

子育て中だからこそ
子どもと一緒に楽しもう

こそだて情報MAP

in 陸前高田

Vol.2



おやこの広場



きらりんきっず

A Gathering Space for Mummies & Kids



陸前高田市は「海・山・川」
に恵まれた自然豊かな場所だよ。
気候も良く、岩手の湘南
とも言われているよ！
海産物・りんご・野菜・お米
が美味しいよ！

陸前高田市マップ



子育て支援

おやこの広場 きらりんきっず / 陸前高田市子育て支援センター
(たかた、あゆっこ、にこにこ) / 児童発達支援陸前高田市ふれ
あい教室 / 小友保育所 (所庭開放)

飲食店

やぶ屋 / 中華食堂 熊谷 / 菅久菓子店 -Patisserie Kankyu- / おか
ず屋 和笑輪 / はびなるカフェ / Café Mieux カフェ ミュー / み
んなのゆめちゃんハウス / Sunny × Blue / やきにく 萬々事々 /
食堂かもん / 陸前高田発酵パーク CAMOCY

販売

道の駅高田松原 / 川の駅よこた / いわ井 / chai candle / アパッセ
たかた / イオンスーパーセンター陸前高田店

サービス

陸前高田市立図書館 / 陸前高田市立博物館 / ZEN まちなかテラス
店 / 陸前高田市シルバー人材センター / 陸前高田市まちなか広場
交流施設 ほんまるの家 / 岩手県立高田松原津波復興祈念公園管理
事務所 / グリーンスローモビリティ / 総合交流センター 夢アリー
ナたかた

レジャー

高田松原海水浴場 / 広田海水浴場 大野海岸 / 陸前高田ワタミオー
ガニックスランド / Snow Peak RIKUZENTAKATA / だいわフルーツ
パーク気仙 / いちごパーク せせらぎファーム観光農園

温泉・宿泊

キャピタルホテル1000 / 黒崎仙峡温泉 / 玉乃湯

公園

市内公園マップ (まちなか広場 / 川原川公園 / 高田松原運動公園こ
ども広場 / 今泉公園 / 岩手県立野外活動センター遊具広場 / 箱根山
わんぱくの森など)

病院・暮らし

気仙地区小児科等 (岩手県立高田病院 / 岩手県立大船渡病院 / 大津
小児科ファミリークリニック / 大船渡市国民健康保険越喜来診療所
 / 及川皮膚科クリニック / いたう耳鼻咽喉科クリニック) / 一般
社団法人 陸前高田市観光物産協会 / 特定非営利活動法人 高田暮らし



陸前高田市にある
親子にやさしいお店や
施設を紹介しています♪





おやこの広場 きらりんきっず

おやこの広場きらりんきっずは、小学校就学前のお子さんをお持ちの家庭で、子育てをされている方ならどなたでもご利用いただけます。

広場内は木のぬくもりあふれるあたたかな雰囲気にもまれ、たくさんさんの絵本やおもちゃ、子どもたちが楽しく遊べる広々としたスペースがあります。また、おむつ交換台や授乳室もあり、初めて来た方も安心して過ごせます。

開所時間内は、いつ来ても、いつ帰ってもOKです。保育士、栄養士、研修を受けたスタッフが常駐しておりますので、子育ての悩みや相談、わからないことなど、気軽にどうぞください。

地域の方々と一緒に楽しめる講座やイベントも多数開催していますので、おじいちゃんやおばあちゃんもお気軽にご参加ください。



施設から一言

笑顔の「わ」が広がるお手伝いをします。気軽にふらっとほっと一息つきに来てね。みんなで待っているよ！



絵本や育児・お料理の本など、期限なしで貸し出ししています。



赤ちゃんコーナーと食育キッチン。クッキングなどのイベントを開催しています。



充実の情報コーナーと、荷物が置けるロッカーがあります。



お絵描き、折り紙、季節の絵本コーナーがあります。

📍 陸前高田市高田町字並杉300-1
 陸前高田アムウェイハウスまちの縁側内

☎ 0192-47-3908

対象者／就学前のお子さまとご家族、妊婦さん

開所日／月～金曜日（土・日イベント開催有）

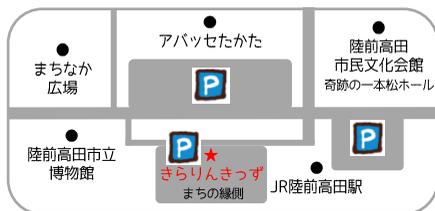
開所時間／9:30～15:30

休業日／国民の祝日、お盆、年末年始

（その他のお休みは右記QRコードより、カレンダー等でご確認ください）

利用料／無料（初回利用登録が必要）

持ち物／オムツや飲み物（水またはお茶）他、お子さまに必要なもの



JR陸前高田駅より徒歩1分。

車でお越しの際は「まちの縁側」の駐車場を無料でご利用いただけます。



きらりんきっずの情報はSNSにて随時発信しています。

<http://kirarinkids.jp>



こどもトイレ



おむつ交換台



授乳室



授乳室には調乳器があり、ミルク用のお湯が必要な方にも安心です。



子ども用トイレには、お着換えステップ台があります。



おむつ交換台や子ども用の低い手洗い場があり、親子で並んで手洗いができます。



「生理の貧困」対策として、常時生理用品を設置しています。

陸前高田市 地域子育て支援センター

子育て支援センターは、乳幼児を持つ親子の交流や育児相談、情報提供などを行っています。子育て相談員が子育てに関する不安や悩みの相談に応じます。子どもを自由に遊ばせたり、ママ同士・パパ同士でコミュニケーションを取ったり、育児講座に参加したりと、楽しい時間を過ごせます。

「たかた」「あゆっこ」「にこにこ」は、陸前高田市内にお住まいの就学前で未入所（園）のお子さんとその家族、または妊婦さんならどなたでも無料で利用できます。

緊急の連絡が必要な場合、職員不在時は陸前高田市役所子ども未来課子育て支援係までお問い合わせください。

(0192-54-2111 内線 255)

陸前高田市HP



※状況や都合により内容が変更になる場合があります。詳しくは各施設までお問い合わせください。

たかた



陸前高田市高田町字中和野36-2

(高田保育所内)

☎ 0192-54-4830

開所日/平日・土日

開所時間/月～金曜日

9:30～12:00 13:00～15:00

土・日・祝日にあたる月曜日

9:00～12:00 13:00～15:45

施設から一言

おともだちのお家に来る感じで気軽に遊びに来てね!



