八戸の歴史と文化を体験

「はっち」外観

ROUTE 406

八戸地域地場産業振興センター「ユートリー」(南部裂織・菱刺体験)

南部の手しごとをお土産に

八戸駅に隣接し、八戸の名産品を展示・販売する施設。古くなった布や着古した着物を細く裂いて再び織りなおす「南部裂織」や、布目に糸を刺しこんで強度と保温性、芸術性を高めた「南部菱刺」が体験できます。現代風にアレンジした普段づかいの作品もあります。

●日時／裂織=毎日10:00～15:00(3日前まで要予約)
菱刺=月・木・金10:00～15:00(要予約)
●休館／12月31日
●体験料／一般1,000円(材料費込)
●場所／ユートリー2F(JR八戸駅隣)
●問／☎0178-27-2227

えんぶりのジオラマ(「はっち」にて)

えんぶりの上演(「はっち」にて)

八戸ポータルミュージアム はっち

はちのへ愛がカタチに

ROUTE 405

祭りや横丁、伝統工芸はもちろん、新たなモノを生み出す人々など八戸の魅力を発信し、創造する八戸の玄関口。街歩きに疲れた時、八戸グルメが食べたい時、自由な発想から生まれた新工芸に出会いたい時など、ふらっと立ち寄れる憩いの場です。

●開館／9:00～21:00(12/30、1/2～3は10:00～18:00)
●休館／第2火曜(祝日の場合翌日)、12/31、1/1
●交通／JR本八戸駅より徒歩約10分
●問／☎0178-22-8228

女子旅オススメプログラム

Local旅 ~Local tour~

八戸発の観光オプショナルプラン。地元の人のこだわりプランで旅行をもっと楽しく！

「いくべえ」

デコ八幡馬

幸せを運んでくれるかも

幸せを運ぶと言われる「八幡馬」。白いミニ八幡馬をスワロフスキーとデコペンで可愛くデコレーションします。

●期間／10月15日～翌3月31日
(7日前まで要予約)
●時間／10:00～11:30、14:00～15:30
●休／月曜(祝日の場合翌日)
●場所／史跡 根城の広場
●料金／一般1,800円(定員2～5名)
●交通／JR八戸駅よりバス約10分
●問／八戸観光コンベンション協会
☎0178-41-1661

ハンドメイド「はちのへアロマ」～ハンドクリームづくり～

思い出を香りに託して

はちのへをイメージした８種類のアロマからお好みの香りを選んでオリジナルのハンドクリームを作りませんか。日本アロマ環境協会認定のインストラクターが指導します。

●期間／9月1日～翌3月31日の金・土・日
(但し第2土曜を除く)
●時間／15:30～16:30(金)、
10:00～11:00(土・日)
●場所／八戸ポータルミュージアム「はっち」4F かわいいアロマひつじや
●料金／一般1,600円(定員2～6名) ●交通／JR本八戸駅より徒歩約10分
●問／八戸観光コンベンション協会☎0178-41-1661

酒蔵でラベルデザインに挑戦

思い出をラベルに描いて

中心街にあるレトロな酒蔵を見学して日本酒を試飲したらミニボトルのラベルデザインにも挑戦。世界にひとつだけのミニボトルはお土産に、お酒好きなあの人へのプレゼントにもぴったりです。

●期間／9月1日～翌3月31日の平日
(4日前まで要予約)
●時間／11:00～12:00、16:00～17:00
●場所／八戸酒類
●料金／1,300円(定員2～10名) ●交通／JR本八戸駅より徒歩約10分
●問／八戸観光コンベンション協会☎0178-41-1661

女子的酒蔵見学

歴史深い酒蔵でほろよい美人

美白やアンチエイジングなど日本酒には女性に嬉しい効果がたくさん含まれています。レンガ造りの趣ある蔵で日本酒の試飲はもちろん酒粕ハンドパックや酒粕スイーツで日本酒効果を実感。

●期間／10月1日～翌3月31日の土曜
(10/28、1/4を除く。7日前まで要予約)
●時間／15:00～16:20 ●場所／八戸酒造
●料金／2,000円(定員2～16名)
●交通／JR陸奥湊駅より徒歩約10分
●問／八戸観光コンベンション協会☎0178-41-1661

県南・下北エリア

お庭えんぶり(更上閣にて)

南京玉すだれ(八戸市中心街にて)

松の舞(八戸市中心街にて)

えんこえんこ(更上閣にて)

南部地方えんぶり
(南部芸能伝承館野外広場にて)

国指定重要無形民俗文化財 えんぶり

春を呼ぶ豊年祈願の祭り

えんぶりは、その年の豊作を祈願するための舞で太夫と呼ばれる舞手が馬の頭をかたどった華やかな烏帽子を被り、頭を大きく振る独特の舞が大きな特徴。その舞は、種まきや田植えなど稲作の動作を表現しています。ゆったり舞う「ながえんぶり」と勇壮活発な「どうさいえんぶり」があり、春を呼ぶ「摺り」と呼ばれる「舞」の合間には昔ながらの衣装に身を包んだ子供達が愛らしい祝福芸を披露します。

八戸えんぶり ROUTE 401

オススメ鑑賞スポットは、明治時代に建てられた「更上閣」。大商人の家の庭などでえんぶりを披露した、かつての風情を再現した「お庭えんぶり」で、八戸せんべい汁を味わいながら鑑賞する贅沢な時間が過ごせます。

●期間／2月17日～20日
●場所／八戸市中心街、市庁前市民広場、新羅神社、更上閣等
●料金／無料　※更上閣「お庭えんぶり、公会堂「えんぶり公演」は有料
●交通／JR本八戸駅より徒歩約10分
●問／八戸観光コンベンション協会☎0178-41-1661
八戸市観光課☎0178-46-4040

南部地方えんぶり ROUTE 450

南部町のえんぶりは、動きが激しく摺りのテンポが速い「どうさい」系。雪景色の中、唄にあわせて勇壮な舞や「一斉摺り」が披露されます。合間には子供達による愛らしい祝舞も行われ、夜に開催される「お座敷えんぶり」では室内でくつろぎながら鑑賞できます。

●期間／2月7日・8日(予定) ●場所／南部芸能伝承館野外広場
●交通／青い森鉄道剣吉駅より徒歩約2分
●問／南部町商工観光課☎0178-84-2119

国宝・白絲威褄取鎧(兜大袖付)
(しろいとおどしつまとりよろいかぶと、おおそでつき)

国宝・赤絲威鎧(兜大袖付)
(あかいとおどしよろいかぶと、おおそでつき)

櫛引八幡宮 ROUTE 402

国宝を展示する南部藩の総鎮守

南部氏の創建とされ南部藩総鎮守として信仰を集めてきました。国宝館には「赤絲威鎧(兜大袖付)」「白絲威褄取鎧(兜大袖付)」をはじめ、多数の文化財が収められています。

【国宝館】
●開館／9:00～17:00
●入館料／一般400円
●交通／JR八戸駅より車約10分
●問／☎0178-27-3053

国宝「合掌土偶」
(がっしょうどぐう)

縄文暮らしシアター

八戸市博物館 ROUTE 404

八戸の歴史が甦る

縄文時代に中世、江戸時代、そして現代と八戸の歴史をわかりやすく学べます。隣接する「史跡根城の広場」には1334年に南部師行(もろゆき)が築城した城を復元・展示。

【八戸市博物館】
●開館／9:00～17:00(入館は16:30まで)
●休館／月曜(第1月曜・祝日の場合は開館)、祝日の翌日(土・日曜の場合は開館)、月末休館の場合あり
●入館料／一般250円 ●交通／JR八戸駅よりバス約10分 ●問／☎0178-44-8111

八戸市埋蔵文化財センター是川縄文館

国宝・合掌土偶に会える ROUTE 403

胸の前で両手を合わせて天を仰ぎ深い祈りを捧げる「合掌土偶」。縄文人の芸術性に触れる「縄文の美」や国宝「合掌土偶」を展示する「国宝展示室」、縄文時代を学ぶ「縄文の謎」などの常設展示室で構成されます。また、特別展も開催されます。

●開館／9:00～17:00(入館16:30まで)
●休館／月曜(第1月曜、祝日は開館)、祝日の翌日(土・日・祝日は開館)、年末年始(12/27～1/4)
●入館料／一般250円 ●交通／JR八戸駅よりバス約20分 ●問／☎0178-38-9511

八戸市街

食べ歩きがたのしい朝市めぐり

館鼻岸壁朝市

八戸の朝市

早起きに「おいしい」ご褒美

八戸港に約350軒の出店が出現。新鮮な魚介や焼き魚、お惣菜、アジアンな屋台などずらり並ぶ「館鼻岸壁朝市」はハマの朝を活気で埋め尽くします。好きなものをちょっとずつ、朝市ご飯を楽しむなら「陸奥湊駅前朝市」へ。八戸市営魚菜小売市場には座って食べられるスペースがあり、新鮮な魚介類はもちろん、気になるおかずを選べば熱々ご飯とお味噌汁で贅沢朝ご飯のできあがり。

【館鼻岸壁朝市】ROUTE 407
●期間／12月までの日曜 ●開場／日の出～9：00頃
●交通／市内よりワンコインバス「いさば号」、乗り合いタクシー「あさぐる」等

【陸奥湊駅前朝市】ROUTE 408
●開場／3：00頃～正午
●休場／日曜、1/1、1/2 ※市営魚菜小売市場は第2土曜も休み
●交通／JR陸奥湊駅下車すぐ
●問（上記2箇所）／八戸観光コンベンション協会☎0178-41-1661

陸奥湊駅前朝市

女子旅オススメプログラム

八戸あさぐる

元気な朝をめぐる旅

港町・八戸は朝の時間も魅力いっぱい。活気とおいしいが集まる朝市と地元民いきつけの銭湯をめぐる乗り合いタクシーツアーです。前日22時までに宿泊ホテルに申し込めば翌朝はホテルまでお出迎え。

●出発時間／6：00～7：00
●料金／3,100円～（コースにより異なります。飲食代別）
●問／八戸観光コンベンション協会☎0178-41-1661

左／八戸市営魚菜小売市場（陸奥湊駅前朝市）では、海産物や惣菜、焼き魚など市場内で買ったおかずをご飯、味噌汁と一緒に食べられる飲食スペースが人気です。

「いくべえ」®

沢里温泉（グランドサンピア八戸） ROUTE 410

リゾート気分でくつろぐ開放感

敷地内に湧く滑らかな天然温泉を露天風呂やヒノキ風呂、ジェットバスなど8種類の湯船で楽しめます。

●立寄入浴／5：00～9：00、10：00～22：00（受付21：00まで）
●入浴料／大人620円
●交通／JR八戸駅よりバス約20分
●問／☎0178-23-5151

八食センター ROUTE 409

炭火で焼くと、もっとおいしい

新鮮な魚介類や青果、お肉など、何でも揃う総合食品センター。人気の「七厘村」では、七厘を使って市場内で買ったアレコレを本格的な炭火焼きで味わえます。

●開場／市場棟9：00～18：00、味横丁9：00～18：30、厨スタジアム9：00～21：00
●休場／水曜（厨スタジアムは無休）
●交通／JR八戸駅よりバス約10分（八食100円バス・200円以下バスあり）
●問／☎0178-28-9311

お得なタクシーチケット「八戸まちタク」

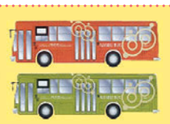
3枚のタクシーチケットでエリア内の施設から施設へ。いつでも乗れて定額だから安心です。

●料金／7,500円～14,500円（エリアにより異なるため要確認）
●問／八戸観光コンベンション協会☎0178-41-1661

「るるっぷ八戸」で市内バス旅

八戸市内循環コミュニティバス「るるっぷ八戸」は毎日運行。初乗り150円、上限200円でバス旅に便利です。

●問／南部バス☎0178-44-7111

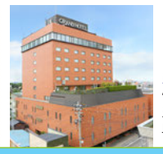


バス・電車が乗り放題「八戸えんじょいカード」

八戸市内のバスやJR八戸線（八戸～種差海岸）が1日乗り放題。約90ヶ所の協賛店でサービスも受けられます。

【ご利用できる交通機関】
●八戸市営バス／市内全路線、種差海岸遊覧バス「ワンコインバス・うみねこ」号、日曜朝市循環バス「ワンコインバス・いさば」号
●南部バス／市内運行全路線及び八戸市南郷区（一部区間除く）、八戸市内循環コミュニティバス「るるっぷ八戸」、八食100円バス、八食200円以下バス。
※八戸市外に行く場合には使えません。八戸市外へ行く場合には、乗車したバス停から下車した八戸市外までの運賃をお支払い下さい。
●JR八戸線／八戸～種差海岸の各駅相互間 ※エリア外に乗り越しの場合などは区間外の料金をお支払い下さい。

【購入方法・料金】
●購入方法／JR東日本管内の「みどりの窓口」、「びゅうプラザ」にて、「八戸えんじょいカード引換券」を購入します。その引換券を、JR八戸駅、JR本八戸駅、JR陸奥湊駅、JR鮫駅の「みどりの窓口」または「びゅうプラザ八戸駅」、「はっち」、「ラピア」等にて「八戸えんじょいカード」と交換。
●料金／大人700円、子ども350円
●問／八戸カード運営協議会（八戸市観光課内）☎0178-46-4040



八戸グランドホテル
☎0178-46-1234
八戸市番町14
JR本八戸駅より徒歩約8分

迷路のような横丁と美食を探検

長横町れんさ街

お寿司やラーメン、焼肉など食べ物屋さんが多い横丁。映画館の脇に、鎖をつないだ状態で飲食店が並んだことから「長横町れんさ街」と呼ばれました。
（昭和20年代後半より）

ハーモニカ横町

老舗の小料理屋や居酒屋などの小さな店舗が集まり、懐かしくもどこか新しいテイストが感じられます。ハーモニカのリード（吹吸口）のように飲食店が並んだことから名付けられました。（昭和20年代後半より）

五番街

旧映画館前に抜ける通り。アメリカ映画の「五番街の出来事」が上映され、大ヒットしたことから、この映画にちなんで「五番街」と名づけられました。（昭和30年代後半より）

