

MISAWA GUIDE

TAKE
FREE

ご自由に
お持ち帰り下さい

三沢市公式観光ガイドブック

来て!みさわ

2018

体験・発見・ふれあい



三沢市観光協会 検索

Experience
Discovery
Contact



Kite!
Misawa

三沢市って こんなところ

三沢市は東西約11km、南北約25km、面積119.87km²の平坦地で、世界的に重要な湿地としてラムサール条約に登録された「仏沼」を始めとする豊かな自然に恵まれています。

古くから馬産地として栄えた南部藩にあって三沢地域は江戸時代に藩政牧場最大の「木崎の牧」がありました。太平洋戦争後は旧日本海軍三沢航空基地が米軍基地となり、三沢市は大きく変貌しました。

現在は、全国有数の航空施設がある「大空のまち」として、約4万人の人口に加え約8千人の米国人、軍属及びその家族が暮らし、異国情緒漂う国際都市として発展しているほか、豊かな自然に育まれた日本一のごぼうや「赤とんぼ」の通称で知られる「三沢臭いか」など旬の食材も豊富です。



遊

豊かな自然の中でのびのび楽しむ

キャンプやカヤック、歩くスキーなどのアクティビティを自然豊かな環境でのびのびと楽しむことができます。

あそび



三沢は最も日米関係が良好な街

文

米軍基地が所在する世界の街の中で、三沢は最も基地との関係が良好な街。その三沢ならではのイベントや国際交流、食などを楽しむことができます。

ぶんか

泉

三沢市内12ヶ所に温泉がある温泉天国なのです。温泉ごとに様々な特徴があるので、温泉めぐりを楽しんでみてはいかが？



12ヶ所も温泉がある温泉天国

食



好漁場と良質な野菜を育む気候

三沢沖は、親潮と黒潮がぶつかり合う好漁場。また、やませ(偏東風)が吹き付ける冷涼な気候や火山灰質のやわらかな台地が「日本一のごぼう」をはじめとする良質な野菜を育てています。

目次	
交通アクセス	P02
三沢市ってこんなところ	P03
青森県立三沢航空科学館	P04
寺山修司記念館	P06
小川原湖畔周辺	P08
道の駅みさわ斗南藩記念観光村	P10
仏沼	P11
スカイプラザミサワ	P12
ショッピングガイド	P13
おみやげセレクション	P14
クローズアップ三沢ラーメン店	P16
アメリカンバー	P17
バラ焼・BBQ	P18
チーズロール・バイカ	P19
飲食店	P20~P24
農産物・地産地消推進	P25
地域ブランド「三沢臭いか」・海産物	P26
ご当地グルメ「三沢ほっき丼」	P27
三沢の公衆浴場は全て天然温泉	P28
宿泊施設	P29
三沢市のイベントガイド	P30
みさわマップ(市街地・広域)	P32
インデックス	P33
みさわマップ(拡大)	P34
インデックス	P35

然

ラムサール条約に登録された「仏沼」は多種多様な生き物たちの宝庫です。特に国際自然保護連合や環境省により絶滅危惧種に指定されているオオセッカの世界最大の繁殖地となっています。



幻の鳥オオセッカの最大の繁殖地

青森県三沢市観光大使

任期:平成29年4月1日~平成32年3月31日

横綱審議委員会委員長
きたむら まさとむ

北村 正任氏

テラヤマ・ワールド代表
ささめ ひろゆき

笹目 浩之氏

総合格闘家
こひるい まさ たかゆき

小比類巻 貴之氏

プロ野球解説者
おおた こしじ

太田 幸司氏

コミュニケーションディレクター
もりもと ちえ

森本 千絵氏

三代目 J Soul Brothers
エリ

ELLY氏



飛行機をご利用の場合

東京(羽田)	1時間15~20分	JAL	三沢空港
大阪(伊丹)	1時間35~45分	JAL	
札幌(丘珠)	1時間	JAL	

※ただし、便数路線が変更になる場合があります。フライト情報をご確認ください。

■三沢空港ターミナル(株)
TEL/三沢学下夕沢83-198 misawa-airport.co.jp

■フライト情報
TEL/JAL 国内線予約・案内 ☎/0570-025-071 ☎/03-5460-0522

■三沢空港連絡バス
三沢空港を発着する定期便に合わせて、八戸市と三沢空港を結ぶバスです。途中、三沢市役所、三沢駅を経由します。
TEL/十和田観光電鉄八戸営業所 ☎/0178-43-4520

■乗合タクシー
三沢空港⇄十和田市街地※要予約
TEL/三沢タクシー内 ☎/0178-78-0346
三沢空港⇄横浜町・むつ市※要予約
TEL/尻屋観光 ☎/0120-22-5310・0175-28-5557

自動車をご利用の場合

青森中央IC	65km 1時間30分	青森東IC
青森IC	54.5km 1時間9分	野辺地町・むつ市方面
青森JCT	12.5km 約23分	浪岡IC
浪岡IC	83km 1時間45分	十和田市方面
黒石IC	99km 1時間57分	三沢
三沢	26km 42分	八戸IC
八戸IC	100km 2時間6分	八戸自動車道
八戸JCT	112km 2時間18分	安代JCT
安代JCT	315km 3時間40分	盛岡IC
盛岡IC	147km 2時間	北上JCT
北上JCT	235km 3時間18分	仙台宮城IC
仙台宮城IC	328km 4時間	東京(川口JCT)
東京(川口JCT)	656km 6時間30分	

●有料道路 ●一般道路
TEL/NEXCO 東日本お客様センター ☎/0570-024-024 E-nexco.co.jp
TEL/青森県道路公社 ☎/017-777-7331 aodoko.or.jp

※所要時間・距離は三沢を起点とした大体の目安です。

Misawa Food Route シャトルバス

三沢市内の観光施設をつないで走る「ぐるっとバス」は、一年を通じて三沢市内の主要観光施設を周回するとても便利な無料バスです。バスを利用して、ぐるっと三沢を遊び倒しちゃおう!