あゆっこ



陸前高田市気仙町字三本松100

(気仙保育所内)

☎ 0192-55-6261

開所日/月～金曜日

開所時間/9:30～12:00 13:30～15:00

(午後は事前連絡が必要です)

施設から一言

アットホームなあゆっこ。保育所の様子も気軽に感じることができます。



にこにこ



陸前高田市広田町字大久保25

(広田保育園内)

☎ 0192-56-4600

開所日/月～金曜日

開所時間/9:30～12:00 13:30～15:00

(午後は事前連絡が必要です)

施設から一言

おだやかな時間が過ごせます。リラククスしに来てね!



児童発達支援 陸前高田市ふれあい教室

「ふれあい教室」では、言葉や行動、身体の発達に心配のあるお子さんをサポートしています。

必要に応じて専門家に相談することもできます。

生後6ヶ月から未就学児まで利用できますが、利用の際は事前に登録が必要です。

毎週月曜日の「たんぼの日」には、登録せずに利用可能です。事前にお問い合わせください。

施設から一言

プログラムに沿って親子で遊べますよ♪
一緒に子育ての応援をさせていただきます。



陸前高田市高田町字太田511
保健福祉総合センター内

090-9745-5182
0192-54-5150 (社会福祉協議会)

開所日/月～金曜日

開所時間/9:00～16:00

(曜日によって異なりますのでご確認ください)



多目的
トイレ

おむつ
交換台



小友保育所 (所庭開放)

毎週土曜日、未就学の子どもとその保護者の遊び場として、小友保育所の所庭を開放しています。

広い園庭でのびのびと遊ぶことができ、すべり台などの遊具も利用可能です。

利用するときは、保育所職員に声をかけてください。遊び道具やボールの持ち込みも可能ですが、遊んだ後は片付けをお願いします。(保育所の遊び道具の貸し出しは行いません)

施設から一言

広いお庭と小さい子から大きい子まで遊べる遊具も揃っています。親子で遊びに来てください。



陸前高田市小友町字柳沢前114
0192-56-2800

0192-54-2111 内線254
(陸前高田市福祉部子ども未来課
子育て支援係)

開放日/土曜日のみ

※祝日の土曜日、年末年始、保育所で
行事等がある日は利用できません。

開放時間/9:00～16:00

対象者/未就学の子どもとその保護者等
(子どものみの利用は不可)



やぶ屋



いつも行列ができる老舗の有名店、人気の手打ちそば屋さん。
そばやうどんのほか、天丼やカツ丼などの丼ものメニューも豊富に揃っています。

メニューには半分の量の半うどん・半そば・半丼も用意されているので、お好みで組み合わせることができます。

奥には小上がり席もあり、小さなお子さま連れでも安心です。

お店から一言

小さいお子さまでも食べられるメニューもあります。あたたかい半かけうどんをよわらかめに…などのオーダーにもお応えしますので、ぜひご利用ください。



中華食堂 熊谷



看板メニューは、スパイスが香る白ごま・黒ごま担々麺。
担々麺の他にも、しょうゆラーメンやミニチャーシュー丼など、お子さま向けのメニューも充実しています。

小上がり席、子ども用イス、子ども用食器が用意されているので、ご家族連れでも安心して食事を楽しむことができます。

デザートの自家製杏仁豆腐は、甘さ控えめで、つるっとした喉ごしが特徴です。

お店から一言

小上がり席も子ども用イスも準備しています。近くに公園もありますので、遊ぶ前でも遊んだ後でもお気軽に足をお運びください。



陸前高田市高田町字馬場前302-2
 陸前高田まちなかテラス内
 0192-55-2053
営業時間／11:00～14:00
定休日／不定休

洋式
 トイレ

陸前高田市高田町字馬場前302-2
 陸前高田まちなかテラス内
 なし
営業時間／11:00～15:00
定休日／月曜日

洋式
 トイレ
 ベビー
 キープ

菅久菓子店 -Patisserie Kankyu-



まちなか広場のすぐ側にある洋風の可愛らしいお店は、高田の老舗菓子店の「菅久菓子店」。甘い香りに包まれる店内には、ケーキや焼き菓子など豊富な種類が取り揃えられています。また、土日限定の手作りジェラートも大人気です。

広々とした店内にはイートインスペースのほか、テラス席もあり、外を眺めながらゆっくりくつろげる空間が広がっています。デコレーションケーキも予約できるので、おさまや大切な方への特別な日にいかがでしょうか。

お店から一言

店内はバリアフリー完備でベビーカーや車いすでも入店できる広さです。各種スイーツも多数取り揃えていますので、お気軽にお立ち寄りください。お待ちしております。



📍 陸前高田市高田町字馬場前302-1

☎ 0192-55-3721

営業時間/10:00~18:00

定休日/月曜日

(祝日の場合は翌日休み)



♿ 洋式 トイレ おむつ交換台



おかず屋 和笑輪



まちなかテラスの目の前にある、おしゃれなカフェのようなお店は「和笑輪(わわわ)」というお惣菜屋さんです。県内野菜を使用したお惣菜は、揚げ物やサラダのバランスを考えながら、常時20種類以上が日替わりで提供されています。

2023年7月から店内で飲食もできるようになり、ランチタイムには9品おまかせプレートや甘酒入りキーマカレーなどが人気です。

子ども用の絵本やおもちゃがあるので待ち時間も安心です。ベビーカーもあり、お隣の「みんなの家」には小上がりの席があるので、親子連れのランチも楽しめます。

お店から一言

アットホームなお店で子ども好きのスタッフが多くいます。気軽に寄ってって~!!



