

# あおもり紀行

AOMORI TOURISM GUIDEBOOK



青森県観光ガイドブック  
2024

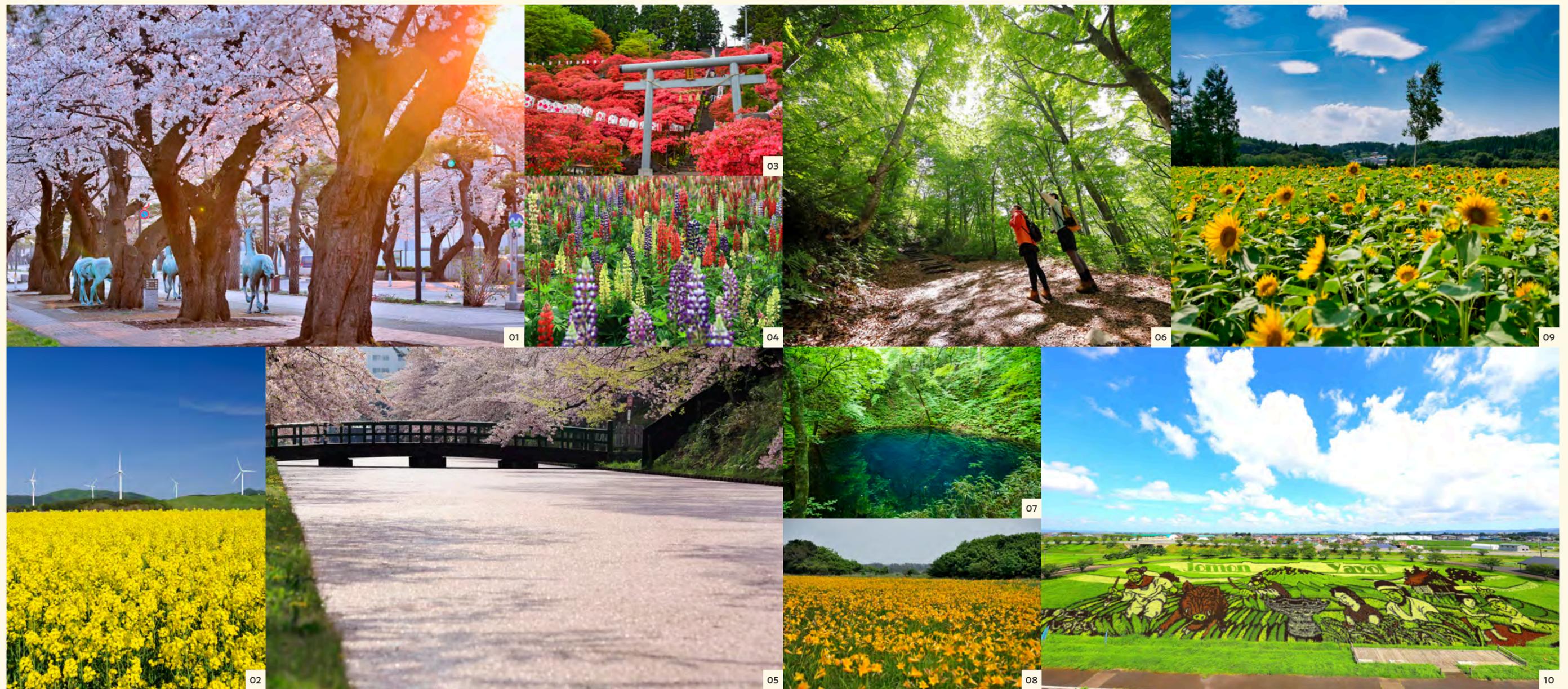
会いに来て。感動の宝庫、青森へ



# FOUR SEASONS OF AOMORI

## Spring & Summer

日本一と名高い桜の名所を筆頭に色とりどりの花の景色に心はずむ春。木漏れ日が眩しい新緑の世界遺産の森や神秘的な水景に暑さを忘れる夏。四季折々、選りすぐりの美景を集めました。



### 01 官庁街通りの桜

十和田市

約150本の桜と約160本の松が美しいコントラストを織りなす十和田市のシンボルロード。馬の産地にちなんだオブジェも十和田ならではの。

### 02 横浜町の菜の花畑

横浜町

国内有数の菜の花の産地である横浜町。春には陸奥湾と釜臥山を望む斜面の畑や、菜の花ロード沿いが見渡す限りの黄色で埋め尽くされる。

### 03 天王神社のつつじ

七戸町

神社の境内を彩る約500本の山つつじ。つつじのトンネルや向かい側にある展望台からの眺め、夜間のライトアップと見どころはさまざま。

### 04 手づくり村「鯉艸郷」のルピナス

十和田市

花菖蒲や芍薬、山野草など多彩な花が咲き乱れるフラワーガーデン。6月上旬～7月上旬には、1万株ものカラフルなルピナスが見頃。

### 05 弘前公園の花筏

弘前市

園内には樹齢100年超のソメイヨシノなど52種、約2,600本の桜が咲き誇る。花びらがお濠の水面を覆う「花筏」は一生に一度は見たい絶景。

### 06 世界遺産・白神山地のブナ林

西目屋村、  
鯉ヶ沢町、  
深浦町

東アジア最大級のブナの原生林が広がる白神山地。貴重な生態系が保たれている森の中で、鳥のさえずりや木漏れ日が日々の疲れを癒してくれる。

### 07 十二湖(青池)

深浦町

白神山地西部の湖沼群。なかでも「青池」は鮮やかなコバルトブルーが印象的。水底に沈むブナの木々が見えるほど透明度が高く神秘的な美しさ。

### 08 ベンセ湿原のニッコウキスゲ

つがる市

「津軽国定公園」にあるベンセ湿原の初夏は、見渡す限りニッコウキスゲの花畑。鮮やかな黄色の花々の大群落の向こうには岩木山の姿も。

### 09 山の楽校のひまわり

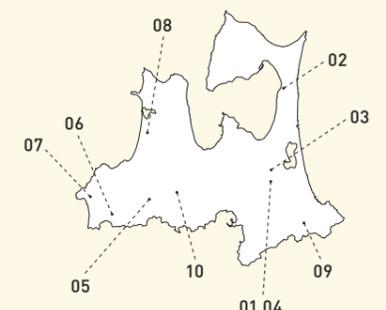
八戸市

200万本以上のひまわりが一同に力強く花を咲かせる様子は壮観。盛夏には白い蕎麦の花も咲き、絵画のような風景に。

### 10 田んぼアート

田舎館村

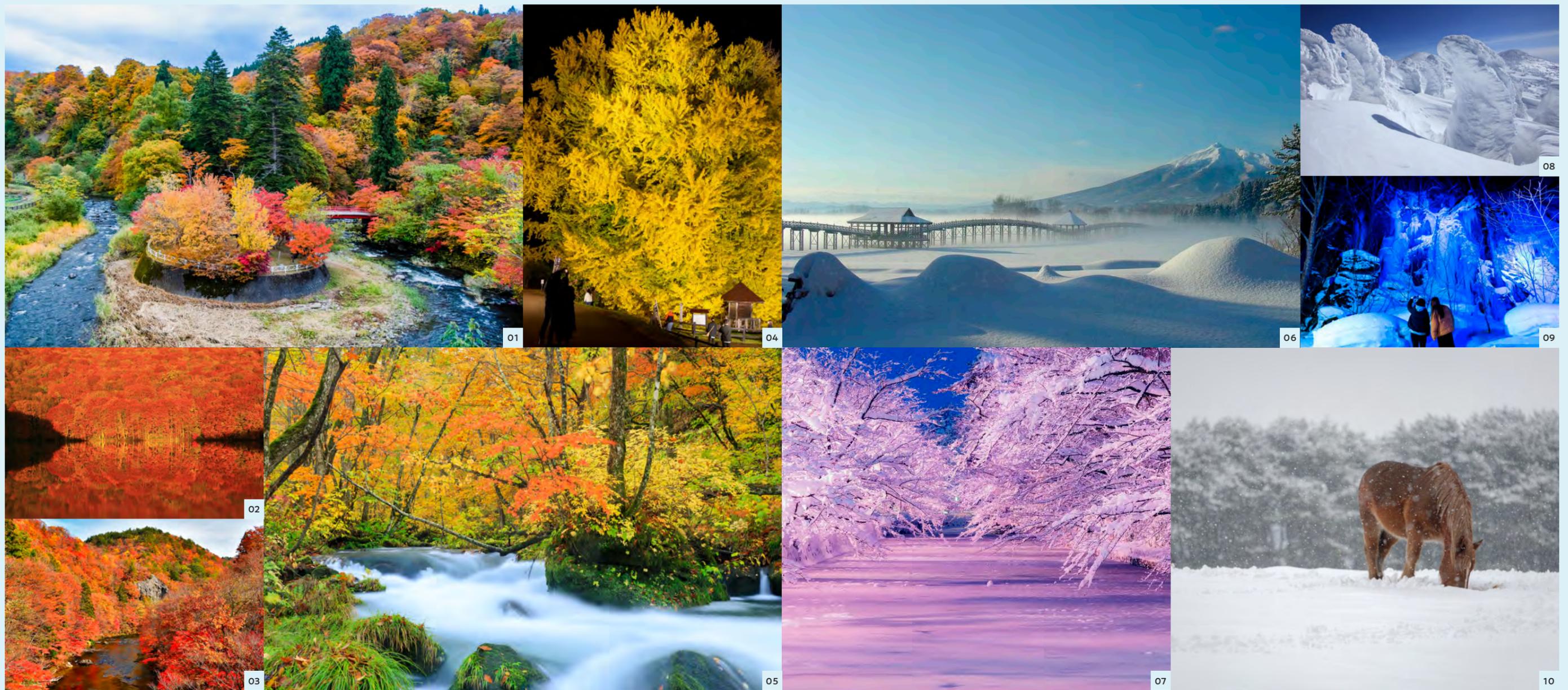
水田をキャンパスに見立て、色の異なる稲を植えて巨大な絵を描く「田んぼアート」発祥の地。そのスケールとクオリティの高さは圧巻。



# FOUR SEASONS OF AOMORI

## Autumn & Winter

野山も街なかも、至る所に赤や黄の錦をまとう華麗なる秋。雪と氷が織りなす白銀の世界が広がる冬。春夏秋冬、すべてがベストシーズンの青森で一生に一度は見ておきたい選りすぐりの美景をどうぞ。



### 01 中野もみじ山

黒石市

江戸時代後期に弘前藩主が京都から取り寄せた約130本のもみじが鮮やかに色づく。カーブを描く中野川や赤い橋との調和も美しい。

### 02 蔦沼

十和田市

蔦温泉の近くにある、広葉樹がぐるりと囲む静かな沼。秋の早朝には展望デッキの対岸の木々が朝日に照らされて、水面が紅一色に染まる。

※紅葉期の入場については公式HP等をご確認ください

### 03 川内川溪谷の紅葉

むつ市

遊歩道が整備された県内有数の紅葉の名所。なかでも竜神が棲むと伝えられ、山伏の修行の場でもあった「大滝」周辺は最高のフォトスポット。

### 04 北金ヶ沢の大銀杏

深浦町

樹齢1,000年超、高さ約31m、幹の周囲約22mの大きさ日本一のイチヨウの巨木。夜間のライトアップにより、黄金色の輝きがより鮮やかに。

### 05 秋の奥入瀬溪流

十和田市

十和田湖から流れ出る約14kmの溪流は紅葉の季節も息を呑むほどの美しさ。滝や清流、苔むした岩に黄色や紅色の葉が彩りを添える。

### 06 鶴の舞橋

鶴田町

津軽富士見湖にかかる日本一長い木造の三連太鼓橋。積雪の時期を迎えると、真っ白な湖面の上に浮かぶ橋と雪化粧した岩木山が共演。

※鶴の舞橋は大改修工事のため、2024年9月1日から2025年3月31日まで通行止めとなります

### 07 冬に咲くさくらライトアップ

弘前市

枝に降り積もる雪をライトアップした様子はまるで満開の桜の花。お濠の氷も花筏のようにピンクに染まり、幻想的な光景に。

### 08 八甲田の樹氷

青森市

八甲田に分布するアオモリトドマツに雪と氷がぶつかって成長を遂げた樹氷。別名「スノーモンスター」がそびえ立つ様子は異世界のよう。

### 09 奥入瀬溪流の氷瀑

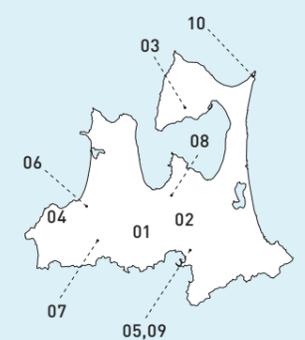
十和田市

冬の奥入瀬溪流の崖は氷柱が次第に成長して大迫力の姿に。ガイド付きナイトツアーでは、ライトアップされた氷瀑や氷柱に圧倒される。

### 10 尻屋崎の寒立馬

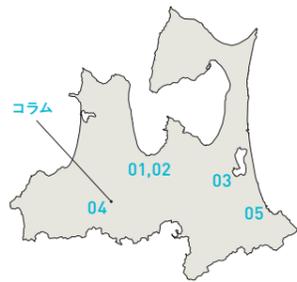
東通村

本州最北東端の岬で放牧されている「寒立馬」は南部馬を祖とする寒さに強い馬。冬は「アタカ」と呼ばれる越冬放牧地でたくましく暮らす。

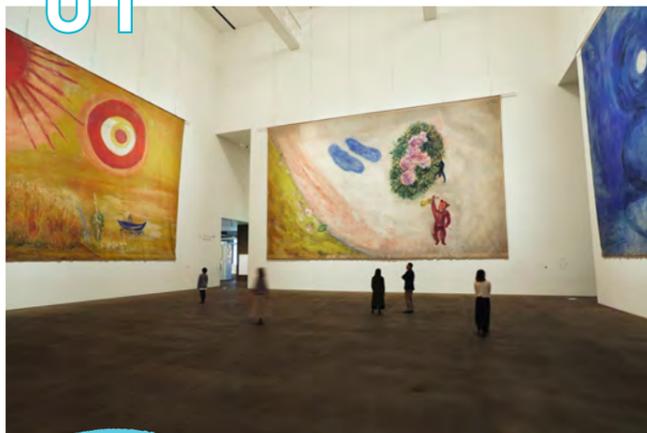


# 青森アートシーンを牽引 個性あふれるミュージアム

大型美術館のほか、ギャラリーや郷土館などもあり注目されている新たなアートの聖地。ゆかりのあるアーティストの作品や現代美術など、それぞれ魅力が異なるミュージアムを紹介



01



青森県立美術館のシャガール「アレコ」背景画 展示風景  
(C) ADAGP, Paris & JASPAR, Tokyo, 2024, Chagall (R) X0297

## 青森の豊かな芸術風土が 感じられるコレクション

棟方志功や奈良美智、成田亨など郷土作家の美術作品を収蔵するほか、映画、演劇、音楽など、さまざまな分野の文化芸術活動を展開している。まず訪れたい「アート県・青森」を代表する美術館。



奈良美智 (Miss Forest / 森の子) 2016年  
Artwork (C) Yoshitomo Nara / Photo (C) Yuki Morishima (D-CORD)



**青森県立美術館**  
あおもりけんりつびじゅつかん  
☎ 017-783-3000  
JR東北新幹線新青森駅より  
バス約10分(県立美術館前下  
車後徒歩すぐ)

青森市

ミュージアム  
ショップ限定!

右 / 「Miss Forest / 森の子」モチーフのスノードーム 左 / 「あもり犬」の貯金箱。4色展開



02



中瀬康志 (作られた自然)

## 独創的な建築空間が 訪れる人に刺激を与える

滞在制作や展覧会、教育普及を柱に、現代芸術の多彩なプログラムを行うアートセンター。世界的な建築家・安藤忠雄が設計した建築は、周囲の自然環境に配慮し、建物全体を森に埋没させた「見えない建築」が特徴となっている。



**青森公立大学国際芸術センター青森 [ACAC]**  
あおもりこうりつだいがくこくさいげいじゅつセンターあおもり  
【エーシーエーシー】  
☎ 017-764-5200 JR奥羽本線青森駅より  
バス約40分(青森公立大学下車徒歩約5分)

青森市

03



インゲス・イデー (ゴースト)《アンノウン・マス》2010年/Photo Kuniya Oyamada



ミュージアム  
ショップ限定!



左 / 草間彌生の黄色カボチャがモチーフ 右 / インゲス・イデーの「ゴースト」がふせんに



**十和田市現代美術館**  
とわだしげんだいびじゅつかん  
☎ 0176-20-1127  
JR東北新幹線七戸十和田駅より  
バス約35分(十和田市現代美術館  
前下車徒歩すぐ)

十和田市

## 街中の作品とともに新たなアート体験を提案

十和田市の中心市街地全体を美術館に見立てたまちづくりプロジェクト「Arts Towada」の中核を担う美術館。展示室内外に、世界で活躍するアーティストの作品が並ぶ。

## 街のシンボルだった レンガ倉庫を 現代美術館に

明治、大正期に建てられた酒造工場を改修し、2020年に誕生。国内外の先進的なアーティストたちによる、弘前ならではの作品などを収集、展示する。



(C) Naoya Hatakeyama

**弘前れんが倉庫美術館**  
ひろさきれんがそうびじゅつかん  
☎ 0172-32-8950  
JR奥羽本線弘前駅よりバス約10分  
(中土手町下車徒歩約4分)

弘前市

左 / カフェ名物のBRICKアップルパイ中/liteごはん刺しカードケース 右 / 阿保こけしやりんご帽子こけし4寸(金)



併設のカフェも  
CHECK!



05



(C) Daici Ano

## 100年後の八戸を見据え アートで人を育てる

コレクション展示だけでなく、展覧会やプロジェクトによってアートを通じた出会いや学びを提供する、新しい形の美術館。八戸ゆかりの美術品を中心とした約3,000点を収蔵。

右 / オリジナル缶バッジ2種 左 / シンボルマークを描いたまめぐい



(C) Daici Ano

**八戸市美術館**  
はちのへしびじゅつかん  
☎ 0178-45-8338 JR八戸線本八戸駅より徒歩約10分、  
またはJR東北新幹線八戸駅よりバス約20分  
(中心街ターミナル八日町または中央通り下車徒歩約2分)

八戸市

04



ジャン＝ミシェル・オトニエル《エデンの結び目》2020年/Photo ToLoLo studio

ミュージアム  
ショップ限定!