ロー丁（ろーちょう）れんさ街

明るく開放的な横丁スタイルは初心者にオススメ。映画館と映画館、ロー丁銀座通りをつなぐ横丁で、連鎖状態にあったことから呼ばれました。
（昭和30年代前半より）

花小路

みろく横丁とクロスする、三日町側と六日町側のビルの間を通る路地。ちょっとした路地裏感覚を味わいながらの酒場巡りもオススメです。
（昭和62年より）

八戸昭和通り

昭和時代のぬくもりが感じられるように、との願いを込めて命名。昭和の雰囲気を醸し出す焼き鳥屋やスナックなど、バラエティ豊かな横丁。
（平成16年より）

みろく横丁

26店が軒を連ねる横丁で、活気にあふれています。三日町と六日町にまたがる横丁であることから「みろく横丁」と名づけられました。
（平成14年より）

たぬき小路

色とりどりの看板が並び、昭和の雰囲気漂うレトロ感が味わい深い横丁。一見、行き止まりと思わせる路地の向こうは五番街に繋がっています。
（昭和20年代前半より）

夜の八戸、横丁めぐり

八戸の夜をディープに探訪

Local旅 ～Local Tour～

八戸の中心街には個性豊かな８つの横丁が路地裏に連なり、古き良き酒場の風情に満ちています。ちょっと不安、という方には地元ガイドが案内する横丁探訪ツアーがおすすめ。

●交通／JR本八戸駅より徒歩約10分
●問／八戸横丁連合協議会☎0178-72-3311
【ガイド付き横丁探訪】
●時間／19：00～19：40（所要時間40分、要予約）●休／日曜
●料金／1,000円 ●問／八戸観光コンベンション協会☎0178-41-1661

八戸の旨いものを味わう。

八戸グルメの旅に出かけよう

日本最北限のさば漁場・八戸前沖で獲れる旨みとろける「八戸前沖さば」。中でも特に大型の「銀鯖」を使用した「八戸銀サバづけ丼」は、とろけるような銀鯖としょうゆダレ、ご飯の相性が最高。さばや特産のいかをはじめ旬の地魚を中心に3,000円程度で楽しめる「はちのへ鮨」は市内13店舗が参加中。うにとあわびの贅沢な潮汁「いちご煮」や、「八戸せんべい汁」など港町・八戸ならではのグルメが満載です。

【八戸前沖さば】
●問／八戸前沖さばブランド推進協議会（八戸商工会議所内）☎0178-43-5111
【はちのへ鮨】
●問／八戸商工会議所☎0178-43-5111
【八戸らーめん】
●問／八戸商工会議所☎0178-43-5111
【その他】
●問／八戸市観光課☎0178-46-4040

八戸前沖さば

日本のさば漁場では最北限に位置する八戸前沖は、港と漁場が近いため良質なさばが新鮮なまま水揚げされます。低い水温と豊富なエサで育った、とろけるような旨みを堪能して下さい。特に「銀鯖」は別格の味わい。

●撮影店舗／寿司と新・郷土料理 倭屋

サバの串焼き

しめサバ

八戸銀サバづけ丼（サバの駅）

はちのへ鮨

水揚げ日本一のいかや脂ののった八戸前沖さばをはじめ、新鮮な地魚など旬の寿司11貫を提供。※店舗により種類は異なります。

●撮影店舗／日本料理・鮨 ぼてじゅう

八戸せんべい汁

お肉や魚、野菜など具だくさんの汁にせんべい入れる、八戸地方の郷土料理。ダシが染みた鍋用南部せんべいのモチモチ、シコシコの独特な食感がやみつきになります。

●撮影店舗／寿司と新・郷土料理 倭屋

いちご煮

新鮮なウニとアワビのぜいたくなお吸い物。乳白色のスープからのぞくウニを朝もやにかすむ野イチゴに見たてた県南地方の郷土料理。

●撮影店舗／割烹さんりく

そばかっけ

薄くのばしたそばを三角に切ってねぎ味噌やにんにく味噌をつけて食べる郷土料理です。

●撮影店舗／南部民芸料理 蔵

ひっつみ

小麦粉の生地をひっつまんで（引きちぎって）鍋にいれる南部地方の郷土料理。つるりとした舌触りとモチモチ、ぷるぷるの食感が特徴。

●撮影店舗／肴町のわが家

八戸らーめん

近海産の煮干しや鶏ガラでダシをとった、あっさりながら深みのあるスープに細ちぢれ麺が調和。70余年の歴史をもつ伝統の味わい。

●撮影店舗／がんこラーメン鳳凰下田店

五感が目覚め、感性を磨くおとなの時間

大山将棋記念館・王将館 ROUTE 416

名人の妙技も必見

おいらせ町の名誉町民でもある故・大山康晴15世名人を通して将棋の奥深さ、面白さに触れてみませんか。大山と兄弟子・升田幸三の決戦「高野山の対決」の妙技をかいま見るシアターも必見。

●開館／9:00～17:00
●休館／月曜（祝日の場合翌日）、年末年始
●入館料／要問合
●交通／青い森鉄道下田駅より車約10分
●問／☎ 0178-52-1411

寺山修司記念館 ROUTE 414

寺山修司のラブレターも公開

文学に演劇、映画、競馬評論家と47年という短い生涯を駆け抜けた寺山修司の12,000点にも及ぶ遺品を展示・公開しています。寺山修司の活動を支え、没後も彼とともにあり続けた九條今日子を偲ぶ企画展を開催中。

●開館／9:00～17:00（入館は16:30まで）
●休館／月曜（祝日の場合翌日）、12/29～1/3
●入館料／一般310円（企画展は別途）
●交通／青い森鉄道三沢駅より車約15分 ●問／☎0176-59-3434
【企画展「きみが歌うクロッカスの歌」】
●期間／8月1日～翌3月29日

県南で“はしご湯”を楽しもう。古牧温泉は6ページに記載

馬門温泉 ROUTE 417（まかど観光ホテル）

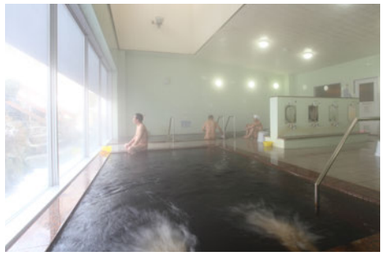
美しい素肌よ、こんにちは

総ヒバ造りの大浴場や開放感ある露天風呂に浸かって透明感ある肌へ。烏帽子岳のふもとに湧く温泉は美肌効果が高いと女性に人気です。

●立寄入浴／土・日・祝の11:00～16:00
●入浴料／大人500円
●交通／青い森鉄道野辺地駅よりバス約20分
●問／☎0175-64-3131

東北温泉 ROUTE 418

美肌効果バツグンの黒い湯



古代の植物が地中に堆積した亜炭層を通って湧く温泉がモール温泉です。黒褐色の湯は、肌の汚れや古い角質を落として潤いを与える美人泉質といわれています。

●立寄入浴／5:30～22:30 ●入浴料／300円
●交通／青い森鉄道乙供駅より徒歩約5分
●問／☎0175-63-3715

鷹架温泉（たかほこ） ROUTE 419（スパハウスろっかぽっか）

変わり湯は全10種類

開放感あふれる広々大浴場にヒバ風呂や電気風呂、自然を満喫できる屋根付き露天風呂、小さい子供も安心な浅めの湯船などアイディア満載のお風呂が大集合。休憩所やカラオケで一日中楽しめます。

●立寄入浴／10:00～21:00
●入浴料／大人700円（4～11月）、500円（12～3月）
●交通／青い森鉄道野辺地駅より車約40分 ●問／☎0175-69-1126

国設野辺地まかど温泉スキー場

陸奥湾に向かって豪快なシュプール

下北半島を遠望する陸奥湾に滑り込むような爽快感。傾斜が緩やかなコースから緩急のついたコースまで、初心者も上級者も満足できます。

●期間／12月～3月 ●時間／9:00～21:00
●交通／青い森鉄道野辺地駅より車約10分
●問／☎0175-64-3138

六ヶ所村次世代エネルギーパーク

エネルギーの昔・今・未来を学ぶ ROUTE 420

風力発電、メガソーラー、原子燃料サイクル関連施設、石油備蓄基地など、エネルギー関連施設が集まる六ヶ所村全体を「次世代エネルギーパーク」ととらえ、エネルギー関連施設を見学できます。

●開館／8:30～17:00（4週間前まで要予約）
●交通／JR七戸十和田駅より車約50分
●問／六ヶ所村次世代エネルギーパークインフォメーションセンター（六ヶ所村商工観光課内）☎0175-72-2111

三沢航空科学館 ROUTE 415

乗って、ふれて、迫力の体験

世界初の太平洋無着陸横断飛行に成功した「ミス・ビードル号」の出発地であり、戦後初の国産旅客機「YS-11」の設計者ゆかりの地でもある三沢市。フライトシュミレーターで疑似飛行を体験したり様々な飛行機を間近で見られます。

●開館／9:00～17:00（入場は16:30まで）
●休館／月曜（祝日の場合翌日）、12/30～1/1
●入館料／一般510円 ●交通／青い森鉄道三沢駅より車約15分
●問／☎ 0176-50-7777

三沢アメリカンバーツアーチケット

パスポートのいらないアメリカへ

米軍基地のある町の中でも日米交流が良好な三沢独特の夜を過ごすならアメリカンバーがおすすめ。「アメリカンバーツアーチケット」（1,700円）なら1軒でも複数軒でも計3杯の飲み物が楽しめます。英語が話せなくても大丈夫、ひとりでもOKです。

※提供メニューは店舗により異なります。
●場所／三沢市内の各アメリカンバー
●問／三沢市観光物産課☎0176-53-5111

「おいしい」を求めて海へ、山へ

青森シャモロック

噛むほどに旨みあふれる

厳しい条件をクリアした指定農場でのびのび大切に育てられた青森の自慢鶏は噛む程においしい肉はもちろん、ダシの味わいも絶品。

●撮影店舗／シャモロックホームズ
●問／青森シャモロック生産者協会（青森県畜産協会内）☎017-723-2775

北のフルーツパーラー

心とカラダにビタミン補給

女子旅オススメプログラム

フルーツ王国・南部町で、くだもの狩りともぎたて新鮮なフルーツたっぷりのスイーツ作りが楽しめるフルーツパーラーを発見！町産の素材がたっぷり揃っています。

●期間／通年（7日前まで要予約）
●料金／一般2,000円～
●場所／農林漁業体験実習館 チェリウス
●交通／青い森鉄道剣吉駅より車約15分
●問／農林漁業体験実習館 チェリウス☎0178-76-1001

野辺地とりめし

懐かしの駅弁が食べたい

野辺地駅といえばコレ！昭和27年（1952）から販売している駅弁は炊き込みご飯の上に鶏そぼろと炒り卵、しっとり柔らかな鶏照り焼きがドンっとのった伝統の味。

●問／ウェルネス伯養軒青森支店 ☎017-723-1894

寺山食堂

逸話や好物と特産品がコラボ

「寺山食堂」とは劇作家や詩人で知られる寺山修司の伯父が経営していた食堂の名。寺山の好物やエピソードを基に三沢特産の食材を使用したメニューは三沢市内４店舗で提供しています。

①寺山盆カレーセット／お盆に盛ったカレーライスとコーラのセット。砂糖入りカレー付。②寺山定食／三沢産ごぼうを使った汁物（すいとん、又はけんちん汁）がついた餃子定食。③寺山セット／三沢産長芋を使ったとろろ蕎麦とかつ丼のセット。 ④天井桟敷ラーメン／中華麺の代わりに細いパスタを使ったラーメン。（醤油味と醤油カレー風味の2種類を提供するお店もあります。⑤寺山修司ラーメン／小川原湖名産のしじみを使ったラーメン。
●撮影店舗／彩食酒楽 松喜 ●問／三沢市観光協会☎0176-59-2311

そば打ち体験

自分で打つとおいしさ倍増

夏でも冷涼な県南地方は在来種の「階上早生」を代表とするそばの名産地。芳醇な香りとコシが自慢のそばを打ってみませんか。

●問／そばの里けやぐ☎0178-76-1060
●問／道の駅なんごう☎0178-82-2902
●問／山の楽校☎0178-82-2222
●問／道の駅はしかみ☎0178-88-1800
●問／階上町わっせ交流センター ☎0178-88-2709

新郷村乳製品

青森県酪農発祥の地から

地元の1酪農家直送、朝搾りの新鮮な生乳が原料。新郷村の自然とこだわりから生まれた乳製品は確かな味わいです。

●休館／11月上旬～翌4月下旬（冬季間閉鎖予定）
●場所／間木ノ平グリーンパーク ●交通／JR八戸駅より車約1時間10分
●問／新郷村ふるさと活性化公社☎0178-78-2511

田子町ガーリックセンター ROUTE 412

にんにくの故郷で にんにく尽くし

「田子町ガーリックセンター」のレストランには、にんにくを練り込んだ麺に、にんにく香るピリ辛肉味噌をのせた「特製にんじゃあ麺」や特産の田子牛焼き肉とにんにくを盛り込んだ「にんべこ丼」など、にんにくメニューがずらり並んでいます。

●時間／9:00～18:00 ●休館／12月31日～1月2日（臨時休業あり）
●交通／青い森鉄道三戸駅より車約30分
●問／田子町ガーリックセンター☎0179-32-3165

茶粥 ROUTE 411

健康茶が香る名物料理

茶粥といえば「ほうじ茶」が一般的ですが、北前船によって上方から伝えられた野辺地の茶粥は豆科の植物・カワラケツメイを焙じた草茶で炊きあげます。昔の商家では貝焼き味噌と一緒に食べたのだとか。

●開店／11:00～19:00
●休店／日曜
●場所／松浦食堂（青い森鉄道野辺地駅前）
●料金／1,550円（前日まで要予約）
●問／松浦食堂☎0175-64-3004

さくら鍋

馬産地・五戸の自慢料理

五戸に来たらまずは馬肉！鮮やかな色から「さくら肉」とも呼ばれ、低カロリー・高タンパクは美容と健康の味方。たっぷりの野菜と味噌で煮込んだ「さくら鍋」は柔らかな馬肉と味噌が絶妙。ひと口ごとに旨みがじんわり染みわたります。

●撮影店舗／尾形五戸店
●問／五戸町観光協会 ☎0178-62- 7155

三沢ほっき丼

冬だけのご当地丼

旨み濃厚で歯ごたえの良い冬の味覚「ほっき貝」は刺身はもちろん、加熱するとさらに甘みを増します。 三沢市内30店舗以上で提供される「三沢ほっき丼」が味わえるのは漁が解禁する12月～3月だけ。3月にはほっき貝にこだわったイベント満載の「三沢ほっきまつり」も開催。

