘋果、葡萄等 8 大類、超過 150 個品種的水果。一年四季都能讓您體驗採摘當季水果樂趣。※預約者優先

地點 | 仙台市若林區荒濱新 2-17-1



【漫步導覽體驗】仙台 3 大名產巡禮！

跟隨在地導遊漫步街區，為您介紹牛舌、竹葉魚板、毛豆泥麻糬等仙台名產。您可以一邊聆聽店家對料理的講究與飲食文化，一邊享受試吃。

※需預約 ※參訪地點可能會有變動。

地點 | 仙台市中心拱廊商店街等



從作品聖地
到紀念雕像，
帶您沉浸於故事世界之中。

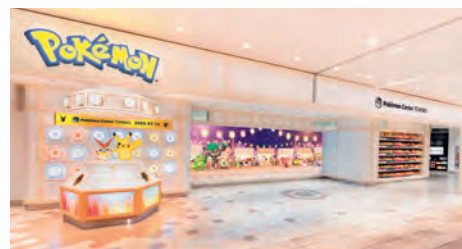
人氣漫畫《排球少年!!》紀念像

仙台是人氣排球漫畫《排球少年!!》的故事舞台之一。與作品淵源深厚的體育館及博物館前設有角色紀念像，吸引了眾多粉絲前來拍照留念。

地點 | 仙台市太白區富澤 1-4-1 (Kamei Arena 仙台前)※、市內各處 ※因配合場館進行改裝工程，至 2027 年 3 月(預定)為止，紀念像暫時移設至富澤公園。



©古館春一/集英社



Pokémon Center TOHOKU

這裡是日本的東北地區唯一一家寶可夢官方常設商店。在入口處，皮卡丘與幻之寶可夢比克提尼將充滿活力地迎接各位。快帶著笑容，跟他們一起比個 V 字手勢合照吧！

©Pokémon. ©Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc.
TM, ®, and character names are trademarks of Nintendo.

地點 | 仙台市青葉區中央 1-2-3 仙台 PARCO 本館 3F
(Pokémon Center TOHOKU)



寶可夢人孔蓋 (Poké Lids)

包含仙台市在內，宮城縣內各地都設置了繪有拉普拉斯圖案的人孔蓋，等著您來發現。

©Pokémon. ©Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc.
TM, ®, and character names are trademarks of Nintendo.

地點 | 宮城縣內各處



角色動漫周邊專賣店

仙台車站周邊集結了許多動漫專賣店。除了最新的周邊商品外，豐富齊全的品項絕對讓粉絲們難以抗拒。

地點 | 仙台車站周邊
(EBanS・仙台 PARCO 等)



仙台麵包超人兒童博物館與購物商場

深受大人小孩喜愛的日本人氣角色「麵包超人」的主題樂園。這裡每天都會舉辦角色表演秀，限定周邊商品與美食也相當豐富。

地點 | 仙台市宮城野區小田原山本丁 101-14



國際中心前的花式滑冰紀念碑

這是為了表彰兩位仙台出身的奧運金牌得主——荒川靜香選手與羽生結弦選手所設立的紀念碑。設計採用了兩人最具代表性的滑冰姿勢。

地點 | 仙台市青葉區川內 26 仙台市青葉區青葉山 (地下鐵國際中心站前)