コラム

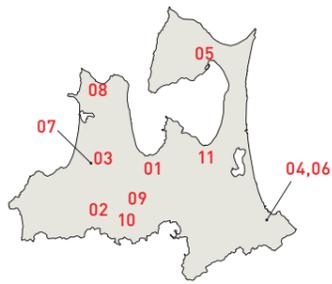
## アートに包まれる駅待合室

弘前市出身のアーティストGOMAが手がけ、子どもやお年寄りを見守る目や千手観音の手などを描いた作品。



☎ 0172-44-3136  
弘南鉄道弘南線田舎館駅構内

# 人々を熱狂させる エネルギーで 個性豊かな祭り



ねぶた・ねぶたをはじめ、地域ごとに多種多様な祭りが行われる青森の夏。歴史と情緒を感じさせながらも熱気あふれる空気に、高揚すること間違いなし



画像提供 / (公社)青森観光コンベンション協会

青森菱友会 / 制作者 竹浪比呂央

**01** 躍動感あるねぶたと跳人が熱気を最高潮に  
歌舞伎や伝説などをモチーフとした横幅9m、高さ5mの山車が夜の街に繰り出す姿が魅力的。さらに、「ラッセラー」の掛け声で跳人たちが踊り乱れ、観客を熱狂させる。

**青森市** 《国重要無形民俗文化財》青森ねぶた祭  
あもりねぶたまつり

開催期間 / 8月2日～7日(8月1日は前夜祭)  
開催場所 / 青森市中心街  
☎ 017-723-7211 (青森観光コンベンション協会)  
JR奥羽本線青森駅より徒歩約10～30分 ※有料観覧席あり

**02**



300年以上の伝統を受け継ぐねぶた

勇壮な武者の鏡絵と妖麗な美女の見送り絵が描かれる「扇ねぶた」を主とした60台を超えるねぶたは、色鮮やかで力強い。子どもたちが持つ「金魚ねぶた」やお囃子とともに、7日間にわたって弘前の夏を盛り上げる。

**弘前市** 《国重要無形民俗文化財》弘前ねぶたまつり  
ひろさきねぶたまつり

開催期間 / 8月1日～7日  
開催場所 / 弘前市内(日によってコースが異なる)  
☎ 0172-37-5501 (弘前市立観光館) JR奥羽本線弘前駅より徒歩約10～30分(コース上の見学場所によって異なる) ※有料観覧席あり

**03**



美しくもダイナミックな山車を見上げる

高さ22m、重さ19tの巨大な山車が特徴。パワフルなお囃子と「ヤッテマレ」の掛け声の中、数十人の曳き手によって街を練り歩く様は迫力満点。

**五所川原市** 五所川原立佞武多  
ごしょうわたちねぶた

開催期間 / 8月4日～8日  
開催場所 / 五所川原市中心街  
☎ 0173-38-1515 (五所川原市観光協会)  
JR五能線五所川原駅より徒歩約5分

**04**



昼の活気と夜の幻想的なライトアップで魅了

300年以上の歴史を持つ、おがみ神社、長者山新羅神社、神明宮の合同例祭。神輿行列や27台の山車、多彩な郷土芸能で観光客を楽しませている。2016年、ユネスコ無形文化遺産に指定。

**八戸市** 《国重要無形民俗文化財》  
八戸三社大祭  
はちのへさんしゃたいさい

開催期間 / 7月31日～8月4日  
(前夜祭、後夜祭を含む)  
開催場所 / 八戸市中心街ほか  
☎ 0178-70-1110 (VISITはちのへ) JR八戸線本八戸駅より徒歩約10分 ※有料観覧席あり

**06**



馬を巧みに操る騎馬武者の勇姿

八戸三社大祭の中日に長者山新羅神社で開催。「騎馬打毬」は8人の騎馬武者が2軍に分かれ、毬杖を操り毬を追う古典競技。

**八戸市** 加賀美流  
騎馬打毬  
かがみりゅう  
きばだきゅう

開催期間 / 8月2日  
開催場所 / 長者山新羅神社・桜の馬場  
☎ 0178-70-1110 (VISITはちのへ) JR八戸線本八戸駅より徒歩約30分

**07**



新田開発に努めた馬へ感謝する祭り

農耕馬の競り市が盛んだことから始まった。馬ねぶたのパレードや、馬ねぶたに火を放つ「新田火まつり」が見どころ。

**つがる市** 馬市まつり  
うまいちまつり

開催期間 / 毎年8月下旬の連続する3日間  
開催場所 / つがる市内  
☎ 0173-42-1114 (つがる市役所観光・ブランド戦略課) JR五能線木造駅より徒歩約10分

**09**



「エッチャホー」を掛け声に踊る

日本三大流し踊りのひとつ。流し踊りもさることながら、円を描く廻り踊りは観客を巻き込んでの乱舞となる。

**黒石市** 黒石よされ  
流し踊り  
くろいしよされ  
ながしおどり

開催期間 / 8月15日・16日  
開催場所 / 中町こみせ通り周辺  
☎ 0172-52-3488 (黒石観光協会) 弘南鉄道弘南線黒石駅より徒歩約10分

**10**



約25台のねぶたと演出で魅せる

高さ12mの“世界一の扇ねぶた”など、約25台のねぶたが出陣。団体によって演出が異なり、見比べて楽しめる。

**平川市** 平川  
ねぶたまつり  
ひらかわ  
ねぶたまつり

開催期間 / 8月2日・3日  
開催場所 / 平川市役所周辺  
☎ 0172-44-3055 (平川市商工会) 弘南鉄道弘南線平賀駅より徒歩約5分 ※有料観覧席あり

**05**



370年以上の歴史を持ち、祇園から伝わる伝統が息づく

8月18日から3日間行われる田名部神社の例大祭で、下半島最大の祭り。船の往来があった京都の祇園祭の流れを汲むと言われ、祇園囃子が流れる中、5台の豪華な山車がむつ市内に繰り出す。

**むつ市** 田名部まつり  
たなぶまつり

開催期間 / 8月18日～20日  
開催場所 / むつ市田名部地区(田名部神社周辺)  
☎ 0175-34-9095 (下北観光案内所)  
JR大湊線下北駅より徒歩約10分

**08**



荒馬と跳人が荒々しくも美しく舞う

馬役の男性と手綱取りの女性の2人1組で行う荒馬は、今別町の伝統芸能。祭り期間中は、町内各地で荒馬の演舞が行われる。

**今別町** 荒馬まつり  
あらままつり

開催期間 / 8月2日～7日  
開催場所 / 今別町内一円、今別漁港(海峡さざなみ公園)ほか  
☎ 0174-31-5140 (今別町観光協会) JR北海道新幹線奥津軽いまべつ駅より徒歩約10分

**11**



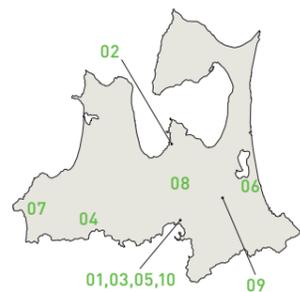
煌びやかな山車が港町を彩る

北前船によって野辺地町に伝わった、京都の祇園祭の流れを汲む祭事。歌舞伎や中国古事をテーマにした豪華な山車に目を奪われる。

**野辺地町** のへじ  
祇園まつり  
のへじ  
ぎおんまつり

開催期間 / 8月22日～25日  
※日程は変更となる場合があります  
開催場所 / 野辺地町内  
☎ 0175-64-9555 (野辺地町観光協会) 青い森鉄道野辺地駅より徒歩すぐ

# 豊かな自然を満喫 夏も冬も楽しい 爽快アクティビティ



海、山、湖と豊かな大自然の中の遊び場に恵まれている青森。本格的なアウトドアスポーツから気軽に参加できるツアーまで、アクティビティを楽しむ旅はいかが？



01

## 鏡のような湖上を進む穏やかな時間

“神秘の湖”とも呼ばれる十和田湖をカナディアン・カヌーで散策するツアー。美しいブナの森や水面に遊ぶ野鳥の姿など、自然を間近に感じながら湖を漕ぎ進むひときは最高の贅沢。冬季には雪と氷の絶景の中を行く楽しみも。



**十和田市** 十和田湖カヌーツアー  
とわだこカヌーツアー

開催期間 / 4月下旬～11月上旬  
※冬季のウィンターカヌーツアーは1月上旬～3月上旬  
☎080-1681-1036 (Towadako Guidehouse 権)  
①JR奥羽本線青森駅よりバス約155分 ②JR東北新幹線八戸駅よりバス約130分(ともに宇樽部下車徒歩約6分)

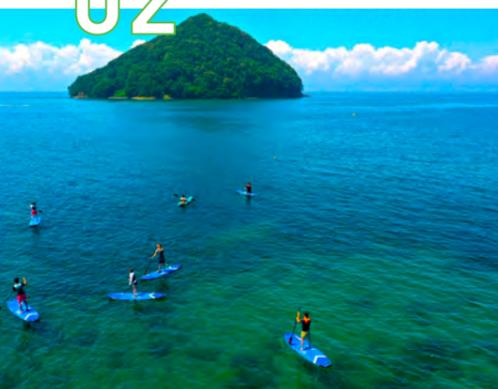
02

## 離れ小島をめざして 開放的な海上さんぽ

“青森の奥座敷”こと浅虫温泉の目の前に広がる穏やかな陸奥湾へ漕ぎ出すSUP体験。沖合に浮かぶ湯ノ島に上陸できて、非日常感満載。

**青森市** 浅虫温泉SUP体験  
あさむしおんせんサップたいけん

開催期間 / 5月～10月上旬  
☎017-718-8557 (フォーライド)  
JR奥羽本線青森駅より車約25分



## 巨大な白神の湖へバスごと 豪快にスプラッシュ・イン!

水陸両用バスに乗って白神山地を眺めながらのドライブと湖上遊覧を楽しむツアー。水しぶきを上げて湖へ飛び込む瞬間は爽快!

**西目屋村** 水陸両用バス「ニシメヤ・ダムレイクツアー」  
すいりくりようバス「ニシメヤ・ダムレイクツアー」

開催期間 / 4月下旬～10月末  
☎0172-85-3315 (津軽白神ツアー)  
JR奥羽本線弘前駅よりバス約65分 (西目屋村役場前下車徒歩約5分)



04



03

## 奥入瀬を満喫する爽快サイクリング

パワフルでありながら環境にも優しい電動アシスト付き自転車でお入瀬渓流をサイクリング。点在する滝や自然木が織り成す雄大な自然を楽しんで。

**十和田市** E-Bike レンタル (十和田湖エリア)  
イーバイクレンタル(とわだこエリア)

利用期間 / 5月～10月(予定) 貸出場所 / JRバス子ノ口  
☎0176-74-1212 (奥入瀬湧水館)  
☎0176-75-1531 (十和田湖観光交流センター「ぶらっと」)  
①JR奥羽本線青森駅よりバス約150分 ②JR東北新幹線八戸駅よりバス約125分(ともに子ノ口下車徒歩すぐ)



05

## 十和田湖畔で極上の リラックスタイム

ロシア製バレルサウナで身体芯まで温まったら、目の前の十和田湖へ。冬は雪景色、夏は新緑と、季節ごとの自然の魅力を全身で味わって。

**十和田市** 十和田サウナ  
とわだサウナ

営業期間 / ホワイトシーズン 12月下旬～3月下旬、グリーンシーズン 4月下旬～11月下旬  
☎公式ウェブサイトから予約  
towadasauna.com/  
JR東北新幹線八戸駅より車約80分



07

## 地元ガイドと訪ねる白神山麓の冬

白神山西部に位置する十二湖。地元ガイドが案内する雪中ハイキングでは、静寂に満ちた白銀の森と冬の時期にしか見ることができない黒い青池は必見。

**深浦町** 冬の十二湖スノーハイク  
ふゆのじゅうにこスノーハイク

開催期間 / 12月～3月(年末年始除く)  
☎0173-77-3311 (アオーネ白神十二湖)  
JR五能線十二湖駅より車約5分



10

## 白銀の世界に広がる雪の造形美

パウダースノーを踏みしめながら楽しむハイキングは、八甲田ならではの特別な体験。特に1月～2月は、樹氷の間を縫うようにして散策できる。すべての装備は無料でレンタル可能。

**青森市** 八甲田スノーシューハイキング  
はっこうだスノーシューハイキング

開催期間 / 12月下旬～3月  
☎017-738-8591 (八甲田パーク)  
JR奥羽本線青森駅より車約45分

## スノーシューを履いて冬の森を散策

白銀の雪に包まれた冬の奥入瀬渓流を満喫できるツアー。ルーペやカメラを片手に、遊歩道の外にある岩や樹幹の高い部分などを観察。積雪期にしか見られない、自然の新たな一面を発見できる。

06

## 氷の上で思わず夢中に 冬季だけの釣り体験

姉沼で、水面が凍る1月下旬～2月の限られた期間のみ楽しめるワカサギ釣り。道具もレンタルでき、釣りたてを唐揚げで味わう試食付きプランも。



**三沢市** 姉沼の氷上ワカサギ釣り  
あねぬまのひょうじょうワカサギつり

営業期間 / 1月下旬～2月 ※安全にワカサギ釣りができる結氷時に限り営業  
☎090-3506-6608 (青森フィッシングガイド)  
青い森鉄道三沢駅より車約15分

09

## 馬の背に揺られながら雪原散策へ

のんびりと馬の背に揺られて雪原を進む、約45分のホーストレッキング。馬上から眺める新雪に覆われた真白い世界はいつそう幻想的。丁寧に教えてくれるので初心者も安心。

**十和田市** 十和田乗馬倶楽部  
雪上乗馬トレッキング  
とわだじょうばくらぶ  
せつじょうじょうばトレッキング

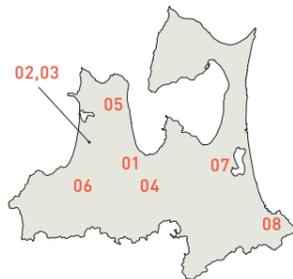
開催期間 / 冬季 ※乗馬自体は通年受付  
☎0176-26-2945  
JR東北新幹線七戸十和田駅より車約20分

**十和田市** 雪の奥入瀬さんぽ  
ゆきのおいらせさんぽ

☎0176-23-5866  
(FORESTON / 奥入瀬自然観光資源研究会内)  
JR東北新幹線七戸十和田駅より車約1時間  
※開催期間中は、路線バスの運行休止。

# 1万年を超える旅へ。

## 縄文時代を 世界遺産で知る



数多くの縄文遺跡が点在する青森県。世界文化遺産である「北海道・北東北の縄文遺跡群」を構成する8つの遺跡を巡りながら、縄文時代へ思いをはせる旅はいかが？



01

### 日本最大級！展示も充実した縄文集落跡

「北海道・北東北の縄文遺跡群」の中核となる広大な集落跡。復元された10棟の竪穴住居や大型竪穴住居、貴重な出土品が並ぶ「縄文時遊館」など、見どころがたくさん。

**青森市** 特別史跡 三内丸山遺跡／縄文時遊館  
とくべつしせき さんないまるやまいせき／じょうもんじゆうかん

☎ 017-766-8282 (縄文時遊館) JR東北新幹線新青森駅よりバス約15分



02



### 日本海側で稀少な縄文時代の貝塚

約6,000～4,000年前の集落跡であり日本海側では珍しい貝塚が点在。竪穴建物や人骨を納めた墓、貯蔵穴などが発見され、当時の集落の様子を伝える重要な遺跡のひとつ。

**つがる市** 史跡 田小屋野貝塚  
しせき たごやのかいづか  
☎ 0173-49-1194 (つがる市教育委員会) JR五能線五所川原駅前よりバス約35分(田小屋野下車徒歩約3分) ※12月～3月は冬季閉鎖

03



### 大型土偶や美しい漆器が多数出土

縄文時代晩期の遺跡で、お墓や捨て場から多くの遺物が出土。世界的に有名な遮光器土偶をはじめ、土器や漆器など芸術品として珍重されたものもある。

**つがる市** 史跡 亀ヶ岡石器時代遺跡  
しせき かめがおかせつきじだいせき

☎ 0173-49-1194 (つがる市教育委員会) JR五能線五所川原駅前よりバス約35分(亀ヶ岡下車徒歩約2分) ※案内所は12月～4月初旬、閉鎖



MORE

### つがる市縄文住居 展示資料館カルコ

館内に竪穴建物を復元。遮光器土偶のレプリカや『田小屋野貝塚』出土の人骨を公開。

☎ 0173-42-6490 JR五能線木造駅より徒歩約15分



MORE

### つがる市木造亀ヶ岡 考古資料室

土器や石器、漆器やガラス球の細工物など『亀ヶ岡石器時代遺跡』の出土品を展示。

☎ 0173-45-3450 JR五能線五所川原駅前よりバス約30分(館岡下車徒歩約20分)



04

### 直径55mにも及ぶ ストーンサークル

直径55mの範囲に約2,900個の石が並ぶ国内最大級のストーンサークル。遺跡近くには閉校した小学校を改修したガイダンス施設があり、出土品を展示し、体験コーナーも設置。



**青森市** 史跡 小牧野遺跡／  
縄文の学び舎・小牧野館  
しせき こまきのいせき  
じょうもんのまなびや こまきのかん

☎ 017-757-8665 (縄文の学び舎・小牧野館) JR東北新幹線新青森駅より車約30分 ※遺跡は11月中旬～4月下旬、冬季閉鎖



06

### 遺跡の先に岩木山を望む 縄文人と同じ眺めを体感

縄文時代晩期のストーンサークルの先に岩木山の美しい姿が！人工物が視界に入らず、当時と変わらない景色が広がる。『裾野地区体育文化交流センター』では遺跡を解説。

**弘前市** 史跡 大森勝山遺跡  
／弘前市裾野地区  
体育文化交流センター  
しせき おおもりかつやまいせき  
ひろさきしすそのちく  
たいいくぶんかこうりゆうセンター

☎ 0172-82-1642 (弘前市教育委員会文化財課) JR奥羽本線弘前駅より車約40分 ※遺跡は11月中旬～4月下旬、冬季閉鎖 ※展示工事のため、展示は2024年秋～2026年3月まで見学不可



08

### 深い赤と繊細な文様 縄文の漆に魅せられる

弓や櫛などの漆製品や赤い顔料に染まった人骨が出土した縄文時代の祭祀・儀礼のあり方を伝える重要な遺跡。『是川縄文館』には国宝の「合掌土偶」も展示されている。

**八戸市** 史跡 是川石器時代遺跡／  
八戸市埋蔵文化財センター  
是川縄文館  
しせき これかわせつきじだいせき/  
はちのへしまいぞうぶんかざいセンター  
これかわじょうもんかん

☎ 0178-38-9511 (八戸市埋蔵文化財センター 是川縄文館) JR八戸線本八戸駅よりバス約20分、またはJR東北新幹線八戸駅よりバス約20分(土・日・祝) (ともに是川縄文館下車徒歩すぐ) ※現在整備中のため遺跡は見学不可