●期間／12月1日～翌3月31日
●問／三沢市ほっき料理会（三沢市観光物産課内）☎0176-53-5111
【三沢ほっきまつり】
●期日／3月中旬 ●時間／9:30～14:00
●場所／三沢市魚市場
●交通／青い森鉄道三沢駅より車約25分
●問／三沢市漁業協同組合☎0176-54-2202

三戸ひっつみ

ほっとする、ふるさとの味

小麦粉を練った生地を平べったくひっつまんで（ちぎって）ダシのきいたしょうゆ味の汁で煮込むためこの名があります。旬の野菜や山菜のほか、川がになどを加えた豪華版もあります。

●提供店舗・問／割烹白山☎0179-22-2177
SAN・SUN産直ひろば☎0179-22-3266
さんのへ川の驛☎0179-22-0046

百花繚乱、色とりどりに春が舞う

階上岳 ROUTE 426

階上岳からの絶景が広がる

その姿から「臥牛山」とも呼ばれる標高740mの階上岳。家族向けや健脚向けなどの登山コースがあり、山つつじが群生する大開平からはゆるやかな散策路も整備されています。山頂からは太平洋の海岸線や八戸市街、八甲田連峰、北上山地の絶景が広がります。平成25年5月に、三陸復興国立公園に指定されています。

●交通／JR階上駅より車約15分（登山口まで）
●問／階上町産業振興課商工観光グループ ☎0178-88-2875

果樹の花見

くだもの王国に春がやってきた

果樹栽培が盛んな南部町の春は梅やりんご、梨、桃など様々なくだものの花が楽しめる季節。GWには「果樹の花見散策ウォーク」が行われ、梅の花などを見ながら起伏のある約5kmのコースを散策します。

●期間／4月下旬～5月中旬（1週間前まで要申込）
●時間／10:00～15:00 ●料金／一般300円
●場所／園地により異なります
【果樹の花見散策ウォーク】
●参加費／1,000円（昼食付）
●問／ながわ農業観光案内所☎0178-76-3020

ポニー乗馬体験

カワヨグリーン牧場 ROUTE 428

遊べて泊まれる牧場

ヨーロッパの田舎に来たような小高い丘に広がる牧場で見て、触れて、動物たちと五感で触れあえます。春の牧場まつりでは、バーベキューやバターづくりなど牧場ならではの体験がいっぱい。

●開場／9:00～17:30（冬季は16:30迄）
●交通／青い森鉄道向山駅より徒歩約10分
●問／☎0178-56-4111
【春の牧場まつり】
●日時／5月上旬10:00～15:00

キリストの里伝承館 ROUTE 430

キリスト伝説の地

ご存じですか？「キリストの墓」が青森県の小さな村にあるってこと。古文書や村の風習を再現したコーナーで新郷村に残るキリスト伝説の謎に迫ります。6月にはキリストの慰霊祭も開催。

●期間／4月下旬～11月上旬 ●開館／9:00～17:00 ●休館／水曜
●入館料／一般200円 ●交通／JR八戸駅より車約1時間
●問／☎0178-78-3741

ミズバショウの群生地 ROUTE 433

白く映える春の使者

新郷村の菅場地区は約3.3ヘクタールの湿原に約10万本が咲く北東北最大といわれるミズバショウ群生地。雪解けとともに、白く可憐な姿をみせます。

●期間／4月下旬～5月上旬
●場所／菅場地区（国道454号線沿い）
●交通／八戸ICより車約1時間15分
●問／新郷村産業建設課☎0178-78-2025

南部町ぼたんまつり ROUTE 435

名峰に花の楽園が出現

名久井岳県立自然公園の中腹、「長谷ぼたん園」では130種、8,000本のぼたんが大輪の花を咲かせ、可憐な美しさを競います。環境省の「かおり風景100選」に認定されています。

●期間／5月下旬～6月上旬
●時間／8:30～18:00 ●場所／長谷ぼたん園
●交通／青い森鉄道三戸駅より車約4分
●問／南部町商工観光課☎0178-84-2119

さんのへ春まつり

三戸城に桜が舞う ROUTE 432

戦国時代に南部氏の居城だった三戸城跡・県立城山公園に桜が咲き乱れます。歌や踊りのステージや三戸町出身の漫画家・馬場のぼるさんの作品「11ぴきのねこ」にちなんだバスツアーなど大人も子供も楽しめるイベントが満載。

●期間／4月下旬～5月上旬
●場所／県立城山公園
●交通／青い森鉄道三戸駅より車約10分
●問／三戸町観光協会 ☎0179-22-0777

菜の花フェスティバルinよこはま

黄色い春が横浜を染める ROUTE 427

見渡す限りに続く菜の花畑が黄色く咲き乱れる横浜町。花畑を駆け抜けるマラソン大会や大迷路など多彩なイベントが開催されます。丁寧に案内や説明してくれる「日本一の菜の花サポーター」は、黄色い帽子とジャンパーが目印。

●期間／5月中旬
●場所／横浜町大豆田地区特設会場
●交通／JR陸奥横浜駅より車約10分
●問／菜の花フェスティバル実行委員会事務局（横浜町産業振興課内）☎0175-78-2111

のへじ春まつり ROUTE 429

情緒と幻想の花宴

陸奥湾や烏帽子岳を遠望する愛宕公園の桜花の下で催す宴は情緒たっぷり。夜には、入港する北前船のため火を灯した「常夜燈」を摸した燈籠や提灯に明かりが灯ります。

●期間／4月下旬～5月上旬
●場所／愛宕公園
●交通／青い森鉄道野辺地駅より車約5分
●問／野辺地町観光協会☎0175-64-9555

愛宕公園

ろくのへ春まつり ROUTE 431

ヤマザクラの香りに包まれて

会場の舘野公園は山桜の名所で、山桜約1,500本が咲き乱れます。可憐なピンクの花の下でひと味違ったお花見を楽しみませんか。

●期間／4月下旬～5月上旬（予定）
●場所／舘野公園
●交通／青い森鉄道三沢駅より車約15分
●問／六戸町観光協会事務局（六戸町産業課内）☎0176-55-4495

舘野公園

東北町桜まつり ROUTE 434

小川原湖に春風がふく

小川原湖畔、花切川沿いの桜並木、通称「湖畔の千本桜」がお出迎え。祭り期間中は伝統的な漁法「地引き網引き」の体験や、地元料理人が腕をふるう新鮮な味覚を堪能できます。

●期間／4月下旬～5月上旬（予定）
●場所／小川原湖公園 ●交通／青い森鉄道上北町駅より車約5分
●問／東北町商工観光課☎0176-56-4148

花切川

三陸復興国立公園「種差海岸」

県南エリア 春めぐり

種差海岸 ROUTE 422

創作意欲をかきたてられる景観美

全長約14kmの種差海岸は、小さな湾形の中須賀や大須賀など白砂の海岸とイタコマイマイ岩やナワカケ岩など点在する奇岩が描く、荒々しくも繊細な海岸の景。春から秋にかけては青々とした天然芝生地や650種以上の植物が変化に富んだ景勝地を彩ります。この美しい景観は大町桂月や柳田国男、吉田初三郎など著名な文人や芸術家によって広く紹介され、中でも司馬遼太郎は『街道をゆく』の中で「どこかの天体から人がきて地球の美しさを教えてやらねばならないはめになったとき、一番にこの種差海岸に案内してやろうとおもったりした」と讃えています。このほか宮沢賢治や井伏鱒二らも種差海岸からインスピレーションを得ました。
市街地の近くにありながら四季折々に野鳥や動物たちが姿をみせ、南限、北限、湿地、砂丘、平地、高山など多種多様な植物を観賞できる日本でも珍しい海岸です。自然景観の素晴らしさと貴重な動植物が生息する学術的な価値から「三陸復興国立公園」に指定されています。

●交通／JR種差海岸駅より徒歩約10分
●問／八戸市観光課☎0178-46-4040

種差天然芝生地

中須賀から釜の口へ

ガイドと歩く種差海岸

四季折々の自然美を満喫

白波を砕く荒々しい岩礁。松林が続く鳴砂の白浜。波打際まで広がる天然の芝生地。海岸沿いには春から秋にかけて650種以上の植物に彩られます。心地よい風を感じながら様々な植物を観察しませんか。

●期間／3月～11月（要予約）
●場所／蕪島～大久喜間（案内コースは要相談）
●料金／ガイド1人につき1,000円
●問／種差海岸ボランティアガイドクラブ ☎0178-39-3137

種差海岸インフォメーションセンター ROUTE 423

種差をもっと知りたい！散策前や途中に少し休みたい。そんな時にぴったりな施設。隣りの休憩所では、地元食材を使った軽食やお土産品も販売しています。

●開館／9:00～17:00（12～3月は16:00まで）
●交通／JR種差海岸駅より徒歩約3分
●問／☎0178-51-8500

女子旅オススメプログラム

蕪嶋神社 ROUTE 425

開運も縁結びも、ウミネコにお願い

ウミネコの繁殖地として国の天然記念物に指定されている蕪島では、黄色いノラナタネの花が咲く５月頃には鮮やかな景観を見せます。また4月中旬（予定）には蕪嶋神社の例大祭の附祭「蕪嶋まつり」が行われます。

「いくべえ」®

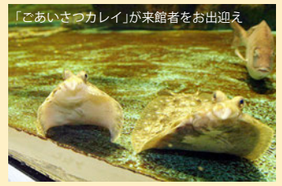
●交通／JR鮫駅より徒歩約15分
●問／☎0178-34-2730

八戸市水産科学館マリエント

八戸の海を科学する ROUTE 424

八戸近海の魚がのんびり泳ぐ大水槽やたくさんの体験コーナーで八戸の海を見て、触れて、聞いて学べます。太平洋を眺めながら八戸ならではの料理を満喫できる展望レストランもあります。

●開館／9:00～17:00 ●休館／2/3～2/6
●入館料／一般300円
●交通／JR鮫駅より徒歩約15分
●問／☎0178-33-7800



「こあいさつカレイ」が来館者をお出迎え

磯ラーメン

浜の粋！海の幸たっぷり

目の前に海が広がる種差海岸ご自慢の魚介をふんだんに使った「磯ラーメン」は浜の旨みと風味たっぷり。種差海岸一帯の食堂には、それぞれの個性が光る一杯があります。

●場所／JR種差海岸駅周辺
●問／八戸市観光課☎0178-46-4040

TOHOKU EMOTION

三陸海岸にレストランが走る

ライブキッチンを中心とした全席レストランの空間。三陸の海が車窓に流れる中、地元食材をふんだんに使用した料理が味わえます。東北各地の伝統工芸をモチーフにしたインテリアや車内アートなどで新しい東北を発見できる列車はランチコースとデザートブッフェで楽しめます。

●東北レストラン鉄道 TOHOKU EMOTION について詳しくは
東北エモーション 検索
http://www.jreast.co.jp/tohokuemotion

リゾートうみねこ

大きな車窓と青い車体が目印

八戸駅～久慈駅を結ぶ64.9kmは、大きな窓から太平洋の海岸美を堪能できる路線。沿線には新鮮な魚介を堪能できる食事処や朝市、海の幸が自慢の宿もたくさん。

●問／JR東日本お問い合せセンター ☎050-2016-1600

うみねこ号

種差の見どころをバスで遊覧

観光スポットを巡りながら鮫駅と種差海岸駅を結ぶワンコインバス。らくらく蕪島や種差海岸散策が楽しめます。

●期間／4月19日～11月16日（毎日運行）
●本数／往路：7本、復路：7本（約27分）●運賃／大人100円、小人50円
●問／八戸市交通部☎0178-25-5141

本州最北端の旬を食べつくし

みそ貝焼き　野趣あふれる下北流

大きなホタテ貝殻で山海の幸をグツグツ煮込み、熱いところをふぅふぅ。新鮮な魚介や磯の香りが広がる海藻など津軽海峡の旬を贅沢に味わいます。

●撮影店舗／居酒屋 四季
●問／みそ貝焼き普及研究会（むつ商工会議所内）
☎0175-22- 2282

大湊海軍コロッケ

旧海軍グルメを下北アレンジ

旧日本海軍レシピに倣った料理といえばカレーが有名ですが、むつ市では「大湊海軍コロッケ」が人気。むつ市大湊に配属されていた旧海軍部隊のレシピをアレンジし、下北の食材にこだわったコロッケを牛脂でサクッと揚げました。レシピを再現したものからアイディアを盛り込んだコロッケまで個性が光ります。

●撮影店舗／むつドライブイン
●場所／むつ市内各提供店
●問／大湊海軍コロッケ普及会
（むつドライブイン）☎0175-22-4708

下左：鱈の昆布締め・肝味噌焼き・白子の刺身／下右：鱈ちり

脇野沢で鱈三昧

鱈を丸ごと使い切る

脇野沢名物・真ダラの「鱈三昧」は絶品。身は昆布でしめて刺身や、肝で和えた味噌で田楽に。白子は刺身天ぷら、吸い物、チリ鍋に。やはり、身をおろした後の頭、中骨、内臓などに野菜を加え、味噌仕立の鍋にした「ジャッパ汁」は最高。他にも押し寿司、味噌漬け、胃袋は塩辛に。丸ごと使い切る技術にも感動です。

●期間／11月～翌3月 ●撮影店舗／民宿 栄屋
●場所／脇野沢地区の旅館・民宿
●問／むつ市脇野沢農業振興公社☎0175-31-5011

下北ワイン

今宵の乾杯は下北ワインで

ブルゴーニュ地方に似た気候をもつ下北の大地に、ぶどう畑が広がります。減農薬のぶどうを原料に本州最北のワイン醸造所が造るワインは多くのコンクールで受賞しています。

●開館／10:00～17:00
（1～3月は16:00まで）
●休館／不定休（1～3月、4月以降は無休）
●場所／サンマモルワイナリー
●交通／JR大湊駅より車約20分
●問／サンマモルワイナリー☎0175-42-3870

ぼたん鍋

冬だけの名物、絶品鍋

厳しい寒さで脂を蓄え肉の旨みを増す冬の時期だけの絶品鍋。ごぼうや白菜、きのこなどとともに特製の味噌スープで煮込んだイノシシ肉は煮込むほどやわらかく、噛むほどに味がでてきます。