牛舌

仙台美食的代名詞。厚切且鮮嫩多汁的炭烤牛舌，那令人難忘的美味，吃過一次就會愛上。

地點 | 仙台市內各處的牛舌專賣店



壽司

在此您可以品嚐到捕獲自世界級漁場三陸海域的新鮮海產。

地點 | 仙台市內各處的壽司店



仙台草莓

宮城縣獨有的原創草莓品牌。酸甜比例恰到好處，果肉飽滿多汁。

地點 | 仙台市內及近郊的草莓農園、超市、蔬果店
時期 | 約 12 月～6 月



喜久福

用柔軟的麻糬外皮，包裹著鮮奶油與內餡的日式甜點（大福）。

地點 | 仙台市內各處的「Ocha no Igeta (お茶の井ヶ田)」，伴手禮店



毛豆泥奶昔

將仙台名產毛豆泥融入香草奶昔中，是名店「Zunda 茶寮 (ずんだ茶寮)」的超人氣招牌飲品。

地點 | Zunda 茶寮 (ずんだ茶寮) 各分店



毛豆泥麻糬

將磨碎的毛豆泥裹在現搗的麻糬上，是仙台經典的鄉土點心。那種樸實且溫和的甜味，正是其魅力所在。

地點 | 仙台市內各處的日式菓子店、咖啡廳、伴手禮店



麻婆炒麵

在香煎過的麵條上淋上麻婆豆腐，是仙台特有的在地美食。

地點 | 仙台市內各處的中華料理店



青葉餃子

將仙台特產的雪裡紅揉入麵皮中，呈現出鮮豔翠綠色的餃子。

地點 | 仙台市內各處的餃子店、中華料理店



水芹鍋

連同根部一起品嚐冬季盛產的水芹，這就是正宗的仙台流吃法。

地點 | 仙台市內各處的居酒屋、鄉土料理店
時期 | 約 11 月～3 月



生蠔

在富饒海洋中孕育出的生蠔，口感濃郁滑順，無論是生食還是燒烤，都是極品美味。

地點 | 市內各處的生蠔酒吧、餐廳
時期 | 盛產期是 10 月～3 月



日本酒

東北地區作為清酒產地而廣為人知。



威士忌

孕育自宮城清澈水源與翠綠峽谷，口感順口易飲且香氣華麗的單一麥芽威士忌。



精釀啤酒

在仙台，您可以品嚐到包含當地獨創風味或美式風格等，各式各樣的精釀啤酒。



精釀葡萄酒

充分發揮秋保風土特色，獨具個性的葡萄酒。



竹葉魚板 (笹蒲鉾)

將魚漿塑形成竹葉形狀後烘烤而成的健康鄉土料理。

地點 | 仙台市內各處的魚板店、伴手禮店



仙台牛

這是在通過嚴格標準篩選後，獲得最高等級認證的黑毛和牛。

地點 | 仙台市內各處的牛排館、燒肉店、餐廳

圖片提供：宮城縣農政部 食產業振興課



國分町

這裡是東北地區最大的繁華街。直到深夜，您都能在此盡情享受在地美食與美酒。

地點 | 仙台市青葉區國分町



文化橫丁

這是一條瀰漫著昭和懷舊風情的居酒屋街，您可以在這裡享受續攤換店小酌的樂趣。

地點 | 仙台市青葉區一番町 2-4



壹式參橫丁

這是一條保留了戰後風貌的懷舊小巷。您可以在這裡體驗到最道地深度的仙台氛圍。

地點 | 仙台市青葉區一番町 2-3



仙台朝市

這是一個充滿活力、被暱稱為「仙台的廚房」的市場。這裡匯集了豐富且新鮮的海鮮、蔬菜與水果。

地點 | 仙台市青葉區中央 3 丁目 8-5

瀑布、溪谷之美，還有名湯，可以盡情享受美食，是仙台的人氣度假勝地。



這裡是被譽為「美人湯」的溫泉鄉，還能盡享威士忌與特色美食。



① 仙台秋保溫泉

這座擁有 1500 年悠久歷史的古老溫泉，也是伊達政宗公鍾愛的名湯。您可以在豐富大自然的環抱下，度過一段療癒身心的美好時光。

地點 | 仙台市太白區秋保町湯元



③ 秋保工藝之里

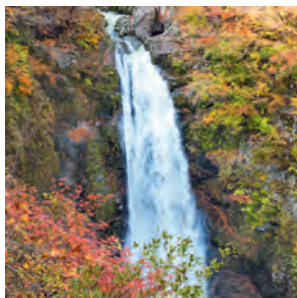
這是一個聚集了傳統工藝工坊的聚落。您可以在此參觀或親身體驗「木芥子」與「仙台筆筒」等職人的精湛技藝。地點 | 仙台市太白區秋保町湯元上原 54