### 縄文時代のはじまりを示す 土器に会える

旧石器時代から縄文時代への暮らしの変化を伝える遺跡。展示施設では北東アジア最古級の「無文土器」などの出土品の紹介や「むーもん」グッズも販売。



**外ヶ浜町** 史跡 大平山元遺跡／  
大平山元遺跡展示施設むーもん館  
しせき おおだいやまもといせき/  
おおだいやまもといせきてんじせつむーもんかん

☎ 0174-22-2577 (大平山元遺跡展示施設 むーもん館) JR北海道新幹線奥津軽いまべつ駅より車約20分

05



07

### 東北地方最大級の 貝塚を伴う縄文集落跡

全国有数の規模を誇る縄文前期～中期の遺跡を「史跡公園」として保存している。竪穴住居を復元し、散策路を整備。当時の食生活や狩猟などの様子を知ることができる。



**七戸町** 史跡 ニツ森貝塚／ニツ森貝塚館  
しせき ふたつもりかいつか  
ふたつもりかいつかかん

☎ 0176-68-2612 (ニツ森貝塚館) JR東北新幹線七戸十和田駅より車約15分 ※遺跡は12月～4月上旬、冬季閉鎖

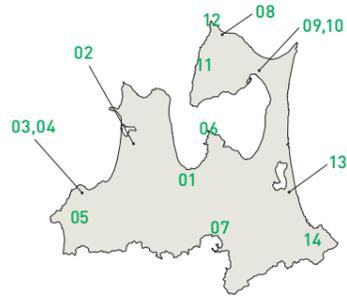
### 縄文時代の暮らしと精神を 今に伝える世界文化遺産

1万年以上にわたって採集や狩猟をしながら定住した縄文人の豊かな生活や精神文化を伝えてくれる「北海道・北東北の縄文遺跡群」。青森を含む1道3県の17遺跡で構成され2021年に世界文化遺産に登録。



ユネスコ 世界文化遺産  
北海道・北東北の縄文遺跡群

# 美しい海と湾、湖が贈る多彩で 美味しい魚介グルメ



## 01

### 青森グルメをてんこ盛りに!

「青森魚菜センター」の名物。市場内の約30店舗に並ぶ地場の鮮魚やお肉などをお好みで、自分だけのオリジナル丼が楽しめる。

日本海、津軽海峡、太平洋と三方を海に囲まれ、さらに大型の内湾・陸奥湾を有する青森県。季節ごとにさまざまな魚種が水揚げされており、鮮度抜群の魚介類がずらり。

## 02



### しつとりと淡泊な旨みを味わう

潮流の速い津軽海峡で育ったメバルは、肉質がよい高級魚。刺身姿盛り、煮付け、潮汁と「津軽海峡メバル」を存分に楽しんで。

**中泊町** **中泊メバルの刺身と煮付け膳**  
なかどまりメバルのさしみとつけぜん  
☎0173-57-2111(中泊メバル料理推進協議会/中泊町水産商工観光課内) 食べられる場所/中泊町の提供飲食店

## 03



### 白神の水で育てた稀少な魚

白神山を源流に持つ赤石川の清流で養殖されるイトウ。「川のトロ」とも呼ばれるおいしさを刺身や焼き魚など多彩な料理でめしあがれ。

**鯨ヶ沢町** **幻の魚イトウ**  
まほろしのさかなイトウ  
☎0173-82-0923(鯨ヶ沢町企画観光課) 食べられる場所/鯨ヶ沢町の提供飲食店・ホテル・旅館・民宿

## 04



### 極上ヒラメの贅沢ご当地丼

鯨ヶ沢のヒラメは、身の締まりと品のよい旨みが特徴。ヒラメを贅沢にのせた丼は、店ごとに異なるタレやトッピングに個性が光る。

**鯨ヶ沢町** **鯨ヶ沢ヒラメのツケ丼**  
あじがさわヒラメのツケどん  
☎0173-82-0923(鯨ヶ沢町企画観光課) 食べられる場所/鯨ヶ沢町の提供飲食店・ホテル・小売店

## 05



### 火入れの違いで味わうマグロ

大間のイメージが強いマグロだが、水揚げ量は深浦町がいちばん。天然本マグロを、刺身、片面焼きと両面焼きのステーキの3種で堪能できる。

**深浦町** **深浦マグロステーキ丼**  
みかうらマグロステーキどん  
☎0173-74-2111(深浦マグロ料理推進協議会/深浦町観光課内) 食べられる場所/深浦町の提供飲食店・旅館

## 06



### ホタテの新たなおいしさを提案

陸奥湾で育まれた旨みの強いホタテ。刺身やステーキ、寿司、すまし汁、アイスと、ホタテ尽くしの御膳をご用意。

**平内町** **平内ホタテ活御膳**  
ひらないホタテかつごぜん  
☎017-755-2118(ひらないホタテ料理推進協議会/平内町役場水産商工観光課内) 食べられる場所/平内町の提供飲食店

## 07



### 上品な甘みとやわらかさが魅力的

明治時代に養殖が始まり、守り継がれてきたヒメマス。身には脂が乗って、やわらかく、刺身や焼き物、燻製などでいただける。

**十和田市** **十和田湖ひめますとわだこひめます**  
☎0176-75-2612(十和田湖増殖漁業協同組合) 食べられる場所/十和田湖周辺の提供飲食店・ホテル・旅館

## 08



### 風間浦ならではの鮮度が決め手

優れた活締め技術により、全国的にも珍しいアンコウの刺身を提供。定番の鍋や唐揚げなども絶品。

**風間浦村** **風間浦鮫鯨**  
がさまうらあんこう  
☎0175-35-2111(風間浦村役場) 食べられる場所/風間浦村の提供飲食店・ホテル・旅館

## 09



### おすすめはとろけるような刺身

津軽海峡の沖生簀で養殖したトラウトサーモン。荒波に揉まれ引き締まった身のふりふり食感と、濃厚な旨みと甘み、脂乗りが特徴。

**むつ市** **海峡サーモン**  
かいきょうサーモン  
☎0175-34-5374(北彩漁業生産組合) 食べられる場所/むつ市内の提供飲食店

## 10



### 家庭や店で愛される下北の味

ホタテや味噌、溶き卵などを鍋代わりのホタテの殻で煮込む、旨みの詰まった逸品。津軽地方では「貝焼き味噌」と呼ばれている。

**むつ市** **みそ貝焼き**  
みそかやき  
☎0175-22-2282(みそ貝焼き研究会/むつ商工会議所内) 食べられる場所/むつ市内の提供飲食店

## 11



### 自然な味わいを堪能

とろりと甘く、繊細なウニの旨みを堪能するなら、シンプルな丼がおすすめ。旬の春から夏にぜひ。

**佐井村** **佐井のウニ丼**  
さいのウニどん  
☎0175-38-4515(佐井村観光協会) 食べられる場所/佐井村の提供飲食店

## 12



### 言わずと知れた一級品

荒波により引き締まった身に上質な脂がたっぷり乗った、とろけるような味わいが人気の天然物。

**大間町** **大間まぐろ**  
おおままぐろ  
☎0175-37-2233(大間町観光協会) 食べられる場所/大間町の提供飲食店・ホテル・旅館

## 13



### 三沢の冬の名物料理

冬季限定グルメ三沢産のほっき貝は、肉厚で甘く、香りが豊か。店舗ごとに異なる味わいを楽しめる。

**三沢市** **三沢ほっき丼**  
みさわほっきどん  
☎0176-53-5111(三沢市ほっき料理会/三沢市役所観光課内) 食べられる場所/三沢市の提供飲食店

## 14



### 舌の上でとろける脂乗り

本州最北端のサバ漁場・八戸前沖で漁獲、八戸港に水揚げされたサバ。良質な脂乗りが特徴。

**八戸市** **八戸前沖さば**  
はちのへまえおきさば  
☎0178-43-5111(サバのまち八戸協議会/八戸商工会議所内) 食べられる場所/協議会会員飲食店

コラム

### スープや具の個性が光る! 青森のご当地ラーメン



#### 津軽煮干しラーメン

煮干しだし文化の青森ならではの。あっさりから濃厚まで多彩。

**青森市** **津軽煮干しラーメン**  
つがるにぼしラーメン  
☎017-762-2255(津軽ラーメン煮干し会事務局/五丈軒)



#### 十三湖しじみラーメン

大和しじみのふりふりの身と、エキスが染み渡るスープが絶妙。

**五所川原市** **十三湖しじみラーメン**  
じゅうさんこしじみラーメン  
☎0173-62-2232(市浦商工会)



#### 味噌カレー牛乳ラーメン

コク深い味噌に、スパイシーなカレーとまろやかな牛乳が調和。

**青森市** **味噌カレー牛乳ラーメン**  
みそカレーぎゅうにゅうラーメン  
☎017-728-8330(青森味噌カレー牛乳ラーメン普及会/かわら)

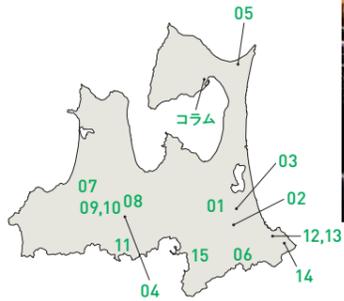


#### 中泊トマト海鮮ラーメン

トマトスープにイカ天かまぼこ、メバルソーセージなどが入る。

**中泊町** **中泊トマト海鮮ラーメン**  
なかどまりトマトかいせんラーメン  
☎0173-57-2111(中泊メバル料理推進協議会/中泊町水産商工観光課内)

# ディープでワイド。 郷土色が際立つ 魅惑の青森グルメ



地元でとれる食材を活かし、地域の歴史の中ではぐまれた、郷土色が際立つ美味がたくさん！やみつきになる肉メニューをはじめ全国的に有名な1品も。青森の豊かな食を味わい尽くそう

## 01

### 鉄板の上で熱々に！甘辛の後引く旨さ

牛バラ肉とタマネギを醤油ベースの甘辛タレで味付け鉄板で焼く全国的に有名なご当地グルメ。三沢米軍基地前の屋台が発祥と言われ、豚や馬を使うことも。

十和田市

#### 十和田バラ焼き とわだバラ焼き

☎080-6059-8015 (司バラ焼き大衆食堂)  
食べられる場所/十和田市の提供飲食店・ホテル



## 02

### 国内3位の生産量！ 極上の肉質を鍋でも

青森は全国有数の馬肉産地。生産が盛んな五戸町では、馬刺しのほか、水炊きと焼肉を同時に味わう兜のような形の「義経鍋」も名物。

五戸町

#### 馬肉料理・桜鍋・義経鍋 ばにくりょうり・さくらなべ・よしつねなべ

☎0178-62-7155 (五戸町観光協会) 食べられる場所/五戸町の提供飲食店・旅館・小売店



## 03

### 青森が誇る鶏肉が さらに濃厚な旨さに

「青森シャモロック」が特別な飼育でさらに旨みあふれるおいしさに。濃厚な味わいのだしが取れ、ラーメンや親子丼にも最適。

六戸町

#### 青森シャモロック ザ・プレミアム#6 あおもりシャモロック ザ・プレミアム ナンバーシックス

☎0176-55-2411 (六戸町まちづくり推進課) 食べられる場所/六戸町の提供飲食店 購入できる場所/道の駅ろくのへ「メイプルふれあいセンター」※道の駅ろくのへ「メイプルふれあいセンター」の詳細情報はP33に掲載



## 04

### 市民が愛するサガリを多彩なメニューに

平川市民がこよなく愛する「サガリ」。ほどよく脂が乗った牛や豚の横隔膜のことで、市内の飲食店ではすき焼きや焼肉弁当なども提供。

平川市

#### 平川サガリ ひらかわサガリ

☎0172-88-6808 (平川サガリ研究会運営事務局) 食べられる場所/平川市の提供飲食店・ホテル・小売店



## 05

### 甘い脂がとろける虜になる1皿

東通村の中だけで一貫管理で育てられている黒毛和種の「東通牛」をたっぷり使用。甘い脂がスパイスと溶け合い、虜になる味。

東通村

#### 黒毛和牛を 味わうカレー くろげわぎゅうを あじわうカレー

☎0175-33-2125 (東通村商工観光課) 食べられる場所/東通村の提供飲食店・小売店



## 06

### ネギの甘みと菊の香りを鍋で堪能

料理家の栗原心平さんが監修した南部町の名物。伝統野菜「南部太ねぎ」や特産の食用菊を丸めて揚げた「菊ボール」を鶏鍋仕立てに。

南部町

#### 南部太ねぎと 菊ボールの鶏鍋 なんぶふとねぎと きくボールのとりなべ

☎0178-76-1001 (南部町農林漁業体験学習館チェリクス) JR東北新幹線八戸駅より車約30分 ※11/1~3/31提供、要予約

## 07



### 巨大グルメにびっくり！

道の駅つた「鶴の里あるじゃ」の名物が通常の3~5倍ある「びっくりパン」シリーズ。

鶴田町

#### 鶴田町名物 「ジャンボメニュー」 つたたまちめいぶつ ジャンボメニュー

☎0173-22-5656 (道の駅つた「鶴の里あるじゃ」) JR五能線鶴田駅より徒歩約5分

## 08



### 焼きそばにつゆがマッチ

太平麺を炒めた「黒石やきそば」につゆをかけた1杯がご当地グルメとして人気。

黒石市

#### 黒石つゆやきそば くろいしつゆやきそば

☎0172-52-4316 (黒石つゆやきそば伝紹会/黒石商工会議所内) 食べられる場所/黒石市の提供飲食店・ホテル

## 09



### 個性豊かなアップルパイを食べ比べ

りんごの生産量日本一を誇る弘前。各店舗の自慢のアップルパイを楽しんで。

弘前市

#### アップルパイ

☎0172-37-5501 (弘前市立観光館) 食べられる場所/弘前市の提供飲食店・小売店

## 10



### イカと野菜の食感が楽しい郷土の味

イカの足や耳を包丁でミンチにし、野菜や小麦粉と混ぜて揚げたり焼いたりする津軽の定番の味。

弘前市

#### いがめんち

☎0172-37-5501 (弘前市立観光館) 食べられる場所/弘前市の提供飲食店・小売店

## 11



### 温泉熱を利用して発酵・熟成

津軽産大豆の「おおすず」を使い大鰐温泉の温泉熱で発酵熟成。香りが際立ち塩気と旨みが調和。

大鰐町

#### 温泉醸造 津軽味噌 おんせんじょうぞう つがるみそ

☎0120-07-0141 (津軽味噌醤油) JR奥羽本線大鰐温泉駅より徒歩約10分

## 12



### モチモチとした食感がくせになる

肉や魚、野菜と専用の南部せんべいを割り入れて煮込む。モチモチとしていてだし旨みたっぷり。

八戸市

#### 八戸せんべい汁 はちのへせんべいじる

☎0178-70-1110 (VISITはちのへ) 食べられる場所/八戸市の提供飲食店・ホテル

## 13



### 新鮮なウニとアワビで贅沢な潮汁に

ウニとアワビを潮汁風に仕立てた郷土料理。名の由来は火を通したウニが野いちごに見えることから。

階上町

#### いちご煮 いちごに

☎0178-70-1110 (VISITはちのへ) ☎0178-88-2875 (階上町産業振興課) 食べられる場所/八戸市・階上町などの提供飲食店

## 14



### 香りとコシに優れた在来種の逸品

豊かな風味をもつ在来種「階上早生」のそば。手打ちにこだわり、香りやのど越しも抜群。

階上町

#### 階上早生 階上そば はしかみわせ はしかみそば

☎0178-88-2875 (階上町産業振興課) 食べられる場所/階上町の提供飲食店

## 15



### 朝搾り生乳100%のヨーグルト

青森の酪農発祥の地が誇る人気商品が飲むヨーグルト。朝搾り生乳を使い、コク深くなめらか。

新郷村

#### 飲むヨーグルト のむヨーグルト

☎0178-78-3333 (間木ノ平グリーンパーク) JR東北新幹線八戸駅より車約60分

コラム

### ガッツリ系で元気をもらえる大湊自衛隊グルメ

基地があるむつ市の飲食店では「大湊海自カレー」と「大湊海軍コロッケ」、「大湊Sora空!!」という自衛隊由来の料理が定着し人気に!

#### 大湊自衛隊グルメ

お楽しみなどじえたいグルメ

☎0175-22-1111 (むつ市観光・シティプロモーション課) 食べられる場所/むつ市の提供飲食店・ホテル



左/「大湊海自カレー」は自衛隊のレシピをアレンジ 中/牛脂で揚げる「大湊海軍コロッケ」 右/漬けるタレにりんごを使う「大湊Sora空!!」

# 神聖な神社やお寺で パワーチャージ

その地で長く愛されていた神聖な力を感じる神社やお寺を巡るのも旅の醍醐味。自然と調和したスポットも多く、パワーみなぎる神秘的な場所を訪れば、運氣もぐんとアップしそう

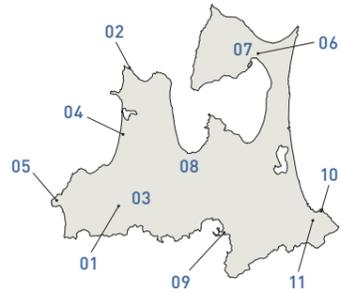
01

## 岩木山をご神体とする神社

創建から1200年以上の歴史を持つ神社。岩木山のふもとにあり、鳥居から本殿までの長い参道は、杉木立に囲まれパワースポットとしても名高い。本州最北端の鎮守様の木材・県産のヒバを使用した建造物にも注目。

**弘前市** 岩木山神社  
いわきやまじんじや

☎0172-83-2135  
JR奥羽本線弘前駅よりバス約40分  
(岩木山神社下車徒歩約5分)



02

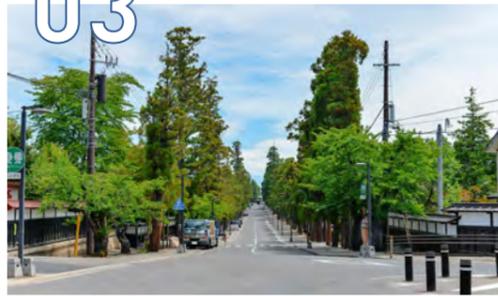


## 源義経の伝説が残る寺

奥州平泉で自刃したと言われる源義経が、源頼朝に追われて龍飛崎まで逃げ、観音像に祈ると3頭の龍馬が現れ海峡を渡ることができたという伝説の残る寺。

**外ヶ浜町** 龍馬山義経寺  
りゅうばざんぎけいじ  
☎0174-37-2045  
JR北海道新幹線奥津軽  
いまべつ駅より車約20分

03



## 33のお寺が連なる風情ある寺院街

弘前城の南に位置する禅林街は、2代藩主津軽信成が、弘前城の南西の岩として津軽一円の曹洞宗寺院を33も集めた寺院街。情趣豊かで散策にもおすすめ。

**弘前市** 禅林街  
ぜんりんがい  
☎0172-35-3131 (弘前観光コンベンション協会)  
JR奥羽本線弘前駅よりバス約15分  
(茂森町下車徒歩約5分)



04



## 千本鳥居が並ぶ圧巻の光景!

五穀豊穡、海上安全、商売繁盛の神様として知られる神社。見どころは、「神様と人を結ぶ朱の道」とも言われる圧巻の千本鳥居。春は桜、夏は新緑、冬は白い雪とのコントラストが美しく、撮影スポットとしても人気。