●期間／11月～翌3月
●撮影店舗／民宿 栄屋
●場所／脇野沢地区の旅館・民宿・食堂、いのししの館
●問／むつ市脇野沢農業振興公社
☎0175-31-5011

写真はイメージです

いのしし料理　赤と白、2つの美味

北国では難しいとされるイノシシ飼育を可能にした脇野沢のイノシシ肉は臭みやクセはなく、旨みが濃いのが特徴です。雑味がなく、脂の旨みがそのままの脂肪は身の赤身に対し「白身」とも呼ばれます。

●問／むつ市脇野沢農業振興公社☎0175-31-5011

女子旅オススメプログラム

「いくべえ」。

手焼きせんべい体験　ROUTE 502

まるでクッキーのよう

米ではなく小麦粉を原料にした南部煎餅は旧南部藩領に伝わる銘菓。南部鉄器の焼き型でつくる昔ながらの手焼き煎餅を作ってみませんか。

●所要時間／30分～1時間（2日前まで要予約）
●場所／八戸屋
●料金／1枚100円・1グループ5枚以上から受付
●交通／JR下北駅より車約10分
●問／八戸屋☎0175-22-3324

せんべい焼き

べこ餅作り

べこ餅

食べられるアート

「べこ餅」とは米粉に砂糖をあわせて練り、色をつけた生地を組み合わせて鮮やかな模様を描くふるさとの味。いろどり豊かな「食べられる芸術」を体験できます。

【むつ市】　ROUTE 503
●所要時間／約1時間30分（要予約）
●場所／下北名産センター
●料金／2,000円（材料費込）
●交通／JR下北駅より車約10分
●問／下北名産センター☎0175-22-3231

【大間町】
●所要時間／約1時間30分（要予約）
●場所／大間町活性化センター
●料金／3,000円（材料費込）
●交通／大間崎より車約10分
●問／こすもす生活改善グループ
☎0175-37-3481

【風間浦村】
●所要時間／約1時間（7日前まで要予約）
●場所／下風呂地内
●料金／2,000円（材料費込）
●交通／JR下北駅よりバス約1時間10分
●問／べこ餅工房☎0175-36-2653

【東通村】
●所要時間／約2時間（要予約）
●場所／たべもの工房 来美里（こびり）
●料金／2,300円（材料費込）
●交通／下北交通バス「大利」バス停より徒歩約5分
●問／たべもの工房 来美里☎090-1933-3380

風間浦鮟鱇

刺身やお寿司でも食べられる

コラーゲン豊富な冬の高級魚、あんこう。全国有数の水揚げ量を誇る青森県の中でも更に鮮度が高いといわれる「風間浦鮟鱇」は、料亭や一流ホテルでも使用されるブランド食材です。地元では活きたまま水揚げされるため刺身でも食べられるほか、身と肝を味噌で和えた郷土料理の「共和え」や煮こごり、定番の鍋に焼き物、唐揚げなど下風呂温泉の旅館では風間浦鮟鱇尽くしのフルコースや気軽なランチが味わえます。2月開催の特別イベントでは雪上であんこうをさばく「雪中切り」も実演。

【ゆかい村鮟鱇まつり】
●期間／12月中旬～翌3月末頃
（2名以上、5日前まで要申込）
※時化などにより入荷のない場合があります。
●料金目安／13,800円～（宿泊なし7,350円）
●撮影店舗／下風呂観光ホテル 三浦屋
●問／風間浦村産業建設課☎0175-35-2111

鮟鱇フルコース（12月中旬から3月末）
※写真はイメージです。

鮟鱇の握り寿司（12月中旬から3月末）
※握り寿司は三浦屋に限られます。

鮟鱇の雪中切り

鮟鱇まつりの風景とイベントで出される寿司や鮟鱇汁

大間まぐろ（寿司・丼）

本場はやっぱり美味だった

津軽海峡を回遊する天然本まぐろを一本釣り。荒波に鍛えられ、身が引き締まった大間まぐろは東京築地市場でも高値がつく最高級ブランドです。特に、海水温が低くなる秋から冬にはたっぷり栄養をたくわえて上質な脂がのります。舌の上でとろけるような大トロはもちろん、香り高く旨み濃厚な赤身も美味。ぜひ本場で味わってください。

※水揚げ及び時期により、お店によっては取り扱いのない場合がありますので事前にご確認ください。
●撮影店舗／握り寿司（浜寿司）、マグロ丼（マリンハウスくどう）
●問／大間町産業振興課☎0175-37-2111

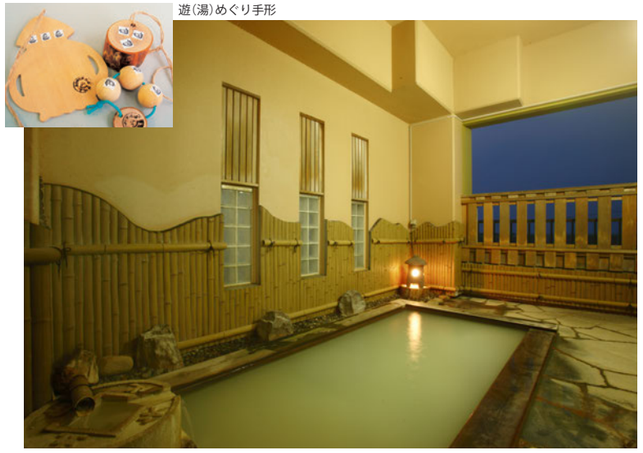
大間崎　ROUTE 501

本州最北端、本マグロのまち

大間のシンボルであるマグロの一本釣りのモニュメントは、約9メートルの大きさで、過去に釣れた最大級の本マグロをモデルにしたモニュメント。本マグロは7月～1月にかけて水揚げされます。1年中食べることのできるお店が町内に数店舗あります。

湯と海の恵みいっぱい、愉快な村です

遊(湯)めぐり手形



下風呂温泉で遊(湯)めぐり ROUTE 510

北の温泉郷をからん、ころん。

津軽海峡をのぞみ旅情をかきたてる小さな温泉街には３系統の硫黄泉の源泉があります。下風呂温泉郷の共同浴場や宿泊施設のうち、3施設に入浴できる「遊(湯)めぐり」手形は宿泊した人だけが購入できます。

●期間／通年(利用日より6ヶ月)●料金／800円
●交通／JR下北駅よりバス約1時間
●問／まるほん旅館☎0175-36-2330

↑下風呂温泉(下風呂観光ホテル 三浦屋)
●立寄入浴／14:00～20:00 ●入浴料／700円
●交通／JR下北駅より車約10分
●問／☎0175-36-2311

共同浴場「大湯」(休館:月曜)

桑畑温泉(桑畑温泉湯ん湯ん♪) ROUTE 511

窓の向こうは津軽海峡

眼前に広がる津軽海峡の大海原を望みながら灰白色の濁り湯に浸かる、時忘れのひととき。晴れた日には露天風呂から夕陽や漁り火、遠く北海道も眺望できます。

●立寄入浴／11:00～20:30
※露天風呂は4月頃～11月頃まで
●休館／第2月曜 ●入浴料／大人400円
●交通／JR下北駅よりバス約1時間20分
●問／☎0175-32-6045

桑畑温泉

布海苔採り体験ツアー

磯の香りをお持ち帰り

女子旅オススメプログラム

波打際の岩場に張り付く布海苔は海のミネラル豊富で美容の味方。一番おいしい2月～3月、津軽海峡の荒波に育まれた布海苔が採り放題ですべて持ち帰りOK。体験後は温泉で温まり、新鮮な海の幸でお腹を満たす贅沢ツアーです。

●期間／2月頃～3月末頃(数回開催予定。要問合)
●場所／風間浦村内
●問／風間浦村産業建設課☎0175-35-2111

「いくべえ」®

「ゆかい村」で体験 ROUTE 509

湯と海の村で遊ぼう

室町時代から湯治場として栄え、新島襄や井上靖も愛した下風呂温泉の「湯」も目の前に広がる津軽海峡の「海」も、風間浦村は、あれこれ楽しめるゆかいな村。青森ヒバの木工体験や田舎のカラフルおやつ「ベコ餅作り」、新鮮なイカで無添加の「マイ塩辛作り」と風間浦ならではの体験メニューがあります。

【木工体験】
●期間／通年(要予約) ●休／第3土・日曜
●場所／わいどの木 ●問／村口産業☎0175-35-2147
【ベコ餅作り】
●期間／通年(要予約)
●問／べこ餅工房「かさい」☎0175-36-2653
【マイ塩辛作り】
●期間／10月～11月(7日前まで要予約)
●場所／風間浦村活イカ備蓄センター
●問／風間浦村観光協会(風間浦村商工会内)☎0175-35-2010

木工体験

塩辛作り体験

大間町の観光ガイド

笑いの絶えないオーマの休日

漁師の娘や奥さんたちがご案内。「おおまエスコートクラブ(OEC)」は大間の食や文化、魅力を紹介する笑いの絶えないガイドです。

●期間／通年(要予約)
●料金／2名2,000円～(バス1台5,000円～)
●問／おおまエスコートクラブ☎090-7931-4509

ほっかむり隊も登場「リゾートあすなろ下北号」

終着駅・大湊駅と野辺地駅を結ぶJR大湊線は「はまなすベイライン」の愛称で呼ばれるようにほぼ全線がむつ湾沿いを走ります。リゾートあすなろ下北号の車内では、頭に手拭いや布を巻いた「下北ほっかむり行商隊」が下北半島の手作り品を中心に、選定された限定商品を販売。※乗車しない場合もあります。

●問／JR東日本お問い合せセンター☎050-2016-1600

ぐるりんしもきたWinter号

食と温泉がメインの観光バスです。むつ市内のホテル等を出発後、尻屋崎で厳寒のなか、立ち尽くす寒立馬を見学。昼食は大間町で各自マグロなどを堪能。食事のあとは、硫黄のにおいが立ち込める下風呂温泉郷で自由入浴。夏とは一味違った下北をお楽しみください。

●コース／JR大湊駅(フォルクローロ大湊)～プラザホテルむつ(JR下北駅より徒歩3分)～ホテルユニサイトむつ～むつ来さまい館～むつグランドホテル～放牧地「アタカ」(寒立馬見学9:10～9:30)～野牛川レストハウス～下風呂～大間崎(昼食各自11:20～12:55)～大間津軽海峡フェリー前(大間発14:10函館行きをご利用可能)～下風呂温泉(自由入浴13:35～14:25)～JR下北駅～プラザホテルむつ～JR大湊駅(フォルクローロ大湊)～ホテルユニサイトむつ～むつ来さまい館～むつグランドホテル
●運行日／12月7・14・21日、1月11・18・24・25・31日、2月1・8・15・22日
●料金／大人4,200円(小人2,100円) ●問／下北観光協議会(むつ市商工観光課内)☎0175-22-1111

温もりに抱かれ、時を忘れる癒し旅

むつ・下北

濃々園

湯野川温泉(濃々園) ROUTE 504

眼前に渓流が広がる癒しの湯

深い森に囲まれた谷あいの小さな土地に湧く温泉は肌が若返ると言い伝えられてきました。特産のヒバをふんだんに使用した大浴場には心地良い香りが漂います。

●立寄入浴／9:00～19:00
●入浴料／大人360円 ●休館／火曜
●交通／JR大湊駅より車約1時間
●問／むつ市川内町商工会☎0175-42-2301

夫婦かっぱの湯

かっぱの湯

●立寄入浴／かっぱの湯
男性7:00～9:00、11:10～13:00、15:10～17:00
女性9:10～11:00、13:10～15:00
●入浴料／無料
●休／かっぱの湯=水曜午前、11月～3月31日冬季閉鎖

奥薬研温泉 ROUTE 505

かっぱ伝説がのこる温泉

慈覚大師がかっぱに運ばれて傷を癒した伝説が残る奥薬研温泉があるのは薬研温泉から2kmほど上流。薬研渓流と美林の中に「かっぱの湯」と「夫婦かっぱの湯」があります。優しい澄んだ湯と自然美が心に染みます。

●立寄入浴／夫婦かっぱの湯10:00～17:00(11～3月)、8:30～18:00(4～10月)
●入浴料／夫婦かっぱの湯=200円
●休／夫婦かっぱの湯=火曜(4～10月は無休)
●交通／JR下北駅より車約50分
●問／奥薬研修景公園レストハウス☎0175-34-2008

むつ来さまい館 ROUTE 506

下北地域がまるわかり

田名部まつりに運行した豪華な山車がお出迎え。「来さまい」(お越しください)の言葉通り、下北半島がまるわかりの情報発信基地です。

●開館／9:00～21:00
●交通／JR下北駅より車約7分
●問／☎0175-33-8191

寒立馬(かんだちめ)

北に生きる懸命な姿に感動

「最果て」という言葉が相応しい厳冬の尻屋崎に生きる寒立馬は、生きるものの力強さと命の尊さを感じさせてくれます。

●場所／アタカ越冬放牧地
●交通／むつ市より車約35分
●問／東通村つくり育てる農林水産課販売戦略室☎0175-27-2111

まさかりプラザ ROUTE 507

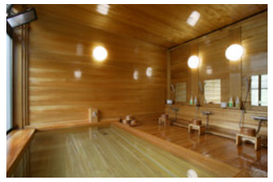
下北の観光も物産も

「まさかり」の形に似た下北半島各地のお土産、山海の珍味、旬を楽しめるレストランもある観光物産館。下北の物産を集めた支店が下北駅前にあります。

●開館／9:00～21:00
●休館／11月以降の火曜(祝日の場合は翌々日)
●交通／JR下北駅より車約7分
●問／レストラン☎0175-22-8833、売店☎0175-22-9161

下北で“はしご湯”を楽しもう。

むつ矢立温泉
●立寄入浴／6:00～22:00
●入浴料／大人420円
●交通／JR下北駅より車約10分
●問／☎0175-22-8211



薬研温泉(古畑旅館)
●立寄入浴／9:00～12:00
(午後は宿泊状況によります)
●入浴料／大人500円
●交通／JR下北駅より車約50分
●問／☎0175-34-2763

大間温泉(おおま温泉海峡保養センター)
●立寄入浴／8:00～21:00
●入浴料／大人380円
●交通／JR下北駅より車約60分
●問／☎0175-37-4334

斗南温泉(となみ) ROUTE 508 (むつグランドホテル)