注)運行時期は時期によって変更されますので、航空科学館HPで最新情報をチェックしてください。土日祝日運行!(夏休み期間中は毎日)主要観光スポット間を無料運行。
TEL/青森県立三沢航空科学館 ☎/0176-50-7777

ぐるっとバス停留所

星野リゾート青森館	三沢駅前	Sky Plaza MISAWA
市民の森 遊園地	青森県立三沢航空科学館	三沢空港
寺山修司記念館	室内温水プール	斗南藩記念観光村

※夏休みシーズンは、市民の森温水浴場と寺山修司記念館の間に「小川原湖水浴場」の停留所が増設されます。



市内交通機関

青い森たびタクシー

三沢駅からすぐ乗れる! 観光スポットお手軽超! 全4コース
下記の間合わせ先でチケットをご購入ください。
TEL/三沢タクシー協会 ☎/0178-53-2155
青い森たびタクシー三沢 ☎/0178-53-3179

レンタル自転車

市内巡りに便利なレンタル自転車をご利用ください。
三沢空港レンタサイクル(空チャリ) ☎/0178-61-1460
三沢市観光案内所レンタサイクル(街チャリ) 4月~10月 ☎/070-5621-6010
三沢市観光案内所 ☎/070-5621-6010

三沢市コミュニティバス「みーばす」

TEL/十和田観光電鉄三沢営業所 ☎/0176-53-3136
toutetsu.co.jp/jkoku.htm

市内交通機関

TEL/青い森鉄道三沢駅 ☎/0176-53-2710
aomiorirailway.com
TEL/JR東日本 ☎/050-2016-1600

三沢から飛び立った世界初の偉業!ミス・ビードル号をもっと知ろうよ! 太平洋無着陸横断飛行の航空機ミス・ビードル号

ミス・ビードル号のクライド・パンクボーン、ヒュー・ハーンドンによる挑戦。約4,900マイル(7,847km)を41時間10分かけて太平洋を横断。ワシントン州ウェナッチ市に着陸した。



この地図はプロムリーとゲッティの直筆です。

Miss Beedle FIRST TRANS-PACIFIC FLIGHT 1931 MISAWA TO WENATCHEE USA



ミス・ビードル号の実物大復元機を当時の写真や新聞記事などと合わせて常設展示。復元過程を記録した「甦るミス・ビードル号」や、ウェナッチでの胴体着陸を取めた「栄光へのラストチャンス」も上映している。



太平洋無着陸横断飛行に挑戦した飛行士たちの寄せ書きを屏風にしたのも。最初の挑戦者プロムリーとゲッティの直筆も描かれている。

人類初の世界的偉業なのだ



昭和六年十月四日午前七時一分日本海を離れ、同日午後七時一分日本海に到着したハインドン、パンクボーン両氏操縦の太平洋無着陸横断飛行機ミス・ビードル号は五日午前七時(日本時間六日午前零時)ウェナッチの上空にその雄姿を現はし、同七時十一分無事着陸した。



大正から昭和の初め、世界は冒険飛行全盛期に。第1次世界大戦を機に、航空機は急速な発展を遂げた。そんな中、リンドバーグの大西洋単独無着陸飛行が成功(昭和2年)し、長距離飛行が一層注目されるようになり、「世界一周早回り飛行」と「太平洋無着陸横断飛行」が世界中の飛行士にとっての挑戦目標となった。

その目的は、世界一周早回り飛行だったが、ロシアでトラブルが相次ぎ、記録更新を断念することとなった。そんな失意の中、ミス・ビードル号の飛行士パンクボーンとハインドン、朝日新聞社が太平洋無着陸横断飛行に懸賞金を出すとのお知らせが入った。かくして2人は、4回目の挑戦者として、淋代海岸に現れた。

その年、パイロットの中で最も栄誉あるハーモン賞を受賞した。着陸後、機内には5つのリンゴが残っていた。離陸前に宿泊先の村長一家がサンドイッチなどと共に、機内食として渡した。部だった翌年、リンゴの産地だったウェナッチから三沢村の人々に感謝を込め、リチャード・デリヤスという新種のリンゴの穂木が本送られてきた。この穂木は青森県りんご試験場で大切に育てられ、県内に広がっていった。

残念なことには、この後、日本と米国は敵対関係となり、この壮挙は次第に語られなくなっていた。偉業から50年後、両市は姉妹都市を締結し、毎年相互の訪問交流を重ね、平成23年には、三沢飛行場において、ミス・ビードル号の復元機による再現飛行も行われた。

★厳しい北太平洋航路
しかし、当時は濃霧や厳しい寒さに耐える技術が乏しく、北太平洋を飛ぶことは、まさに命がけだった。タコマ市やシアトル市から東京を目指した挑戦はすべて失敗、三沢の淋代海岸からの挑戦も3度失敗した。

★挫折と新たな挑戦
ミス・ビードル号の本来の目的は、世界一周早回り飛行だったが、ロシアでトラブルが相次ぎ、記録更新を断念することとなった。そんな失意の中、ミス・ビードル号の飛行士パンクボーンとハインドン、朝日新聞社が太平洋無着陸横断飛行に懸賞金を出すとのお知らせが入った。かくして2人は、4回目の挑戦者として、淋代海岸に現れた。

★村人の絆が成功を生む
当時は、飢饉や世界恐慌などにより、生活が困窮していたが、三沢の村人は、淋代海岸からの挑戦者すべてに、滑走路の整備や宿舎の提供などの援助を無償で行った。その三沢の人々の優しさこそが人類初の壮挙を生むこととなった。

昭和6年10月4日に飛び立ったミス・ビードル号は、太平洋を無事渡り、米国で大歓迎を受けた。また、パンクボーンは、

参考文献等:青森県三沢市航空科学館展示資料、ミス・ビードル号くわくくわくとまっすく(伊藤功一著、グリーンアロー出版社) Davis-Manthan Airfriend Register WebSite

見て・触れて・体を動かして・いろいろな科学を体験! 青森県立三沢航空科学館

●住所/三沢字北山158 ●TEL/0176-50-7777
●開館時間/9:00~17:00(入館は16:30まで)
●休館日/月曜(祝日の場合は翌日)・年末年始(12/30~1/1)
●料金/大人510円・高校生300円・中学生以下無料
団体(20名以上):一般410円・高校生240円
※特別展示は別途料金が発生します。
●駐車場/あり ●kokukagaku.jp



零戦21型 [レプリカ]
映画「山本五十六」で映画撮影用に使用された零戦21型の実物大機を展示している。東日本ではここだけ!



旧陸軍一式双発高等練習機 [実機]
十和田湖底から69年ぶりに引き上げた機体を展示している。平成28年7月2日に我が国で9番目(東北初)の重要航空遺産に認定された。



科学実験工房
子ども達に大人気の科学実験工房では、いろいろな科学現象を体験できる。驚きと感動の「サイエンスショー」「ワークショップ」等約70種類のメニューを用意している。



子どもスクエア
小学生以下のお子様を対象に、トロッコ・クレーンなどの遊べる大型遊具がそろっている。



ミュージアムショップ
定番人気商品は宇宙飛行士も食べたフリーズドライの宇宙食。特に「たこやき」「パンライス」が人気!