**つがる市** 高山稲荷神社  
たかやまいなりじんじや

☎0173-56-2015  
JR五能線木造駅より  
車約30分



05



## 海上安全や商売繁盛を祈願

北前船などの商人・船乗りの信仰を集めた寺院。観音様のおかげで無事に生還した船乗りがお礼に奉納したという髷が寺宝として展示されている。

**深浦町** 春光山円覚寺  
しゅんこうざんえんがくじ  
☎0173-74-2029  
JR五能線深浦駅より  
徒歩約20分

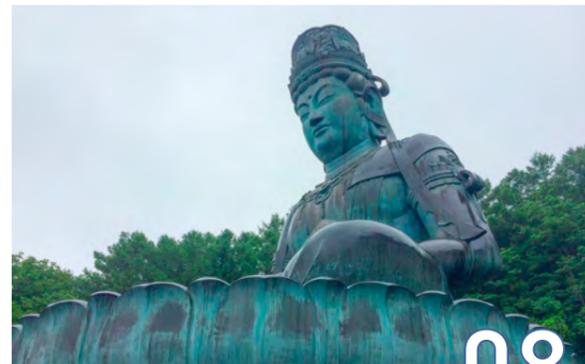


06

## 境内に飲食店があり夜も賑やか

下北半島の総鎮守として町とともに発展。境内には30軒以上の飲食店が営業する神社横丁があり、むつ市一番の繁華街として夜にも賑わいを見せる。370年以上の歴史を持つ田名部祭りも必見。

**むつ市** 田名部神社  
たなぶじんじや  
☎0175-22-7470 青森県むつ市田名部町1-1 JR大湊線下北  
駅よりバスまたはタクシーにて約10分



08

## 穏やかに鎮座する巨大大仏

奈良や鎌倉の大仏よりも大きい、高さ21.35mの昭和大大仏。緑豊かな空間に鎮座する大仏と向き合えば、きっと心が穏やかに。大仏様の胎内めぐりもできるので、たっぷり時間を取って訪れて。

**青森市** 昭和大大仏青龍寺  
しょうわだいはつ  
せいらゆうじ

☎017-726-2312  
JR東北新幹線新青森駅  
より車約30分



10

## ウミネコが舞うパワースポット

種差海岸の最北に位置し、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燕島。そんな燕島に建つ燕嶋神社は、運や人望の「かぶ」の上昇が期待できるパワースポットとしても有名。

**八戸市** 燕嶋神社  
かぶしまじんじや

☎0178-34-2730 JR八戸  
線鮫駅より徒歩約15分  
※ウミネコの飛来時期は3月  
～7月上旬



07

## 日本三大霊場のひとつ

比叡山、高野山と並び、日本三大霊場として知られる恐山。あの世に最も近い場所とされ、日本各地から参拝客が訪れる。雄大な景色とのコントラストが演出する唯一無二の雰囲気味わって。

**むつ市** 霊場恐山  
れいじょうおそれざん

☎0175-22-3825 (恐山事務所)  
JR大湊線下北駅より車約40分  
※開山期間は毎年  
5月1日～10月31日



09

## エネルギーを感じる神秘的な空間

十和田湖に突き出す中山半島に位置する十和田神社。鳥居をくぐり、杉木立の参道を抜けると、清々しくて厳かな本殿と拝殿が現れる。その神秘的な雰囲気を一度は体験してもらいたいパワースポット。

**十和田市** 十和田神社  
とわだじんじや

☎0176-75-2508  
JRバス十和田湖停留所より  
徒歩約15分



11

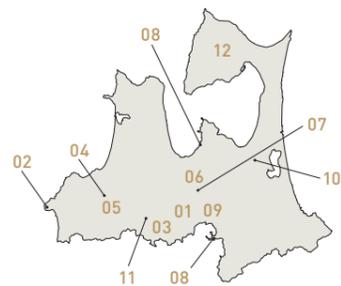
## 鎌倉時代以来の由緒ある神社

鎌倉時代から南部藩の総鎮守として栄えた神社。国宝・赤糸威鎧、国宝・白糸威褌取鎧などをはじめとする宝物や重要文化財の建物が群で残る貴重な場所。併設する国宝館にはぜひ立ち寄って。

**八戸市** 櫛引八幡宮  
くしひきはちまんぐう

☎0178-27-3053  
JR東北新幹線八戸駅より  
車約10分

# よりどりみどりの湯処で 心身ともに トコトンとこのう



景色、泉質、周辺レジャーetc.、さまざまなバリエーションの温泉があるのも青森が誇る魅力。時間を忘れてじっくり湯船に浸れば、心身ともに最高のとこの体験に！



## 01

### ランプの灯に囲まれ過ごす秘境の温泉

青荷渓谷にあり、電灯がなく電力もわずかなため日没後の灯りはランプのみ。都会の喧騒から離れて、心身ともにリフレッシュ。



**黒石市** ランプの宿 青荷温泉(黒石温泉郷)  
らんぷのやど あおにおんせん(くろいしおんせんきょう)

☎0172-54-8588 (ランプの宿青荷温泉) 弘南鉄道弘南線黒石駅より車約45分



### 湯上がりのすべすべ肌に感動!

美肌の湯として人気で、すべすべの湯上がりが好評。一面ガラス張りとなっており、新緑や紅葉、雪景色と季節で表情を変える風景にも注目。

**青森市** 寒水沢温泉  
かんすいざわ おんせん  
☎017-738-2233 (ベルジャヤ八甲田スキーリゾート) JR奥羽本線青森駅より車バス約60分(ロープウェイ駅前[八甲田山]下車後徒歩約2分)



### 趣ある湯殿で古の歴史をたどる

江戸時代から湯治場として名を馳せるヒバ千人風呂は必見。時代を超えて人々に親しまれてきた歴史に思いをはせながら楽しみたい。

**青森市** 酸ヶ湯温泉  
すかゆおんせん  
☎017-738-6400 (酸ヶ湯温泉旅館) JR奥羽本線青森駅よりバス約70分(酸ヶ湯温泉下車後徒歩すぐ)



### 夕景に癒される青森屈指の温泉郷

沖に浮かぶ湯ノ島を眺めながらゆったりと湯に浸かれる温泉郷。東側はレトロな温泉街、西側はビーチリゾートになっており、幅広く楽しめる。

**青森市** 浅虫温泉郷  
あさむしおんせんきょう  
☎017-752-2935 青い森鉄道浅虫温泉駅より徒歩すぐ ※浅虫さくら観光ホテル、南部屋・海扇閣の詳細はP25に掲載

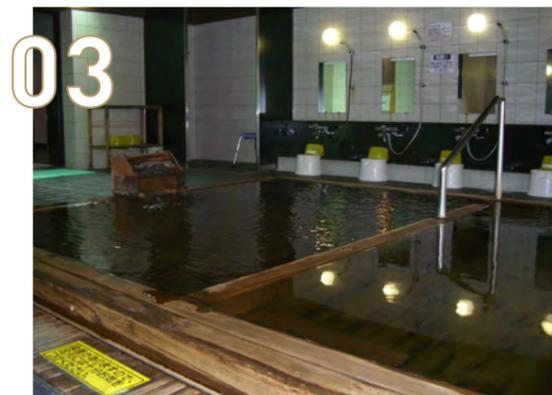


### 開放感抜群! 波打ち際の温泉宿

日本海に面した開放感抜群の露天風呂。夕暮れになるとあたりが黄金色に染まり、圧巻の景色の中で温泉を堪能できる。

**深浦町** 黄金崎不老ふ死温泉  
こがねざきふろうふしおんせん

☎0173-74-3500 (株式会社 黄金崎不老不死温泉) JR五能線ウエスバ樽山駅より車約5分 ※無料送迎あり(要予約)



### 青森ヒバの温泉で 深いリラックス感

青森ヒバを使った温泉は、森林浴のようなリラックス感。「殿様風呂」という名の貸し切り風呂は関所があった碓ヶ関ならではの。

**平川市** 関の庄温泉  
せきのしょうおんせん

☎0172-46-9355 (道の駅いかりがせき 津軽関の庄温泉 御飯屋御殿) JR奥羽本線碓ヶ関駅より徒歩すぐ

## 05

### 津軽富士を望む湯船で 心身ともにリフレッシュ

内湯と外湯の両方から、津軽富士「岩木山」を一望できる。夜は、温泉と敷地内の天文台から満天の星を楽しめる絶好のロケーション。

**弘前市** ロマントピア温泉  
ロマントピアおんせん

☎0172-84-2288 (星と森のロマントピア) JR奥羽本線弘前駅より車約30分

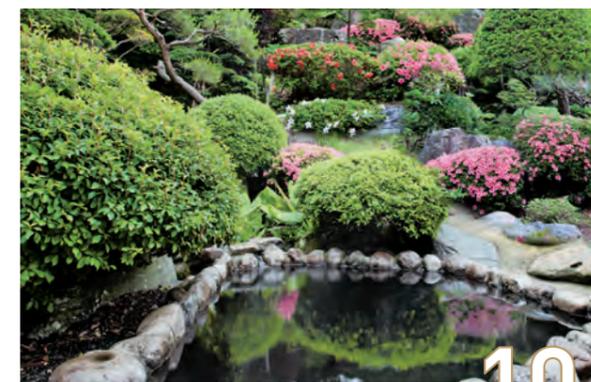


### なかなかできない 源泉湧き流しという体験を

源泉の上に浴槽があり、青森ヒバ材を使用した湯船の底板から源泉が湧き出す“源泉湧き流し”は必見。千年前から入られてきた秘湯を楽しんで。

**十和田市** 蔦温泉  
つたおんせん

☎0176-74-2311 (千年の秘湯高温泉) JR七戸十和田駅から車で約60分(無料送迎あり)



### 源泉掛け流しの“黒い”温泉で しっとりすべすべ肌に

“黒い”温泉としても知られる源泉掛け流しの植物性モール温泉。肌の汚れや古い角質を落とす効果があり、美肌効果も抜群。

**東北町** 東北温泉  
とうほくおんせん

☎0175-63-3715 青い森鉄道乙供駅より約5分



### 町並みごと満喫したい 津軽の奥座敷

津軽の奥座敷として古くから愛されてきた大鱒温泉。無色透明の弱食塩泉で、体が冷めにくい泉質。昭和のノスタルジーを感じる素朴な町並みも必見。

**大鰐町** 大鱒温泉郷  
おおおに おんせんきょう

☎0172-48-3221 (四季の湯不二やホテル) JR奥羽本線大鱒温泉駅より徒歩約15分 ※立ち寄り入浴はできません



### 渓流の横で癒される露天風呂 ゆったりとした足湯も併設

奥薬研修景公園にある露天風呂はすぐ横が渓流という絶好のロケーション。木々や川を眺めながらゆったりとくつろげる。施設内には無料の足湯も。

**むつ市** 奥薬研温泉  
おおくやげんおんせん  
めおとかっぱのゆ

☎0175-34-2008 (奥薬研修景公園レストハウス) 大畑バスターミナルから車で約20分

### ほかほか湯上がりで夢見心地に

観光客だけでなく、地元民にも親しまれる温泉郷。鉄分を多く含む赤っぽい泉質が特徴。温度も高めで、ほかほか湯上がりが持続する。

# 青森・八甲田 十和田エリア のイチオシ



歴史や文化が学べる青森市街や高山植物が咲き誇る八甲田、神秘的な十和田湖とそこから流れ出る清らかな奥入瀬川など、青森の魅力をふんだんに感じられるエリア。陸奥湾の魚介、県産牛乳を使用したソフトクリームや県産りんごのアップルパイなどもあり、グルメも楽しめる

## 青森市

### エーファクトリー (A-FACTORY)



陸奥湾を背にした六連の三角屋根が特徴的な建物内には、青森のおいしいお土産やおしゃれな商品がずらり。シードル工房ではガラス越しに県産りんごを使ったシードルの醸造工程の見学が可能で、工房の2階ではテイスティングもできる。

☎017-752-1890 JR奥羽本線青森駅より約1分

## 青森市

### 青森県観光物産館アスパム



青森県の観光・物産の拠点となるランドマーク。日本最大級の360° 3Dデジタル映像シアターでは、青森県の四季や夏祭りを体感できる。

☎017-735-5311 JR奥羽本線青森駅より徒歩約8分

### ねぶたの家 W・ラッセ



青森ねぶた祭の歴史や魅力を紹介する施設。実際に出陣した出車の展示だけでなく、囃子の演奏やハネット体験も楽しめる。

☎017-752-1311 JR奥羽本線青森駅より徒歩約1分

### 青函連絡船メモリアルシップ八甲田丸



1908年からの80年間、青森と函館を結ぶ船として1億6千万人もの乗客を運んだ連絡船をほぼ就航当時の状態で係留保存し、貴重な資料を展示している。

☎017-735-8150 (あおりみみなとクラブ) JR奥羽本線青森駅より徒歩約5分

## 青森市

### 青森県営浅虫水族館



青森県の水生生物を中心にイルカやアザラシなどの海獣を含む約300種、8,000点を展示。陸奥湾の海を表現した大迫力のトンネル水槽は必見。

☎017-752-3377 青い森鉄道浅虫温泉駅より徒歩約10分

### 道の駅浅虫温泉「ゆ〜さ浅虫」



浅虫温泉駅から徒歩1分の道の駅。5階の展望浴場では、陸奥湾や湯ノ島を眺めながら温泉が楽しめる。オリジナルソフトクリームも人気。

☎017-737-5151 青い森鉄道浅虫温泉駅より徒歩約1分

### 道の駅「なみおか」アップルヒル



地場食材を使ったメニューが豊富なレストランや、手作りのアップルパイ、県産牛乳を使用したジェラートなどのスイーツが好評。

☎0172-62-1170 JR奥羽本線浪岡駅より車約5分

## 平内町

### ほたて広場



陸奥湾で水揚げされたホタテ貝を中心に、県内で獲れた魚介や加工食品、地元の山菜や朝採れ野菜も販売。活ホタテは全国発送も可能。

☎017-752-3220 青い森鉄道浅虫温泉駅より車約5分

## 七戸町

### 東八甲田ローズカントリー



バラの栽培・販売のほか、ガーデンガイドツアーも行っているローズガーデン。ローズティーやバラソープなどカフェメニューも楽しめる。

☎0176-62-5400 JR東北新幹線七戸十和田駅より車約10分

### 旧南部縦貫鉄道レールバス



廃線となったローカル鉄道「南部縦貫鉄道」の車両「レールバス」を動態保存している日本で唯一のスポット。イベントでは実際に体験乗車ができる。

☎0176-58-7109 (しちのへ観光協会) JR東北新幹線七戸十和田駅より車約6分

## 青森市

### はっこうだ 八甲田ロープウェー



夏はブナの緑、秋は紅葉、冬は純白の雪と年間を通して八甲田の雄大な自然を満喫。天気がよければ、陸奥湾、津軽半島、下北半島、岩木山を一望できる。

☎017-738-0343 JR奥羽本線青森駅より車約80分

## 十和田市

### とわだこ 十和田湖



十和田八幡平国立公園内に位置する湖。景勝地として名高く、国内では3番目の深さ。かつて霊山と呼ばれた南祖坊の伝説が残る湖は神秘的な空気に包まれている。遊覧船やカヌーなどアクティビティも豊富。

☎0176-75-1531 (十和田湖観光交流センター「ぶらっと」) ①JR奥羽本線青森駅よりバス約190分 ②JR東北新幹線八戸駅よりバス約140分

## 十和田市

### とわだこゆうらんせん 十和田湖遊覧船



220mに及ぶ絶壁干支幕をはじめ2つの半島など、船上からの湖畔の眺めは息をのむ美しさ。季節で変わる十和田湖の表情を満喫できる。

☎0176-75-2909 (十和田観光電鉄(株)十和田湖遊覧船 団体予約センター)

## 十和田市

### おいらせ 奥入瀬モスボールパーク



こけ玉やひょうたんランプの展示販売・制作体験を行うことができる。世界にひとつだけのアイテムづくりは旅の思い出に。

☎080-2165-7454 (奥入瀬モスボール工房) ①JR東北新幹線七戸十和田駅より車約45分 ②JR東北新幹線八戸駅より車約60分

### おいらせ 道の駅 奥入瀬「奥入瀬ろまんパーク」



手作り野菜の産直市や青森りんごの専門店、ブルワリー併設の石窯レストランなど、青森の食が集うクラフトフードマーケット。

☎0176-72-3201 (代表) ①JR東北新幹線八戸駅よりバス約60分、「奥入瀬ろまんパーク」下車 ②JR東北新幹線七戸十和田駅より車約30分

## 【青森・八甲田エリアの宿】



ホテルサンルート青森  
☎017-775-2321 JR奥羽本線青森駅より徒歩約5分



アートホテル青森  
☎017-775-7111 JR奥羽本線青森駅より車約3分



ホテル青森  
☎017-775-4141 JR奥羽本線青森駅より車約5分



ホテル JAL シティ青森  
☎017-732-2580 JR奥羽本線青森駅より徒歩約6分



アップルバレー青森  
☎017-723-5600 JR奥羽本線青森駅より車約5分



浅虫さくら観光ホテル  
☎017-752-3355 青い森鉄道浅虫温泉駅より徒歩約10分



南部屋・海扇閣  
☎017-752-4411 青い森鉄道浅虫温泉駅より徒歩約2分



八甲田城ヶ倉温泉 HOTEL Jogakura  
☎017-738-0658, 0120-38-0658 JR奥羽本線青森駅よりバス約70分

## 【奥入瀬溪流・十和田湖エリアの宿】



星野リゾート 奥入瀬溪流ホテル  
☎050-3134-8094 (星野リゾート予約センター) ①JR奥羽本線青森駅から無料送迎バス約120分 ②JR東北新幹線八戸駅から無料送迎バス70分(①②ともに要予約)



奥入瀬 森のホテル  
☎0176-70-5000 JR東北新幹線八戸駅から無料送迎バス約70分(要予約)



十和田湖レークサイドホテル  
☎0176-75-2336 JR東北新幹線七戸十和田駅より車約90分



ホテル十和田荘  
☎0176-75-2221 JR東北新幹線青森駅よりバス約180分

## 津軽・西海岸 エリアのイチオン



春は弘前公園の桜、夏はねぶたまつり、秋は周囲の山々の紅葉、冬は雪景色と、季節の移り変わりとともに表情を変えるエリア。弘前城や藩政時代の面影を残す城下町、明治・大正期に建てられた洋館など歴史の流れを感じる街並みも魅力。圧倒的な田舎館村の田んぼアートをはじめ思わず写真に収めたくなる景色もこのエリアならではの

### 弘前市

ひろさきし こうえん  
弘前市りんご公園



広大な敷地内に80種、約2,300本のりんごの木が植えられており、8月初旬から11月中旬まではりんごの収穫体験ができる。園内の「りんごの家」では、りんごにこだわった約1,200種類の商品が揃う。

☎0172-36-7439 JR奥羽本線弘前駅よりバス約20分

### 弘前市

きゅうひろさきしりつとじょうかん  
旧弘前市立図書館



明治39(1906)年に建てられ、昭和6(1931)年まで市立図書館として利用されていた。赤いドーム屋根が印象的なルネサンス様式の洋館。

☎0172-82-1642 (弘前市教育委員会文化財課) JR奥羽本線弘前駅よりバス約15分

つがるいわき  
津軽岩木スカイライン



「津軽富士」と呼ばれる岩木山の8合目まで続く自動車専用道路。8合目から頂上へはリフトと徒歩で。条件が揃えば頂上から雲海を望む眺望が楽しめる。

☎0172-83-2314

ひろさき こうぼう  
弘前シードル工房 kimori



弘前市りんご公園内にある醸造所。自社農園のりんごを使ったシードルをぜひ試飲(1杯500円)して好みのものを見つけてほしい。

☎0172-88-8936 JR奥羽本線弘前駅よりバス約20分

### 弘前市

つがる  
津軽まちあるき



街のシンボル弘前城をはじめ、さまざまな魅力を持つ津軽エリアを、地元を知り尽くしたガイドが案内。定番から期間限定のものまで楽しいコースが満載。

☎0172-35-3131 (弘前観光コンベンション協会)