📍 陸前高田市高田町字館の沖303-6

☎ 0192-47-5255

営業時間/11:00~19:00 (平日)

11:00~18:00 (土曜日)

11:00~14:00 (日曜日)

※日曜日はランチのみ

定休日/月曜日



♿ 洋式 トイレ



はびなるカフェ



きらりんきっずと同じ「まちの縁側」内にある、市内の就労継続支援B型事業所「あすなるホーム」の利用者が働くあつたかカフェです。ドリンクやスイーツ、軽食を提供しています。

オススメは北限のゆずを使った「ゆずフロマージュ」のケーキセットで、「あすなるホーム」で製造したゆずスライスを使用し、地元の食材にこだわって作っています。また、たかたのゆめの米粉を使った「ぷりんタルト」も人気です。毎週水曜日は「ドーナツの日」で、揚げたてのドーナツが食べられます。

店内奥には畳のスペースがあり、どなたでも自由に利用できます。

お店から一言

北限のゆずフロマージュは柚子の皮と南部美人の柚子のお酒を仕上げに使用したチーズケーキです。皆様のご来店をお待ちしております。



📍 陸前高田市高田町字並杉300-1
陸前高田アムウェイハウスまちの縁側内
☎ 0192-55-2978 (あすなるホーム)
営業時間/10:00~15:00
定休日/土・日・祝日



Café Mieux カフェ ミュー



グレーの建物に赤い窓枠が目を引く「カフェミュー」。店内にはテーブル席、カウンター席のほか、キッズルームもあり、小さなお子さま連れのご家族にはとても居心地の良いスペースです。

カフェメニューには大人も嬉しい「おとなさまランチ」があり、ボリューム満点のワンプレートで、きっとお腹も大満足になること間違いなし。

また、隣に併設されているパワーストーンや雑貨を販売している「パワーストーンミュー」もカフェと一緒に楽しむことができます。

お店から一言

キッズルームには絵本やおもちゃなども備えているのでお気軽にご来店ください。



📍 陸前高田市高田町字森の前704-9
☎ 0192-55-6888
営業時間/9:00~15:00 (昼の部)
16:00~18:30 (夜の部)
定休日/水・木曜日

※お子さまランチは要相談
※離乳食の持ち込み可



みんなのゆめちゃんハウス



川原川公園のすぐそばにあり、「ゆるキャラグランプリ2020年」で優勝した陸前高田市公認キャラクター「たかたのゆめちゃん」に会える交流施設です。オリジナルグッズの販売のほか、カフェ＆ランチのお店としても営業しており、「ゆめチャーはん」や「ドレス・ド・オムライス」など、ゆめちゃんをモチーフにした料理やドリンクが楽しめます。

春から秋にかけて、天気の良い土日にはお庭に無料の遊具が設置され、夏場はプールで遊ぶこともできます。土日を中心に月2～3回、ゆめちゃんがハウスでお散歩するので、ぜひゆめちゃんに会いに来てください。



お店から一言

春・夏休みやGW、連休などにイベントを開催しています。

LINE登録して、ゆめちゃんハウスの情報をゲットしてください。



陸前高田市高田町字館の沖301-1
0192-47-5046

営業時間／11:00～17:00

定休日／木・金曜日

(ゆめちゃんとの出張のため休みの場合があります)



洋式
トイレ



Sunny × Blue



県南初の糸ピンスかき氷を提供するコミュニティカフェ「Sunny × Blue」。同じ法人が運営する高齢者デイサービス「たんぼぼ」のお隣にあります。糸ピンスかき氷とは、液体を瞬時に凍らせて1mm以下の糸状にしたもので、氷自体に味がついており、たくさん食べても頭が痛くなりにくいです。

お母さんにゆっくり過ごしてもらいたいという想いから、飲食しながら店内の水槽の魚を見たり、絵本や漫画、おもちゃで自由遊ぶことができます。お子さまがお店の中を走り回ってもOKです。キッズメニューはなんと220円から、ランチは590円と驚きの価格です！

お店から一言

お気軽に
お越しください！



陸前高田市高田町字山苗代49
0192-55-6789

営業時間／10:00～17:00 (平日)

10:00～15:30 (土・日・祝日)

定休日／月曜日



多目的
トイレ

おむつ
交換台



やきにく 萬々事々



オレンジ色の外観が目印のアットホームな焼肉屋さん「萬々事々（ままごと）」。店内には昔ながらのブラウン管テレビやオート三輪車など、昭和の懐かしい雰囲気が漂います。

広い座敷には子ども用の椅子もあり、相談に応じてクッパやおじやに野菜を刻んで入れたり、調味料を入れないことも可能です。また、入口にある駄菓子やくじ引きは、子どもたちに喜んでもらいたいという想いから、子どもは無料で楽しむことができます。車いす用のスロープもあります。

3月からはランチもスタートし、家族みんなで楽しめるお店です。

!! お店から一言

みんなで
寄ってけろっせ!



📍 陸前高田市米崎町字松峰49-1
☎ 0192-22-8829

営業時間/17:00~21:00

※17時より前に利用したい方はお問い合わせください。

ランチ 11:30~14:00 (平日限定)
(ラストオーダー:13:00)

定休日/火・水曜日
(祝日を除く)



🚻 洋式
トイレ



食堂かもん



住宅街の中にあるお蕎麦屋さん「かもん」は、お昼時になると毎日たくさんのお客さんと賑わう人気店です。

メニューには、単品のそばやうどん、セットメニューがあり、お子さまと取り分けて楽しむことができます。また、女性向けに半カツ丼や半天丼などの小さめサイズもあります。

小上がりもあり、小さなお子さま連れでも安心して利用できます。子ども用の取り皿も用意されています。

!! お店から一言

お子様の取り皿やスプーン・フォークをご用意しております。離乳食の持ち込みも大丈夫です(^ ^)

お店の人は小さなお客様が大好きなので、ご来店大歓迎でお待ちしております!



📍 陸前高田市高田町字太田71-1
☎ 0192-55-4007

営業時間/11:00~14:00

定休日/月曜日



🚻 洋式
トイレ



陸前高田発酵パーク CAMOCY



気仙川沿いに建つ、蔵をイメージした木造建築の「CAMOCY (カモシー)」は、発酵をテーマにした商業施設です。焼きたてパン、クラフトビール、発酵食品を使ったお惣菜やおひつ膳、薬剤師監修のBean to bar CHOCOLATE (カカオ豆からチョコレートバーに作り上げるまでの全ての工程を自社工房で行ったチョコレートバー) を楽しめます。さらに、日本国内外の発酵食品を集めたお店や、and recipeがセレクトした小さなライブ러리も併設されています。「陸前高田しみんエネルギー株式会社営業所」は小さなお子さま連れのファミリールームとしても利用できます。



お店から一言

お子さま連れスペースやイスもあります。お子さまからお年寄りまで安心して召し上がって頂ける、添加物を使っていない商品を多く取り揃えてお待ちしております。



陸前高田市気仙町字町308-5
080-2345-5162
(発酵食品やぎざわ)