⑥ 仙台萬花筒美術館

世界首座萬花筒美術館。這是一個能讓您沉浸於細緻且美麗萬花筒世界中的夢幻藝術景點。

地點 | 仙台市太白區茂庭字松場 1-2



② 秋保大瀑布

入選日本百大瀑布與國家指定名勝，高低落差達 55 公尺，氣勢磅礴。特別是在翠綠新葉與秋紅時節，景色堪稱絕景。

地點 | 仙台市太白區秋保町馬場
時期 | 賞楓期為 10 月下旬~11 月上旬



④ 磊磊峽 (硯橋 ♥ 愛心)

這是一處奇岩怪石綿延的溪谷，設有步道供您漫步賞景。其中愛心形狀的岩石凹洞「硯橋 ♥ 愛心」，更是超人氣的打卡熱點。

地點 | 仙台市太白區秋保町湯元



⑦ 秋保

Village Agurie no Mori

匯集秋保農特產與美食的複合式設施。這裡是挑選伴手禮、品嚐在地好滋味的最佳去處。

地點 | 仙台市太白區茂庭字中谷地 南 32-1



⑤ 葡萄酒和啤酒

在大自然中孕育出的秋保葡萄酒與精釀啤酒。您可以在此享受試飲或品嚐搭配餐點的樂趣。

地點 | 秋保葡萄酒廠：仙台市太白區秋保町湯元枇杷原西 6
Great Dane Brewing：仙台市太白區秋保町湯元字枇杷原 5



⑧ 二口峽谷 溯溪體驗

這是在大自然中攀爬溪流的冒險運動。您可以用全身親自感受清澈溪水的沁涼與刺激感。

地點 | 仙台市太白區秋保町馬場 (二口峽谷)
時期 | 7 月~9 月



② Nikka 威士忌仙台宮城峽蒸餾所

這座蒸餾所隱身在綠意盎然的峽谷中。不僅能近距離了解威士忌的製作過程，還可付費品飲平時難得一遇的珍稀原酒。※需預約
地點 | 仙台市青葉區ニッカ1番地



⑤ 平賀木芥子店

這是一間傳承自江戶時代、製作傳統作並木芥子的工坊。您不僅能參觀職人精湛的工藝，還能親自體驗彩繪的樂趣。

地點 | 仙台市青葉區作並元木 13



① 仙台作並溫泉

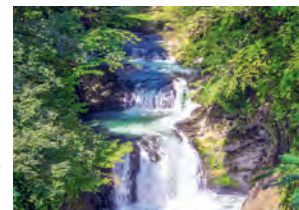
作為仙台的療癒度假勝地而聞名。據說伊達政宗公也對此地情有獨鍾，您可以在大自然的懷抱中，享受身心放鬆的時刻。



③ 定義如來西方寺 & 三角油炸豆腐

前往歷史悠久的寺院參拜，再品嚐剛炸好的名產「三角油炸豆腐」，這是這裡最經典的玩法。

地點 | 仙台市青葉區大倉上下 1
時期 | 賞楓期為 10 月下旬~11 月上旬



④ 鳳鳴四十八瀑布

大小瀑布層層相連的風景名勝。在新綠或楓紅季節，漫步於美麗的大自然中更是別有一番風味。

地點 | 仙台市青葉區作並



⑥ 森林浴之旅

在作並茂密的森林中，讓身心煥然一新。這是一場在專業嚮導帶領下，用五感親近大自然的療癒體驗。

地點 | 仙台市青葉區作並 (作並溫泉周邊)
時期 | 4 月~11 月的特定日



⑦ 大倉水壩 SUP (立漿衝浪)