ひろさきサイクリングツアー



現地に詳しいガイドが弘前公園を中心に武家屋敷街や最勝院五重塔など弘前の歴史を感じるスポットを自転車で案内。所要時間は約150分で1日2ツアー。

☎0172-78-5090 (BBB Outdoor Tour Guides)

### 弘前市

ろっかしかしゅう  
六花酒造



三季醸造により常に搾りたてで、品質の良い日本酒「杜来」を製造。直売所では常時6種を試飲できる。

☎0172-88-7280 JR奥羽本線弘前駅よりバス約30分

こんごうざんさいしやういんごじやうのとう  
金剛山最勝院五重塔



津軽真言宗五山の筆頭の寺院の中に建つ五重塔は国の重要文化財。四季折々の景色が見事な美塔。

☎0172-34-1123 JR奥羽本線弘前駅よりバス約10分

ひろさきにんしゃやしき  
弘前忍者屋敷



江戸時代末期から残る甲賀流忍者屋敷。隠し部屋や見張り窓など随所に忍者屋敷らしい仕掛けが。

☎090-2023-6950 (オーナー佐藤直通) JR奥羽本線弘前駅より車約10分

### 弘前市

ぶりっくえーふあくとりー  
BRICK A-FACTORY



店内で焼きあげるアップルパイや工房直送の生シードルが楽しめる空間。シードルは青森県内で醸造されたもの約30種類が揃う。

☎0172-55-0271 JR奥羽本線弘前駅ビルAPPLIESE 2F

つがるほん むら  
津軽藩ねぶた村



津軽の魅力まるごと体験できる施設。「弘前ねぶたの館」には高さ10mの大型ねぶたを展示。金魚ねぶた絵付けや津軽塗り絵など体験も豊富。

☎0172-39-1511 JR奥羽本線弘前駅よりバス約15分

### 弘前市

いきいき いちばにじ  
生き生き市場 虹のマーケット



食材や惣菜を販売。昭和31年(1956)の創業以来、対面対話を大切に販売スタイルで、活気に満ちた昔ながらの市場の雰囲気が味わえる。

☎0172-32-6411 JR奥羽本線弘前駅より徒歩約5分

つがる き たいけん ひろさき けんきゅうじょ  
津軽ごぎん刺し体験 弘前ごぎん研究所



江戸時代の「刺し子」から発展した青森県の伝統工芸「津軽ごぎん刺し」の刺し手に教わりながらのコースター制作体験や、お土産購入ができる。

☎0172-32-0595 (有)弘前ごぎん研究所) JR奥羽本線弘前駅より車約15分

### INFORMATION

#### サイクルネット HIROSAKI

弘前の観光名所を巡るなら時間を気にせず移動できる自転車がおすすめ。JR弘前駅にある弘前市観光案内所や津軽藩ねぶた村など、市内5カ所(5月上旬～、うち市内3カ所は4月1日～)にステーションが設置され、普通自転車はどここで貸出・返却してもOK。電動自転車の貸出は弘前市観光案内所と弘前市立観光館のみで行っている。

☎0172-37-5501 (弘前市立観光館)  
期間/5月上旬～11月下旬  
時間/9:00～16:00 (返却17:00まで)  
料金/普通自転車1台500円、電動自転車1台1,000円、クロスバイク1台3,000円(事前予約制)

#### バスでお得に弘前巡り

お得に弘前市内を巡りたいなら循環バスがおすすめ。弘前公園周辺へ行く場合には「土手町循環100円バス」が便利。100円バス1日券を利用すれば当日に限り何回でも乗り降り自由。

(料金)大人(中学生以上)100円、小学生50円  
☎0172-36-5061 (弘南バス弘前バスターミナル)  
【土手町循環100円バス】  
時間/4月～11月10:00～18:00、12月～3月10:00～17:00。10:00バスターミナル始発。以後10分間隔で運行

### 板柳町

いたやままち  
板柳町ふるさとセンター



りんご品種見本園、りんごに関する資料や道具などの展示のほか、りんごの草木染体験やお菓子作りなど、りんごにまつわるさまざまな体験ができる。

☎0172-72-1500 JR五能線板柳駅より徒歩約15分

### 大鰐町

えきまえ あしゆ  
駅前おもてなし足湯



津軽藩の湯治場として利用されていた大鰐温泉。町内には3カ所の足湯があり、駅前おもてなし足湯は年中無休で営業。足湯に浸かってほっとひと息。

☎0172-55-6561 (大鰐町役場企画観光課) 弘南鉄道大鰐線大鰐駅より徒歩約15分

### 田舎館村

かたな いりり  
刀の庵



刀匠・中畑さんによる日本刀の魅力や制作工程、鑑賞の作法を学ぶことができる。参加は「Time Trip TSUGARU」などからの完全予約制。

☎080-1680-9387 (旅する弘前:担当前田)①弘南鉄道弘南線田んぼアート駅より車約5分 ②弘南バス弘前駅より黒石・大川原行き畑中バス停下車徒歩約3分

### 【弘前エリアの宿】



アートホテル弘前シティ  
☎0172-37-0700 JR奥羽本線弘前駅より約1分



弘前パークホテル  
☎0172-31-0089 JR奥羽本線弘前駅より徒歩約12分



石場旅館  
☎0172-32-9118 JR奥羽本線弘前駅より車約5分

### 藤崎町

しよくさい  
ふじさき食彩テラス



産直ならではの新鮮でおいしい食材が揃う農産物直売所。無添加にこだわったトマトジュースや地元のりんごを使った「りんごあめ」が人気。

☎0172-65-3660 JR奥羽本線北常盤駅より車約5分

ちやうすやまこうえん はいく こみち  
茶臼山公園・俳句の小径



約1万5千本の色鮮やかなツツジが咲き誇る公園。さらに300種類を超える植物も生育している。起伏のある園内をハイキング気分分で散策するのも楽しい。

☎0172-55-6561 (大鰐町企画観光課) JR奥羽本線大鰐線大鰐駅より徒歩約15分

## 黒石市

なかまち どお  
中町こみせ通り

「こみせ(小見世)」とは、藩政時代からほぼそのままの形で残る木製のアーケードのこと。「日本の道百選」に選ばれた通りには、伝統的建造物が建ち並ぶ。

☎0172-52-3488 (黒石観光協会) 弘南鉄道弘南線黒石駅より徒歩約10分

## 黒石市

なるみじょうぞうてん  
鳴海醸造店

「菊乃井」「稲村屋」でおなじみ、文化3(1806年)年創業の酒蔵。南八甲田のまろやかな伏流水で日本酒を仕込んでいます。

☎0172-52-3321 弘南鉄道弘南線黒石駅より徒歩約10分

## 平川市

くにしていめいしょう せいとうししよんいでいあん  
国指定名勝 清藤氏書院庭園

津軽地方で広く見られる庭づくりの流派「大石武学流」の源流とされる庭園。明治6(1873)年建築の母屋とともに国の名勝に指定されている。

☎0172-57-2127 弘南鉄道弘南線津軽尾上駅より徒歩約10分

## 平川市

でんじかん  
ねぶた展示館

通常のねぶたの約2倍の大きさを誇る“世界一の扇ねぶた”を見ることが出来る施設。「平川ねぶたまつり」の受賞作が並ぶギャラリーもある。

☎0172-55-5732 (平川市商工観光課) 弘南鉄道弘南線平賀駅より徒歩約6分

てづく ざっか たいけんこうぼう イロドリ  
手作り雑貨・体験工房 IRODORI

「中町こみせ通り」の一角にある体験工房。黒石ねぶたまつりで使用した「ねぶた絵」を再利用した、灯ろうの制作体験ができる。

☎0172-55-6188 弘南鉄道弘南線黒石駅より徒歩約10分

つがる かん つがるでんしよこうげいかん  
津軽こけし館・津軽伝承工芸館

「津軽こけし館」には、全国から集められた4,000本のこけしが展示されている。隣接する「津軽伝承工芸館」は、津軽の伝統文化を発信している。

☎0172-54-8181 (津軽こけし館) 0172-59-5300 (津軽伝承工芸館) 弘南鉄道弘南線黒石駅より車約25分

せいびあん  
盛美園

明治時代の三大庭園のひとつで、国指定名勝にも選ばれている。岩木山が一望できる和洋折衷の建物「盛美館」も必見。

☎0172-57-2020 弘南鉄道弘南線津軽尾上駅より徒歩約10分

こうなんてつどうしゃりょうきちけんがく しゃそうたいけん  
弘南鉄道車両基地見学・ラッセル車窓体験

平賀駅構内にある、普段は一般公開していない車両基地の見学が可能。全国でも貴重な車両の修繕技術見学やレトロ車両の操作体験は予約制で楽しめる。

☎0172-44-3136 弘南鉄道弘南線平賀駅構内

## 【津軽エリアの宿・温泉】



## 青森ワイナリーホテル

☎0172-48-2881 JR奥羽本線大鰐温泉駅より車約15分 \*無料送迎バスあり



## 界 津軽

☎050-3134-8092 (界予約センター) JR津軽線三厩駅よりバス約30分 JR奥羽本線大鰐温泉駅より車約5分



## 南田温泉ホテルアップランド

☎0172-44-3711 弘南鉄道弘南線平賀駅より徒歩約15分



## 津軽・花詠みの宿 花禪の庄

☎0172-54-8226 弘南鉄道弘南線黒石駅よりバス約25分

## 鶴田町

## つがるワイナリー



多彩な味わいのクラフトワインを醸造。地元産どうろを使い、伝統を踏襲しつつ、シェリー樽、りんごや桃、縄文酵母等を掛合せた新しいワインを創り出している。

☎0173-23-5703 JR五能線陸奥鶴田駅より徒歩約10分

## 外ヶ浜町

せいかん きねんかん  
青函トンネル記念館

青森県と北海道を結ぶ世界最長の海底トンネル「青函トンネル」について学べる施設。音や映像、立体モデルなどを使い、構想から完成までの工程を紹介。

☎0174-38-2301 JR津軽線三厩駅よりバス約30分

## 中泊町

つがるでんとうじんぎょうしほい きんたまめじよ  
津軽伝統人形芝居「金多豆蔵」

「金多豆蔵」は、100年以上の歴史を持つ津軽伝統の人形劇。世相と風刺を取り入れた人形劇が全編津軽弁で繰り広げられる。

☎0173-58-3573 津軽鉄道津軽中里駅構内 \*毎月第1土(上映時間は要確認)

## つがる市

ちきゅうむら  
つがる地球村

多彩な宿泊施設や東北随一の5,000人規模の野外円形劇場を有す。さまざまな効能を持つ温泉もあり、雄大な自然の中でのんびり過ごすことができる。

☎0173-26-2855 JR五能線陸奥森田駅より車約6分

## 五所川原市

たちねぶた やぶた  
立佞武多の館

祭で実際に使われた近作3台の大型立佞武多を常設展示。展示室では、らせん通路を歩いて降りながら、さまざまな角度から立佞武多を堪能できる。

☎0173-38-3232 JR五能線五所川原駅より徒歩約5分

## 外ヶ浜町

たっぴぎき  
龍飛崎

日本海、津軽海峡、陸奥湾と三方を海に囲まれた津軽半島の最北端の岬。突端には「日本の灯台50選」に選ばれた白亜円形の「龍飛埼灯台」がある。

☎0174-31-1228 (外ヶ浜町産業観光課) JR津軽線三厩駅よりバス約30分

## 中泊町

みやこしげ はな ていせん  
宮越家 離れ・庭園

大正時代に建てられた旧家の離れ「詩夢庵(しむあん)」と庭園「静川園(せいせんえん)」。贅を凝らした建築や調度も見応えあり。

☎0173-57-9030(一社)中泊町文化観光交流協会) 津軽鉄道津軽中里駅よりシャトルバス約10分 \*2024年秋の公開は10月4日~11月10日(月定休。祝の場合、火休) \*要事前チケット

ごうせんきづくりえき  
JR五能線木造駅

「亀ヶ岡石器時代遺跡」から出土した遮光器土偶(愛称しゃごちゃん)の巨大モチーフを飾った駅舎は迫力満点。土偶の目が光り、電車の発着を知らせる演出も。

☎0173-42-2110 (つがる市観光・ブランド戦略課) JR五能線木造駅構内 津軽自動車道五所川原北インターより車約15分

だざいおさむきねんかん しょうかん  
大宰治記念館「斜陽館」

津軽が生んだ文豪・大宰治の生家。明治40(1907)年に完成した青森ヒバ使用の豪邸で、展示室で見られる大宰が遺した貴重な品々はファン必見。

☎0173-53-2020 津軽鉄道金木駅より徒歩約10分

## 今別町

みち えき いまべつ ほんとう  
道の駅いまべつ「半島ブラザースク」

青函トンネルをイメージした外観が印象的な道の駅。レストランでは、幻の黒毛和牛と言われる「いまべつ牛」のステーキが味わえる。

☎0174-31-5200 JR北海道新幹線奥津軽いまべつ駅・JR津軽線津軽二厩駅より徒歩約1分

## 蓬田村

よもぎた ぶつせんかん  
よもぎた物産館マルシェよもぎた

陸奥湾を眺めながら食事や買い物を楽しめる物産館。蓬田村名産のトマトをはじめ、カフェでは、村名産のトマトのオムライスやナポリタンが大人気。

☎0174-31-3040 JR津軽線郷沢駅より徒歩約15分

## 五所川原市ほか

つがるてつどう  
津軽鉄道

津軽五所川原駅から終点の津軽中里駅まで、奥津軽エリア12駅を結ぶローカル鉄道。冬は「ストーブ列車」として地元や他県の言葉が行き交う憩いの場。

☎0173-34-2148 (津軽鉄道株式会社本社)

つがるしゃみせんかいかん  
津軽三味線会館

津軽三味線発祥の地(旧金木町)ならではの、津軽三味線のルーツや歴史などを知ることができる施設。毎日生演奏が行われ、迫力ある響きを堪能できる。

☎0173-54-1616 津軽鉄道金木駅より徒歩約7分

## 鯉ヶ沢町

うみ えき あじがさわすもうかん きねんぞう  
海の駅わんど・鯉ヶ沢相撲館・わさお記念像

1階は名産品の販売所と食堂、2階は鯉ヶ沢町出身力士の展示物などが見学できる「相撲館」。敷地内には全国的に有名になった“わさお”の像も。

☎0173-72-6661 JR五能線鯉ヶ沢駅より徒歩約15分

みつのぶこう やかた たねさとじょうあと  
光信公の館（種里城跡）

津軽藩の始祖と仰がれる大浦光信公を偲んで建てられ、貴重な資料を所有。館の前庭には鎧兜姿の光信公の銅像があり、一帯は史跡公園として整備されている。

☎0173-72-2111（鯉ヶ沢町教育委員会）JR五能線鯉ヶ沢駅より車約20分

## [津軽半島エリアの宿・温泉]



ホテル竜飛

☎0174-38-2011 JR津軽線三厩駅よりバス約20分



稲垣温泉ホテル花月亭

☎0173-46-2821 ①JR五能線五所川原駅より車約15分 ②津軽自動車道五所川原北ICより車約15分

## [白神・西海岸エリアの宿・温泉]



鯉ヶ沢温泉 水軍の宿

☎0173-72-8112（予約センター）JR五能線鯉ヶ沢駅より徒歩約5分



ホテルグランメール山海荘

☎0713-72-8112（予約センター）JR五能線鯉ヶ沢駅より車約5分



ロックウッド・ホテル&amp;スパ

☎0173-72-1011 JR五能線鯉ヶ沢駅より車約20分



ブナの里 白神館

☎0172-85-3011（代表）JR奥羽本線弘前駅よりバス約55分

## 深浦町

みち えき 道の駅ふかうら「かそせいか焼き村」



新鮮な魚介類はもとより、浜のお母さん手作りの水産加工品も豊富。軽食コーナーでは、焼きイカなど、イカにこだわったメニューが人気。

☎0173-76-3660 JR五能線風角瀬駅より徒歩約20分、車約5分

かぜま かん 風待ち館



近世の日本海で隆盛した北前船の歴史を紹介する資料館。ダイナミックな北前船の模型や、航海の道具、船絵馬、古伊万里、古海路図などを展示している。

☎0173-74-3553 JR五能線深浦駅より徒歩約20分

## 深浦町

しらかみじゅうにこ アオーネ白神十二湖



津軽国定公園「十二湖」まで車で約10分と観光やトレッキングにも便利な立地に宿泊施設。

☎0173-77-3311 JR五能線十二湖駅より車で約3分

## 西目屋村

しらかみさんち 白神山地ビジターセンター



世界自然遺産「白神山地」の魅力を学べる。東アジア最大級のブナ林の四季をスクリーンで紹介。

☎0172-85-2810 JR奥羽本線弘前駅よりバス約55分「田代（西目屋村役場前）」下車後徒歩約5分

にわかたき 乳穂ヶ滝



約33mの高さから流れ落ちる滝。裏側の洞窟には不動尊が祀られ、豊凶占いの神事式が行われる。

☎0172-85-2800（西目屋村産業課）JR奥羽本線弘前駅より車約30分

## 西目屋村

せいさくたいげん ブナコ製作体験



空き校舎をリノベした「ブナコ西目屋工場」で、ブナの木を使った工芸品「ブナコ」作りができる。

☎0172-88-6730（ブナコ西目屋工場）JR奥羽本線弘前駅よりバス約55分「西目屋村役場前」下車後徒歩約5分

にしめむらかんこう 西目屋村観光ガイド会



白神山地や西目屋村の理解を深めてもらうために活動。ブナ林の散策や絶景を巡ることができる。

☎0172-85-3021（アクアグリーンビレッジANMON）JR奥羽本線弘前駅より車約50分

しらかみ 白神マタギ舎

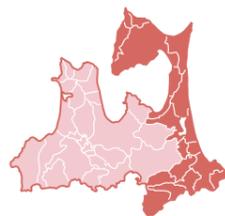


白神山地で自然とともに暮らしてきたマタギたちが伝統を伝えるエコツアーを実施。

☎0172-85-2415 JR奥羽本線弘前駅より車約30分

## AOMORI RECOMMENDED AREA

## 八戸・県南下北エリアのイチオシ



## 八戸市

はちのへ よこちょう 八戸の横丁



八戸の中心街には、昭和レトロな雰囲気漂う8つの横丁がある。郷土料理や地酒を堪能できるだけでなく、店主や隣の客と会話を楽しむのも横丁の魅力。

☎0178-72-3311（八戸横丁連合協議会）JR八戸線本八戸駅より徒歩約10分

## 八戸市

はっしやく 八食センター



海産物を中心に約70店がひしめく巨大市場。場内の「七厘村」では、購入した魚介や肉を炭火焼きで食べられる。その日のおすすめを聞きながら楽しんで。

☎0178-28-9311 JR東北新幹線八戸駅より車約15分

## 八戸市

たねさしかいがん 種差海岸インフォメーションセンター



国の名勝・三陸復興国立公園内「種差海岸」の紹介、体験プログラムや、季節の観光情報などを提供。

☎0178-51-8500 JR八戸線種差海岸駅より徒歩約5分

日本有数の水揚げ量を誇る八戸漁港を有する三八エリアは、魚介類を使った料理や小麦粉や蕎麦粉を使用した地域特有の食文化が息づいている。また、本州最北端に位置する下北半島は、貴重な動植物が生息しているエリア。貴重な地質や地形からは、地球の歴史自然と人々とのつながりを学ぶことができる