営業時間/店舗によって異なりますので各店舗情報でご確認ください
休館日/火曜日

多目的トイレ おむつ交換台
ベビーキープ 授乳室

飲食店



※中心市街地では、まちなかテラス裏やアバッセたかた前など、公共駐車場をご利用いただけます。

※ここで紹介している施設の一部は、掲載内容が変更になる場合がありますので、ご利用の際には事前にご確認ください。

道の駅高田松原

三陸観光のゲートウェイ機能として重点道の駅に指定されている「道の駅高田松原」には、三陸の海産物をはじめ、新鮮な野菜や地元の醤油屋さんの醤油やみそ、工芸品など、陸前高田のさまざまな産品が集結しています。

フードコートでは海鮮丼や「たかたのゆめ」を使った定食や丼ものが食べられます。子ども連れや3名以上の優先席があり、休憩スペースとして食事せずに利用することも可能です。「すなば珈琲」のコーヒーやアイスクリームも人気なので、ぜひ気軽に立ち寄ってみてください。

お店から一言

全ての子育てをする皆様を応援しています。子供たちが笑顔で来場できる施設運営を心がけています。



陸前高田市気仙町字土手影180
(高田松原津波復興祈念公園内)

☎ 0192-22-8411

営業時間/9:00~18:00 (夏期)
9:00~17:00 (冬期)

定休日/年中無休
(施設内一部店舗を除く)



川の駅よこた

清流気仙川のすぐそばにある産直直売所「産直よこた」。道路から見える鮎の形ののぼりが目印です。

地元で採れた新鮮な野菜や花が充実しており、手作りのお惣菜や加工品なども販売しています。

川の駅の中には、ご夫婦で切り盛りしている「はしもっちゃん食堂」もあり、メニューもさまざまです。お子さま連れに優しい小上がりの席もあるので、家族で訪れてみてはいかがでしょうか。

お店から一言

定食から麺類までメニューも色々ご用意しております。小上がり席もありますので、どうぞご家族みんなであいらしてください。



陸前高田市横田町字砂子田169

【産直よこた】

☎ 0192-59-2365

営業時間/9:00~18:00 (4/1~9/30)
9:00~17:00 (10/1~3/31)

定休日/年末年始

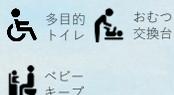
【はしもっちゃん食堂】

☎ 090-6259-4504

営業時間/10:00~15:30

(ラストオーダー:15:00)

定休日/水曜日・第4日曜日・年末年始



いわ井

陸前高田の地酒や和雑貨・ガラス製品、ベビー用品など、色鮮やかな商品が並ぶ、ご夫婦の愛がこもったお店です。奥さまは「自分で良いと思うもの、ほしいと思うものを置きたい」と自ら展示会に足を運び商品を仕入れています。作家さんや国産品にこだわり、タオルやベビー用食器なども取り揃えています。

お土産や贈り物、自分へのごほうびに最適なアイテムが揃うお店です。ぜひ一度、店内をゆっくりとご覧ください。

!! お店から一言

最近は親子連れで来ていただくことも増えました。とても嬉しい光景です。店内はベビーカーで入っていただけますので、ぜひみなさままでお越しください。



📍 陸前高田市高田町字馬場前302-2
陸前高田まちなかテラス内

☎ 0192-55-2912

営業時間/10:00~18:30

定休日/月曜日

(祝日の場合は翌日休み)



chai candle

店内に入ると、大小色とりどりのキャンドルとエキゾチックな雰囲気が魅力のトルコ雑貨が目を引きまします。

オーダーでのキャンドル注文もできるので、贈り物や自分へのご褒美にも最適です。

子ども向けのヘアアクセサリも取り扱っています。ぜひ、お気に入りの商品を見つけに足を運んでみてください。

!! お店から一言

キャンドルとトルコ雑貨をメインに扱っています。お気軽に遊びに来てください。



📍 陸前高田市高田町字森の前707-1

☎ 080-5225-9592

営業時間/10:00~17:00

定休日/日・月・火・水曜日



アバッセたかた

大型複合商業施設「アバッセたかた」は、地元中心の事業者14店舗が出店する専門店街と、スーパー、衣料、ドラッグストアなどの大型専門店が一体となって、陸前高田市民の生活を支えています。「アバッセ（あばっせ）」とは、この地方の方言で「一緒に行きましょう」という意味です。

専門店街にはゲームコーナーがあり、フードコートでは飲食時にベビーチェアが利用できます。また、授乳室のほか、女性トイレ内におむつ交換台も設置されています。お買い物やイベントに気軽に立ち寄ってみたいはいかがでしょうか。

!! お店から一言

まちなか広場や図書館とともに“いいこの場、としてご利用いただいております。



📍 陸前高田市高田町字館の沖303-1

☎ 0192-53-2111

開館時間/9:00~19:00

定休日/年中無休

(施設内一部店舗を除く)



多目的
トイレ



おむつ
交換台



ベビー
キープ



授乳室



イオンスーパーセンター陸前高田店

「イオンスーパーセンター陸前高田店」では、おもちゃ、文房具、子ども衣料、食料品など幅広い品揃えをワンフロアに展開しています。

子どもが立って乗れる2人乗りお買い物カート、乗り物型のカート、ベビーカーを使って快適なショッピングを楽しむことができます。

また、フロアには気軽に楽しめるゲームコーナーも併設されています。

!! お店から一言

パン工場では焼きたてのパンを販売しております。



📍 陸前高田市米崎町字川崎226

☎ 0192-53-1580

営業時間/直営店 8:00~22:00

定休日/年中無休



多目的
トイレ



おむつ
交換台



ベビー
キープ



陸前高田市立図書館

木のぬくもりあふれる落ち着いた館内には、靴を脱いで上がれる絨毯の児童コーナーがあり、まだ歩けないお子さまでも本の世界に親しめます。絵本や紙芝居が豊富に取り揃えられており、子ども用の椅子もあるので、館内で読み聞かせをしたり親子それぞれでゆっくり本を楽しむことができます。