スリル満点!!
自由落下体験装置!!
大空ひろば
敷地面積約11ha(東京ドーム約2個分)を有する広大な広場には、国内で唯一展示されているF-16AやF-4EJ改をはじめ、コックピットに搭乗できるF-104U等日米の軍用実機など、11機が展示されている。その他遊具なども充実していて、家族でのびのび楽しむことができる。

「大空」と「飛翔」をテーマに、未来を担う子どもたちが楽しみながら、「科学する心」、「感動する心」、「挑戦する心」を育む施設です。

空気のかた
浮上、
降下!!


プローブIV

小川原湖水浴場

①/三沢字湊代平116-2950
 ②/7月中旬～8月下旬(荒天時休)
 10:00～16:00
 ③/無料 ④/あり

★遠浅の湖は、小さなお子様にも安心、みんなでのびのび楽しめる♪

市民の森総合運動公園 ROUTE 180



①/三沢字湊代平116-2945
 ②/9:00～17:00 ③/第3月曜
 ●施設内容/野球場・陸上競技場
 ホッケー場・ドッグラン
 ④/下記へ問い合わせ下さい。
 ☎/0176-59-2221

小川原湖カヤックラボ ROUTE 7
 小川原湖で気軽にカヤック体験!!

①/お一人様1時間
 大人2,000円(高校生以上)
 子供1,500円(5歳～中学生まで)
 ※レンタルカヤック・ヘルメット・ライフジャケットは別途料金
 <申し込み>
 電話またはホームページ
 ②/小川原湖カヤックラボ
 ☎/090-9910-9125
 ③/9:00～17:00(6月～10月予定) ogawarakayak.com

馬場貸ボートハウス ROUTE 30

①/三沢字湊代平116-293
 ☎/0176-59-3362
 ②/夏期のみ

市民の森(老人福祉センター) ROUTE 16



●宿泊施設「やすらぎ荘」(29ページ参照)
 ●市民の森温泉(28ページ参照)
 ●お食事処 おおせっか(レストハウス)
 ①/市民の森温泉浴場
 ☎/0176-59-3388
 misawashi-jichikousya.net

小川原湖畔コテージ(要予約) ROUTE 27



①/三沢字湊代平116-2857 ☎/0176-59-2830
 ②/15:00～17:00・Out10:00 ③/12/28～1/4
 ④/4月～10月 10,300円・11月～3月 5,100円
 ●備品/寝具付きベッド(4人用)、風呂、トイレ、テレビ、台所、冷蔵庫、ストーブ、電圧調理器、炊飯器など。kite-misawa.com/camp/

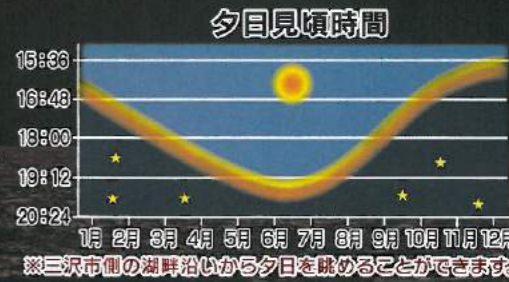
小川原湖畔キャンプ場 ROUTE 27



①/三沢字湊代平116-2949
 ☎/0176-59-2830 ②/5月～10月
 ③/1泊2,200円・日帰り1,100円
 kite-misawa.com/camp/

LAKE OGAWARA 小川原湖の夕景

八甲田連峰をシルエットに、湖面に輝きながら沈みゆく夕日は絶景。



小川原湖伝説 (玉代姫・勝世姫)

遠く飛鳥時代、朝廷貴族だった橋中納言道忠公は、世をはかなんで流浪の旅に出たといわれます。息女の玉代姫・勝世姫は母の嘆きや悲しみと病を案じてこの地に父を訪ねますが、時すでに遅く、父はこの世の人ではなくなっていました。

その父の霊に誘われ、姫たちは小川原湖と姉沼に身を投げたという悲しい物語が残されています。

小川原湖に設置された玉代姫・勝世姫のごしそ。その他、市役所・空港・駅にも設置されています。

東北有数の広さを誇るキャンプ場

目の前には小川原湖が広がり豊かな自然を感じながら宿泊ができる。

小川原湖観光センター レークピア ROUTE 7



①/三沢字湊代平116-2858
 ☎/0176-59-2311 (観光協会)
 ②/9:00～17:00
 ③/土・日・祝 ④/あり

三沢オートキャンプ場 ROUTE 28



①/三沢字早稲田261-4 ☎/0176-59-3311
 ②/5月～10月
 ③/1泊2,200円～3,600円・日帰り1,100円～1,800円
 kite-misawa.com/camp/



わかさぎ釣り ROUTE 301



●三沢市姉沼で、氷上フカサギ釣りがオープン!
 道具レンタルがあるので気軽に楽しめる。

①/三沢市姉沼で、電話またはホームページ
 ②/西本
 【要予約】前日20時まで
 ☎/090-3506-8608(西本)
 aomori-fishing-guide.com

道の駅みさわ総合案内施設 くれ馬ば〜く

道の駅みさわ斗南藩記念観光村



大人気!

くれ馬ば〜く内レストラン エアフォースバーガー

小川原湖特産のしじみがたっぷり入ったラーメンは、しじみの出汁と中細縮れ麺との相性がピッタリ。

また、しじみラーメンも大好評!

①ハンズは両面を焼く。
②パテは焼き目をつける。
③野菜とソースは食べるときに加える。

また、しじみラーメンも大好評!

元相ほつき丼もぜひどうぞ!



