

# 岩手県宮古市で 合宿をするメリット



# 1 宮古市でスポーツ合宿をするメリット

## メリット1

恵まれた気候  
夏は涼しく  
冬は暖かい

夏季は冷涼で、秋は晴天が続  
き、冬は雪が少ないため合宿  
環境には最適な地域であり効  
率的な練習が可能です。

## メリット2

復興道路等整備  
によりアクセスが  
向上

復興道路、復興支援道路の整  
備・開通により、沿岸各都市間  
や内陸と沿岸の所要時間が短  
縮されアクセスが向上し、車  
で仙台からおよそ3時間、八  
戸からおよそ2時間でアクセ  
スが可能です。

## メリット3

充実した  
スポーツ施設と  
宿泊施設

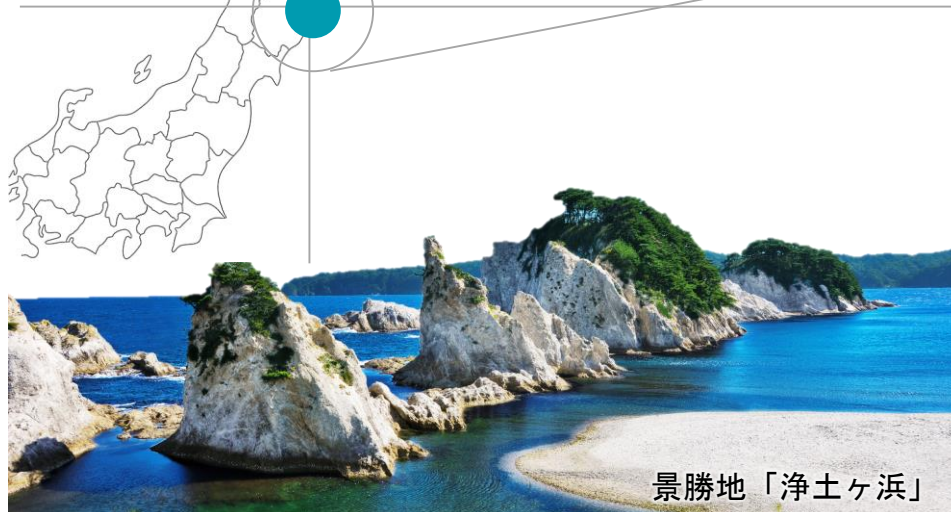
スポーツ合宿に対応した宿泊  
施設が充実しており、お得な  
合宿料金で宿泊が可能です。  
さらにスポーツ合宿の宿泊支  
援として市の補助制度も受け  
ることができます。