幼児・小学生向けと乳児向けのおはなし会が月2回あり、季節に合わせた子ども向けのイベントもあります。

児童コーナーのすぐ近くに親子トイレと授乳室があり、授乳室でおむつ交換ができます。館内は蓋付きの飲み物も持ち込み可能です。

施設から一言

親子で落ち着いて過ごせる場所です。
図書館の空間を楽しんでいただきたいので、ぜひ足を運んでもらえればと思います。



📍 陸前高田市高田町字館の沖303-7

☎ 0192-54-3227

開館時間/9:00~20:00 (平日)

9:00~19:00 (土日)

定休日/月曜日、年末年始

(月曜日が祝日の場合は翌日)

資料整理日

(7月、12月を除く)

毎月最終水曜日)



おやこ
トイレ



おむつ
交換台

※替え用
マットあり



授乳室



陸前高田市立博物館

令和4年11月に開館した博物館は、同じく震災で被災した「海と貝のミュージアム」と統合して新設されました。「発見の部屋」は「かんさつの森」と「たんけんの海」に分かれており、90箱の標本箱からなる昆虫の壁を見たり、縄文時代の釣針を使った釣竿で魚釣りができます。また、生き物パズルワークシートといった体験キットが20種類以上あり、遊びながら陸前高田の豊かな自然や歴史、文化を学ぶことができます。パズルは大人でも悩むものもあり、親子で一緒に楽しむことができます。「博物館とあそぼ！」などの子ども向けイベントや図鑑、絵本もあります。入館料が無料なのもうれしいポイントです。

施設から一言

陸前高田市立博物館で、
遊ぼう、学ぼう、楽しもう！



📍 陸前高田市高田町字並杉300-1

☎ 0192-54-4224

開館時間/9:00~17:00

(最終入館16:30まで)

定休日/月曜日、年末年始

(月曜日が祝日の場合は翌日)

入館料/無料

(特別展示は内容によって観覧料がかかる場合があります)



多目的
トイレ



おむつ
交換台



ベビー
キープ



授乳室



ZEN まちなかテラス店

まちなかテラスの一角にある明るくて開放的なお店、「美容室ZEN」。岩手県、宮城県に全17店舗を展開するZENグループのお店です。

広い店内にはカット台が8台、シャンプー台が4台設けられています。予約制ではなく、来店順なので好きな時間にふらっと立ち寄ることができます。

初めての来店でも一人ひとり丁寧にカウンセリングしてくれるので、細かい希望や悩みも相談できます。

また、0歳からお子さまカットも可能です。

お店から一言

何歳からでもカットできますのでお気軽にいらしてください。



陸前高田市高田町字馬場前302-2
陸前高田まちなかテラス内

0192-55-3763

営業時間/10:00~19:00

定休日/火曜日・年末年始



洋式
トイレ



陸前高田市シルバー人材センター

「シルバー人材センター」では、子育て応援ヘルパーの派遣を行っています。子育て応援ヘルパーは、乳幼児がいる家庭で家事や育児の支援を行っています。

病院への付き添いや保護者が外出したい時など、子育て応援ヘルパーの力を借りて、少し肩の力を抜いてみませんか？

詳しい利用方法については、陸前高田市福祉部子ども未来課子ども家庭係までお問い合わせください。

施設から一言

家事の経験者は勿論ですが、子育て応援ヘルパーは、子育てに関する講習を受けている子育て経験者です。ご利用いただく前に面談がありますので、ご安心ください。



陸前高田市高田町字中田62-1

0192-54-4888

0192-54-2111 (陸前高田市役所)

営業時間/8:30~17:15

定休日/土・日・祝日

シルバー
人材センター



子ども家庭係



陸前高田市まちなか広場 交流施設 ほんまるの家

大型遊具や芝生広場がある「まちなか広場」の敷地内にある、ガラス張りのおしゃれな建物です。明るい室内には広いテーブルのほか、子どもが遊べるスペースや絵本、お絵かきセットも揃っています。また、乳児用のテーブル取付用椅子（5～36ヶ月用）や子ども用の高さ調節クッションも用意されています。貸切がない日は無料で自由に利用でき、飲食もOKなので、お弁当や市内の飲食店で買ったものを施設内で楽しむこともできます。駄菓子も販売しているので、公園で思いっきり遊んだ後の休憩に訪れてみてはいかがでしょうか。

施設から一言

誰でも自由に使えるフリースペース☆
子どもから大人まで大人気の駄菓子屋さんもありますよ～♪



陸前高田市高田町字大町106

まちなか広場内

0192-47-3389

営業時間／9:00～18:00

（貸切利用は21:00まで）

定休日／年末年始



多目的
トイレ



おむつ
交換台



※着替え用マットあり

岩手県立高田松原 津波復興祈念公園管理事務所

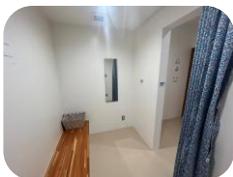
高田松原海岸の駐車場近くにある津波復興祈念公園管理事務所には、どなたでも利用できる貸会議室があります（要予約）。

また、室内にはおむつ交換台や授乳室が整っています。

無料でバードウォッチング用の双眼鏡の貸し出しも行っていますので、海辺の野鳥を観察してみてもはいかがでしょうか。

施設から一言

貸会議室は最大定員63人で
飲食も可能です。
イベント、サークル活動
などご利用ください。



陸前高田市高田町字中宿24-3

0192-22-8560

営業時間／9:00～17:00

定休日／年末年始（公園は年中無休）

貸会議室／1時間ごとに1,440円

会議室を2分割して使用する場合は
720円



多目的
トイレ



おむつ
交換台



ベビー
キープ



授乳室



グリーンスローモビリティ

「モビタ」の愛称で親しまれる小型の電動バス。2022年4月から運行し、優れた交通環境対策として第14回EST交通環境大賞を受賞しました。車と徒歩の間の時速20km未満で走行し、窓を開けて風を感じたり、ゆっくりと景色や会話を楽しんだり、他にはない体験ができます。平日は移動手段に困っている高齢者に、土日祝は市内の観光の見どころを市外・県外から来た人にも楽しんでもらえるようにと、2刀流。運転手さんのガイド付きで、自分が住んでいる町の新しい発見もできます。

運転手体験は土日の運行時間中ならいつでもできるので、乗り物好きのお子さまにぜひ。

施設から一言

おさまだけでなく、ママパパもほっと一息つける時間になりますよ！



陸前高田市横田町字志田実3-1

(一般社団法人陸前高田

グリーンスローモビリティ)

☎ 0192-47-4102

料金/平日 1乗車 100円

土日祝日 1日乗り放題 500円

(ガイド付き)