在平靜的水庫湖面上享受立式單槳衝浪 (SUP)。一邊在水上散步，一邊盡情享受雄偉的大自然。

地點 | 仙台市青葉區大倉 (大倉水壩)
時期 | 5 月~10 月

這裡乘載了震災的記憶與對未來的希望。在復興之地，見證仙台的「當下」。



JR 水果公園仙台荒濱

這是在震災後全新開幕的觀光果園。一年四季都能享受採摘草莓、蘋果等各式當季水果的樂趣。

地點 | 仙台市若林區荒濱新 2-17-1



鐘崎總本店 竹葉魚板館&七夕博物館

可以親身體驗製作仙台名產「笹蒲鉾(竹葉魚板)」。現場也常設華麗的七夕裝飾。

地點 | 仙台市若林區鶴代町 6-65



AQUA IGNIS 仙台

一座集天然溫泉、餐飲、市集與數位體驗於一身的複合設施。以「療癒、品味、孕育」為主題，打造一處讓人放鬆身心、享受多元體驗的療癒去處。

地點 | 仙台市若林區藤塚松之西 33-3



震災遺址 仙台市立荒濱小學校、 東日本大震災慰靈之塔

這是一座將東日本大震災的威脅與教訓傳遞給未來的設施。遭受海嘯侵襲的校舍，完整地保存下來。

地點 | 仙台市若林區荒濱新堀端32-1



仙台海森森林水族館

這座東北大型的水族館，重現了三陸海洋豐富的生態面貌。海豚、海獅與鳥類的精彩表演秀，以及魄力十足的巨大水槽，都是不能錯過的看點。

地點 | 仙台市宮城野區中野 4-6



麒麟啤酒 仙台工廠

透過有趣的工廠參觀行程，了解啤酒的製造過程。參觀結束後，還能開心試飲 3 種工廠直送的「一番搾」系列啤酒。



地點 | 仙台市宮城野區港 2-2-1



仙台農業園藝中心

這是一座生態豐富的公園，能讓您欣賞四季更迭的花草，並體驗採果樂趣。玫瑰園與梅園等隨著季節變換的美麗景色，在此盡收眼底。

地點 | 仙台市若林區荒井切新田 13-1

無論旅遊目的是什麼，都能配合您的心情，
讓您盡情享受購物的樂趣。

詳細資訊請參考此處



MITSUI OUTLET PARK 仙台港、 SENDAI-IZUMI PREMIUM OUTLETS®

兩座能讓您以優惠價格入手名牌商品的暢貨中心，各有不同特色，絕對能讓您逛上一整天。

地點 | MITSUI OUTLET PARK 仙台港
仙台市宮城野區中野 3-7-2

SENDAI-IZUMI PREMIUM OUTLETS®
仙台市泉區寺岡 6-1-1

還有適合邊走邊吃的美食！
名產「炸葫蘆」

地點 | 仙台市青葉區
中央 2-3-18
(阿部蒲鉾店 本店)



MITSUI OUTLET PARK 仙台港



SENDAI-IZUMI PREMIUM OUTLETS®



拱廊商店街

起自仙台車站前，是條讓您無需擔心天候、隨時都能輕鬆購物的有頂棚商店街。各式店家櫛比鱗次，光是散步也充滿樂趣。

地點 | 仙台市中心拱廊商店街
(仙台市青葉區一番町、中央)



仙台車站周邊

西口

東口

這裡是集結了 仙台 PARCO、S-PAL 仙台、友都八喜 (Yodobashi Camera)、唐吉訶德等最新商業設施的熱門區域。

地點 | 仙台車站 (仙台市青葉區中央 1-1-1) 周邊

藤崎、仙台三越

這是仙台最具代表性的老字號百貨公司。除了擁有優質的商品與服務外，品項琳瑯滿目的百貨地下美食街更是其魅力所在。

地點 | 仙台市青葉區一番町 3-2-17 (藤崎)、仙台市青葉區一番町 4-8-15 (仙台三越)



藤崎



仙台三越

只要從仙台稍微延伸腳步，
還有許多魅力景點等著您。



1 银山温泉

這是一條瀟灑著大正浪漫懷舊風情的溫泉街。每當黃昏時分瓦斯燈亮起，那景色更是格外夢幻迷人。

地點 | 山形縣尾花沢市銀山新畑



2 立石寺 (山寺)