## 八戸市

たてはながんべきあさいち 館鼻岸壁朝市



毎週日曜の朝に日の出とともに現れる、八戸を代表する「館鼻岸壁朝市」。日本最大級との呼び声が高い巨大朝市で、魚介や野菜をはじめ、バラエティに富んだ品々の店が立つ。「しおてば」などの朝市名物グルメも必食。

☎070-2004-6524（湊日曜朝市会事務局・大安食堂内）JR八戸線陸奥湊駅より徒歩約10分

## 八戸市

はちのへ 八戸ポータルミュージアム はっち



八戸の中心街に立つ観光拠点。南部裂織の体験ができるほか、ずらりと並ぶ八幡馬やイカアンドン、からくり獅子舞の斉歯打ちなど、映えスポットがたくさん。

☎0178-22-8228 JR八戸線本八戸駅より徒歩約10分 JR東北新幹線八戸駅よりバス約25分

## 八戸市

はちのへやかたぶね にいだまる 八戸屋形船 新井田丸



東北地方ではレアな屋形船。漁船やタンカーが行き交う景色や八戸港の工場など、水辺の絶景と食事が楽しめる。夜景を眺めるナイトツアーもおすすめ。

☎0178-35-4415 JR八戸線陸奥湊駅より徒歩約15分

## 八戸市

たねさしかいがん 種差海岸インフォメーションセンター



国の名勝・三陸復興国立公園内「種差海岸」の紹介、体験プログラムや、季節の観光情報などを提供。

☎0178-51-8500 JR八戸線種差海岸駅より徒歩約5分

たねさしかいがん 種差海岸遊覧バス「うみねこ号」

JR八戸線鮫駅と八戸線種差海岸駅を結ぶ遊覧バス。種差海岸や燕島海浜公園など観光地巡りに便利。  
☎0178-25-5141（八戸市交通部運輸管理課）

はちのへはしく 八戸市博物館



八戸の文化遺産を紹介する歴史博物館。安土桃山時代の城を再現した常設展示「史跡 根城の広場」も見どころ。

☎0178-44-8111 JR東北新幹線八戸駅よりバス約15分

## 階上町

はしかみ フォレストピア階上



食堂では階上早生そばやジェラートが人気。階上岳の玄関口に位置し、登山前後の利用もおすすめ。

☎0178-88-4449 JR八戸線階上駅より車約15分

はちのへ 八食センター (一財)VISIT はちのへ「ユートリー」



1階のホールに常設展示された「八戸三社大祭」の山車は人気撮影スポット。館内のお土産店では、八戸だけでなく県内のさまざまな特産品を販売。

☎0178-27-2227 JR東北新幹線八戸駅隣接

三戸町

くにしせきさんのへじょうあと しroyまこうえん  
国史跡三戸城跡 城山公園



戦国時代、この地方を治めていた南部氏が築いた三戸城跡を中心とした城山公園。石垣や堀など、歴史ファンにはたまらない遺構が数多く見られる。県南随一の桜の名所としても有名。令和4年には国史跡の指定を受け、人々の憩いの場として親しまれている。

☎0179-20-1117 (三戸町まちづくり推進課) 青い森鉄道三戸駅より車約10分

『11びきのねこ』の石像



三戸町出身の漫画家馬場のぼるの代表作『11びきのねこ』の石像が町のいたるところに。フラッピングされたバスや電車もかわいい。

☎0179-20-1117 (三戸町まちづくり推進課)

三沢市

みさわしてらやましゅうじきねんかん  
三沢市寺山修司記念館



劇作家・映画監督・詩人など、マルチに活躍した寺山修司の記念館。氏が主宰した劇団の舞台や映画セットを再現し、見て触って体感できる施設。

☎0176-59-3434 青い森鉄道三沢駅より車約20分

あもりけんりつみさわこうくうかがくかん  
青森県立三沢航空科学館



日本の航空史や科学が学べる展示面積、展示数が国内最大級の施設。2021年に大幅リニューアルされ、新たに無重力体験ができる宇宙ゾーンが誕生。航空ゾーンには主翼の上にエンジンが配置された独創的なデザインの小型ビジネスジェット機「HondaJet技術実証機」が常設展示されている。2005年に世界初公開された実験機(実機)で、展示が見られるのは世界でここだけ。

☎0176-50-7777 青い森鉄道三沢駅より車約15分

新郷村

きとでんしょうかん  
キリストの里 伝承館



キリストが処刑を逃れ、新郷村に渡ったという伝説が残る場所。キリストが眠るとされるお墓や伝説のもとになった古文書が収蔵されている伝承コーナーが見所。

☎0178-78-3741 JR東北新幹線八戸駅より車約45分

五戸町

このへまちしょうぼうだんだいいちふんだんとんしょう  
五戸町消防団第一分団屯所



赤いドーム屋根付きの望楼を持った2階建ての屯所は、県南地方の消防屯所の代表的なデザイン。大正時代に建てられ、現在も消防団の屯所として活躍中。

☎0178-62-2111 (五戸町総務課) JR東北新幹線八戸駅より車約22分

[八戸エリアの宿]



JR 東日本ホテルメッツ八戸  
☎0178-70-7700 JR東北新幹線八戸駅直結



さわ里温泉 グランドサンピア八戸  
☎0178-23-5151 JR東北新幹線八戸駅より車約12分

[五戸エリアの宿]



五戸まきは温泉  
☎0178-62-5511 JR東北新幹線八戸駅より車約20分

新郷村

まきのたい  
間木ノ平グリーンパーク



標高350mの高原に65haの広大な敷地を誇る自然滞在型レクリエーション施設。動物と触れ合える牧場やバンガロー、オートサイトキャンプ場も併設。

☎0178-78-2511 (新郷村ふるさと活性化公社) JR東北新幹線八戸駅より車約60分

田子町

たっこまち  
田子町ガーリックセンター



特産品のんにくに特化した施設。約100種類のんにくに関連商品を販売するギフトショップと、んにくにや町の食材が味わえるレストランがある。

☎0179-32-3165 JR東北新幹線二戸駅・青い森鉄道三戸駅より車約20分

南部町

きた  
北のフルーツパーラー



年間を通じて、果物栽培が盛んな南部町。春から秋までフルーツ狩りが楽しめ、採れたて果実をふんだんに使ったオリジナルスイーツ作りも体験できる。

☎0178-76-1001 青い森鉄道剣吉駅より車約15分

はせえん  
長谷ぼたん園



園内に咲き誇るぼたんの花は約130種。環境省「かおり風景百選」にも認定され、その美しさは東北随一と称される。見頃は5月中旬から下旬。

☎0178-38-5965 (南部町商工観光課) 青い森鉄道三戸駅より車約5分

INFORMATION

MISAWA「ぐるっとバス」

土日祝日、春・夏・冬休み、GWに三沢市内の主要観光施設を無料で巡回。自由に市内観光ができる旅行者に嬉しい交通手段。

●路線 三沢駅東口～スカイプラザミサワ～三沢空港～三沢航空科学館～市民の森温泉浴場～寺山修司記念館～屋内温水プール～斗南藩記念観光村  
(所用時間：最長約1時間)  
\*停留所は一部省略 \*便により停車しない停留所もあります。\*運行期間要確認  
☎0176-50-7777 (青森県立三沢航空科学館)

おいらせ町

にほんいちじゅうめがみぞう  
日本一の自由の女神像



いちよう公園内にあるおいらせ町のシンボル。平成2(1990)年に、ニューヨークと同緯度で結ばれることから本場の自由の女神像の1/4サイズで建立された。

☎0178-52-6744 (いちよう公園体育館) 青い森鉄道下田駅より車約10分

東北町

あちえきこ  
道の駅 おがわら湖 湖遊館



小川原湖で獲れるしじみやわかさぎ、地域の野菜を販売。食堂では名物「しじみラーメン」が人気。

☎0176-58-1122 青い森鉄道上北町駅より車約3分

はくちよういえ  
ネチャーセンター白鳥の家



白鳥の飛来地として有名な間木堤。その堤のほとりにある野鳥観察保養施設。白鳥以外にも様々な野鳥が生息し、自然観察、生体の仕組みなどが学べる。

☎0178-56-5256 青い森鉄道下田駅より車約10分

六戸町

あきまき  
道の駅ろくのへ「メイプルふれあいセンター」



六戸町特産の野菜や青森シャモロックのほか自家製加工品を扱う。土・日・祝限定「串もち」が名物。

☎0176-55-4134 JR東北新幹線八戸駅より車約30分

[上北エリアの宿]



星野リゾート 青森屋

☎050-3134-8094 (星野リゾート予約センター) 青い森鉄道三沢駅より徒歩約15分



東北温泉

☎0175-63-3715 青い森鉄道乙供駅より徒歩約5分

AOMORI RECOMMENDED AREA

野辺地町

のへじちようりつれきしんぞくしりようかん  
野辺地町立歴史民俗資料館



「縄文くらら」の愛称で親しまれている自立できる土偶「板状立脚土偶」など、考古学上貴重な出土品が見られる資料館。

☎0175-64-9494 JR大湊線野辺地駅・青い森鉄道野辺地駅より徒歩約20分

横浜町

みち えき 道の駅よこはま「菜の花プラザ」



菜の花の加工品、特産品であるホタテや新鮮な朝採れ野菜などを取り扱う。横浜町の菜の花は5月上旬が見頃。

☎0175-78-6687 JR大湊陸奥横浜駅より徒歩約15分

佐井村

はとけがうら 仏ヶ浦



約2kmにわたり白緑色の奇岩が続く海岸。如来の首、五百羅漢、一ツ仏など、仏にちなんだ名が付けられている。遊覧船での観光がおすすめ。

☎0175-38-4515 (佐井村観光協会) ①JR大湊線下北駅より車約135分 ②JR大湊線下北駅よりバス約130分「佐井」下車後、観光船約30分 ③津軽海峡フェリー大間ターミナルより車約60分

大間町

おおまぎき 大間崎



マグロの最高級品「大間まぐろ」の水揚げ地として全国的にその名が知られている本州最北端の地。津軽海峡を挟み、函館市の汐首岬まで17.5km。

☎0175-37-2111 (大間町産業振興課) ①JR大湊線下北駅より車約60分 ②津軽海峡フェリー大間ターミナルより車約10分

のへじ 活き活き常夜燈市場



野辺地で水揚げされた活ホタテや青森県産鮮魚、町特産の朝採れの葉つきこかぶなどが並ぶ。イートインスペースではモニタリングサービス、「北前井」が人気。

☎0175-73-7887 JR大湊線野辺地駅・青い森鉄道野辺地駅より徒歩約30分

六ヶ所村

ろくしじようぞうこうぼう 六趣醸造工房



青森県は日本一の長芋の生産地。栄養分豊富な六ヶ所産の長芋を原料とした、本格長芋焼酎「六趣」はお酒好きなら一度は飲んでみたい美酒。

☎0175-71-3335 JR大湊線野辺地駅・青い森鉄道野辺地駅より車約50分

風間浦村

あおもり せんもんでん 青森ヒバ専門店「わいどの木」



青森ヒバの木工品や建材を豊富に取り揃える専門店。実際に青森ヒバを気軽に手に取ることができて、自然のいい香りに心身ともに癒される。

☎0175-35-2147 JR大湊線下北駅よりバス約90分「易国間」下車徒歩約5分

[上北エリアの宿・温泉]



スパハウスろっかぼっか

☎0175-69-1126 JR大湊線野辺地駅・青い森鉄道野辺地駅より車約40分



亀の井ホテル 青森まかど

☎0175-64-3131 JR大湊線野辺地駅・青い森鉄道野辺地駅よりバス約20分\*無料送迎バスあり

むつ市

やげんけいりゅう 薬研渓流



川のせせらぎと澄んだ空気。マイナスイオンたっぷりの自然広がる癒しスポット。1周約6kmの遊歩道があり、気軽に散策が楽しめる。

☎0175-34-3500 (大畑町観光協会) JR大湊線下北駅より車約50分

むつ市

むつ来さい館



観光案内所と下北ジオパークビジターセンターがある、地域の情報発信基地。「来さい」は下北地方の方言で「お越しください」の意味。

☎0175-33-8191 JR大湊線下北駅より車約10分

むつ市

むつ市観光交流センター「北の防人大湊安渡館・海望館」



「安渡館」は、旧海軍大湊要港部庁舎をイメージした明治・大正期を感じさせる施設。「海望館」は、海拔55mの展望台から陸奥湾が見渡せる。

☎0175-29-3101 (北の防人大湊安渡館) JR大湊線大湊駅よりバス約10分

むつ市ほか

下北ジオパーク



本州最北端の地に佇む白亜の灯台。高さは約33mで、レンガ造りの灯台としては日本一の高さを誇る。灯台は登ることができ、絶景が楽しめる。

☎0175-47-2889 (燈光会 尻屋崎支所) JR大湊線下北駅より車約40分

せんべい手焼き体験 八戸屋



南部鉄器の焼型を使い、オリジナルの手焼きせんべい作りを体験できる。スタッフが丁寧に教えてくれるので、初めての方も安心して楽しめる。

☎0175-22-3324 JR大湊線下北駅より車約10分

ミルク工房ボン・サーブのソフトクリーム



斗南丘牧場の放し飼い牛舎でのびのびと飼育された乳牛から搾乳されたフレッシュなミルクを使用。卵や生クリームを使わず、濃厚な味わいで人気。

☎0175-28-2888 JR大湊線下北駅より車約20分

[下北エリアの宿・温泉]



下風呂温泉 海峡の湯

☎0175-33-2116 JR大湊線下北駅よりバス約70分(下風呂温泉下車すぐ)



むつグランドホテル

☎0175-22-2331 JR大湊線下北駅より車約8分

北の防人大湊ガイドグループ「さきもりガイド」



旧日本海軍の歴史を今に伝える「北の防人大湊」エリア内の施設を歩きながら案内しつつ、ジオパークであるこの地域の自然や暮らしぶりも伝えてくれる。

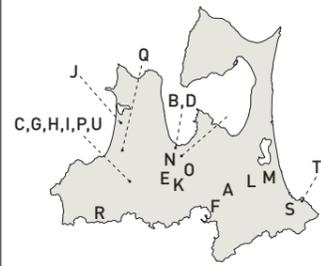
☎0175-29-3101 (北の防人大湊安渡館) JR大湊線大湊駅よりバス約10分

ジオパークは、ジオ(地球・大地)とパーク(公園)を組み合わせた造語。人と自然、大地のつながりを学び、地球をまるごと楽しむ場所。下北ジオパークは、大間崎、仏ヶ浦、尻屋崎などの18のエリアに数十カ所のジオサイトが点在する。

☎0175-22-1111 (下北ジオパーク推進協議会事務局/むつ市ジオパーク推進課内)

# AOMORI PHOTO ALBUM

アートにグルメ、新緑や紅葉の絶景とどこを撮っても絵になる青森県。旅を愛するインスタグラマーが切り撮ったえりすぐりの21シーンがこちら。青森旅の感想とともにご紹介！



## 写真を撮るときに意識するポイント

### 1 バランス

人物と建物のバランスが大切。余計なものを入れないよう構図を作るう！中央に人物を置くと簡単に映え写真に

### 2 色要素は3つ

色情報は少なめが吉。背景が鮮やかな時は白い服、シンプルなときは赤い服などを被写体に着てもらおう◎

### 3 アングル

下からだと空や建物が広く大きく、目線の高さだとシンメトリーに。盛れる角度は上から！意識して変えてみよう！

教えてくれた人 / @maple\_photograph



**A** 青森りんごの専門店。お気に入りの品種を選べるかわいりんごジュースはお土産にぴったり！ #あらりんご #十和田市 @rie\_tabi



**B** ねぶたを1年中見られるスポット。建物自体もすごくかっこよくて、外観の写真をバシバリ #ねぶたの家ワ・ラッセ #青森市 @tinker\_richo



**J** 龍のように伸びる千本鳥居が美しく、まるで異空間に居るようでした！ #高山稲荷神社 #つがる市 @wakako0408



**K** 藩政時代から今に残る風情ある通り。レトロな雰囲気を楽しみながら散歩♪ #中町こみせ通り #黒石市 @lulu\_camera



**L** ずっと行きたかった美術館。体験型や、撮影できる常設作品が多いのも嬉しい！ #十和田市現代美術館 #十和田市 @miunyyaaaan



**C** 1917年に建設された登録有形文化財の洋館で、歴史を感じながらほっとひと息 #スターバックス コーヒー弘前公園前店 #弘前市 @222\_mana



**D** 青森ベイブリッジをバックに三角屋根が並ぶおしゃれなショップ。センスの良い青森土産を買うならここ！ #エーファクトリー #青森市 @azu\_grm



**M** エンターテインメントが詰まったお宿「星野リゾート 青森屋」。祭りを楽しめる「みちのく祭りや」は必見！ #青森屋 #三沢市 @myu\_travelplan



**N** まるで展示のようなカラフルな椅子に座って、シャガールの「アレコ」を眺めます #青森県立美術館 #青森市 @akanekeh



**O** 温泉が湧き出る「底なし沼」。季節や時間帯によって景色が変わり、湯気が立ち込める神秘的な光景 #地獄沼 #青森市 @atsumi\_123



**E** 高で覆われたフォトジェニックな建物の正体は、青森りんごの歴史や研究を学べるスポット！ #りんご史料館 #黒石市 @maple\_photograph



**F** 緑に囲まれてとても癒された時間。辿り着いた十和田湖も、穏やかに素敵だったな #奥入瀬渓流 #十和田市 @murayu\_12



**P** 津軽三味線の生演奏や金魚ねぶたの絵付けなど、たくさん体験ができて楽しい！ #津軽藩ねぶた村 #弘前市 @nonnon\_0727



**Q** 日本一長い木造の三連太鼓橋。木のぬくもりと優しいアーチ型がとても素敵 #鶴の舞橋 #鶴岡市 @emiemi905



**R** 広大なブナ林を散歩。緑が溢れていて、深呼吸すると気持ちいい！ #白神山 #アックアグリペンビレッジ ANMON #西目屋村 @azu\_grm



**G** ミントグリーンの内装と大きくて高い窓が印象的な洋館。青森にはレトロスポットがいっぱい！ #旧弘前市立図書館 #弘前市 @lulu\_camera



**H** 青森といえばアート、そしてりんご。美術館に併設のカフェで、弘前で作られたシールドを飲み比べ♪ #弘前れんが倉庫美術館 #弘前市 @watanabe\_yuko



**I** 入口のアーケードからポスト、時計まで。園内がりんごモチーフ尽くしてかわいすぎる公園♡ #弘前市りんご公園 #弘前市 @ukatip



**S** 「出会いと学びのアートファーム」のコンセプト通り、人々が自由に過ごしているのが印象的 #八戸市美術館 #八戸市 @lulu\_camera



**T** 国の天然記念物に指定されているウミネコの繁殖地。時期によっては一面ウミネコでいっぱい！ #蕨島 #八戸市 @atsumi\_123



**U** 明治時代に建てられた美しい洋館。正面から見たシンメトリーの姿には特にうっとりしました♡ #旧第五十九銀行本店本館 #弘前市 @ume\_ichikawa

おみやげに、旅の思い出に

# アオモリ名品 FILE.

伝統的な技法で作られた民芸品や工芸品、現代的なセンスから生まれる雑貨、おいしいもの、かわいいもの…。青森のモノづくりは、感性を刺激するアイテムばかり。ぜひお気に入りのものを連れ帰って