エアフォースバーガーセット 650円

しじみラーメン 800円



道の駅みさわの核施設として、産直コーナー、情報発信コーナー、観光PRコーナー、レストランなどを兼ね備えた総合案内施設。

①/谷地頭4-298-652 ②/0176-59-2711 ③/総合案内施設

9:00~18:30(11月~3月17:30まで)
(レストラン)
10:00~16:30(11月~3月15:30まで)
④/12/31・1/1 ⑤/あり

三沢市先人記念館

①/谷地頭4-298-652 ②/0176-59-3009
開館時間/9:00~17:00
11月~3月まで9:00~16:00
(入館は30分前まで)

③/月曜(祝日の場合は翌日)・12/29~1/3
④/一般100円・小学生50円
※毎週土曜は小学生のみ無料です
※団体料金の設定はありません

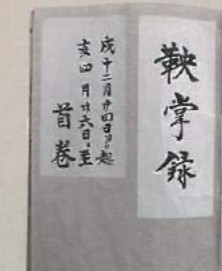
⑤/あり kite-misawa.com/senjin_misawa/

三沢市先人記念館 検索



斗南藩絵図
(先人記念館収蔵)
明治2年(1869)
11月に斗南藩が成立した頃の藩領図。

刀 陸奥大塚三善長道
『金津五郎』と呼ばれるうちの三善家、初代三善長道作の刀。
その刃紋は名匠虎徹のものを彷彿とさせることから『金津虎徹』といわれ県内でも非常に貴重な一振。



戊子三月廿四日
まほしき
首巻
執掌録

明治4年、廃藩置県により斗南藩は斗南県となり、短い歴史に幕をおろした。斗南藩少参事であった廣澤安任は、県の苦しい状況を鑑み、同年、弘前県などとの合併を提案し、これが青森県誕生へとつながっていった。また、明治5年には現在の斗南藩記念観光村の地に日本初の民間洋式牧場をスタートさせたほか、明治23年に日本畜産協会を創立し、その幹事を務めるなど、日本の畜産業へ多大な影響を及ぼした。

歴史のロマンに触れる

この間、大久保利通などに政府入閣をたびたび求められたが、「野にあって国家に尽くす」との精神を貫いた。先人記念館には、安任の広範な人脈を物語る貴重な資料が展示されている。



廣澤安任

解説、講座、出前講座等希望内容に合わせて幅広く学芸員が対応します。

開墾村



移住当時の日藩士の暮らしぶりや牧場技術を学ぶため招いた英国人の宿舎等、当時の開墾の様子をリアルな人形で再現しています。

見学時間/9:00~16:30
11月~3月9:00~16:00



恋愛観光スポット くれ馬ば〜と 愛の鐘

販売場所 ☆☆☆
共通半日バス 510円

下記の施設を満喫できる、お得な半日バスをご利用ください。

施設名	適応	連続乗車不可
バッテリーカー	各3回まで	連続乗車不可
ゴーカート	各3回まで	連続乗車不可
先人記念館	回数制限なし	
ポニー乗馬	回数制限なし	土日祝日のみ、小学生限定
バターゴルフ	回数制限なし	



三沢ホースパーク

5頭のお馬さんが待ってるよ! みんなで会いに来てね!

①/070-2018-7409 ②/9:00~17:00
③/引き馬 600円~おためし乗馬レッスン 2,700円
など ④/月曜(祝日の場合翌日)

2018 MISAWA GUIDE PRESERVATION 保護保存活動

2018 MISAWA GUIDE PRESERVATION 保護保存活動

2018 MISAWA GUIDE PRESERVATION 保護保存活動

オオセッカ世界最大の繁殖地

オオセッカ

ラムサール条約とは
1971年にイランのラムサールで、水鳥を頂点とする湿地の生態系を守る目的で制定された国際条約です。

国際自然保護連合レッドリスト
絶滅危惧種、種の保存法指定種
「三沢市の鳥」にも指定されているオオセッカは、幻の鳥といわれ、1度絶滅したと考えられていました。弘沼では1973年にその生息が確認され、世界最大の繁殖地になっています。

エゾナミキソウ オオルリハムシ チュウヒ

環境省レッドリスト 絶滅危惧種
弘沼の自然環境に彩りを添える美しい花です。

環境省レッドリスト 絶滅危惧種
夏の弘沼原野を彩る子どもたちに大人気です。

環境省レッドリスト 絶滅危惧種 1類指定種
チュウヒは、国内で30から40羽ほどしか繁殖していない絶滅頻度の高いタカです。

しじみ採り体験 水辺ひろば

(イカト遊漁所)

期間/7月1日~8月31日
●区域/水辺ひろば(イカト遊漁所)
●/大人500円
子ども300円各1袋
●/小川原湖漁業協同組合
①/0176-56-2104
※徴収員に料金を渡し、指定の袋をもらってください。

4 バターゴルフ場

親子・お友達同士で楽しめる本格的なバターゴルフ場。

●/中学生以下100円・高校生以上210円
●期間/4月~10月
●受付/16:00まで

5 ポニー乗馬

●/ポニー乗馬1人100円(小学生限定)
●期間/4月~10月(土日祝日のみ)
●受付/10:30~15:00

6 わんぱく広場

親子・お友達同士で楽しめる本格的なバターゴルフ場。

●/中学生以下100円・高校生以上210円
●期間/4月~10月
●受付/16:00まで

7 ゴーカート場

プレイゾーン一番人気のアトラクション、本格エンターテインメント。

●/1人乗り用210円
2人乗り用310円
●期間/4月~10月 ●受付/16:00まで

8 バッテリーカー広場

●/バッテリーカー1人100円(小学生限定)
●期間/4月~10月 ●受付/16:00まで

9 六十九種草堂

廣澤安任の住居兼書斎を復元した建物。「六十九種草堂」という名前は、明治14年に東京で開催された内閣勸業博覧会に牛馬が食べる野草69種類の研究成果を出展したことを記念して命名。当時親交のあった勝海舟により「六十九種草堂」と題された書が贈られた。見学時間/9:00~16:30・11月~3月9:00~16:00

和雑貨 中塩

三沢基地の外国人もよく訪れる和雑貨店

着物のボトルウエアやオリジナルのお茶箱・タペストリーなど日本の文化が魅力。



①/中央町2-11-7
②/0176-53-1067
③/火～土曜 10:00～19:00 日曜12:00～18:00
④/月曜
MAP C-1 ROUTE 251

スカイショップ HIRANO

マニア必見! 三沢ならではの自衛隊グッズが勢ぞろい



①/中央町3-3-1
②/0176-53-3500
③/10:00～18:00
④/土・日曜・祝日
⑤/あり2台
MAP E-1 ROUTE 77

隊員御用達のヘルメットバッグはかっこよく、素材もしっかりしていてカッコイイ!

「居心地良い生活空間の提案」をコンセプトに服飾・キッチン・身の回りの品を厳選。

①/中央町2-12-8
②/0176-53-2224
③/10:30～18:30
④/不定休
⑤/あり
MAP C-1 ROUTE 78

Tomabechi & 花園館

かわいい雑貨とお花で女性に大人気

懐かしさを感じるものからナチュラルでかわいいものまで、多彩な雑貨アイテムが充実。



①/中央町2-15-4
②/Tomabechi:0176-53-2728 花園館:0176-52-5043
③/Tomabechi:10:00～19:00 花園館:10:00～20:00
④/1/1～1/3 P/あり
MAP D-1 ROUTE B1

SUZUYA

オンリーワンを目指すセレクトショップ



Liquor Liquor Liquor Liquor Liquor Liquor

酒のたけや (ヤマザキショップ)

酒類のほかに様々な商品を取りそろえ!