のんびり過ごしたい美人の湯

むつ市街を見下ろす高台に湧く「美人の湯」。ぬるりとした感触が心地良い薄褐色の湯は体の芯から温まります。

●立寄入浴／5:00～23:00
●入浴料／平日520円、土・日・祝620円
●交通／JR下北駅より車約10分
●問／☎0175-22-2331

イベントカレンダー 1

期間 2014.12.1〜2015.5.31

●各イベントの情報は平成26年10月1日現在のものです。●各イベントの期日は天候等、止むを得ない事情により、変更となる場合がありますので、事前にお確かめ下さい。

2月上旬▼3月上旬 P21
けの汁列車【弘前市、黒石市、平川市】
場 弘南鉄道弘南線（弘前〜黒石間）
問 弘南鉄道☎0172-44-3136
津軽の郷土料理「けの汁」とお酒を楽しむ約2時間の旅。抽選会やカラオケで盛り上がります。

2月上旬▼2月下旬 P26
グルメinふかうら【深浦町】
場 深浦町内各施設
問 深浦町観光協会☎0173-74-3320
真冬の日本海で水揚げされた新鮮な食材と「白神の詩」、「夕陽海岸」などの地酒が楽しめます。特産品や宿泊券が当たる抽選会やアトラクションも実施。

2/14土▼2/15日 P20
南郷雪蛍まつり【八戸市】
問 グリーンプラザなんごう☎0178-82-2902
朝もやの館☎0178-80-8088
山の楽校☎0178-82-2222
雪灯籠や雪山、かまくらなどに温かみのあるローソクの光が灯ります。幻想的な世界は、南郷区内の3会場でそれぞれの雰囲気を楽しめます。

2/15日 P20
第21回乳穂ヶ滝氷祭【西目屋村】
場 西目屋村名坪平地区「乳穂ヶ滝」
問 西目屋村観光協会☎0172-85-2800
祭りの1週間前からライトアップされ、高さ33mの氷結した滝が浮かび上がります。

2/15日▼2/17月 P29
百石えんぶり【おいらせ町】
場 おいらせ町八幡町「若宮八幡宮」
問 おいらせ町教育委員会社会教育体育課☎0178-56-4276
約180年前に五戸町切谷内から伝えられたといわれ、「五戸通り百石えんぶり」と呼ばれます。テンポが速く勇壮活発な舞は春を告げ、五穀豊穣を祈願します。

2/17月▼2/20木 P29
八戸えんぶり【八戸市】
場 八戸市中心街、市庁前市民広場等
問 八戸市観光課☎0178-46-4040
八戸観光コンベンション協会☎0178-41-1661
国の有形文化財「更上閣」で行われる「お庭えんぶり」では甘酒と八戸せんべい汁で温まりながら鑑賞。期間中は奉納摺りやかがり火えんぶりなども行われます。

2/19木 P21
鬼沢のハダカ参り【弘前市】
場 鬼神社
問 弘前市立観光館☎0172-37-5501
400年前の江戸時代から続くという伝統行事。ふんどし姿の男衆が冷水に浸かって身を清める「水垢離の儀」を見ようと多くの見物客が訪れます。

2月中旬 P21
雪のふるさと2015【黒石市】
場 津軽伝承工芸館
問 ☎0172-59-5300
こけし灯ろうが津軽伝承工芸館に立ち並び、スノーモービルや雪上車の乗車体験など多彩なイベントが行われます。

2月中旬 P29
三戸名物 元祖まける日【三戸町】
場 三戸町内各商店
問 三戸町商工会☎0179-22-2131
全町をあげて大サービス！ 380年以上続く伝統があり、各商店が趣向を凝らしたサービスを行います。大抽選会や神楽・えんぶりの披露もあります。

2/21土▼2/22日 P20
岩木山南麓豪雪祭り【弘前市】
場 嶽温泉郷、岩木山総合公園、岩木青少年スポーツセンター
問 岩木山観光協会☎0172-83-3000
巨大すべり台やスノーモービル、馬そりや雪像など雪と遊んでみませんか。冷えた体を温泉で温めるのも、冬ならではの楽しみです。

2月下旬 P29
岩木山スキーフェスティバル【弘前市】
場 岩木青少年スポーツセンター
問 弘前市文化スポーツ振興課☎0172-40-7115
歩くスキーの体験や講習会、クロスカントリースキーやそりレースなどで競う雪上トライアスロン、雪原宝探しなど、雪と触れ合うイベントです。

3月

1月下旬 P07
あおもり雪灯りまつり【青森市】
場 ねぶたの家ワ・ラッセ「西の広場」
問 青森市観光課☎017-734-5179
駅前から中心商店街にかけて灯の径、灯の広場を演出。棒パンづくりやワックスボウルの製作体験など、冬を楽しめるイベントも開催。

1/31土▼2/1日 P37
ウィンターフェスティバル2015【弘前市】
場 弘前市りんご公園
問 ☎0172-36-7439
そり滑りや竹スキー、雪上プチSASUKE、雪合戦など、津軽の冬をたっぷり楽しみませんか。

2月

2/1日 P20
元祖旧正マッコ市【黒石市】
場 黒石市内各中心商店街
問 黒石商店街協同組合☎0172-53-6030
黒石市内や郊外の商店街・商店などで開催。早朝4時30分からお汁粉や餅入りつゆ焼きそばなどの振る舞いもあり、宮古の海産物が当たる抽選会も実施。

2/1日 P29
ホワイトバトル2015【七戸町】
場 七戸町中央公園
問 七戸町商工観光課☎0176-62-2137
雪合戦をスポーツとして楽しむホワイトバトル。毎年雪上で熱戦が繰り広げられます！ 7人揃えば小学生からだれでも参加可能です。

2/2月▼2/8日 P29
津軽まつり〜雪と光のページェント〜2015【五所川原市】
場 芦野公園
問 NPO法人かなぎ元気倶楽部☎0173-54-1616
期間中はイルミネーションを点灯や雪上競技、花火の打ち上げなどが行われます。

2/6金▼3/1日 P12
十和田湖冬物語2015【十和田市】
場 十和田湖畔休屋特設会場
問 十和田湖冬物語実行委員会（十和田湖総合案内所内）☎0176-75-2425
乙女の像がライトアップされ、花火が漆黒の冬空を彩ります。津軽三味線や郷土太鼓などのステージ、青森や秋田の味が楽しめる「ゆきあかり横丁」など様々なイベントを実施。

2/7土▼2/11水 P19
第39回弘前城雪燈籠まつり【弘前市】
場 弘前公園
問 弘前市立観光館☎0172-37-5501
みちのく5大雪まつりのひとつ。歴史的建造物などをかたどった大雪像や雪灯籠、ミニカマクラなど、雪と光が幻想的で詩情的な雰囲気を演出します。

2/7土▼2/8日 P29
南部地方えんぶり【南部町】
場 南部芸能伝承館野外広場
問 南部町商工観光課☎0178-84-2119
南部町のえんぶりは動きが激しく揺りのテンポが速い「どうさい」系。雪景色の中、唄にあわせて勇壮な舞や「一斉摺り」が披露されます。

2/8日 P21
全日本ずぐり回し選手権大会【黒石市】
問 黒石商工会議所☎0172-52-4316
黒石観光協会☎0172-52-3488
津軽地方の冬の遊び「ずぐり」（こま）で遊んでみませんか。初めての方でも気軽に参加できます。

2月上旬 P29
旧正まける日【七戸町】
場 七戸町中央商店街
問 七戸町商工会☎0176-62-2521
300余年の伝統を持つ商店街最大のお祭り。特売品販売のほか、豚汁・お汁粉・甘酒の無料サービス、雪像コンテストや太鼓演奏などが行われます。

2月上旬 P12
のへじ停車場ランタンまつり【野辺地町】
場 野辺地町観光物産PRセンター
問 のへじ停車場まつり実行委員会（中谷米穀店内）☎0175-64-3316
夕方5時、雪でつくったランタンに一斉に灯りが灯されると旅愁誘う雰囲気に。特設の赤ちょうちんでは、熱燗を傾けながらゲストライブも楽しめます。

12月中旬 P09
海の駅わんど大漁祭【鰺ヶ沢町】
場 海の駅わんど
問 ☎0173-72-6661
ハタハタが漁獲される時期に行われ、冬の日本海の味覚が楽しめるイベント。新鮮な魚やお買い得な商品が並び、多くの来場者で賑わいます。

12月

12月中旬▼3月末頃 P37
ゆかい村鮫鰺まつり【風間浦村】
場 下風呂温泉
問 風間浦村産業建設課☎0175-35-2111
下風呂温泉の各施設で鮫鰺のフルコースや「共和え」、「刺身」、各施設こだわりの「鮫鰺鍋」などを存分に味わえます。2月には特別イベントも開催。

12/23火▼12/25木 P17
弘前プロジェクションマッピング【弘前市】
場 追手門広場
問 弘前市観光政策課☎0172-35-1128
クリスマスの夜に素敵な映像のプレゼント！明治時代に建築した洋館「旧弘前市立図書館」にプロジェクションマッピングを投影。弘前の魅力を詰め込んだ映像で飾ります。

1月

1/1木 P17
常盤八幡宮年縄奉納行事【藤崎町】
場 常盤八幡宮
問 常盤コミュニティーセンター☎0172-65-2959
毎年元日の朝に行われる伝統行事で、水ごりで身を清めた締め込み一本姿の男衆が巨大な年縄を常盤八幡宮に奉納し、五穀豊穣・家内安全を祈願します。

1月上旬▼3月上旬 P09
冬の風物詩「わかさぎ釣り体験」【東北町】
場 小川原湖湖水浴場桟橋
問 東北町商工観光課☎0176-56-4148
土・日・祝日限定。簡易テントを10張配置した浮き桟橋（縦横10m）で、わかさぎ釣りを気軽に体験。餌つき竿1本300円で200gまでお持ち帰りできます。

1/17土▼3/15日 P09
開館20年記念 青森県近代文学館名品展【青森市】
場 青森県近代文学館
問 ☎017-739-2575
開館20年を記念して、青森県近代文学館でこれまで企画展や特別展で展示してきた資料の中から特に貴重な資料の数々を展示します。

1/18日 P22
ゴニンカントランプ世界選手権大会【五所川原市】
場 五所川原市民体育館
問 五所川原商工会議所☎0173-35-2121
「よみ」と「かけひき」が熱く繰り広げられるトランプ大会。外国人も参加し、国際色豊かです。

1月中旬 P29
第49回東通村郷土芸能保存連合会発表会【東通村】
場 東通村体育館
問 東通村つくり育てる農林水産課☎0175-27-2111
東通村の誇る伝統芸能が一堂に会し、面や衣装をまとった若者が拍子に合わせ激しく、時に哀しく舞い、観る者を幽玄の世界へ誘います。

1月中旬 P29
わきのさわ朝市（特産品フェア）【むつ市】
場 脇野沢村漁業協同組合荷捌所
問 鯛島塾むらおこし会議（むつ市脇野沢庁舎管理課）☎0175-44-2111
たらのジャッパ汁や脇野沢の特産「ぼたん鍋」、鮮魚の販売など、脇野沢地区のおいしいものがたくさん。豪華景品が当たる抽選会も実施します。

1月上旬▼1月中旬 P13
雪上青森3時間エンデューロ【青森市】
場 青森市街特設会場
問 雪上青森3時間エンデューロ実行委員会☎090-7563-2946
全長約1kmの特設雪上コースにて行われる自転車による3時間競争。自転車で青森の冬を堪能した後は、参加者全員に温かい振る舞いが待っています。

1/24土▼1/25日 P13
第14回冬の下北半島食の祭典【むつ市】
場 むつグランドホテル
問 むつ商工会議所振興課☎0175-22-2282
下北半島の郷土料理、ご当地ラーメン、地場産品の販売など、食の魅力が満載。ステージイベントや来場者プレゼントもあります。

11/1土▼翌2/15木 P22
田中忠三郎が伝える精神【十和田市】
場 十和田市現代美術館
問 ☎0176-20-1127
田中忠三郎コレクションとともに現代美術作品を展示。「縫う」「刺す」などの行為に現れる精神の「美」、自然界の普遍的な「美」について探ります。

11/9日▼翌1/4日 P29
第14回鷹山賞児童作品展・第14回地球環境世界児童画コンテスト優秀作品展【七戸町】
問 鷹山宇一記念美術館☎0176-62-5858
青森県小中学生の公募による絵画コンテスト入賞入選作品とJQA、IQnet主催地球環境絵画コンテストから世界各国の子どもたちの優秀作品を展示。

11/16日 P20
階上どんこまつり【階上町】
場 大蛇生産部会前（大蛇漁港付近）
問 階上売り込み隊事務局（階上町産業振興課内）☎0178-88-2111
「どんこ汁」と「鮭汁」（各100円）で体と心を温めてください。商店では魚介類もお買い得価格で販売します。アワビ取り体験は限定100個。

12/1月▼翌2/28土 P17
エレクトリカルファンタジー【弘前市】
場 弘前市街ほか
問 冬を彩る光のまちづくり運営委員会（弘前市観光政策課）☎0172-35-1128
現存する洋風建築や市内の文化財施設などがライトアップ。周辺ストリートをイルミネーションがつくりだす光のラインで繋ぎます。

12/2火▼翌3/22日 P23
青森EARTH2014【青森市】
場 青森県立美術館
問 ☎017-783-3000
縄文に創造の原点をたずね、「土着」の意義を見直し、「土」（earth）に根ざした新しいアートの形を青森の地で多角的に探るアートプロジェクト。

12/5金▼12/6土 P22
十和田ブロジェクションマッピング【十和田市】
場 十和田市現代美術館、アートステーショントワダ、市民交流プラザ（予定）
問 十和田市観光推進課☎0176-51-6772
話題のプロジェクションマッピングを十和田市3箇所に投影。映像めぐりをぜひ。

12/6土▼12/7日 P22
平川ねぶたまつり“冬の陣”【平川市】
場 弘南鉄道平賀駅前通り
問 平川市役所商工観光課観光係☎0172-44-1111
ねぶたが冬の夜道を明るく照らし、「ヤーヤドー」のかけ声とともに練り歩きます。平川市名物「世界一の扇ねぶた」も出陣。

12/6土▼12/25木 P23
となみウインター・ファンタジー【三沢市】
場 道の駅みさわ斗南藩記念観光村
問 道の駅みさわ斗南藩記念観光村先人記念館☎0176-59-3009
まるで星空のようにイルミネーションが飾られた会場で、大抽選会や冬花火など様々な催しが行われます。