這是一座矗立於險峻山中的歷史古剎。當您爬完 1,015 階的石梯後，等待著您的將是絕美的景色。

地點 | 山形縣山形市山寺 4456-1



3 白石城

這裡是伊達家重臣片倉小十郎的居城。從修復得美輪美奐的天守閣上，將城下町的風光盡收眼底。

地點 | 宮城縣白石市益岡町 1-16



宮城偶來 (Olle)



- 1 氣仙沼・唐桑路線
- 2 奧松島路線
- 3 大崎・鳴子溫泉路線
- 4 登米路線
- 5 村田路線
- 6 多賀城路線
- 7 藏王・遠刈田溫泉路線

宮城偶來 (Olle)
官方網站



4 世界遺產平泉 (中尊寺・毛越寺)

這裡是平安時代佛教文化開花結果的聖地。金色堂的璀璨光輝與淨土庭園的優美景觀，將洗滌您的心靈。

地點 | 岩手縣西磐井郡平泉町



7 名取 (開上)

這是一個匯集了新鮮海產的港口小鎮。在震災後重建的市場裡，您可以品嚐到名產赤貝與美味的海鮮丼。

地點 | 宮城縣名取市開上



9 藏王御釜

呈現翡翠綠色的火山口湖「御釜」，充滿了神秘氣息。冬季時，還能近距離欣賞被稱為「雪怪」的樹冰奇景。

地點 | 宮城縣刈田郡藏王町遠刈田溫泉 (藏王刈田岳山頂附近)



5 栗駒山 (紅葉)

被譽為「神的絨毯」，是日本首屈一指的賞楓名勝。整座山頭染上紅黃交織的色彩，景色壯麗，令人嘆為觀止。

地點 | 宮城縣栗原市栗駒沼倉 (いわかがみ平)



6 田代島

以「貓島」之名享譽國際的貓咪樂園。這裡居住著比島民還多的貓咪，牠們都會非常親人地迎接您的到來。

地點 | 宮城縣石卷市田代濱 (田代島)



8 松島

名列「日本三景」之一的絕景勝地。灣內散布著大大小小 260 多座島嶼，如詩如畫，美不勝收。

地點 | 宮城縣宮城郡松島町



10 一目千本櫻

綿延於白石川堤防長約 8 公里的櫻花大道。以靄靄殘雪的藏王連峰為背景，那櫻花隧道簡直美得令人屏息。

地點 | 宮城縣柴田郡大河原町金ヶ瀬 (白石川堤)

廣域觀光推薦行程 01

搭乘電車與遊船！ 日本三景 松島與鹽竈、仙台之旅 一日遊推薦行程



仙台車站出發



電車約 30 分鐘
步行約 10 分鐘

01 港口綠洲・Marine Gate 鹽竈

這裡是連接鹽竈與松島的觀光遊覽船，以及前往浦戶群島定期船的客運碼頭。從伴手禮店，到能品嚐當季海鮮的餐廳，設施相當充實。



搭船前往松島海岸約 50 分鐘
一邊眺望松島灣的島嶼風光，一邊享受遊覽船的航行樂趣。

02 漫步松島海岸 (停留 120 分鐘)