## AOMORI MASTERPIECE FILE.

01 北洋硝子

津軽びいどろ ちいさな林檎  
りんごインク壺赤／8800円  
りんご ガラスペン／16500円  
弘前市の老舗万年筆専門店「平山萬年堂」とハンドメイドガラスの「津軽びいどろ」がコラボ。ペン先の細さも選べる

04 サンマモルワイナリー

下北ワイン Ryo2020(720g)／2990円  
下北ワイン Kanon2023(720g)／2591円  
Ryoはビノノワールを使った辛口。Kanonはライヒェンシュタイナーを使った甘口。ともにワイナリーを代表する1本

07 BUNACO shop

ブナコのランプ／各30800円  
ブナコとはテープ状にしたブナ材をコイルのように巻き、押し出して成型するという独自の製法でつくる青森の伝統工芸品。リンゴのペンダントランプは2カラー

02 津軽金山焼

りんご小鉢(小)／1210円  
林檎の森 りんご豆皿／990円  
雪国 ほたて豆皿／990円  
薪窯でじっくり焼き上げる「焼き締め」という手法で制作される津軽金山焼も、りんごモチーフだとこんなにかわいい

05 宮本工芸

山ぶどう皮細工のカゴ／130000円  
江戸時代より津軽地方の山麓一帯から採れる良質なあけび蔓や山ぶどう皮の編組品は、現代の暮らしにもよくなじむ

08 八戸南部製織「工房 澄」

南部製織の小物／1000円～  
八戸を代表する伝統工芸「南部製織」の作品は、カラフルな色合いと地機ならではのやわらかな風合いが特徴

03 下川原焼土人形(阿保正志作)

鳩笛／1320円  
津軽藩お抱えの陶器職人がつくったと言われる伝統工芸品の下川原焼の土人形。鳩笛はその代表的な一品として人気

06 御菓子司 甘美堂

べこもち(5枚入り)／1100円  
江戸時代に北前船によって伝わったとされる伝統菓子。うるち米粉ともち米粉に水と砂糖を加えて蒸した素朴な味わいが魅力

09 Felsen Baum フェルゼンバウム

りんごジュース(9本入/9種類)／3680円  
りんごをまるごと絞った100%ストレートジュース。1本にりんご約1個分の果汁が詰まっています。味の違いも楽しい

10 弘前ごぎん刺し研究所

くるみボタン／550円～  
イヤリング／各2200円  
麻の着物しか着用が認められなかった江戸時代の津軽地方の農民の知恵で生まれたごぎん刺しも、モダンにアップデート

15 おかしのオクムラ

こけしのあたまんじゅう(8個入り)／1944円  
阿保正文さんをはじめ津軽のこけし工人さんたちのデザインしたパッケージの中に、黄身餡をもっちり生地で包んだ焼きまんじゅうが

11 上ボシ武内製粉所

金魚ねぶたのりんご羊羹(8個入り)／1404円  
りんごの実の形をした羊羹は、ペースト状にした青森産紅玉りんごを加えて、複雑な味わいを実現。パッケージも〇

16 あおなび

あおもり りんご缶詰(6個入り)／3300円  
青森県産のジュシーなりんごを缶詰にイン。プレーン、ラム酒、紅茶など、6種類のアレンジはどれも絶品です

12 もりやま園

テキカカシードル／660円  
テキカカアップルソーダ／486円  
弘前で100年以上続くりんご園発の、摘果を活用して生み出された世界初のシードル。甘くないので食事との相性は抜群

17 中村醸造元

しょうゆコンブ／270円  
津軽地方では食卓の定番「しょうゆコンブ」。最高級天然昆布を醤油でふんわりやわらかく煮込んでいます

13 モホドリ蒸溜研究所

LOVEVADOS アップルブランデー／3410円  
りんご果実を丸ごと使う特別な製法で、もぎたての果実のような爽やかな香りとすっきりとした味わいのフルーツブランデー

18 FB-TERRACE

箸置き／3190円  
青森県を代表する伝統工芸である「津軽塗」を、現代のライフスタイルにアップデート。弘前の津軽塗職人の技が光る

14 はとや製菓

ソフトりんご(ふじ/箱詰/6袋)／1631円  
生のりんごを1cmでカットし、そのままフリーズドライに。濃密なりんごをいつでもどこでもいただける

## INFORMATION

### 主な観光ガイド

| 観光案内所等                 |  |                |
|------------------------|--|----------------|
| 三内丸山応援隊                | 三内丸山遺跡の解説、「縄文時遊館」の体験工房での学習指導等            | ☎017-766-8282  |
| 青森市観光ボランティアガイド あおもり街てく | 知識の豊富なガイドと一緒に青森駅前をゆっくり散策                 | ☎017-723-4670  |
| 青い森ネイチャーガイド協会          | 八甲田ロープウェイ・山頂ゴードライン周辺のガイド                 | ☎080-3338-1585 |
| 今別町観光応援隊               | 今別町内の寺社や太宰治ゆかりの建物、昭和の面影が残る町並等を案内         | ☎0174-35-3005  |
| 十和田湖自然ガイドクラブ（事務局：吉崎方）  | 十和田湖や奥入瀬渓流の美しい自然や隠れた歴史を案内（4月下旬～11月上旬まで）  | ☎090-5181-7658 |
| 十和田奥入瀬つくり大学            | 奥入瀬渓流や萬の森を十和田奥入瀬認定ガイドが案内（4月～11月）         | ☎0176-72-2780  |
| 十和田湖・奥入瀬 GUIDEの会       | 十和田湖渓流石ヶ戸～子ノ口、高沼周辺の案内（4月下旬～11月上旬頃）       | ☎0176-51-6597  |
| 十和田湖の案内人 遊部屋十和田        | 十和田湖・奥入瀬渓流とその関連地域を案内                     | ☎080-1817-0310 |
| 七戸町文化ガイドの会             | 七戸町内の史跡・名所・施設を案内                         | ☎0176-62-2137  |
| 二ツ森貝塚ボランティアガイドの会       | 史跡二ツ森貝塚及び二ツ森貝塚館を案内                       | ☎0176-68-2612  |
| 弘前観光ボランティアガイドの会        | 弘前城の案内や弘前市内の寺町を巡るコース等を案内                 | ☎0172-35-3131  |
| 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  |
| 平川市観光ガイド               | 盛美園や猿賀神社等、平川市内の名所や史跡を案内                  | ☎0172-40-2231  |
| 西目屋村観光ガイド会             | ブナ林散策道・暗門渓谷ルート・高倉森登山道をメインに各コースを案内        | ☎0172-85-3021  |
| 安藤の樂応援隊                | 十三湊を拠点に交易で隆盛を極めた日之本将軍安室安藤氏の史跡を巡る（4月～10月） | ☎0173-62-3566  |
| 津軽半島観光アテンド推進協議会        | 津軽半島の観光施設やお食事処を津軽弁で案内                    | ☎0173-26-7520  |
| OH!! 鯉元隊               | 温泉文化に育まれた大駒町の温泉街を案内                      | ☎0172-49-1126  |
| つがる縄文遺跡案内人             | 亀ヶ岡石器時代遺跡・田小屋野貝塚を案内（4月下旬～11月）            | ☎0173-49-1194  |
| 八戸根城史跡ボランティアガイドグループ    | 南北朝時代、北奥羽の中心であった「根城」。復原建物や史跡を案内          | ☎0178-24-9114  |
| 縄文荒川ボランティア             | 是川縄文館の展示解説・体験学習の指導                       | ☎0178-38-9511  |
| OUTDOORBOX RIVERRUNS   | 馬淵川、小川原湖、蕨島、白浜等で SUP & カヤック体験            | ☎0178-20-0234  |
| 八戸さんぽマスター              | 地元ガイドが八戸の横丁や朝市、陸奥湊駅周辺、蕨島、種差海岸を楽しむ案内      | ☎080-1808-2138 |
| 市民ガイドハウス協会             | 八戸えんぶり、三社大祭を中心に案内。街歩きガイドも実施              | ☎0178-45-5571  |
| AC プロモート               | 八戸の街の究極の遊び方、大自然の中のレッキング等を案内              | ☎0178-38-8420  |
| ACTY                   | 種差海岸インフォメーションセンターにて地域情報の案内               | ☎0178-38-8455  |
| 日本の菜の花サポーター            | 菜の花畑や横浜町全域を案内（5月の菜の花開花期間中）               | ☎0175-78-2111  |
| 下北を知る会                 | 下北半島の歴史や文化、斗南運ゆかりの史跡等を街歩きで案内             | ☎090-9742-6476 |
| 北の防人大湊ガイドグループ          | 重要文化財、大湊と海軍の歴史、周辺の自然等を案内（4月中旬～11月）       | ☎0175-29-3101  |
| 下北ジオパークガイドの会           | 下北ジオパークの魅力を案内                            | ☎0175-31-1270  |
| くるくる佐井村                | 本州最北端の村の歴史や暮らしを感じる体験ツアー                  | ☎0175-33-0014  |
| 三戸町観光ガイドツアー            | 三戸町の魅力的な見どころ、四季折々のイベントや祭り等を案内            | ☎0179-22-0777  |

※ガイドの申込みについて、/ 通年であっても、基本的に年末年始を除きます。ガイドを依頼する場合は、余裕をもってお申込みください。詳細や予約・申込みは各団体に事前にご確認ください。

### バス

| 路線バス／青森・八戸～十和田湖   |              |                      |
|---|--------------|----------------------|
| 便名／コース  | 運行期間         | 料金(円)                |
| <b>みずうみ号（青森～十和田湖）</b> ／青森駅～酸ヶ湯温泉～奥入瀬渓流温泉～奥入瀬渓流館～十和田湖                            | 4月13日～11月上旬頃 | 大人 3,480<br>小人 1,740 |
| <b>おいらせ号（八戸～十和田湖）</b> ／八戸駅～十和田市まちなか交通広場～十和田市現代美術館～奥入瀬ろまんパーク～奥入瀬渓流温泉～奥入瀬渓流館～十和田湖 |              | 大人 3,050<br>小人 1,530 |
| ☎0570-000-448（JRバス東北お問合せ窓口）   |              |                      |

| 弘前⇄奥入瀬・十和田観光バス  |                    |                      |
|---|--------------------|----------------------|
| 便名／コース  | 運行期間               | 料金(円)                |
| <b>つがるコース（弘前発）</b> ／弘前バスターミナル～黒石市・田舎館村～奥入瀬渓流館～奥入瀬渓流～十和田湖畔 休屋                                  | 4月13日～11月4日の土・日・祝日 | 片道 4,000<br>往復 6,500 |
| <b>トキコース（弘前発）</b> ／弘前バスターミナル～黒石市・田舎館村～城ヶ倉大橋～奥入瀬渓流館～十和田市現代美術館                                  |                    |                      |
| <b>ジョナゴールドコース（十和田発）</b> ／十和田湖畔子ノ口・小坂町～道の駅いかりがせき～弘前バスターミナル                                     |                    |                      |
| <b>ふじコース（十和田発）</b> ／十和田市現代美術館～奥入瀬渓流館～奥入瀬渓流～弘前バスターミナル  |                    |                      |
| ☎0172-38-2255（弘南バス）<br>※立ち寄りスポットなどコースの詳細はウェブサイトをご覧ください<br>https://www.hirosaki-towadabus.com/ |                    |                      |

### フェリー・定期船・遊覧船

| 便名  | 運航期間  | 問い合わせ  |
|---|---|--|
| フェリー「かもしき」／1時間<br>津軽半島・蟹田～下北半島・脇野沢                          | 4月20日～11月5日（1日2往復）  | むつ湾フェリー☎0174-22-3020   |
| 津軽海峡フェリー<br>室蘭～青森／7時間<br>函館～青森／3時間 35分～45分<br>函館～大間／1時間 30分 | 室蘭～青森は1日1往復、函館～青森は1日6往復、函館～大間は1日2往復<br>※船舶法定検査等のため運休する場合があります<br>※時期により料金・ダイヤ変更あり<br>※詳細は各ターミナルまでお問い合わせください | 室蘭フェリーターミナル ☎0143-83-4080<br>函館フェリーターミナル ☎0138-43-4545<br>青森フェリーターミナル ☎017-766-4733<br>大間フェリーターミナル ☎0175-37-3111 |
| 青函フェリー／3時間 50分～4時間<br>函館～青森                                 | 通年（1日8往復）   | 青森ターミナル ☎017-782-3671<br>函館ターミナル ☎0138-42-5561   |
| シルバーフェリー<br>八戸～苫小牧／7時間 15分～8時間 30分                          | 通年（1日4往復）   | 予約センター ☎0120-539-468<br>八戸ターミナル ☎050-3821-1478<br>苫小牧ターミナル ☎050-3821-1490  |

### 観光案内

| 観光案内所等                     |                             |               |               |
|----------------------------|-----------------------------|---------------|---------------|
| 青森市観光交流情報センター（青森駅東口）       | あおもり観光情報センター（新青森駅）          | ☎017-723-4670 | ☎017-752-6311 |
| 青森空港インフォメーションセンター          | 弘前市観光案内所（弘前駅）               | ☎017-739-2007 | ☎0172-26-3600 |
| 弘前市立観光館                    | 弘前市まちなか情報センター               | ☎0172-37-5501 | ☎0172-31-5160 |
| はちのへ観光案内所                  | 八戸ポータルミュージアムはっち             | ☎0178-27-4243 | ☎0178-22-8228 |
| 黒石観光案内所                    | 五所川原市観光案内所（五所川原駅舎内）         | ☎0172-88-8815 | ☎0173-38-1515 |
| 十和田奥入瀬観光機構                 | 奥入瀬渓流館                      | ☎0176-74-1233 | ☎0176-75-1531 |
| 十和田湖観光交流センター「ぶらっと」         | 三沢市観光案内所                    | ☎0176-75-1531 | ☎0176-27-0337 |
| 三沢市観光案内所                   | むつ葉さい館                      | ☎0176-27-0337 | ☎0175-33-8191 |
| 下北観光センター                   | 下北観光交流センター                  | ☎0172-85-3315 | ☎0176-34-9095 |
| 七戸町観光交流センター                | 道の駅津軽白神インフォメーションセンター        | ☎0176-51-6100 | ☎0172-85-3021 |
| 道の駅津軽白神インフォメーションセンター       | アックグリーンビレッジ ANMON           | ☎0172-85-3021 | ☎0173-82-0875 |
| 深浦町総合観光案内所                 | 鯉ヶ沢町観光案内所                   | ☎0173-72-7000 | ☎0173-23-5539 |
| つがる市観光物産協会                 | 龍飛岬観光案内所「龍飛館」               | ☎0173-23-5539 | ☎0174-31-8025 |
| 龍飛岬観光案内所「龍飛館」              | 青森県東京観光案内所                  | ☎0174-31-8025 | ☎03-5276-1788 |
| 青森県東京観光案内所                 | 青森県東車事務所（流通観光課）             | ☎03-5212-9113 | ☎06-6341-2184 |
| 青森県大阪情報センター（北東北三県大阪合同事務所）  | 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） | ☎06-6341-2184 | ☎052-252-2412 |
| 青森県名古屋情報センター（北東北三県福岡合同事務所） | 青森県観光国際交流機構                 | ☎092-736-1129 | ☎017-722-5080 |
| 青森県観光国際交流機構                | JR 東日本 駅たびコンシェルジュ青森         | ☎017-722-5080 | ☎017-722-6679 |

| 宿泊                 |                              |
|--------------------|------------------------------|
|                    | <b>ホテル・旅館・民宿</b>             |
| 全国旅館ホテル生活衛生同業組合連合会 | zenryoren.jp/                |
| 青森県旅館ホテル生活衛生同業組合   | ☎017-777-3411<br>aoyado.com/ |
| 青森県民宿連合会           | acminren.jp/                 |
| 湊虫温泉旅館組合           | ☎017-752-3259                |

| レンタカー                |               |
|----------------------|---------------|
| 青森県レンタカー協会           | ☎017-739-0560 |
| トヨタレンタリース青森          | ☎0077-78-0100 |
| JR 東日本レンタリース         | jrerl.co.jp/  |
| 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       |
| 青森空港有料道路 青森市街～青森市浪岡  | ☎017-777-7331 |
| 第二みちのく有料道路 六戸町～おいらせ町 |               |
| 津軽岩木スカイライン           | 岩木スカイライン      |
| 羽黒温泉～岩木山八合目          | ☎0172-83-2314 |
| NEXCO 東日本            | ☎0570-024-024 |

| ロープウェイ    |               |
|-----------|---------------|
| 八甲田ロープウェイ | ☎017-738-0343 |

### タクシー

| 「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)  |  |
| <b>市内2時間コース（新青森駅・青森駅・市内中心部発）</b><br>Aコース／発～昭和太夫青龍寺～八甲田雪中行軍～市内中心部<br>Bコース／発～県立美術館～近代文学館～市内中心部   | 12,000 |  |
| <b>市内3時間コース（新青森駅・青森駅・市内中心部または青森空港発）</b><br>Aコース／発～八甲田ロープウェイ～董野茶屋～市内中心部<br>Bコース／発～三内丸山遺跡～小牧野遺跡～縄文学び舎・小牧野館～市内中心部<br>Cコース／発～三内丸山遺跡～昭和太夫～市内中心部   | 18,000 |  |
| <b>5時間コース（新青森駅・青森駅・市内中心部または青森空港発）</b><br>八甲田コース、発～八甲田（董野高原・ロープウェイ・城ヶ倉大橋・酸ヶ湯温泉・すいれん沼）～代田平（雪中行軍遺跡記念像）～八甲田山雪中行軍遺跡資料館～市内中心部<br>弘前コース、発～弘前（弘前城・藤田記念庭園・最勝院・榊林三十三ヶ寺・長勝寺・明治の西洋建築）～アップルヒル～市内中心部<br>五所川原コース／発～立佞武多の館～鶴の舞橋～アップルヒル～市内中心部 | 30,000 |  |