12/7日 P23
スコップ三味線世界大会【五所川原市】
場 ELMの街ショッピングセンター
問 スコップ三味線世界大会事務局☎0173-34-2339
曲にあわせスコップを柾抜きで打ち付けるスコップ三味線の世界大会。国内外の奏者が熱戦を繰り広げます。

12月上旬▼12月下旬 P13
アーツトワダウィンターイルミネーション【十和田市】
場 十和田市現代美術館アート広場
問 十和田市観光推進課☎0176-51-6772
アート広場に約30万球の青色LEDを設置。幻想的なイルミネーションを演出し、アート広場が光に包まれ、様々な表情を見せてくれます。

12/13土 P13
The 津軽三味線【弘前市】
場 弘前市民会館
問 The津軽三味線実行委員会事務局（弘前商工会議所内）☎0172-33-4111
300人による津軽三味線の大合奏をメインに、民謡や手踊りも織りこんだステージは、本場ならではの迫力と感動を体感できます。

心を癒す神秘の春景

下北エリア 春めぐり

仏ヶ浦 ROUTE 512

自然が創り出した荘厳な景色に感動

仏ヶ浦の巨岩・奇岩は凝灰岩でできており、気の遠くなるような長い年月をかけて荒波や風雪に削られてできた地形。国の天然記念物にも指定されています。海岸に沿って約2km続く景観の全体像はぜひ観光船で。一つ仏、如来の首、五百羅漢などと命名された岩の連なりが立体に迫ります。上陸して極楽浜など、散策もできます。

●問／佐井村観光協会☎0175-38-4515

川内川渓谷 ROUTE 514

緑と可憐な花に心奪われる

渓谷沿いには約4.4kmの遊歩道が整備され、福寿草やカタクリなど可憐な春の花々が顔を出します。大滝や八ツ橋などの展望スポットもあります。

●問／むつ市川内庁舎産業建設課 ☎0175-42-2111

薬研渓流 ROUTE 515

緑鮮やかな渓谷を散策

若草色、萌葱色、深緑など早春の薬研渓流はとりどりの緑に包まれます。約6kmの遊歩道で早春の風を感じてみませんか。

●問／むつ市大畑庁舎産業建設課 ☎0175-34-2111

恐山 ROUTE 513

日本三大霊場に数えられる、最果ての霊場

硫黄の匂い漂う岩場にカラカラと乾いた音をたてて風車がまわる荒涼な風景と緑がふちどる青く澄んだ湖が共存する恐山。下北地方では古くから「人は死ねばお山（恐山）さ行ぐ」と信じられ、亡き人を想う心を静かに受け入れてきました。菩提寺での座禅法話や納経で自分自身と向き合い、境内ガイドの案内でより深く理解できます。

●開山／5月〜10月（積雪状況により変動します）
●時間／6:00〜18:00 ●入山料／500円
●交通／JR下北駅よりバス約45分
●問／恐山寺務所☎0175-22-3825
【境内ガイド】
●料金／3,000円（1〜5名まで）、5,000円（6〜15名程度まで）
●問／恐山境内ガイド（代表：村口）☎090-4041-7782

恐山の温泉

恐山境内に湧出する乳白色の硫黄泉。男女、混浴の4つの湯小屋があります。

●入浴料／入山料で入浴できます
●場所／恐山境内

むつ湾フェリー「かもしか」

船の航跡に沿って泳ぐカマイルカ

シィライン「ポーラスター」

むつ湾フェリー「かもしか」

イルカの群れに会えるかも

蟹田〜脇野沢間を約1時間で結ぶカーフェリー。4月下旬から7月上旬にかけて、陸奥湾にイルカの群れが回遊。船上から愛らしい姿が見られるかも。

●期間／4月下旬〜11月
●むつ湾フェリー☎0174-22-3020

シィライン「ポーラスター」

青森と下北を最短で結ぶ

青森市〜脇野沢〜佐井村を結ぶ約2.5時間のクルージング。下北半島の陸奥湾に面した地域へは海路が便利です。

●期間／通年（10月〜翌4月は冬期運行、5月以降は夏期運行）
●シィライン☎017-722-4545

夢の平成号

佐井港からの仏ヶ浦への観光船

観光船より仏ヶ浦を望む

仏ヶ浦観光船

海と陸で自然美を堪能

仏ヶ浦の雄大なスケール感は海上から見てこそ。津軽海峡と下北半島を望む海上遊覧、仏ヶ浦に上陸し、散策も楽しめます。佐井港発着の「佐井定期観光」、「仏ヶ浦海上観光」と脇野沢港発着の「夢の平成号」があります。

【佐井定期観光】
●期間／4月20日〜10月末
●乗船料／片道1,250円、往復2,400円
●問／☎0175-38-2255
【仏ヶ浦海上観光】
●期間／4月下旬〜10月下旬
●乗船料／片道1,250円、往復2,400円
●問／☎0175-38-2244
【夢の平成号】
●期間／4月中旬〜10月中旬
●乗船料／往復3,900円
●問／むつ市脇野沢庁舎産業建設課 ☎0175-44-2111
シィライン脇野沢営業所 ☎0175-44-2233

津軽海峡フェリー「大函丸」

かつての「海の国道」を行く

昭和39年（1964）に、日本初の外洋フェリーとして函館〜大間を繋いだ船名が現在に復活。本州と北海道を最短ルートで結ぶ航路はかつて「海の国道」に指定され生活の路、観光の路でもありました。歴史と郷愁の航路がノスタルジックな旅を演出します。

●問／津軽海峡フェリー（株）青森支店 ☎017-766-4733

観光・交通／問い合わせ

観光案内所等

青森市観光交流情報センター（青森駅正面）	017-723-4670
あおもり観光情報センター（新青森駅）	017-752-6311
弘前市観光案内所（弘前駅）	0172-26-3600
弘前市立観光館	0172-37-5501
はちのへ総合観光プラザ	0178-27-4243
五所川原市観光案内所（五所川原駅舎内）	0173-38-1515
十和田市観光物産センター	0176-58-6707
十和田湖総合案内所	0176-75-2425
七戸町観光交流センター（七戸町商工観光課）	0176-62-2137
むつ来さまい館	0175-33-8191
むつ市観光案内所	0175-34-9095
青森県東京観光案内所	03-5276-1788
青森県東京事務所（流通観光課）	03-5212-9113
青森県大阪情報センター（北東北三県大阪合同事務所）	06-6341-2184
青森県名古屋情報センター（北東北三県名古屋合同事務所）	052-252-2412
青森県福岡情報センター（北東北三県福岡合同事務所）	092-736-1129
青森県観光連盟（観光情報センター）	017-734-2500

青森県観光情報ホームページ（アプティネット）

青森県の観光情報はここからアクセス。名所、祭り、イベント、食、温泉、四季の花…。もっと青森県を知っていただくために県内各地のあらゆる観光情報を網羅しています。英語・韓国語・中国語にも対応！情報検索、地図情報、公共交通情報など、便利で役立つ情報が満載。

●HP／www.aptinet.jp/　●問／青森県観光連盟☎017-722-5080

観光バス

青森県バス協会	017-739-0571
	www.aomoribus.or.jp/

ホテル・旅館

全旅連「宿ネット」	www.yadonet.ne.jp/
青森県旅館ホテル生活衛生同業組合	017-777-3411

民宿

青森県民宿連合会（佐井村　民宿みやの内）	0175-38-2631
	www.aominren.jp/

レンタカー

青森県レンタカー協会	017-739-0560
	www4.ocn.ne.jp/~aorekyo/
トヨタレンタリース青森	0120-485-100
	www.r-aom.co.jp/

ロープウェー

八甲田ロープウェー	017-738-0343

有料道路

みちのく有料道路　青森市～七戸町	青森県道路公社
第2みちのく有料道路 六戸町～おいらせ町	017-777-7331
津軽岩木スカイライン	岩木スカイライン
嶽温泉～岩木山八合目	0172-83-2314

高速バス

●JRバス（東京⇔青森、仙台⇔青森）■問・予約／☎017-773-5722

●弘南バス■問／弘南バス弘前バスターミナル☎0172-36-5061
■予約・弘南バス予約センター☎0172-37-0022
【津軽号】東京⇔青森、【パンダ・スカイ号】上野⇔弘前・青森、【パンダ号 東京・新宿線】東京・新宿⇔弘前・五所川原、【ノクターン号】横浜・品川・浜松町⇔弘前・五所川原、【キャッスル号】仙台⇔弘前、【あすなろ号】盛岡⇔青森、【ヨーデル号】盛岡⇔弘前
※あすなろ号・ヨーデル号以外の路線は要予約

●十和田観光電鉄（仙台⇔青森）■問／☎017-787-1558）

●十和田観光電鉄（東京⇔八戸・十和田・七戸、仙台⇔八戸）
■問／☎0178-43-4521

●南部バス（東京⇔八戸、仙台⇔八戸、盛岡⇔八戸）
■問／☎0178-24-1121

●国際興業バス（東京⇔八戸・三沢・野辺地・むつ）
■問／☎0570-048-985

路線バス／青森・八戸・七戸～十和田湖

●みずうみ号（青森駅～新青森駅～酸ヶ湯～奥入瀬渓流～十和田湖）
■運行期間／通年※11月10日～4月中旬は青森駅～酸ヶ湯間のみ運行予定
■料金／3,090円（片道）

●おいらせ号（八戸駅～六戸町～十和田市現代美術館～奥入瀬ろまんパーク～奥入瀬渓流～十和田湖）
■運行期間／通年※11月10日～4月中旬は運休予定
■料金／2,670円（片道）
■問／JRバス東北青森支店☎017-723-1621

遊覧船

●十和田湖湖上遊覧（約50分）

休屋 ---- 中山半島 ---- 中湖 ---- 休屋

■運航期間／4月16日～11月16日
■料金／大人1,440円（グリーン室500円）・小人720円（グリーン室250円）※15名以上団体割引有り。
■問／十和田観光電鉄（株）十和田湖遊覧船☎0176-75-2909

休屋 ---- 中山半島 ---- 中湖 ---- 御倉半島 ---- 子ノ口

■運航期間／4月中旬～11月中旬　■料金／大人1,400円
■問／十和田湖遊覧船企業組合☎0176-75-2588

●夢の平成号（2時間）

脇野沢 ---- 45分 ---- 仏ヶ浦（探勝30分） ---- 45分 ---- 脇野沢

■運航期間／4月15日～10月14日（10：45発、15：05発）
■往復料金／大人3,900円・小人1,950円※15名以上1割引（要問合）
■問／むつ市脇野沢庁舎産業建設課☎0175-44-2111
シィライン脇野沢営業所☎0175-44-2233

●佐井港～仏ヶ浦探勝（1時間30分）

佐井 ---- 仏ヶ浦（探勝30分・ガイド案内あり） ---- 佐井

【高速観光船ニューしもきた】（仏ヶ浦海上観光☎0175-38-2244）
■運航期間／4月25日～10月31日（9：00発、10：30発、13：00発）
■料金／往復大人2,400円、片道1,250円
※臨時便20名以上対応可（4月1日～11月10日、要予約）
■HP／www.hotokegaura.jp/
【高速観光船サイライト】（佐井定期観光☎0175-38-2255）
■運航期間／4月20日～10月31日（9：00発、10：40発、13：40発）
■料金／往復2,400円・片道1,250円
※15名以上割引あり・臨時便対応可（要問合）

フェリー・定期船

●フェリーかもしか（津軽半島・蟹田～下北半島・脇野沢1時間）

外ヶ浜町蟹田 ---- むつ市脇野沢

■運航期間／4月下旬～11月上旬
■料金／大人1,470円・小人740円（2等普通）※特別室、自動車航送賃は別。要予約
■問／むつ湾フェリー☎0174-22-3020

●高速旅客船ポーラスター
（青森～脇野沢55分～1時間、青森～佐井2時間25分～2時間30分）

青森 ---- 脇野沢 ---- 牛滝 ---- 福浦 ---- 佐井

■運航期間／通年（1日2往復）※但し10月1日～4月30日は脇野沢～佐井間が1日1往復
■料金／青森～佐井：大人3,560円・小人1,780円、
青森～脇野沢：大人2,610円・小人1,310円
※往復は復路運賃を1割引。15名以上1割引（要問合）
■問／シィライン☎017-722-4545
脇野沢営業所☎0175-44-2233・佐井営業所☎0175-38-2590

●津軽海峡フェリー（函館～青森3時間40分、函館～大間1時間30分）

函館 ---- 青森　函館 ---- 大間

■運航期間／通年：函館～青森（1日8往復）、函館～大間（1日2往復）
■車両運賃（6m未満）／函館～青森16,460円、函館～大間13,160円
※掲載している運賃は10/1～12/26、翌1/5～3/31の運賃です。その他の期間については各ターミナルにお問い合わせください。
■問／青森フェリーターミナル☎017-766-4733、017-715-5656
大間フェリーターミナル☎0175-37-3111
函館フェリーターミナル☎0138-43-4545

JR

東京 ---- 東北新幹線 はやぶさ ---- 新青森
所要時間：2時間59分

札幌 ---- 特急スーパー北斗 ---- 函館 ---- 特急スーパー白鳥 ---- 新青森
所要時間：約5時間20分

新大阪 ---- 東海道新幹線 のぞみ ---- 東京 ---- 東北新幹線 はやぶさ ---- 新青森
所要時間：約6時間

※上記所要時間は最短のものです。ご利用される列車や日時によって、目的地までの所要時間が変わる場合がありますので、ご旅行の際はあらかじめ駅窓口にてお尋ねいただくか、大型時刻表でご確認ください。

JR東日本リゾート列車

●リゾートしらかみ（青森～弘前～秋田※途中停車駅省略）

	青森駅	弘前駅	秋田駅
1号	13:35着 ◀	12:55発 12:51着 ◀	8:28発
2号	8:02発 ▶	8:45着　8:49発 ▶	13:31着
4号	13:55発 ▶	14:31着 14:35発 ▶	19:00着
5号	19:26着 ◀	18:33発 18:29着 ◀	14:17発

■運転日／1号・4号＝12月1～31日、1月1～4・9～12・16～31日、2月1・2・6～8・13～15・20～22・26～28日、3月1～10・13～15・20～22・27～29日　2号＝12月1～31日、1月1～4・10～12・17～31日、2月1・2・7・8・14・15・21・22・27・28日、3月1～10・14・15・21・22・28・29日　5号＝12月1～31日、1月1～3・9～11・16～31日、2月1・6・7・13・14・20・21・26～28日、3月1～9・13・14・20・21・27・28日
4月以降の運転日につきましては大型時刻表でご確認ください。