五大堂

渡過「結緣橋」後即可抵達的松島象徵。這是一座以日本三景絕美景色為背景的佛堂。



國寶 瑞巖寺

由伊達政宗公所建立的臨濟宗寺院，被指定為國寶。



午餐享用海鮮美食

這裡除了有提供海鮮料理的餐廳外，還有各式咖啡廳，也能享受挑選伴手禮的樂趣。



搭乘電車約 20 分鐘
步行約 10 分鐘

in Sendai

03 MITSUI OUTLET PARK 仙台港 (停留 120 分鐘)

這裡匯集了流行時尚、運動品牌、生活雜貨等豐富多樣的店鋪，讓您盡情享受購物的樂趣。



步行約 10 分鐘
搭乘電車約 20 分鐘

in Sendai

04 在 JR 仙台車站「牛舌通」享用美食

旅程的完美句點，就交給仙台名產「炭烤牛舌」吧！位於 JR 仙台車站 3 樓的牛舌大街，聚集了多家超人氣名店。快來大啖厚切多汁、最道地的美味吧！



查看其他推薦行程



廣域觀光建議行程 02

盡享山形——作並絕景，在溫泉 中療癒身心，暢遊「森林之都」仙台 兩天一夜推薦行程



【第 1 天】

仙台車站出發



步行約 5 分鐘
在仙台車站周邊的租車店租車
(開車約 110 分鐘) ※行駛收費道路

01 銀山溫泉 (停留 70 分鐘)

漫步於瀾漫著大正浪漫風情的溫泉街。特別是瓦斯燈亮起的黃昏景色格外迷人，讓人彷彿穿越時空回到過去。午餐推薦品嚐名產蕎麥麵或咖哩麵包。
※ 冬季實施入場管制



開車約 70 分鐘

02 山寺 (立石寺) (停留 120 分鐘)

這座奇岩怪石綿延的山岳本身就是修行之地，也是以俳人松尾芭蕉聞名的古剎。挑戰攀登 1000 多階的石梯，從開山堂與五大堂俯瞰絕美景色吧。



開車約 50 分鐘

in Sendai

03 入住作並溫泉旅館・享用晚餐

沿著廣瀨川溪谷散布著許多旅館，在此能欣賞四季更迭的美景。您可以在溫泉鄉漫步、欣賞傳統的作並木芥子，並悠閒地浸泡在溫泉中，療癒旅途的疲憊。



【第 2 天】

入住作並溫泉旅館・享用晚餐



(開車約 10 分鐘)
※移動時間依各溫泉旅館而異

in Sendai

04 Nikka 威士忌仙台 宮城峽蒸餾所 (停留 70 分鐘)

座落於綠意盎然峽谷中的蒸餾所。除了參觀威士忌製造成外，還能試飲 3 種酒款。



開車約 25 分鐘

in Sendai

05 定義如來 西方寺 (停留 90 分鐘)

這是一座據說在祈求良緣與安產方面相當靈驗的古剎。參拜結束後，請務必嚐嚐看現炸熱騰騰、香氣四溢的名產「三角定義炸豆腐」。



開車約 45 分鐘

仙台車站

廣域觀光推薦行程 03

從森林之都仙台出發，
前往世界遺產平泉。
一場巡遊宮城歷史與絕景的自駕之旅

【第1天】

仙台車站出發

步行約 5 分鐘
在仙台車站周邊的租車店租車
(開車約 85 分鐘) ※行駛收費道路

01 世界遺產・平泉(中尊寺・毛越寺) (停留 110 分鐘)

擁有璀璨「金色堂」的中尊寺，以及坐擁美麗淨土庭園的毛越寺。請在這片世界遺產之地悠閒漫步，感受歷史的薰陶。



開車約 30 分鐘

02 狹鼻溪遊船(停留 110 分鐘)

名列「日本百景」的名勝地。在聳立著超過 100 公尺高斷崖的溪谷中，一邊聆聽船夫吟唱民謠「狹鼻追分」，一邊搭乘小船悠閒順流而下。盡情欣賞四季變幻的溪谷之美。



(開車約 110 分鐘) ※行駛收費道路

03 入住秋保溫泉旅館・享用晚餐

仙台的人氣度假勝地秋保溫泉。讓溪谷之美與名湯療癒您的身心。



in Sendai

【第2天】

秋保溫泉旅館出發

開車約 20 分鐘

04 秋保大瀑布(停留 30 分鐘)

落差達 55 公尺、氣勢磅礴的大瀑布。



in Sendai

(開車約 80 分鐘) ※行駛收費道路

05 藏王 御釜(停留 60 分鐘)