※どちらも未就学児無料



総合交流センター 夢アリーナたかた

「夢アリーナたかた」は、「陸前高田市総合交流センター」と「陸前高田市B&G海洋センター」が統合した総合交流施設です。おもちゃやトランポリンがあるキッズスペースは無料で自由に利用でき、2025年4月以降は屋内に遊具が設置される予定です。また、温水プールには水深50cmの幼児用プールがあり、お子さまのプールデビューにもおすすめです。

サッカーやかけっこなど、年中～小学校低学年向けのスポーツ教室やイベントも開催されています。

施設から一言

みんなで楽しく運動しよう！



陸前高田市高田町字太田5

☎ 0192-22-8448

利用時間/9:00～21:00 (火～土・祝日)

9:00～17:00 (日曜日)

休館日/月曜日・年末年始

(月曜日が祝日の場合は翌日)

プール/3歳以上 100円

小学生 200円

中学生 300円

大人 500円



多目的トイレ



おもつ交換台



ベビーキープ



授乳室



高田松原海水浴場

毎年多くの海水浴客で賑わう高田松原海水浴場は、2024年5月に県内で初めて国際環境認証ブルーフラッグを取得し、綺麗で安全性の高い海水浴場として国際的にも高い評価を受けました。

「手ぶらでビーチBBQエリア」では、BBQに必要なグリル、炭、テント、テーブル、イスなどが全て揃っており、後片付けも不要です。ベビーベッドやベビーチェアの用意もあります。

また、大人も子どもも楽しめる巨大海上アスレチック「高田松原ウォーターパーク」など、楽しいイベントも盛り沢山！ぜひ足を運んでみてください。



広田海水浴場 大野海岸

高田松原海水浴場と並ぶほどきれいな海水で有名な広田町の大野海岸。

砂浜には砂地に咲く「ハマヒルガオ」が、浜辺を薄いピンク色に染めています（5～6月頃開花）。

透き通るように美しい海と山々の絶景が楽しめます。



施設から一言

無料で使える温水のシャワー室や、砂がついた手足を洗える水道もあります。



📍 陸前高田市高田町宇曲地内

☎ 0192-54-5011

(陸前高田市観光物産協会)

海水浴期間 / 7月～8月

利用料金 / 温水シャワー 3分間200円
冷水シャワー 無料

駐車料金 / 1台500円



📍 陸前高田市広田町字前花貝5-5

☎ 0192-54-5011

(陸前高田市観光物産協会)

海水浴期間 / 7月～8月

利用料金 / 温水シャワー 無料
※海水浴期間のみ

トイレ閉鎖 / 12月上旬
～3月下旬



レ
ジ
ャ
ー

陸前高田ワタミオーガニックランド

農業や環境やエネルギーを通じて楽しみながら学べるテーマパーク「ワタミオーガニックランド」。敷地内のカフェでは、住田町のありすポークなど地元の食材をふんだんに使ったボリュームたっぷりのハンバーガーが楽しめます。また、北海道で運営しているワタミファームの牛乳を使ったソフトクリームや、オーガニック豆のコーヒーもおすすめです。

「おらほハウス」では、地元食材を使ったBBQを手ぶらで簡単に楽しむことができます。木の香りいっぱい「木づかいハウス」は休憩棟にもなっており、お食事スペースとして気軽に利用できます。

施設から一言

みなさんの来場をヤギちゃんも待っています！
ぜひ遊びに来てください！



📍 陸前高田市気仙町字土手影309

☎ 0192-53-2107

営業時間／10:00～17:00

カフェ／11:00～15:00（土・日・祝日）

※ラストオーダー30分前

BBQ／事前予約が必要（予約は2日前の12時まで）



多目的
トイレ



おむつ
交換台



Snow Peak RIKUZENTAKATA

リアス式海岸の絶景を見下ろせる高台に位置し、海と山の両方を楽しめるキャンプフィールドです。県内初の直営店にはキャンプギアやアパレルなど、ここでしか手に入らない限定アイテムも。フィールドはベッドやキッチン設備の整ったキャンピングサイト、住箱-JYU BAKO-など全150サイトあり、スノーピークアイテムを使った「手ぶらキャンプ」プランも提供されています。ストアのトイレにはおむつ交換台があり、24時間利用できるシャワーや無料ランドリーのあるサニタリー棟が東西南北に4ヶ所あります。デイキャンプではポップアップテントも使用可能なので、お子さまのキャンプデビューにぴったりです。

施設から一言

親子で走りまわったり、お友達と遊んだり、ロケーションも最高の場所。
デイキャンプ大歓迎です！
お待ちしております！！



📍 陸前高田市小友町字獺沢155-78

☎ 0192-22-9477

営業時間／9:00～18:00

9:00～17:00（冬季）



多目的
トイレ



おむつ
交換台



ベビー
キープ



授乳室



だいわフルーツパーク気仙

高田松原運動公園の近くにある「だいわフルーツパーク気仙」は、果樹園とテーマパークの複合観光施設です。広大な敷地にはブルーベリー園と南国フルーツのビニールハウスがあり、ブルーベリー狩りや珍しいフルーツを見学することができます。

ドライブスルーも利用できるカフェのおすすめドリンクはブルーベリースムージーです。2人用ブランコや木製ベンチがある“遊べるパーク、で、お子さまと一緒にほっと一息つけますよ。店舗周辺にはドッグラン施設も併設されています。



お店から一言

陸前高田市では珍しいバナナやマンゴーなどの南国フルーツハウス見学もできる観光施設です。心地よい海風を感じながら食べるソフトクリームもおすすめです。



いちごパーク せせらぎファーム観光農園

国道343号線沿いにある「いちごパーク」。広い園内には、たくさんの種類のいちごがびっしり！練乳とチョコレートのディップで味を変えながら楽しむことができます。

車いすやベビーカーでそのまま入れる広い通路があり、安心して利用できます。

親子で食べ比べをして、お気に入りのいちごを見つけてみてはいかがでしょうか。

予約制のため、事前にお問い合わせください。

お店から一言

テーマパークのような楽しい「いちご狩り農園」を目指してがんばっています。いろいろな種類のいちごを準備していますので、ぜひ食べ比べてみてください。



📍 陸前高田市高田町字中長砂10-3

☎ 0192-22-7611

営業時間/10:00~18:00

(最終受付17:30)