限定品 斗南藩に由来する「斗南の桜 吟醸純米」を販売。
※取扱店 たけや・中居酒店

①/中央町2-6-26
②/0176-53-2345
③/9:00～22:00
④/1/1
⑤/あり5台
MAP D-2 ROUTE 89



中居酒店

各種専門家があなたのお好みをチョイスしてくれる

品ぞろえ豊富な店内には専門のスタッフがいつも待機! 楽しさ広がる酒の専門店。

①/中央町2-8-5
②/0176-53-2061
③/10:00～22:00
④/1/1 P/あり7台
MAP C-1 ROUTE 82
liquorstore-nakai.com

桃川 吟醸純米 杉玉 (きんじょうじゅんまいすぎたま)

酒蔵のシンボル杉玉の姿を冠したお酒。フルーティーな香りとまろやかな口当たり、やや辛口な味わいの、バランスの良い吟醸純米酒です。冷やまたはぬる燗で、白身魚のお刺身などに合わせてお楽しみください。

2017年全米日本酒博覧会 吟醸部門 金賞 準グランプリ受賞

吟醸純米 杉玉

専用カネシマの 箱装小売価格 720円 1,620円

リカーベース ナミスエ

①/中央町2-15-5
②/0176-53-2413
③/10:00～23:00
④/なし
⑤/あり5台
MAP E-1 ROUTE 803

松田屋 酒店

①/中央町2-5-32
②/0176-53-3258
③/10:00～22:00(月～土) 10:00～19:00(日)
④/なし P/あり
MAP C-2 ROUTE 183

Sky Plaza MISAWA

米軍基地・アメリカ・インターナショナルにこだわった商品がもりだくさん! 来るたび新しい商品が待ってまーす♪

①/中央町2-8-34 ②/0176-51-1712
③/10:00～20:00 ④/1/1 P/あり
●主な店舗/ピッツェリアマッシモ・ラニチキンファクトリー
コイワブルーウッズ・Jack & Betty・萬屋
MISS VEEDOL SHOP TSUZUKI・DEMZU
LIFE・ふうはうす・ファン＆ラーニングセンター
魚民・笑笑
skyplazamisawa.jp
MAP C-1 ROUTE 9



Jack & Betty



一番人気のホットドッグはなんとトッピングがセルフサービス!!

アメリカ各州のローカルドッグが食べられるホットドッグがメインのファストフード店!
①/スカプラ1F ②/0176-51-6667 ③/11:00～19:00 ④/スカプラ定休日

コイワブルーウッズ



米軍現用ミリタリーグッズが盛り沢山! 基地の街ならではのグッズは必見! ゆるキャラマグカップもあり。
①/スカプラ2F ②/0176-53-8854
③/10:00～19:00
④/スカプラ定休日

ふうはうす



米軍フライトジャケットから米軍基地で使用されている椅子も人気。
①/スカプラ1F ②/090-3368-2840
③/10:00～19:00
④/スカプラ定休日

PIZZERIA MASSIMO



イタリアから輸入している石窯や主食材で焼き上げるナポリピッツァはモチモチの食感。
①/スカプラ1F ②/0176-51-7270
③/平日11:00～20:30(L.O.)
④/日曜・祝日11:00～19:00(L.O.)
⑤/火曜・スカプラ定休日

ラニチキンファクトリー



フリフリとはハワイ語で「回す」という意味。こんがり香ばしい本場の味が味わえる。
①/スカプラ1F ②/090-6258-7299
③/平日11:00～20:00(L.O.)
④/日曜・祝日11:00～19:00(L.O.)
⑤/火曜・スカプラ定休日

萬屋



なんでも買います!! 萬屋!!

おもちゃ、カード、ゲーム、CD、DVD、家電、古着、コミック、釣具、楽器、UFOキャッチャーなど取扱は多種多様! 中古総合エンターテインメントがココにある!!
①/スカプラ2F ②/0176-58-6592 ③/10:00～23:00 ④/なし

DEMZU



「カワイイ!!!」 「オシャレ!!!」 がキョッとつまってる
①/スカプラ1F ②/0176-53-3233
③/10:00～20:00
④/スカプラ定休日

MISS VEEDOL SHOP TSUZUKI



飛行機とミス・ビードル号が大好きな名物店主がセレクトしたアメリカ輸入帽子やミリタリーグッズ等、珍しい商品ばかり!
①/スカプラ1F ②/0176-58-5526
③/10:00～19:00
④/スカプラ定休日

CAFE & BAR LIFE



時間とともに変化するカフェ&バー
季節のフルーツをふんだんに使ったカクテルや、ハーブやスパイスなどを使ったオリジナルのポタニカルカクテル等、酒類も豊富に取りそろえたメニュー。
①/スカプラ1F ②/0176-51-3616
③/10:00～20:00(日～木曜) 10:00～23:00(金・土曜) ④/水曜 life-cafebar.jp/

観光案内所

三沢市の観光に関するお問い合わせはこちらまで!
①/スカプラ1F ②/070-5621-6010
③/10:00～18:00
④/火曜・年末年始

レンタサイクル(街チャリ)の貸し出しも行っていきます。(4月～10月)
※数に限りがあります。
※お子様は使用できません。電動自転車 500円、1,000円

三沢外貨両替センター

三沢ならではの外貨両替所。米ドルやユーロなど10種類の通貨をお得なレートで両替でき、自動両替機もご利用可能。
①/スカプラ1F ②/0176-53-2251
③/平日10:30～17:30 土・日・祝日10:30～16:00
④/年末年始・スカプラ定休日・臨時休業

お土産セレクション



やませながいも
2,700円(80g×12個セット)
①/材
☎/0176-51-6440
yamase-nagaimo.jp

ゴボウそば 480円
①/三沢市商工会女性部
☎/0176-53-2176

米糠ふりかけ
三沢のゴボウを米糠と一緒に、健康ふりかけで味わおう。
PeboRa
pet bottle rice
日本のお米に新しいカタチ
ペットボトル入りお米「ペボラ」は1本2合入り。脱酸素剤入なので新鮮長持ち。日頃の感謝をこめて贈り物にも最適。
①/PEBORA ☎/0176-27-1265
pebora.jp