呈現翡翠綠色的火山口湖「御釜」，是個充滿神秘氣息、能感受大自然脈動的景點。



開車約 60 分鐘 ※行駛收費道路

06 白石城與武家屋敷(停留 80 分鐘)

白石城是伊達家重臣片倉小十郎的居城。從修復得美輪美奐的天守閣上，可將城下町的風光盡收眼底。此外，也推薦您前往白石城北側，漫步於面向澤端川(三之丸外護城河)的「武家屋敷通」。午餐推薦品嚐白石溫麵。



開車約 50 分鐘 ※行駛收費道路

入住仙台市內的飯店

【第3天】

仙台市內的飯店

開車約 40 分鐘

07 開上港朝市(停留 20 分鐘)

每週日舉辦的大型朝市。新鮮的海鮮與當地名產琳瑯滿目，現場充滿活力。可以將買來的海鮮當場燒烤享用的「濱燒專區」更是超人氣。
※ 僅週日、國定假日舉辦

開車約 5 分鐘

08 開上河城露台(停留 20 分鐘)

作為東日本大震災復興象徵而開幕的商業設施。餐飲店與商店櫛比鱗次，您可以在水邊露台用餐或休憩。「魷仔魚丼」等在地美食相當受歡迎。

開車約 5 分鐘

09 AQUA IGNIS 仙台(停留 90 分鐘)

館內設有天然溫泉、餐廳、匯集東北與宮城特產的市集，以及數位體驗設施，從休憩、美食到遊樂，一站即可盡情享受。逛遍各具特色的店家，輕鬆玩上一整天。



開車約 30 分鐘

仙台車站

伴手禮與傳統工藝品

從經典點心到傳統工藝品，
將只有在仙台才能入手的伴手禮帶回家。



宮城傳統 木芥子

代表東北地區的傳統木製人偶。其表情與形狀隨產地而異，擁有一種樸實無華的獨特魅力。

地點 | 百貨公司、伴手禮店、職人工坊



萩之月

菓匠三全的代表名菓，以鬆軟蛋糕包裹香濃卡士達餡。口感鬆軟、滋味溫潤，廣受喜愛。

地點 | 仙台車站、百貨公司、市內各伴手禮店、菓匠三全 各店



仙台一口毛豆泥麻糬

老字號「井田茶舖」推出的一口小點，將仙台名產毛豆泥麻糬的清甜滋味，輕巧收進一口之中。可常溫保存，無論隨身攜帶或帶回家分享都很方便。

地點 | 仙台站、百貨公司、伴手禮店



堤燒

傳承自江戸時代，風格樸實且剛勁有力的陶器。其獨特的黑白釉色對比是最大特色。

地點 | 仙台市青葉區上谷刈赤坂 8-4 (堤燒乾馬窯)



仙台傳統點心

這是一種能品嚐到懷舊古早味的傳統點心。特別是使用花生製作的「Makoron」，口感酥脆、香氣濃郁，人氣極高。

地點 | 仙台市青葉區木町通2-2-57 (熊谷屋 本店) 等



仙台麻雀饅頭

這款可愛的麻雀造型饅頭，靈感來自青葉祭的「麻雀舞」。口感軟Q，造型討喜。

地點 | 仙台站、伴手禮店



玉蟲塗

源自仙台、色澤會隨光線角度而變化的漆器。被指定為宮城縣傳統工藝品。

地點 | 仙台市青葉區上杉 3-3-20 (東北工藝製作所) 等



仙台味噌核桃餅乾

使用伊達政宗公也鍾愛的仙台味噌所製成的甜點。味噌的鹹味與餅乾的甜味完美融合。

地點 | 仙台市青葉區本町 2-8-5 (佐佐重 本店) 等



飯糰丸 (Musubimaru) 周邊商品

仙台、宮城觀光 PR 吉祥物「飯糰丸」的周邊商品。飯糰臉配上盔甲造型，是可愛的人氣角色。

地點 | 仙台站、伴手禮店

除了電車、地下鐵與一般公車外，
還有多種交通方式及超值票券可供選擇。

超值票券

SENDAI AREA PASS (1 日券)
THE SENDAI MARUGOTO PASS (2 日券)