☎017-781-4015、FAX.017-783-3011（青森市タクシー協会）  
※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。拝観・入館料、有料道路は別料金となります  
※観光コースは、周遊コースが原則です。※料金は普通車タクシーの運賃です  
※このモデルコースと料金は令和6年3月31日で終了となります。4月1日以降の新しいコースと料金は青森市タクシー協会ホームページをご確認ください

| 「認定乗務員」がご案内／弘前市観光ガイドタクシー  |        |           |
|---|--------|-----------|
| コース   | 所要時間   | 料金(円) 普通車 |
| ① <b>弘前市内観光コース</b> ／りんご公園や長勝寺、津軽藩ねぶた村 他   | 3時間    | 19,200    |
| ② <b>岩木山コース</b> ／岩木山神社や高照神社、岩木山山頂観（弘前麓）   | 3時間30分 | 22,400    |
| ③ <b>白神山コース</b> ／ビジターセンターや暗門の滝（散策）、白神ライン（弘前麓）   | 9時間    | 57,600    |
| ※お問合せ先は電話照会の窓口です。別途、タクシー会社に予約が必要となります<br>※料金改訂の予定がありますので予めご了承ください。 ☎0172-27-7778（弘前市ハイヤー協会） |        |           |

| 青森空港・三沢空港発着予約型乗合タクシー  |       |  |
|---|-------|--|
| ① 青森空港⇄三内丸山遺跡（2,200円）・新青森駅（2,600円）  | ----- |  |
| ② 青森空港⇄五所川原駅・立佞武多の館（5,000円）   | ----- |  |
| ③ 青森空港⇄弘前駅（5,000円）・弘前公園（5,400円）   | ----- |  |
| ④ 三沢空港⇄八食センター（4,200円）・八戸駅（4,800円）   | ----- |  |
| ※利用日の前日17:00までに要予約。運行時刻や予約方法は以下URLから<br>https://www.hokuseikotsu.co.jp/airport-shared/<br>☎0172-88-7757（北星交通内） 運行主体：一般社団法人青森県タクシー協会 |       |  |

### おトクなフリーパス

| 津軽フリーパス（デジタルフリーパス）  |   |
|---|---|
| フリーエリア内の列車とバスが2日間乗り降り自由！  |   |
| ●利用交通機関／フリーエリア内のJR 東日本、弘南鉄道、津軽鉄道（津軽五所川原駅～金木駅）の普通列車（快速含む）の普通車自由席と弘南バスの指定区間（路線バス）が乗り降り自由  |   |
| ●発売箇所／TOHOKU MaaS 専用ウェブサイト上で発売<br>※みどりの窓口、指定席券売機、旅行会社等では発売しません<br>発売期間／2024年4月1日～2025年3月30日（有効期間／2日間）<br>利用期間／2024年4月1日～2025年3月31日<br>おとな2,460円、こども1,230円<br>※こども料金は小学生のお子様を対象となります |   |
| ※ご利用には無料の会員登録が必要です<br>※フリーエリア内であっても、ご利用できないバス路線があります<br>詳しくは「TOHOKU MaaS」のウェブサイトをご覧ください   |  |
| 弘南鉄道弘南線企画切符 わのバス WanoPass   |   |
| 弘南鉄道弘南線（弘前～黒石）一日乗車券に、沿線にある「盛美園（平川市）の入場券」と「鳴海醸造店（黒石市）でのお猪口1個プレゼント」がセットになった、おトクな切符です  |   |
| ●利用交通機関／弘南鉄道弘南線（弘前駅～黒石駅）<br>●発売箇所／弘南線有人駅（弘前、弘南東高前・平賀・津軽尾上・黒石）<br>発売期間／2024年4月1日～2025年3月31日まで<br>※盛美園・鳴海醸造店の休業日をご確認の上ご利用ください<br>おとな1,100円、こども500円<br>☎0172-44-3126（弘南鉄道株式会社）         |  |

| 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) 普通車／ジャンボ |
| <b>八戸市 Aコース</b> ／歴史と史跡めぐり  | 2時間  | 10,000/13,000  |
| <b>八戸市 Bコース</b> ／蕨島と種差海岸めぐり  | 2時間  | 10,000/13,000  |
| <b>八戸市 Cコース</b> ／歴史・史跡と八戸食彩めぐり   | 3時間  | 13,000/17,000  |
| <b>八戸市 Dコース</b> ／蕨島・種差海岸と八戸八食センターめぐり   | 3時間  | 13,000/17,000  |
| <b>十和田湖片道コース</b> ／奥入瀬渓流と神のカルデラ湖めぐり（十和田湖畔のホテル着）   | 5時間  | 29,000/42,000  |
| <b>十和田湖往復コース</b> ／奥入瀬渓流と神秘のカルデラ湖めぐり  | 8時間  | 46,000/68,000  |
| ※施設利用料金・観光船料金・昼食料金等は含まれません<br>※全コース、普通車・ジャンボタクシーの料金設定です。他に大型・特大大型車があります<br>☎0178-24-3335、FAX.0178-44-3529（八戸市タクシー協会／三八五交通（株）内） |      |                |

| 観光タクシー（下北地方／むつ市発）   |        |                |
|---|--------|----------------|
| コース   | 所要時間   | 料金(円) 普通車／ジャンボ |
| <b>恐山コース</b> ／むつ～恐山～釜臥山（展望台）～むつ   | 2時間30分 | 14,700円（4名まで）  |
| <b>尻屋崎・寒山馬コース</b> ／むつ～尻屋崎～むつ  | 3時間    | 17,640円（4名まで）  |
| <b>大間・仏ヶ浦コース</b> ／むつ～恐山～葉研温泉～下風呂～大間崎～佐井・仏ヶ浦遊覧～むつ  | 7時間30分 | 44,100円（4名まで）  |
| <b>脇野沢～仏ヶ浦コース</b> ／むつ～脇野沢野嶺公園～仏ヶ浦～佐井～大間崎～恐山～むつ  | 7時間30分 | 44,100円（4名まで）  |
| ※料金は概算となります。 ※料金改定の予定がありますので予めご了承ください<br>※施設利用料・観光船料金・昼食料金等は含まれません<br>※恐山は11月上旬～4月下旬まで入山できません<br>☎0175-22-0401（むつ市タクシー協会／平日 8:30～15:30） |        |                |

| 予約制乗合タクシー   |  |  |
|---|--|--|
| JR 北海道新幹線奥津軽いまべつ駅と津軽鉄道中里駅を結ぶ予約制乗合タクシー<br>600～2,400円（大人）※乗車区間により異なる<br>☎0174-31-0205（道の駅いまべつ「半島プラザアスクル」／乗合タクシー専用ダイヤル）※前日 17:00 まで要予約 |  |  |
| 乗合タクシー  |  |  |
| ① はやき便（新青森⇄弘前市内）4,500円～（片道・お一人様あたり） ※要予約（WEB可）  |  |  |
| ② 青空便（青森空港⇄弘前市内）3,500円～（片道・お一人様あたり） ※要予約（WEB可）  |  |  |
| ☎0172-33-3333（北星交通）   |  |  |

### 予約制乗合タクシー

JR 北海道新幹線奥津軽いまべつ駅と津軽鉄道中里駅を結ぶ予約制乗合タクシー  
600～2,400円（大人）※乗車区間により異なる  
☎0174-31-0205（道の駅いまべつ「半島プラザアスクル」／乗合タクシー専用ダイヤル）※前日 17:00 まで要予約

### 乗合タクシー

① はやき便（新青森⇄弘前市内）4,500円～（片道・お一人様あたり） ※要予約（WEB可）  
② 青空便（青森空港⇄弘前市内）3,500円～（片道・お一人様あたり） ※要予約（WEB可）  
☎0172-33-3333（北星交通）

### あおもりホリデーバス

| あおもりホリデーバス   |   |
|--|---|
| 士・日・祝日、1日乗り放題！ デジタル版も発売中！  |   |
| ●主な効力／フリーエリア内の普通列車（快速含む）普通車自由席が乗り降り自由  |   |
| ●発売箇所／フリーエリア内のJR 東日本みどりの窓口または指定席券売機、駅たびコンシェルジュ及び主な旅行会社へ  |   |
| ●指定席券発機設置駅はこちら／本八戸駅・八戸駅・青森駅・新青森駅・弘前駅・五所川原駅   |   |
| 発売期間／通年 ※ご利用日の1カ月前からお求めになれます<br>有効期間／1日間<br>利用期間／土・日・祝日（8月1日～7日は除く）と特定期間（4月29日～5月5日、7月20日～31日、8月8日～31日、12月23日～1月7日）<br>おとな2,520円、こども1,260円 |   |
| 詳しくはホームページをご覧ください。デジタル版あおもりホリデーバスは、スマートフォンから購入できます。詳しくは「TOHOKU MaaS」で検索  |  |

| 青い森ワンデーバス  |   |
|--|---|
| 士・日・祝日とゴールデンウィーク・夏休み・年末年始を中心とした特定期間は、青い森鉄道の普通・快速列車の自由席が1日乗り降り自由  |   |
| ●フリーエリア／青い森鉄道全線  |   |
| ●主な効力／青い森鉄道の駅の自由席券売機（当日券のみ）や窓口、セブン・イレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップの端末設置店<br>有効期間／1日間<br>利用期間／土・日・祝日（8月1日～7日は除く）と特定期間（4月29日～5月5日、7月20日～31日、8月8日～31日、12月23日～1月7日）<br>おとな2,100円、高校生・中学生1,530円（要学生証携帯）、こども1,050円<br>☎017-752-0330（青い森鉄道）<br>【受付時間 平日（月～金）9:00～17:30まで ※祝日、年末年始を除く】<br>その他、おトクなきっぷの情報は、青い森鉄道ウェブサイトをご覧ください |  |



# 青森県へのアクセス

- JR**
  - JR 東日本お問い合わせセンター  
【列車時刻、運賃・料金、空席情報】(ご案内時間) 6:00～24:00 ☎ 050-2016-1600  
【英語・中国語・韓国語でのお問い合わせ】(ご案内時間) 10:00～18:00 (年末年始を除く) JR East InfoLine ☎ 050-2016-1603
  - JR 北海道電話案内センター  
【列車時刻、運賃・料金、空席情報】(ご案内時間) 6:30～22:00 ☎ 011-222-7111



※列車の情報は2024年5月1日現在のものです  
※所要時間の目安を記載しています。ご利用される列車や日によって、目的地までの所要時間が変わる場合がありますので、ご旅行の際は予め駅窓口にてお尋ねいただくか、最新の時刻表をご確認ください

## 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)  
※リゾートしらかみの運転日など詳しい情報はJR東日本「のってたのしい列車ポータル」ウェブサイトをご覧ください  
※運転日・時刻・区間は変更になる場合がございます  
最新の情報並びに運転日につきましては、最新の時刻表をご覧ください。駅係員にお問い合わせください  
※全車指定席(禁煙)です。事前に指定席券をお求めください

## 民営鉄道

- 津軽鉄道 (津軽五所川原～津軽中里) ☎ 0173-34-2148
- 弘前鉄道 (弘前～黒石/中央弘前～大鰐) ☎ 0172-44-3136
- 青い森鉄道 (青森～目黒) ☎ 017-752-0330 (平日 9:00～17:30)

## 航空

- JAL 国内線予約・案内 www.jal.co.jp/
  - FDA コールセンター ☎ 0570-55-0489
  - ANA 国内線予約・案内センター ☎ 0570-029-222
  - 大韓航空 ☎ 0570-05-2001・☎ 06-6648-8201
  - エバー航空 ☎ 03-4212-3806
- ※2024年10月29日運行再開

|         |            |
|---------|------------|
| 東京(羽田)  | 1時間15分～20分 |
| 大阪(伊丹)  | 1時間25分～40分 |
| 札幌(新千歳) | 45分～55分    |
| 名古屋(小牧) | 1時間20分～30分 |
| 神戸      | 1時間40分～50分 |
| ソウル     | 2時間20分～35分 |
| 台北※     | 3時間30分～40分 |

|        |            |
|--------|------------|
| 東京(羽田) | 1時間20分～30分 |
| 大阪(伊丹) | 1時間30分～45分 |
| 札幌(丘珠) | 55分～1時間    |



※2022年8月の大雨の影響で運休となっている津軽線(蟹田～三厩駅間)は、バスによる代行輸送及び乗合タクシー「わんタクフリー便」[わんタク定時便]への振替輸送を実施しております

掲載した道路は、工事や未舗装等により、悪路もあります。車で旅行する際は、事前に交通地図等で、道路状況をご確認ください。※この地図・路線図は2024年5月1日現在の情報です ※一部路線の駅名および高速・有料道路のICを省略しており、主な駅名・ICのみ記載しております ※道路・鉄路については、災害等の影響により一部不通となっている場合があります。事前に交通事業者のウェブサイトなどでご確認ください

# この街をもっと楽しむ アオモリEVENT CALENDAR



(一財) VISITはちのへ

## 八戸市 八戸えんぶり

### 2月中旬

国の重要無形民俗文化財に指定された豊作を祈願する郷土芸能。豪商の旧家「更上閣」で行われるお庭えんぶりは必見

八戸市中心街、八戸市庁前市民広場等 開催時間/会場により異なる ☎0178-70-1110  
八戸地方えんぶり保存振興事務局/一般財団法人VISITはちのへ内 アクセス/JR八戸線本八戸駅より徒歩約10分

## 十和田市 十和田湖冬物語

### 2月上旬～中旬



© 十和田湖冬物語実行委員会

十和田湖畔を舞台に行われるイベント。花火の打ち上げや「奥入瀬渓流水瀑ツアー」といった関連コンテンツなど楽しみがたくさん

十和田湖畔休屋 ☎0176-75-1531 (十和田湖観光交流センター「ぷらっと」) アクセス/JR東北新幹線七戸十和田駅より車で約1時間30分

## 五所川原市 奥津軽虫と火まつり

### 毎年6月



稲を病害虫から守るための慣習「虫送り」が元となったイベント。藁と木で作られた「虫」が、五穀豊穡や天下泰平を祈って炎で天に送られる

開催場所 岩木川河川敷公園北斗グラウンド内 ☎0173-35-4049 (公益社団法人五所川原青年会議所) アクセス/JR五能線五所川原駅出口より徒歩約12分



## 弘前市 弘前さくらまつり

### 4月中旬～5月上旬

ソメイヨシノを中心に、しだれ桜、八重桜など、52種、約2,600本の桜が弘前公園内に咲き誇る様子は圧巻

弘前公園 ☎0172-35-5501 (弘前市立観光館) アクセス/JR奥羽本線弘前駅よりバスで約15分

## 大間町 大間町天妃様行列

### 毎年7月



大間稲荷神社に祀られている台湾の海上守護の女神「媽祖(日本名:天妃)」が町を練り歩く祭事。異国情緒あふれる行列は一見の価値あり

大間町 稲荷神社 開催時期/毎年7月(海の日) ☎0175-37-2233(大間町観光協会) アクセス/JR下北駅よりバスで約1時間30分

## 青森市 CHRISTMAS MARKET in アスパム

### 12月中旬～下旬



高さ約10mのメインツリーに、約2万球のled電球とりんごのオーナメントが飾られる。雪と光の青森らしいクリスマスを楽しんで

青森県観光物産館アスパム 西側特設会場及び館内 ☎017-735-5311(青森県観光物産館アスパム) アクセス/青森駅東口より徒歩で約8分

## 三沢市 航空自衛隊 三沢基地航空祭

### 9月上旬



アメリカ空軍と共同利用している基地を一般開放。航空機や装備品の地上展示に加え、航空ショーは迫力満点

航空自衛隊 三沢基地 開催時間/一般開放/8:00～15:00 (例年) ☎0176-53-4121(航空自衛隊 三沢基地) アクセス/青い森鉄道三沢駅よりバスで約15分、徒歩約45分

## 弘前市 弘前城 菊と紅葉まつり

### 11月上旬



秋の弘前城を染める紅葉と菊のコラボレーションイベント。中濠観光舟のほか、フラワーアートやライトアップも楽しめる

弘前公園(メイン会場:弘前城植木園) ☎0172-37-5501(弘前市立観光館) アクセス/JR奥羽本線弘前駅よりバスで約15分

絶景を満喫!

JOYFUL TRAIN

# リゾート列車で旅する東北

八戸線

TOHOKU EMOTION

## 列車全体がレストラン空間の東北レストラン鉄道

TOHOKU EMOTIONは、車窓に広がる三陸の海を眺めながらゆっくりとお食事を楽しんでいただける「東北レストラン鉄道」です。東北の食材を使ったオリジナルメニューや、東北各地の伝統工芸をモチーフとしたインテリアなど、味覚だけでなく視覚も刺激してくれます。受け継がれてきた美食と絶景を、心ゆくまでご堪能ください。



TOHOKU EMOTION

### ■ Lunch Course

／往路区間(八戸駅⇒久慈駅)

- 前菜
- メインディッシュ
- 食事
- デザート
- お飲み物／ビール、白ワイン、赤ワイン、八戸の地酒、ソフトドリンク、コーヒー&紅茶などをお好きなだけ



前菜



メインディッシュ



食事



デザート

### ■ Dessert & Afternoon Tea

／復路区間(久慈駅⇒八戸駅)

- デザートのアソートプレート
- デザートbuffet
- オードブル
- ※デザートbuffetとオードブルはbuffetスタイルでご提供いたします
- お飲み物／ソフトドリンク、コーヒー&紅茶、ハーブティーなどをお好きなだけ
- ※アルコールのご提供もごさいます



デザートのアソートプレート

申込先

こちらの二次元コードより、「のってたのしい列車」予約サイトにアクセスして旅行商品をお申し込みください。



※料理の写真は2024年7月～9月分のイメージです。予告なく変更になる場合がございます  
※「TOHOKU EMOTION」は旅行商品となり、事前予約が必要です。  
出発日など詳しい情報はJR東日本「のってたのしい列車ポータル」ホームページをご覧ください



リゾートしらかみ「樺」編成

※列車の運行状況など詳しい情報はJR東日本「のってたのしい列車ポータル」ホームページをご覧ください

五能線

## リゾートしらかみ

### 白神山地の山々と日本海が車窓に広がる

世界自然遺産の白神山地の麓、風光明媚な日本海沿いの五能線を走る「リゾートしらかみ」。「青池」「樺」「くまげら」の3編成が運行されており、開放感ある車内から、雄大な白神山地や夕陽が沈む日本海など、美しい風景をのぞめます。「樺」編成の内装にはシンボルツリーの樺をはじめ、秋田産の杉、青森ヒバなど沿線の木材をふんだんに使っており、大自然を感じながらの旅を楽しめます。

「五能線の旅」Facebook



Facebookの公式アカウントを通じて地元発の“とれたて”の情報をお届けします！ぜひフォローや投稿内容のシェアをお願いいたします！



詳しくはこちら▶

## 駅たびコンシェルジュ JR EAST TRAVEL SERVICE CENTER

JR東日本の駅にある観光情報発信や各種旅行相談を行う拠点です。対面で相談できるから安心。旅先で現地ならではの観光情報の収集にご利用ください。旅前のご準備にも！

対面だから安心

ていねいにご案内



### 主なサービス

- 東日本エリアの観光情報のご案内
- 大人の休日倶楽部に関する各種ご案内
- Web商品のオンライン予約のサポート
- 訪日旅行者、外国籍のお客さまのご案内
- 各種イベントやセミナーの開催など

お近くの店舗はこちらから検索



※2022年8月の大雨の影響で運休となっている津軽線(蟹田駅～三陸駅間)は、バスによる代行輸送及び乗合タクシー「わんたくフリー便」[わんたく定時便]への振替輸送を実施しております

※地図は略図です