みさわの農産加工品

みさわごぼう茶
(1袋)1,100円~
①/Growth
☎/0176-52-6317
aomor-growth.com

匠にんにく
(4玉入) 2,160円~
①/Aコープみさわ店
☎/0176-54-2665

パイカ
パイカシリーズ
(カレー・丼の素・ミートソース)
各648円
①/巧房
☎/0176-51-2855
paika.jp

三咲羽や 詰め合わせ 三沢産ほっき貝シリーズ
3,600円 (セット価格/箱代含む)
①/三咲羽や
☎/0176-57-3481
misawaya-aomori.com

ほっき弁当
1,100円
①/三咲羽や
☎/0176-57-3481
misawaya-aomori.com

三沢名物 ほっき味噌
(1個)850円
(化粧箱入り3個)2,500円
①/がつちゃん工房
☎/080-6046-7755

パイカ
パイカ3種類
(赤ワイン煮・みそ煮・トマト煮)
各778円
①/たい天
☎/0176-58-0361
misawa-daiten.com

MISAWA
メンチカツ
バーガー弁当
①/スクイマートビールドル
☎/0176-51-1460

三沢基地 レトルトカレー
航空自衛隊三沢基地 隊員食堂のレソビを基に開発した「三沢基地カレー」は豚肉と野菜から引き出された旨みが人気のカレー。三沢市のお土産に大好評発売中!
①/三沢市観光協会 ☎/0176-59-2311
kite-misawa.com

クセラピス
(1個)400円
(1本)4,000円
①/North40-40
☎/0176-58-7091
kuehlapis.jp

5つの林檎
1,944円
①/ラ・フランス
☎/0176-52-5730

ながいも羊羹
①/お菓子のみやきん三沢店
☎/0120-31-3268
okashinomiyakin.com
3個入り864円
6個入り1,620円

みさわのカレー
三沢 パイカカレー
地元の食材にこだわり、三沢市ご当地グルメとして「三沢パイカカレー」が誕生。米軍基地のアメリカ人からアドバイスを受け、パイカの固さやスパイスを調整した。少し辛めでボリューム満点!自慢の逸品。
①/MAP 広域
各648円

みさわの洋菓子
ピーカンパイ
1,296円
①/MAP C-3

アップルクーヘン
(1箱)1,200円
①/小向製菓
☎/0176-51-0717
komukaiseika.com

アメリカン ドーナツ
108円
①/MAP 市街
①/パティスリータカ/むさし屋
☎/0176-53-2053

みさわの和菓子
三沢銘菓 きざぎ野
(一個)97円
(一箱)10個入り
1,080円(箱代含む)
①/ニューサカモト
☎/0176-57-3828

りんごスター
(L)3,240円
(S)2,160円
①/白い森
☎/0176-50-2660

みさわのほっき貝
三咲羽や 詰め合わせ 三沢産ほっき貝シリーズ
3,600円 (セット価格/箱代含む)
①/三咲羽や
☎/0176-57-3481
misawaya-aomori.com

みさわの和菓子
みちのくまるん
(5個入り)1,090円~
①/夢菓房 京舟
☎/0176-53-8111
kyofune.jp

みさわの和菓子
三沢銘菓 きざぎ野
(一個)97円
(一箱)10個入り
1,080円(箱代含む)
①/ニューサカモト
☎/0176-57-3828

日米交流が盛んな三沢市に、通称「アメリカンバー」と呼ばれる店が点在しています。三沢ならではのアメリカンな雰囲気や、国籍を問わず気軽に日米交流が楽しめます。

MISAWA NIGHT HOPPERS

夜の街歩きガイド団体
ミサワナイトホッパーズ

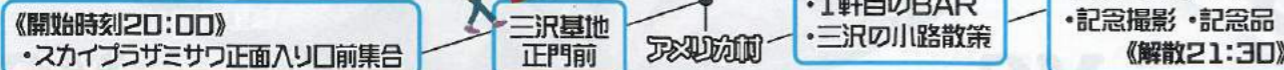
そのドア一緒に開けます。「アメリカンバーはなんとなく入りにくい…」を、今話題の街歩きというスタイルで案内してくれる街歩きガイド、Misawa Night Hoppers/仲間と一緒にBarを跳ねまわるように移動し、飲むことをBar Hoppingと呼びます。開けにくい扉も開けてくれますし、ガイドと一緒に怖くありません。仕事や旅行で来た方も、地元の方も、是非ご参加ください。

さあ、日常とはちょっと違った場所へ！ガイドと一緒に三沢の夜をBar Hoppingしてみませんか？

- 参加費
お一人様 1,500円
(保険料・ガイド代・記念品含む)
ドリンク代はご本人負担
 - 実施期間
毎週 木・金・土
※他は要相談
 - 申し込み締め切り
実施日の3日前
- お問い合わせ・申し込み
338nighthoppers@gmail.com
sites.google.com/site/misawanighthoppers/
Misawa Night Hoppers