這是一張可在 1 天或 2 天內無限搭乘，讓您以划算的價格暢遊仙台、松島、山寺等地的周遊券。此外，憑票券還可享受觀光設施及餐飲店的折扣或專屬優惠。

票價 (大人・12 歲以上)
SENDAI AREA PASS: 1,420 日圓
THE SENDAI MARUGOTO PASS: 2,930 日圓
※ 此為 2026 年 8 月時的價格。

適用路線
JR 線 (仙台・松島・松島海岸・山寺・白石站區間)、
仙台機場鐵道・蘆薈兒仙台・仙台市營巴士・
仙台市地下鐵・宮城交通巴士 (秋保線)、
阿武隈急行 (槻木站～阿武隈站區間)



SENDAI AREA PASS:
<https://sendaitravelpass.jp/1day/th/>





THE SENDAI MARUGOTO PASS
<https://sendaitravelpass.jp/2days/en/>



 **Tohoku Expressway Pass**

只要在租車時一併租借專用 ETC 卡，即可以固定金額享有 4~8 天無限暢行東北地區高速公路的優惠！
https://tw.driveplaza.com/drawari/tohoku_expass/



 **Tohoku Highway Bus Ticket**

這是一張可在 2 天或 3 天內，無限搭乘東北地區內的高速巴士及部分一般路線公車的超值數位票券。
<https://japanbuslines.com/tw/thbt/>



蘆薈兒仙台

這是巡遊仙台市中心主要觀光景點的觀光循環巴士。若購買可自由上下車的「一日券」，還能享有沿線設施提供的各種優惠。
<https://loople-sendai.jp/en/>





租車

巡遊仙台和東北地區，推薦配備導航系統的租車。
<https://tw.discoversendai.travel/must-do/enjoy-sendai-and-miyagi-by-rental-car/>
※開車時，需要國際駕照或相關文件。



計程車

不僅能舒適地前往目的地，當行李較多或夜間移動時也相當方便。
<https://japanbuslines.com/tw/>

提供推薦觀光行程



高速巴士

無論是前往鄰近的山形縣、福島縣，甚至是東京，既實惠又便利。

詳細交通資訊請參考此處
<https://tw.discoversendai.travel/travel-info/getting-to-sendai/>



徒步導覽與體驗行程

i-SENDAI (仙台觀光諮詢服務台) 提供日語及英語的體驗型活動，例如「仙台市中心必訪景點巡禮」或「和菓子裝飾體驗」等。我們非常推薦給想要與當地人交流，或是想深入了解仙台生活風格的旅客，在仙台度過一段難忘的美好時光。

預約・諮詢
<https://i-sendai.jp/>



觀光服務中心

- 仙台市觀光資訊中心 (仙台車站)**
仙台市青葉區中央 1-1-1 JR 仙台車站 3 樓
- i-SENDAI (仙台觀光諮詢服務台)**
(市中心) ※設有退稅櫃檯
仙台市青葉區一番町 3-2-17 藤崎本館 1 樓
- 秋保溫泉鄉觀光服務所 (秋保地區)**
秋保文化鄉中心內
(仙台市太白區秋保町湯元寺田原 40-7)
<https://akiusato.jp>
- 作並・定義觀光服務中心 (作並地區)**
湯之町作並觀光交流館 La Santa
仙台市青葉區作並字元木 2-7
<https://tw.discoversendai.travel/travel-info/tourism-information-center/>
- 陸奧觀光服務所 (仙台國際機場)**
宮城縣名取市下増田南原無番 仙台國際機場 1 樓
<https://sendai-airport.co.jp/tw/>



關於最新資訊，請瀏覽仙台市官方網站及社群媒體。

仙台市官方觀光資訊網站
Discover SENDAI
<https://tw.discoversendai.travel/>



仙台市官方 Facebook
Travel to Sendai, Japan



仙台市官方 Instagram



Sendai Photo Gallery