●リゾートあすなろ下北号（新青森～青森～浅虫温泉～野辺地～陸奥横浜～下北～大湊）

	新青森駅	青森駅	大湊駅
3号	13:11発 ▶	13:18着　13:26発 ▶	15:03着
4号	17:50着 ◀	17:44発　17:34着 ◀	15:57発

■運転日／3号・4号＝12月6・7・13・14・20・21・27～31日、1月1～4・10～12・17・18・24・25・31日、2月1・7・8・14・15・21・22日
3月以降の運転日につきましては大型時刻表でご確認ください。

●リゾートうみねこ（八戸～久慈）

	八戸駅	久慈駅
下り	12:22発 ▶	14:05着

	八戸駅	久慈駅
上り	16:48着 ◀	14:56発

■運転日／12月6・7・13・14・20・21・27～31日、1月3・4・10～12・17・18・24・25・31日、2月1・7・8・14・15・21・22・28日
3月以降の運転日につきましては大型時刻表でご確認ください。

※上記リゾート列車の時刻・運転日は2014年10月1日現在のものです。運転日が変更になる場合がございます。最新の時刻表をご覧いただくか、駅係員にお問い合せください。

■時刻、運賃、料金、空席情報のお問い合せ（6：00～24：00）
☎050-2016-1600
■ご意見承りセンター（9：00～18：00 年末年始を除く）☎050-2016-1651
■英語・ハングル・中国語でのお問い合せ（年末年始を除く）
JR EAST InfoLine（10：00～18：00）☎050-2016-1603

青森県観光ボランティアガイド

名　称	概　要	電話番号
①三内丸山応援隊	遺跡の解説、「縄文時遊館」の体験工房での学習指導等。	017-766-8282
②浅虫温泉早朝散歩の会	早朝、約1時間かけて浅虫温泉の名所を散歩。	017-752-3250
③青い森ネイチャーガイド協会	八甲田山麓のブナ林、湿原、高原などを案内。	017-764-1713
④ねぶたガイド隊	青森ねぶたの歴史や制作工程、祭の仕組みなど楽しく案内。	017-752-1311
⑤観光コンシェルジェ　ワードナー	青森市・弘前市・黒石市や平川市周辺と地区を案内。	017-744-3912
⑥幸畑墓苑ボランティアガイド協会	199名が犠牲となった雪中行軍の歴史的背景やその行動等を案内。	017-728-7063
⑦弘前観光ボランティアガイドの会	城下町の街並み、洋館など和洋折衷の街・弘前を案内。	0172-35-3131
⑧岩木山サポートクラブ（アソベの森いわき荘内）	岩木山登山やトレッキングに同行します。	0172-83-2215
⑨こみせ観光ボランティアガイドの会	津軽の商家の伝統的街並み「こみせ通り」等を案内。	0172-52-3488
⑩西目屋村観光ガイド会	ブナ林散策道・暗門の滝歩道・自然観察歩道をメインに各コースを案内。	0172-85-3021
⑪ひらかわ案内人の会	盛美園や清藤氏書院庭園など、平川市内の名所や史跡を案内。	0172-44-1111
⑫八戸根城史跡ボランティアガイドグループ	中世において北奥羽の中心であった「根城」。復元建物や史跡を案内。	0178-44-8111
⑬縄文是川ボランティア	是川遺跡のガイドや是川縄文館の展示解説・体験学習の指導。	0178-38-9511
⑭市民ガイド八戸協会	えんぶり、三社大祭を中心に案内。街歩きガイドもしています。	0178-45-5571
⑮種差海岸ボランティアガイドクラブ	葦毛崎から種差芝生地までの景勝地を、約800種ある草花を中心に案内。	0178-39-3137
⑯十和田湖・奥入瀬観光ボランティアの会	奥入瀬渓流焼山～子ノ口、蔦沼周辺を案内。	0176-73-2521
⑰十和田湖自然ガイドクラブ（会長：吉崎方）	十和田湖の美しい自然や隠れた史跡を案内	090-5181-7658
⑱NPO法人十和田奥入瀬郷づくり大学	奥入瀬渓流、蔦の森と沼めぐりを十和田・奥入瀬認定ガイドがご案内。	0176-72-2780
⑲七戸町文化ガイドの会	町の史跡・名所・施設を案内。	0176-62-2137
⑳日本一の菜の花サポーター	菜の花開花中に、横浜町全域を対象に菜の花畑を案内。	0175-78-2111
㉑下北自然ボランティアガイドクラブ	宇曽利山湖、陸奥湾、仏ヶ浦、薬研渓流、川内川渓谷などを案内。	0175-42-2411
㉒下北を知る会（会長・中川方）	下北半島の歴史や文化、斗南藩ゆかりの史跡などを街歩きで案内。	090-9742-6476
㉓あじがさわ白神山地ガイド倶楽部	白神の森 遊山道、津軽森、くろくまの滝など魅力あふれる自然を案内。	0173-72-5004
㉔深浦町観光ガイド風待ち湊案内人	風待ち湊・深浦町の歴史・文化を散策を兼ねガイドします。	0173-74-3320
㉕安藤の郷応援隊	十三湊を拠点に交易で隆盛を極めた日之本将軍安倍安藤氏の史跡を巡る。	0173-62-3556

■通年であっても、基本的に年末年始は除かせて頂きます。（要問合）■ボランティアガイドを依頼する場合は、余裕をもってお申し込み下さい。■詳細についても、それぞれの組織に、事前にご確認下さい。

イベントカレンダー 2

期間 2014.12.1～2015.5.31

●各イベントの情報は平成26年10月1日現在のものです。●各イベントの期日は天候等、止むを得ない事情により、変更となる場合がありますので、事前にお確かめ下さい。

5月上旬 **2015たのしむべ！フェスティバル【六ヶ所村】**
場 大石総合運動公園内特設会場
問 六ヶ所村観光協会（六ヶ所村商工観光課内）☎0175-72-2111
よさこいフェスティバルや花火とレーザー光線、音楽の共演、キャラクターショーやお笑いオンステージなどイベント盛りだくさん。

5月上旬 **カワヨ春の牧場まつり【おいらせ町】** P36
場 カワヨグリーン牧場
問 ☎0178-56-4111
乗馬やペットボトルロケット飛ばし、バードコール作りなど各種体験や野外ステージなど家族みんなで楽しめるイベントが盛り沢山。

5月上旬 **モヤヒルズアウトドアフェスタ【青森市】**
場 モヤヒルズ
問 ☎017-764-1110
雲谷そばのそば打ち体験や山菜教室、乗馬体験などが楽しめます。

5月上旬▼5月中旬 **弘前りんご花まつり【弘前市】** P27
場 弘前市りんご公園
問 弘前市りんご公園☎0172-36-7439
弘前市りんご課☎0172-40-7105
直径2mの巨大アップルパイの実演販売など、残雪の岩木山を背景に、白く可憐に咲き誇る65品種・1,300本ものりんごの花を楽しめます。

5/16(土)▼5/17(日) **2015菜の花フェスティバルin よこはま【横浜町】** P36
場 横浜町大豆田地区
問 菜の花フェスティバル実行委員会事務局（横浜町産業振興課内）☎0175-78-2111
メインのマラソン大会をはじめ、菜の花大迷路、特設ステージでのショーなど多彩なイベントが行われます。

5月中旬 **常夜燈みなと祭り【野辺地町】**
場 野辺地町漁業協同組合新荷捌所（常夜燈公園隣）
問 野辺地町漁業協同組合☎0175-64-2264
文政年間に建立された常夜燈は野辺地町の海運の歴史の象徴。地まきホタテやトゲクリガニなどの販売や特産品の無料試食、模擬競り市などの催しを予定。

5月中旬 **ゆるりしちのへ七里ウォーキング【七戸町】**
場 七戸体育館出発
問 七戸町商工観光課☎0176-62-2137
つつじロードや天王神社、七戸城跡など七戸町の歴史を探訪してみませんか。昼食は郷土料理を堪能できます。

5月中旬 **第17回津軽路ロマン国際ツーデーマーチ【弘前市】**
問 津軽路ロマン国際ツーデーマーチ実行委員会事務局（陸奥新報社内営業局事業部内）☎0172-34-3111
岩木山に抱かれ、りんご園や田園地帯に囲まれた津軽野をコースに開催。緑豊かな自然、津軽の歴史や文化人情に触れてみませんか。

5月中旬▼5月下旬 **天王つつじまつり【七戸町】** P15
場 天王神社
問 七戸町商工観光課☎0176-62-2137
天王神社の境内に約500本のつつじが咲き乱れます。樹齢300年以上といわれるつつじのトンネルなど見どころ満載。夜間はライトアップされます。

5月下旬▼6月上旬 **第37回大鰐温泉つつじまつり【大鰐町】** P27
場 県立自然公園茶臼山公園
問 大鰐温泉観光協会（大鰐町企画観光課）☎0172-48-2111
大鰐温泉街を見下ろす茶臼山公園に1万5千本を超えるつつじが咲き誇ります。特設ステージで芸能発表なども開催。

5月下旬▼6月上旬 **南部町ぼたんまつり【南部町】** P36
場 長谷ぼたん園
問 南部町商工観光課☎0178-84-2119
名久井岳県立自然公園の中腹にある「長谷ぼたん園」の130種類・8,000本のぼたんが咲き誇り、東北随一の美しさとも言われています。

5月下旬▼6月中旬 **光信公の館ぼたん祭り【鰺ヶ沢町】**
場 光信公の館
問 鰺ヶ沢町教育委員会☎0173-72-2111
弘前藩始祖・大浦光信公の居城があった国史跡「種里城跡」に建つ光信公の館。前庭に植えられた800本のぼたんが大輪の花を咲かせます。

4月下旬▼5月中旬 **蟹としろうお祭り【外ヶ浜町】** P28
場 蟹田川河川敷
問 外ヶ浜町産業観光課☎0174-31-1228
陸奥湾で捕れたトゲクリガニと蟹田川名物の「しろうお」を蟹田川河川敷の飲食店で味わえます。「しろうおすくい」も開催。

4月下旬▼5月上旬 **のへじ春まつり【野辺地町】** P36
場 愛宕公園
問 野辺地町観光協会☎0175-64-9555
約700本の桜が咲き誇り、遠くは陸奥湾、烏帽子岳を望みながらの宴は情緒たっぷり。夜には約300個の提灯と約150基の燈籠が灯ります。「ホタテ駆伝」や剣道大会なども開催。

4月下旬▼5月上旬 **ろくのへ春まつり【六戸町】** P36
場 館野公園
問 六戸町観光協会事務局（六戸町産業課内）☎0176-55-4495
満開の桜の下、魚のつかみ取りや東北馬力大会、クラシックカーの展示など多彩な催しが行われます

4月下旬▼5月上旬 **東北町桜祭り【東北町】** P36
場 小川原湖湖水浴場
問 東北町観光協会（東北町商工観光課内）☎0176-56-3111
県道8号線沿いの花切川から小川原湖湖水浴場まで約3kmの道に咲く「湖畔の千本桜」。期間中は野点や地引き網も体験できます。

4月下旬▼5月上旬 **さんのへ春まつり【三戸町】** P36
場 県立城山公園
問 三戸町観光協会☎0179-22-0777
1,600本の桜が咲き誇る県立城山公園は県南随一の桜の名所。三戸町出身の漫画家、馬場のぼるさんの作品にちなんだ「11ぴきのねこバスツアー」なども開催。

4月末▼5月上旬 **春の陶器祭【五所川原市】** P28
場 津軽金山焼
問 津軽金山焼窯業協同組合☎0173-29-3350
津軽金山焼が総力をあげる大イベント。窯出し即売会やお得な「大半値市」、地元の人達の自慢の品を販売する地場産品屋台村など楽しいイベント満載。

5月

5/1(金)▼5/31(日) **第4回 本場津軽民謡全国大会【黒石市】**
場 津軽伝承工芸館
時 9:20～（予定）
問 ☎0172-59-5300
津軽の自然風土との調和の中で育まれてきた津軽民謡。津軽じょんがら節発祥の里・黒石で行われる全国大会で、唄や踊り、三味線の腕を競います。

5/1(金)▼5/31(日) **山野草とシラネアオイまつり【十和田市】**
場 手作り村鯉神郷
問 ☎0176-27-2516
シラネアオイの群生は4月下旬から5月上旬が見頃。ほかにも時期により花菖蒲やルピナスなどの花々が楽しめます。

5月上旬 **南部町春まつり【南部町】**
場 法光寺周辺
問 南部町商工観光課☎0178-84-2119
名峰・名久井岳山麓に鎮座する古刹、法光寺を主会場に開催。稚児による入山行列が行われる参道は、老松と桜が見事なコントラストを見せます。

5/3(日)▼5/4(月) **津軽富士見湖桜まつり【鶴田町】** P28
場 富士見湖パーク
問 鶴田町観光協会☎0173-22-3414
岩木山の秀麗な姿を湖面に映す津軽富士見湖で行われる桜まつり。全国へら鮒つり大会などが行われます

5月上旬 **海峡いまべつ 春まつり【今別町】**
場 海峡さざなみ公園
問 今別町観光協会☎0174-35-2014
津軽海峡を望みながら桜を楽しめます。県無形文化財「荒馬」や各種芸能・屋台で、津軽半島北端の桜まつりを満喫ください。

4月下旬▼5月上旬 **十和田市春まつり【十和田市】** P15
場 十和田市官庁街通り
問 十和田市観光協会☎0176-24-3006
桜のピンクと松のグリーンのコントラストが映え、期間中は市役所の5階展望ロビーが開放され幻想的な展望を楽しむことができます。

4月下旬 **桜流鏑馬【十和田市】**
場 中央公園緑地
問 桜流鏑馬実行委員会（十和田乗馬倶楽部内）☎0176-26-2945
全国的にも珍しい女性限定の流鏑馬競技大会。十和田市の名勝・駒街道の桜並木が満開を迎える時期、全国各地から集まった女性騎士が人馬一体の妙技で会場を沸かせます。

4月下旬 **ヤリイカ味覚祭り【中泊町】**
場 折腰内交流施設道の駅こどまり
問 ☎0173-27-9300
ヤリイカ釣り体験やわかめのつめ放題などが行われます。釣りあげたヤリイカはレストラン「竜泊」で刺身して食べることもできます。（料金別途）