★ Bar Hopping ルート(例)★



アメリカンバー 店舗紹介

1 FOEVER フォーエバー Rock-N-Roll Bar ①/中央町2-10-33 ②/090-7793-5590 ③/19:00~ ④/不定休 ⑤/なし MAP C-1 ROUTE 161	2 Carbs キャブズ ピリヤードやダーツが楽しめるバー ①/中央町2-10-34 ②/0176-57-5859 music.geocities.jp/carbs_freaks ③/木21:00~金~日曜20:00~ ④/月・火・水曜 ⑤/なし MAP B-1 ROUTE 169	3 Your place ユアプレイス 外国人に人気! 食事も楽しめる人気のバー ①/中央町2-10-35 ②/080-8214-1099 ③/18:00~ ④/日・月曜 ⑤/なし MAP B-1 ROUTE 169	4 DACHA ダーチャ DJ・ダーツ・カラオケ大人が遊べる空間をコンセプトに各種パーティを開催 ①/中央町2-6-32 ②/0176-53-2828 ③/20:00~ ④/月曜 ⑤/なし MAP B-1 ROUTE 169	5 hood フッド 温かさの感じられる居心地のよい空間 ①/幸町1-9-7 ②/090-8614-0176 ③/20:00~ ④/水曜 ⑤/なし MAP B-2 ROUTE 164
6 TIME タイム カラオケで日米友好! ①/幸町1-9-4 ②/0176-53-1101 ③/水~日曜20:00~ ④/月・火曜 ⑤/なし MAP B-2 ROUTE 165	7 TUBES チューブズ お客様の7割が外国人のハワイアンレストラン ①/中央町2-3-34 ②/0176-52-8452 tubes.choumusubi.com/main.html ③/月~金曜 11:30~0:00 土曜17:00~0:00 ④/日曜 ⑤/なし MAP C-2 ROUTE 162	8 Back Block バックブロック DJブース有り音楽も楽しめるバー ①/中央町2-3-2つくし名店街 ②/080-1838-9364 ③/21:00~ ④/日・水曜 ⑤/なし MAP C-2 ROUTE 167	9 CHAOZ チャオズ フードとバーテンのオリジナルカクテルが楽しめるバー ①/中央町2-3-2 ②/0176-57-5900 ③/20:00~ ④/月・第1火曜 ⑤/なし MAP C-2 ROUTE 166	10 FREAKS フリース カラオケもある気楽に立ち寄れるバー ①/中央町2-3-42 ②/0176-53-4884 ③/22:00~ ④/月曜 ⑤/なし MAP C-2 ROUTE 166
11 NITROUS ナイトロウス 気軽に立ち寄って楽しめるバー ①/中央町1-3-3 ②/0176-50-0232 ③/火~金曜14:30~18:00 20:00~ 土曜18:00~ ④/日曜(祝日の場合営業) ⑤/なし MAP C-2 ROUTE 160	12 2stYle ツースタイル ご当地カクテル等オリジナルドリンクが豊富 ①/幸町1-7-6 misawa-2style.jimdo.com ③/19:00~3:00 ④/日・火曜 ⑤/なし MAP B-2 ROUTE 164	13 CLUB BAR HILLS クラブバーヒルズ DJブース有リクラブ&バー ①/中央町2-5-11 M'sプラザB1 ②/0176-52-5789 ③/金22:00~4:00 土22:00~5:00 ④/日~木曜 ⑤/なし MAP C-2 ROUTE 165	14 NINJA ニンジャ ①/中央町2-10-32 ②/0176-57-3333 ③/19:00~1:00 ④/日~木曜 ⑤/なし MAP B-1 ROUTE 306	15 Moon River ムーンリバー ジャズの生演奏・プロのライブイベントもあるバー ①/幸町1-12 ホテルズイン1F ②/0176-27-6048 misawa-web.com/moonriver/ ③/20:00~Last ④/不定休 ⑤/なし MAP D-2 ROUTE 168

※地図は34ページ●をご覧ください。

アメリカ人がよく集まる ラーメン店 特集!!



「黒」がキーワード

米兵さんからは「THUNDER RAMEN」と呼ばれている。約8割は外国人客で気がつけば日本人は自分だけ?なんて当たり前!!炭火で炙ったチャーシューとスパイシーなスープが人気の秘訣。
人気NO.1▷BBQ味噌野菜豚骨
NO.2▷BBQ味噌豚骨
とやはり外国人はBBQ LOVE!!
外国人たちの空腹を満たすボリュームは君もLet's try?

- ①/堀口1-3-1
- ②/0176-53-5250
- ③/月~金11:00~15:00
17:00~20:00
土日11:00~20:00
- ④/火曜 ⑤/あり10台



BBQ野菜辛味噌とんこつ ¥1,100

味噌はセレクトできるよ!

英語メニューもあり、開店と同時に多くのお客さんで賑わう。ピリ辛の赤味噌、甘い白味噌、その合わせ味噌からセレクトできる。外国人に人気のリブラーメンは食べごたえ抜群!他に珍しいカキラーメンなど、メニューも豊富!女性スタッフオンリーなので女性ひとりでも入りやすい!

- ①/堀口2-10-1
- ②/0176-53-8057
- ③/火~金11:00~15:00
17:00~21:30
(L.O.21:00)
土日10:00~16:00
- ④/月曜 ⑤/あり15台



リブラーメン ¥1,200~(重さ)

その5 レストラン華林芭 ボリュームもアメリカン



蒸し若鶏そば ¥750

外国人向けのコースメニューもあるカジュアルな中華レストラン。「蒸し若鶏そば」の旨味が染み込んだ鶏肉と中華麺のコラボは日本人だけではなく、外国人も虜にする味。オープンキッチンで作られるダイナミックな料理も見応え抜群だよ。

オシャレな店内、テラスで食事を楽しむ外国人の姿&NO.1オーダーメニュー鶏肉の甘酢かけはインスタ映え間違い無し! (でも許可は取ってね...)

- ①/堀口1-4-1
- ②/0176-57-5707
- ③/火~土11:30~14:30/17:30~21:30
日11:00~14:00/17:30~21:00
- ④/月曜(祝日の場合要予約) ⑤/あり12台

まるでチャイナタウン?! 基地ゲート近くの 中華レストラン!!

様々な国のお客さんであふれかえる中華店。いろんな言語が飛び交い、フレンドリーな雰囲気でお食事を楽しめちゃう。本当に外国人に人気なのは「酢豚」というのは、ここだけのヒ・ミ・ツ!

- ①/幸町1-7-1
- ②/0176-52-2077
- ③/11:30~15:00(L.O.21:30)
17:30~22:00(L.O.21:30)
- ④/なし
- ⑤/あり15台



五目ラーメン ¥850

絶品! 炭火とろチャーシューは 国境を超える

刺激辛口味噌担々は食欲をそそるスパイシーレッド! Oh my God! 外国人と共にすすらーメンは吹き出す汗、箸が止まらないエキサイティングな旨さ。ワイルドなチャレンジャーはまだ辛くないぞ! 看板メニューの炭火とろチャーシューもでかくてとろとろしているよ。みんな旨さにノックダウン!

①/幸町2-6-1

②/0176-53-2762

③/月~金10:30~0:00(L.O.23:30)
土・祝日11:00~0:00
日11:00~21:00

④/なし ⑤/あり14台

- ①/幸町2-6-1
- ②/0176-53-2762
- ③/月~金10:30~0:00(L.O.23:30)
土・祝日11:00~0:00
日11:00~21:00
- ④/なし ⑤/あり14台



刺激辛口味噌担々麺 ¥830

その4 炭火とろチャーシュー 匠家

MG CHEESE ROLL ★★★★★
チーズロール

チーズロール

日米合作B級グルメ!!



ヌードルハウス丸美屋



チーズロール発祥の店がここ丸美屋。先代店主が米軍のアメリカ人からアドバイスをもらって考案したという、日米合作B級グルメ。

①/中央町2-7-13
②/0176-57-0383
③/11:00~15:00・17:00~20:00
④/木・日曜
⑤/なし

MAP D-2 ROUTE 196

市民はもちろん米国人にも大人気!
餃子の皮で包んだチーズをカラッと揚げる。皮のパリパリの食感と中のアツアツなチーズの相性はバツグン★他にも店舗によって様々なチーズロールがあるよ。

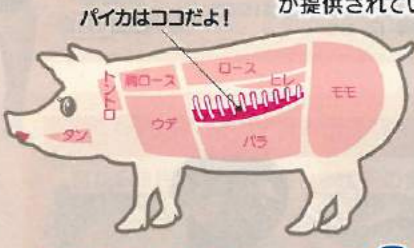
④ チーズロール販売店のマーク
・アメリカンバー17番・インデックス35番を参照して下さい。

MG PAIKA ★★★★★
パイカ

パイカ料理

三沢の注目B級グルメ!!