定休日/水曜日 (祝日の場合は営業)

【ブルーベリー狩り】

期間/7月~8月

料金/3歳以下 無料

小学生以下 1,200円

大人 1,500円



♿ 洋式
トイレ



📍 陸前高田市矢作町字神明前32-2

☎ 0192-22-9700

期間/1月~5月※変動あり

営業時間/10:00~15:00 (最終入場14:30)

定休日/月・火曜日

(祝日の場合は営業し別日を臨時休園)

入園料/3歳未満 無料

幼児 1,100円

小学生 1,600円

大人 2,500円



♿ 多目的
トイレ



レ
ジ
ャ
ー

キャピタルホテル1000

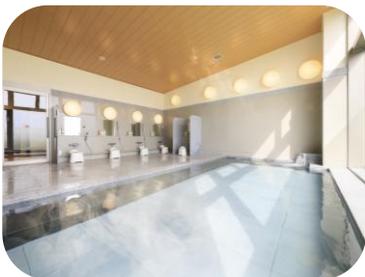
陸前高田の海を一望できる高台に建つ「キャピタルホテル1000」は、宿泊の他に日帰り入浴も可能です。大浴場の大きな窓からは雄大な広田湾の景色が楽しめます。女湯には多くの種類のシャンプーが用意されており、好みのシャンプーやコンディショナーを試すことができます。

また、電源やWi-Fi完備のラウンジは24時間利用でき、コーヒーやケーキを楽しみながらゆったりくつろぐことができます。

宴会場利用時には、子ども向けマットやベビーベッド、おもちゃの貸し出しもあります。

施設から一言

コーヒーを飲みにいっしょにしゃるだけでもいつでもお気軽にお越しください。高田の町と広田湾をながめながらゆっくりしていきましょう



📍 陸前高田市高田町字長砂60-1

☎ 0192-55-3111

営業時間/24時間(宿泊・ラウンジ)

日帰り入浴 17:00~23:00

カフェ 9:00~19:00

定休日/年中無休

日帰り入浴料/子ども 400円

大人 600円

※17時より前に入浴したい方はお問い合わせください。



多目的
トイレ



おむつ
交換台



ベビー
キープ



授乳室



黒崎仙峡温泉

広田半島の先端部、目の前にリアス式海岸の絶景が広がる「黒崎仙峡温泉」。季節や天候により大きく様変わりする三陸の海の景色を、受付やテラス、温泉浴場内、交流室内からじっくり鑑賞、堪能できます。温泉脱衣所には男女ともにベビーベッドがあります。

食堂のメニューも豊富で、-halfサイズの麺(うどん、そば、ラーメンから選択)+梅おにぎりのセット品などもあります。また、ライスと単品のおかずを自由に組み合わせることができます。幼児用のイスがあり、子ども用の取り皿やフォークなども用意されています。

施設から一言

家族で絶景を眺めながらゆっくりおくつろぎいただけます！



📍 陸前高田市広田町字黒崎9-41

☎ 0192-57-1126

営業時間/10:00~20:00(最終19:30)

食堂 10:30~20:00

(ラストオーダー19:00)

※食堂のみ平日の14:00~16:00は休み

定休日/水曜日(祝日の場合は営業)

日帰り入浴料/幼児 無料

小学生 300円

大人 4時間以内 500円

大人 1日券 1,000円



多目的
トイレ



おむつ
交換台



玉乃湯

緑豊かな山々にひっそりと佇む入浴施設「霊泉玉乃湯」。人気者の3匹の看板猫「さくら」、「もみじ」、「つばき」が出迎えてくれます。宿泊だけでなく、日帰り入浴や食事処、カフェスペースもあり、一日中ゆったりとくつろげる施設です。

お風呂は大浴場と小浴場がそれぞれ一つずつあり、日替わりで楽しむことができます。日本でも有数の金山だった玉山金山にちなんで、豪華な金箔を使った「金箔ソフト」もぜひお試しください。

ファミリーデーには、小学生以下のお子さまにソフトクリームのプレゼントもあります。毎月発行されるカレンダーをご確認ください。

施設から一言

ママ達も普段の疲れを癒しに来てください。お待ちしております。



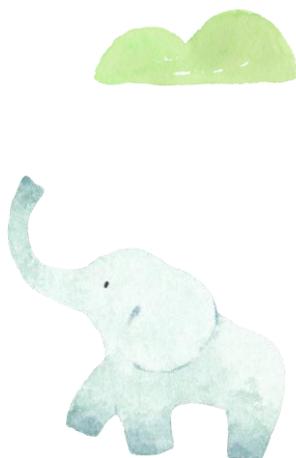
陸前高田市竹駒町字上壺104-8
0192-55-6866
営業時間/11:00~20:00 (最終入館19:00)
お食事処玉山/食事 11:30~17:00
(ラストオーダー17:00)
デザート・飲み物 11:00~19:00
定休日/火曜日
日帰り入浴料/大人 600円
小学生 300円
未就学児 無料



洋式
トイレ



他にも紹介しきれなかった
お店や施設がたくさんあります。
親子で陸前高田のまちを
楽しんでみてください♪



市内公園マップ

※遊具等は変更になる場合があります。



陸前高田市高田町字柝ヶ沢210-4



陸前高田市高田町字鳴石50-9



陸前高田市高田町字鳴石214

柝ヶ沢公園

水上橋公園

鳴石西公園

鳴石東公園



陸前高田市高田町字鳴石51-68



陸前高田市高田町字本丸335

中川原公園

大石公園

鳴石公園

山苗代公園



陸前高田市高田町字鳴石302



本丸公園

館の沖公園

森の前北公園

森の前南公園

寒風公園

長砂公園

高田松原運動公園

中井東公園

中井西公園

垂井ヶ沢公園

愛宕下公園

高田松原
津波復興祈念公園



陸前高田市高田町字本丸27-4



三本松公園



陸前高田市気仙町字三本松117

陸前高田市気仙町字垂井ヶ沢316

1 上長部団地公園

まちなか広場



陸前高田市高田町字大町105

ローラーすべり台や綱渡りなど、楽しい遊具がいっぱい！広い芝生にはバスケットコートがあり、ほんまの家で借りたボールやスポーツグッズでたくさん体を動かすことができます。6月から10月頃で気温が25℃以上の日には、噴水で水遊びも楽しめます。