4月下旬▼5月上旬 **黒石さくらまつり【黒石市】**
場 東（あずま）公園
問 黒石観光協会☎0172-52-3488
田園を見渡す風光明媚な東公園。桜並木に覆われた遊歩道は往来する人々を楽しませます。期間中はライトアップされ、イベントも盛りだくさんです。

4月下旬▼5月上旬 **金木桜まつり【五所川原市】** P28
場 芦野公園
問 金木商工会☎0173-52-2611
太宰治ゆかりの芦野公園は約1,500本のソメイヨシノが咲き誇り、「日本さくら名所百選」に選ばれた桜の名所です。

4月下旬▼5月上旬 **北限の梅まつり【五所川原市】**
場 津軽フラワーセンター
問 長橋地区住民協議会☎0173-29-3111
小高い山に約2,000本の「北限の梅林」が新緑に映えます。期間中はそばやおでん、農産物加工品の販売や「曲水の館」を解放。※天候により開放しない場合もあります。

4月下旬▼5月上旬 **みさわ桜まつり【三沢市】**
場 三沢市中央公園内
問 三沢市観光協会☎0176-59-2311
松明のあかりのもとで伝統芸能が披露され、会場周辺約150本のぼんぼりが夜桜を美しく照らし出します。

4月下旬▼5月上旬 **寺山修司記念館フェスティバル2015 春【三沢市】**
場 寺山修司記念館及び野外多目的スペース
問 ☎0176-59-3434
造形作家・清水一忠制作の体験型遊具を展示。命日にあたる5月4日には畝花や伝統芸能の神楽と舞踏のコラボなどが行われます。※イベント内容は予定です。

4月下旬▼5月上旬 **むつ桜まつり【むつ市】**
場 早掛沼公園、水源池公園
問 むつ市観光協会☎0175-23-1311
国重文の「旧大湊水源地水道施設」がある水源池公園と早掛沼公園で開催。早掛沼公園には緑色の珍しい花を咲かせる「御衣黄（ギョイコウ）」もあります。

4月下旬▼5月上旬 **愛宕山公園桜まつり【むつ市】**
場 愛宕山公園
問 脇野沢地区観光協会☎0175-44-2217
むつ湾を望む小高い丘にある愛宕山公園からは満開の桜と鯛魚を眺めることが出来ます。ニホンザルやニホンカモシカが姿をあらわすこともあります。

4月下旬▼5月上旬 **来さまい大畑桜ロードさくらまつり【むつ市】**
場 大畑体育館、来さまい大畑桜ロード
問 大畑町観光協会☎0175-34-3500
国道279号線沿い約8km、約1400本の桜はソメイヨシノの桜並木としては全国トップクラス。大畑体育館でイベントを開催します。

4月下旬▼5月上旬 **おのえ花（さくら）と植木まつり【平川市】**
場 平川市猿賀公園
問 平川市観光協会事務局（平川市商工観光課内）☎0172-44-1111
ソメイヨシノやシダレ桜、八重桜など約330本が咲き誇る猿賀公園を会場に、尾上植木問屋協会による庭木や花、苗木の展示販売等が行われます。

4/3(木)▼4/6(日) **第25回八甲田「雪の回廊と温泉」ウォーク【青森市】** P03
場 酸ヶ湯～谷地区間
問 青森観光コンベンション協会☎017-723-7211
一般開通前に、除雪したての高さ最高9mにも及ぶ雪の大回廊8kmを歩く春の風物詩イベント。ゴール地点で鍋物サービスや、終了後には温泉も楽しめます。

4月

4月上旬▼4月下旬 **湯の島カタクリ【青森市】** P15
場 海の駅あさむしマリーナ
問 浅虫温泉観光協会☎017-752-3250
浅虫温泉の象徴「湯の島」まで船で渡り、全島に咲き乱れるカタクリの花を観賞。数万株に1本といわれる「白花のカタクリ」に出会えるかも。

4/21(火)▼6/30(火) **イルカいないかキャンペーン【むつ市・外ヶ浜町】**
問 むつ湾フェリー☎0174-22-3020
むつ湾フェリーの船上からイルカを見ることができた場合、乗船者全員に記念品をプレゼント。

4/23(木)▼5/6(水) **弘前さくらまつり【弘前市】** P27
場 弘前公園
問 弘前市立観光館☎0172-37-5501
ソメイヨシノを中心に、シダレザクラや八重桜など約50種類2,600本の桜が咲き誇ります。西濠の桜のトンネルやライトアップされた夜桜も必見。

4/29(水) **苗っこまつり【田舎館村】**
場 田舎館村克雪トレーニングセンター
問 田舎館村むらおこし推進協議会☎0172-58-2111
地元生産者が栽培したナス、キュウリ、トマトなどの野菜苗や花壇苗などを直売。野菜苗を購入した方先着200名に花壇苗をプレゼントします。

4/29(水)▼5/6(水) **おいらせ町春まつり【おいらせ町】**
場 いちょう公園、八戸北丘陵下田公園
問 おいらせ町観光協会事務局（おいらせ町役場商工観光課内）☎0178-56-4703
日本一の自由の女神像のある「いちょう公園」と、白鳥飛来地・間木堰のある「下田公園」を会場に開催。家族や友人同士、満開の桜を見にきませんか。

観光・交通／問い合わせ

「認定乗務員」がご案内／青森市観光ガイドタクシー

コース	料金(円)
①市内２時間コース(新青森駅・青森駅・市内中心街ホテル発)	
Aコース／発～三内丸山遺跡～市内中心街	8,000円
Bコース／発～郷土館～八甲田丸～市内中心街	
②市内３時間コース(青森空港発)	
Aコース／発～三内丸山遺跡～郷土館～棟方志功記念館～市内中心街	
Bコース／発～郷土館～棟方志功ゆかりの地(生家・生育・就業の各跡地)～棟方志功記念館～文芸の小道～合浦公園～八甲田丸～市内中心街	11,000円
③市内３時間コース(新青森駅・青森駅・市内中心街ホテル発)	
Aコース／発～郷土館～棟方志功ゆかりの地(生家・生育・就業の各跡地)～棟方志功記念館～アスパム～八甲田丸～市内中心街	
Bコース／発～郷土館～棟方志功ゆかりの地(生家・生育・就業の各跡地)～棟方志功記念館～文芸の小道～合浦公園～アスパム～八甲田丸～市内中心街	
③５時間コース(青森空港・新青森駅・青森駅・市内中心街ホテル発)	
Aコース／発～八甲田(萱野高原・ロープウェー・城ヶ倉大橋・酸ヶ湯温泉・すいれん沼・その他奥窓)～田代平(雪中行軍遭難記念像)～八甲田山雪中行軍遭難資料館～市内中心街	24,000円
Bコース／発～浅虫水族館～夏泊半島(大島・椿山・浅所)～夜越山森林公園～合浦公園～市内中心街	
Cコース／発～弘前(弘前城・藤田記念庭園・最勝院・禅林三十三ヶ寺・長勝寺・明治の西欧建築)～アップルヒル～市内中心街	
④９時間コース(青森空港・新青森駅・青森駅・市内中心街ホテル発)	
Aコース／発～八甲田(萱野高原・ロープウェー・城ヶ倉大橋・酸ヶ湯温泉・すいれん沼)～蔦温泉～奥入瀬渓流(散策・車窓)～十和田湖休屋(遊覧船)～田代平(雪中行軍遭難記念像)～八甲田山雪中行軍遭難資料館～市内中心街	42,000円
Bコース／発～陸奥湾車窓～平舘～三厩(義経寺)～竜飛(青函トンネル記念館・ウィンドパーク)～竜泊ライン(車窓)～十三湖～ベンセ湿原～金木(斜陽館・三味線会館)～市内中心街	
Cコース／発～弘前(弘前城・津軽藩ねぶた村)～白神山地ビジターセンター～アクアグリーンビレッジANMON(暗門の滝)～アップルヒル～市内中心街	

●出発地／青森空港・新青森駅・青森駅・市内中心街ホテル
●問合せ／青森市タクシー協会☎017-781-4015 FAX017-783-3011
●HP／http://www5.ocn.ne.jp/~acts/
※このモデルコースには、移動時間と標準的な施設見学時間が含まれています。
※コース内の施設は休館する場合があります。また、拝観・入館料、有料道路は別料金となります。
※観光タクシーは、周遊コースが原則です。※料金は小型タクシーの運賃です。

観光タクシー(下北地方／むつ市発)

コース	所要時間	料金(円:小型)
恐山コース①／むつ～恐山～むつ	2時間	10,000
恐山コース②／恐山～薬研温泉(渓流)	2時間30分	12,000
大間・仏ヶ浦コース／恐山～薬研温泉～下風呂～大間崎～佐井・仏ヶ浦遊覧～むつ	7時間30分	38,000
脇野沢・仏ヶ浦コース／脇野沢野猿公苑～仏ヶ浦～佐井～大間崎～恐山～むつ	7時間30分	38,000

●料金は概算となります。●施設利用料金・観光船料金・昼食料金等は含まれません。
●恐山は11月上旬～4月下旬まで入山できません。※その他、様々なコースを用意しています。
●問合せ／むつ市ハイヤー協会☎0175-22-0401(FAX兼用)

観光タクシー(南部地方／八戸駅・市内中心部発)

コース	所要時間	料金(円)小型／中型
八戸市Aコース／歴史と遺跡めぐり	2時間	小 8,000 中 9,000
八戸市Bコース／蕪島と種差海岸めぐり	2時間	小 8,000 中 9,000
八戸市Cコース／歴史・史跡と八戸食彩めぐり	3時間	小11,000 中12,000
八戸市Dコース／蕪島・種差海岸と八戸食彩めぐり	3時間	小11,000 中12,000
義経北方伝説コース	3時間	小11,000 中12,000
八戸市Eコース／歴史と史跡、縄文遺産めぐり	4時間	小15,000 中17,000
八戸市Fコース／八戸食彩と海浜自然めぐり	4時間	小15,000 中17,000
八戸市Gコース／歴史と自然、八戸ひとめぐり	5時間	小18,000 中20,000
十和田湖片道コース／奥入瀬渓流と神秘のカルデラ湖めぐり(休屋着)	5時間	小24,000 中27,000
三戸コース／南部の歴史と自然満喫めぐり	6時間	小28,000 中32,000
北三陸コース／北リアス式海岸の大自然と神秘の琥珀めぐり(久慈着)	6時間	小28,000 中32,000
十和田湖往復コース／奥入瀬渓流と神秘のカルデラ湖めぐり	8時間	小38,000 中44,000
下北コース／原燃と北の最果て、旅情めぐり(薬研温泉着)	8時間	小38,000 中44,000

●施設利用料金・観光船料金・昼食料金等は含まれません。
●全コース、小型・中型車の料金設定です。他に大型・特定大型車があります。※料金要問合
●八戸市内観光は、身障者割引があります。(1割引)
●問合せ／八戸市タクシー協会(三八五交通内)☎0178-24-3335 FAX.0178-44-3529

観光タクシー(津軽地方)

コース	所要時間	料金(円)小型／中型
①弘前市内観光コース／りんご公園や長勝寺、津軽藩ねぶた村、他	3時間	小14,400 中16,740
②岩木山コース／岩木山神社や高照神社、岩木山山頂駅(弘前着)	3時間30分	小16,800 中19,530
③白神山地コース／ビジターセンターや暗門の滝(散策)、白神ライン(弘前着)	9時間	小43,200 中50,220

●問合せ／弘前ハイヤー協会☎0172-27-7778 FAX.0172-28-1238
●他にも様々なコースを用意しています。気軽にお問い合わせください。
※なお、お問い合わせ先は電話照会の窓口となっております。別途、タクシー会社に予約が必要となりますので、予めご了承ください。

乗合タクシー

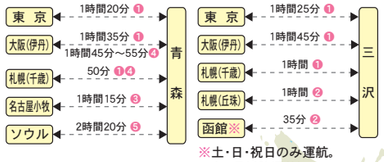
①はやぶさ便(新青森駅⇔弘前市内)■料金／3,090円～(片道・お一人様あたり)※要予約
②青空便(青森空港⇔弘前市内)■料金／2,300円(片道・お一人様あたり)※要予約
③三沢空港シャトル便(三沢空港⇔横浜町・むつ市)
■料金／3,600円～4,000円(片道・大人お一人様あたり)※要予約(WEB可)
④七戸十和田シャトル便(七戸十和田駅⇔横浜町・むつ市)
■料金／3,400円～3,800円(片道・大人お一人様)※要予約(WEB可)
⑤夜ぶらす(七戸十和田駅⇒十和田市内)
■料金／1,500円※予約不要、七戸十和田駅発21:31、23:30のみ
●問／①②北星交通☎0172-33-3333 ③④尻屋観光☎0120-22-5310
⑤七戸町企画調整課☎0176-68-2940、十和田市政策財政課☎0176-51-6711

民営鉄道

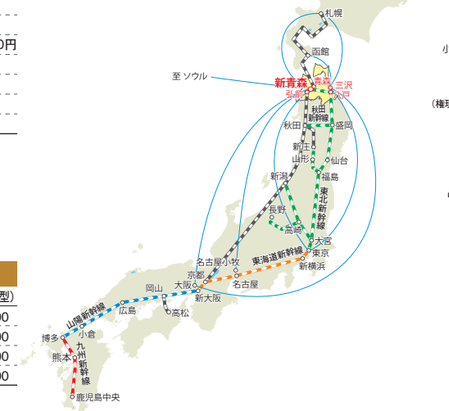
津軽五所川原～津軽中里	津軽鉄道 0173-34-2148
弘前～黒石／中央弘前～大鰐	弘南鉄道 0172-44-3136
青森～目時	青い森鉄道 017-752-0330

航空

❶JAL国内線予約・案内 ……☎0570-025-071・☎03-5460-0522
❷HAC予約センター……☎0570-006-007
❸FDAコールセンター ……☎0570-55-0489・☎054-903-3110
❹ANA国内線予約・案内センター ……☎0570-029-222
❺大韓航空青森支店 ……☎017-732-3311



※土・日・祝日のみ運航。
(11月以降運休)



新幹線カメラ for 新青森

「新幹線カメラ for 新青森」は、新幹線に乗るワクワクも、青森の色とりどりの魅力も楽しめて、ビューっと、旅行したようなドキドキ気分をお届けします。
http://www.gofor-aomori.jp
●問／青森県交通政策課
☎017-734-9152