## 2 宮古市概要

### 岩手県宮古市とは

宮古市は、本州の最東端に位置しています。沿岸部は三陸復興国立公園、山間部は早池峰国立公園の指定を受けており、雄大な自然に恵まれた街です。

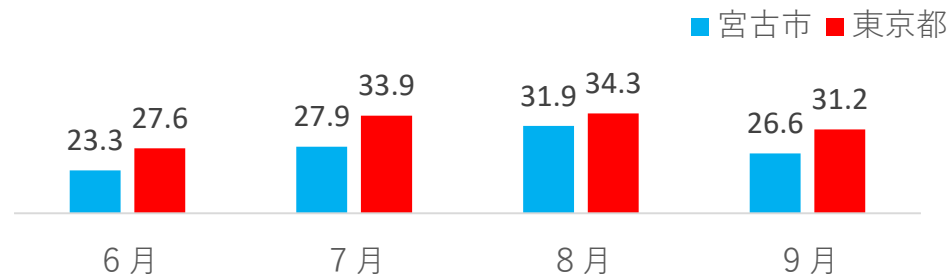


### 合宿実施に最適な宮古市の気候

宮古市の気候は、夏季は冷涼で、秋には晴天が続くことから、合宿環境には最適な地域です。

各月ごとの最高気温を関東方面と比べると、4℃～7℃程度低く、三陸海岸の爽やかな潮風を感じながら、効率的な練習が可能です。

2023年の日最高気温の月平均値（℃）（気象庁HPより）



### 宮古市で味わう三陸の恵み

世界3大漁場の一つ、三陸沖が目の前に広がる宮古市。

四季を通して新鮮かつおいしい魚介類が水揚げされるため、季節毎に多彩な料理を楽しむことができます。



花見かき



ウニ



毛ガニ



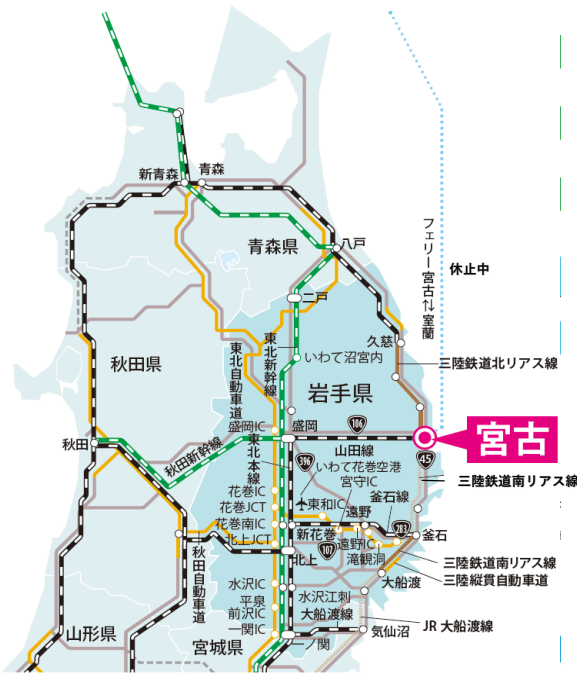
新ご当地グルメ  
「瓶ドン」

# 3 宮古市へのアクセス

## 交通アクセスが向上

### 飛行機

札幌	約55分	花巻
名古屋	約1時間10分	
大阪	約1時間20分	
福岡	約2時間5分	



### 鉄道

東京	約2時間10分	盛岡
盛岡	約2時間10分	宮古
花巻	約35分	盛岡
平泉	約1時間20分	盛岡

### バス・自動車

浦和IC	約505km	盛岡南IC
盛岡南IC	約90km	宮古
東京	約9時間	
盛岡	約1時間15分	
	自動車	

## 岩手県の復興道路

### 祝 復興道路・復興支援道路全線開通



出典：岩手県-岩手県の復興道路

復興支援道路の整備、開通により  
所要時間が短縮されアクセスが向上。



# 4 体育施設一覧（競技別）

## 1 野球



宮古運動公園 野球場  
(ナイター設備有)

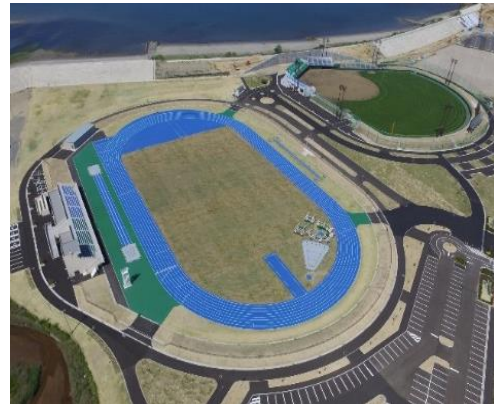


宮古市田老野球場  
(ナイター設備有)



新里健康増進施設野球場  
(硬式利用不可)

## 2 陸上競技

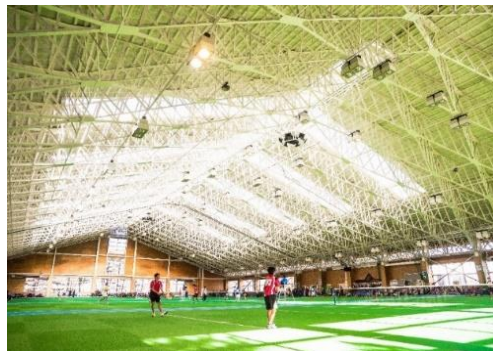


宮古運動公園 陸上競技場  
(室内練習場有、  
第3種公認陸上競技場)

## 3 テニス



小山田テニスコート  
(砂入り人工芝4面)



グリーンピア三陸みやこ  
(特殊人工芝4面・屋内)



グリーンピア三陸みやこ  
(ハードコート12面)

## 4 ラグビー、サッカー



へいがわ老木公園  
(天然芝2面、クレー舗装1面)



5 室内競技(バスケットボール、バレーボール、卓球等)