2 川原川公園



陸前高田市高田町字裏田105

川には、子供たちが水遊びできる小さな橋がかかっており、広い芝生広場もあります。あちこちにベンチが置かれ、ジョギングや犬の散歩をする人も多いです。

石垣にはハート型や星形の石が隠されているそうなので、ぜひ探してみてください。



3

高田松原運動公園 こども広場



野球場のそばにある広い公園には、大きなネットクライミングやターザンロープ、ボルダリングなど、体を動かせる遊具がたくさんあります。隣の芝生広場では、テーブルでお弁当を食べたり、親子でキャッチボールや凧揚げを楽しむことができます。



陸前高田市高田町字曲松122

4

今泉公園



キッズブランコや低いすべり台など、小さな子どもたちが遊びやすい遊具があります。奥にはバスケットゴールもあります。

きれいなトイレには、おむつ交換台やベビーカーも完備しています。



陸前高田市気仙町字の場104

箱根山

6

仁田山

広田湾

5

6



【気仙大工左官伝承館】

陸前高田市小友町字茗荷1-237

0192-56-2911

営業時間/9:00~16:00

休館日/水曜日、年末年始

(祝日の場合は翌日休み)

ローラー滑り台専用マット/100円

5

岩手県立野外活動 センター遊具広場



うんていや平均台など体を動かせる遊具があります。広い芝生を走ったり、テーブル付きのベンチで過ごすこともできます。おむつ交換はテニスコートのトイレを利用できます。

営業時間/9:00~17:00

休所日/月曜日(祝日を除く)、年末年始



陸前高田市広田町字大久保124-1

6

箱根山 わんぱくの森



帆船をかたどったアスレチック「わんぱく丸」やロングローラー滑り台など、大自然の中で体を動かせます。近くには江戸初期から続く気仙大工と左官の建築技法を伝える「気仙大工左官伝承館」があり、ローラー滑り台専用マットの貸出も行っていきます。



陸前高田市小友町字茗荷1-1

公

園



岩手県立高田病院

📍 陸前高田市高田町字太田512-2
☎ 0192-54-3221



岩手県立大船渡病院

📍 大船渡市大船渡町字山馬越10-1
☎ 0192-26-1111



大津小児科ファミリークリニック

📍 大船渡市盛町字東町11-11
☎ 0192-27-2673



大船渡市国民健康保険越喜来診療所

📍 大船渡市三陸町越喜来字所通26-1
☎ 0192-44-2103



及川皮膚科クリニック

📍 大船渡市猪川町字中井沢10-10
☎ 0192-21-1227



いとう耳鼻咽喉科クリニック

📍 大船渡市猪川町字中井沢7-7
☎ 0192-21-1333



暮らし

一般社団法人 陸前高田市観光物産協会

観光物産協会では、陸前高田市の観光や「高田旅」の楽しみ方など、市内の情報を知ることができます。海・山・川がある陸前高田市は、さまざまな製品の宝庫です。漁業体験、登山、釣り、農作業体験など、それぞれのアクティビティを存分に楽しむための情報もHPに記載されています。



陸前高田市MAP



📍 陸前高田市高田町字並杉300-2 まちの縁側
☎ 0192-54-5011
🕒 営業時間/8:30~17:30
📅 定休日/年末年始

特定非営利活動法人 高田暮舎

「高田暮らし」をテーマに、陸前高田市への移住・定住の相談窓口と空き家バンクの運営を行っています。移住、定住、空き家の相談はもちろん、子どもの成長と共に増えていく手続き方法や手続き場所など、内容に応じて適切に案内してくれます。

不定期ですが、移住者や地域の方々を問わず、子どもから大人まで楽しめる交流会も開催しています。陸前高田の暮らしで何か困ったことがあれば、気軽にたずねてみてください。



📍 陸前高田市高田町字荒町104-7
陸前高田市チャレンジショップC-2
☎ 080-6292-3865
🕒 営業時間/9:00~18:00
📅 定休日/土・日・祝日
※定休日でも相談に応じて営業します



高田暮らし HP

陸前高田市への移住・定住を検討する人に向けたポータルサイトです。市の魅力をはじめ、住まい、仕事、支援制度、イベント情報など、移住に役立つ情報を幅広く発信しています。

「陸前高田市ってどんなまち？」を一冊にまとめた「高田暮らしの手引き」も、サイト内から閲覧・ダウンロード可能です。

ともに子育てする仲間として

おかげさまで、2022年（令和4年）に『こそだて情報MAP IN 陸前高田』を発行してから3年が経ち、このたび、VOL.2を発行する運びとなりました。街も人も日々変化し、成長し続けていることを改めて感じています。

子どもは、地域の宝です。子どもたちが安心して暮らせる地域には、あたたかなサポートがあってこそ。毎日がかげがえのない子ども時代に、楽しいことやわくわくする経験をもたらすものとなることを心から願っています。

この冊子が、日々の暮らしに少しでもお役立ていただければ幸いです。

最後に、本冊子の制作にご協力いただきました皆さまに、心より感謝申し上げます。

おやこの広場 きらりんきっず

「こそだて情報MAP」は
きらりんきっずの
ホームページからも
ダウンロードできます



<http://kirarinkids.jp/kosodate.html>



お問い合わせ

この冊子に関するお問い合わせは下記にお願いします



A Gathering Space For Mommies & Kids

特定非営利活動法人 きらりんきっず

〒029-2205

岩手県陸前高田市高田町字並杉300-1

陸前高田アムウェイハウスまちの縁側

Tel 0192-47-3908 Fax 0192-47-3918

Mail kirarin@vesta.ocn.ne.jp

こもだて情報MAP
in 陸前高田 Vol.2

発行日 : 2025年(令和7年)3月
協力 : 陸前高田市の皆さま、大船渡市の皆さま
企画・編集・発行 : 特定非営利活動法人 きらりんきっず



特定非営利活動法人 きらりんきっず

〒029-2205

岩手県陸前高田市高田町字並杉300-1

陸前高田アムウェイハウスまちの縁側

Tel 0192-47-3908 Fax 0192-47-3918

Mail kirarin@vesta.ocn.ne.jp

- ・掲載情報は、2025年3月現在のものです。
- ・都合により各店舗・施設の内容が変更になる場合があります。
詳しくは各店舗・施設までお問い合わせください。
- ・本誌の無断コピー、転載、複写を禁じます。