6 水泳



宮古市民総合体育館  
メインアリーナ

1840㎡(バスケットボール2面、  
バレーボール3面、バドミントン8面、  
レスリング4面)

宮古市民総合体育館  
多目的体育室

660㎡(バスケットボール1面、  
バレーボール1面、柔道2面、  
剣道2面)

新里健康増進施設  
トレーニングセンター

宮古市姉ヶ崎サン・スポーツランド  
(屋内温水プール、25m×6コース)

7 ヨット、シーカヤック

8 弓道

9 その他(トレーニング室、多目的グラウンド)



リアスハーバー宮古

宮古市民総合体育館  
弓道場

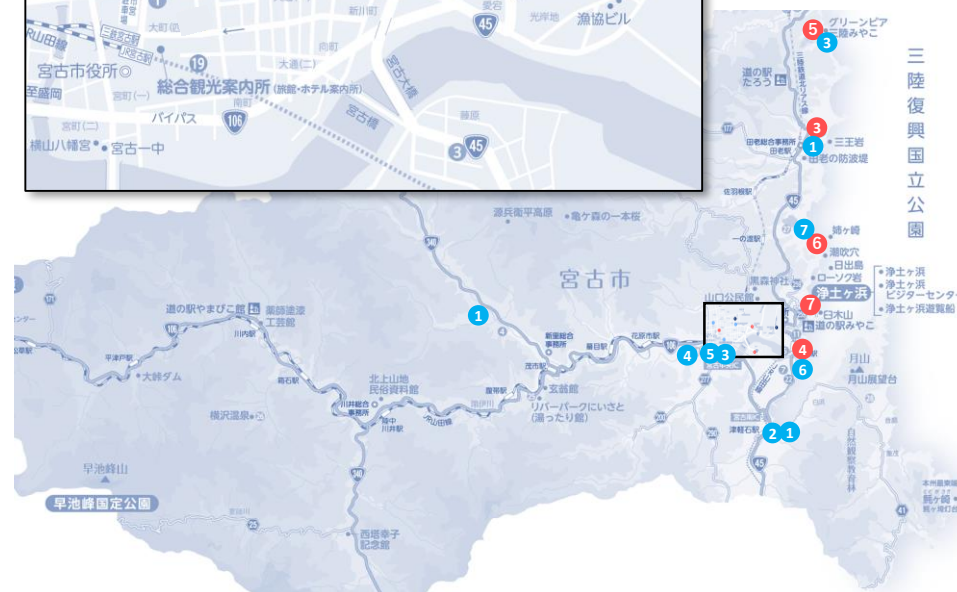
宮古市民総合体育館  
トレーニング室

グリーンピア三陸みやこ  
多目的グラウンド

# 5 宿泊は、お得な合宿用料金で（市の助成金制度あり）

## スポーツ合宿対応の市内宿泊施設

施設名	収容人数	住所・連絡先
1 宮古ホテル沢田屋	164	〒027-0086 岩手県宮古市新町4-1 TEL: 0193-62-1511 FAX: 0193-62-4738
2 ホテルアートシティ	51	〒027-0006 岩手県宮古市鎌ヶ崎上町1-5 TEL: 0193-65-1511 FAX: 0193-65-1551
3 渚亭たろう庵	22	〒027-0322 岩手県宮古市田老青砂里164-1 TEL: 0193-87-2002 FAX: 0193-87-3378
4 ホテル近江屋	225	〒027-0091 岩手県宮古市磯鶏1丁目1-18 TEL: 0193-62-3660 FAX: 0193-62-0419
5 グリーンピア三陸みやこ	290	〒027-0373 岩手県宮古市田老向新田148 TEL: 0193-87-5111 FAX: 0193-87-5118
6 休暇村陸中宮古	202	〒027-0096 岩手県宮古市崎鎌ヶ崎18-25-3 TEL: 0193-62-9911 FAX: 0193-62-9913
7 浄土ヶ浜パークホテル	334	〒027-0001 岩手県宮古市日立浜町32-4 TEL: 0193-62-2321 FAX: 0193-62-2325



**【対象団体】** 市内の宿泊施設に宿泊してスポーツ合宿を行う市外の団体（10名以上の団体）

**【補助金内容】** （1回あたり上限100万円）

①宿泊支援：2泊3日以上市内宿泊に対して、1人1泊あたり1,000円

②市の体育施設使用料：2分の1