パイカは以前あまり流通に乗ることのなかった希少部位。今では全国有数の豚処理頭数を誇る三沢の強みを活かし、この部位を活用したパイカ料理が三沢の注目グルメ。市内十数店舗では、鍋・煮込み・ラーメン・カレーなどいろいろなメニューが提供されている。どうぞご賞味あれ!



レストランさつき MAP C-3

パイカラーメン(醤油) 430円

①/板町1-1-38市公所B1
②/0176-53-5111(内線362)
③/11:30~14:00(L.O.13:30)
④/土・日・祭日 P/あり
他/パイカカレー 150円で全てのメニューにトッピング可

お食事処 灘萬 MAP C-3

パイカ鍋定食(ランチ価格) 月~金のみ提供 700円 夜 1,000円

①/中央町1-6-4
②/0176-53-9630
③/11:30~13:30・17:00~22:00
④/日曜 P/あり6台

彩喰楽酒 だい天 MAP C-2

パイカ赤ワイン煮 650円

①/中央町2-5-26
②/0176-52-6157
③/18:00~0:00
④/日曜 P/あり
他/パイカピザ

脂ダイニングほうらい MAP C-2

パイカの照り焼 500円

①/中央町2-5-36小向製菓ビル1F
②/0176-57-3454
③/17:00~23:00(L.O.22:30)
④/日曜 P/あり

お食事処 おおせっか MAP 市街

パイカの蒲焼丼 800円

①/三沢字津代平116-2945 三沢市民の森レストハウス
②/0176-59-3888
③/11:00~14:30・17:00~19:30
④/祭日(祝日の場合翌日)
⑤/あり 他/パイカラーメン・パイカカレー

居酒屋 北條 MAP D-2

パイカカツ 450円

①/中央町2-6-1 ニューコカビル2F
②/0176-57-4080
③/18:00~0:00
④/月曜(祝日の場合営業)
⑤/なし 他/パイカ角煮

君乃家食堂 MAP E-1

焼き肉パイカ 食べ放題メニューで提供

①/中央町3-3-19
②/0176-53-2812
③/11:30~0:00
④/12/31・1/1 P/あり30台

お食事処 和み MAP 市街

パイカカレー焼きそば 750円

①/松園町3-10-1 ビードプラザ内
②/0176-57-4322
③/10:30~20:00 P/不定休
④/あり 他/パイカ焼きそば

ふく田 MAP B-2

パイカトマト煮 900円~

①/板町1-7-5
②/0176-53-1492
③/11:30~14:00
④/12:00~23:00(L.O.22:00)
⑤/土曜・日・祭日 P/なし
他/石焼パイカドリア・パイカライス

街の社員食堂 MAP C-3

パイカ丼 702円

①/中央町1-1-13
②/0176-51-2888
③/11:00~14:00
④/18:00~21:00(L.O.20:45)
⑤/日曜 P/あり
他/パイカ鍋・パイカラーメン・パイカカレー・パイカ餃子 paika.jp

炭火とろチャーシュー匠家 MAP 市街

パイカラーメン (1日15食限定) 880円

①/板町2-6-1
②/0176-53-2762
③/10:30~0:00(L.O.23:00) 平日
④/11:00~0:00(L.O.23:00) 土・日
⑤/11:00~21:00(日曜)
⑥/なし P/あり14台

あんたが大将 MAP C-2

黒胡椒パイカ炙り 480円

①/中央町2-3-6
②/0176-53-5039
③/12:00~23:00(L.O.22:30)
④/日曜 P/なし

拉麺点心 雷堂 MAP 市街

黒胡椒パイカラーメン 1,100円

①/板町1-9-1
②/0176-53-5250
③/11:00~15:00
④/17:00~20:00(平日)
⑤/11:00~20:00(土・日・祭日)
⑥/火曜・売り切れ時 P/あり10台

手打ち蕎麦 松田屋(山と森と) MAP C-2

豚ナンコツパイカ煮 600円

①/中央町2-5-32
②/0176-53-3311
③/11:30~13:30(L.O.)
④/17:30~21:30(L.O.)
⑤/日曜・第3月曜 P/あり



三沢! ローカル 発信!

三沢市民だけに留まらず、アメリカ人のハートもわしづかみカラッと揚がった大きな肉には旨みがたっぷり。メニューはから揚げとドリンクのみ。テイクアウトが主流ですが、店内でもどうぞ!

有名 から揚げ

から揚げ 人生

①/平畑1-2-60 ②/0176-53-5412
③/火曜15:00~19:00・水~日曜15:00~21:00
④/月曜 P/なし

MAP A-2 ROUTE 209

MISAWA うめじゃー FOOD

元祖 バラ焼き

戦後まもなく『三沢市』で誕生したのがバラ焼き!



終戦とともに三沢基地が所在し、たくさんの米軍人が居住するように。米軍人は赤身中心の牛肉を食す一方、内臓やバラ肉などはあまり食べないため、それらの部分を一般に安く払い下げることとなり、これらを使って「バラ焼き」などの三沢の食文化が根付いてきた。

※その他約20店舗のバラ焼き提供店は、P35のアイコンをご参照ください。

MG BARAYAKI ★★★★★
元祖 バラ焼き

バラ焼き 発祥の地!

バラ焼きの代表的な店

赤のれん

長年使い続けた鉄器で焼き上げる

①/中央町2-1-23
②/0176-53-3333
③/11:00~21:30
④/火・水・木曜 P/なし ROUTE 118
市営市場をご利用の場合1時間分払い戻し致します。

君乃家食堂

焼肉食べ放題も人気

①/中央町3-3-19
②/0176-53-2812
③/11:30~0:00
④/12/31・1/1 P/あり30台 ROUTE 122

文化 三沢のBBQ「バーベキュー」!

文化となったBBQの秘密

① **いつでもどこでもBBQ**
家の庭先や近くの公園、さらにはアメリカンバー店舗前などでバーベキュー。三沢市民にとってバーベキューは身近な娯楽。毎週のようにやっている家族もあるよ。

② **お花見だってBBQ**
桜の時期、市内の公園はバーベキューを楽しむ市民や基地内米軍人で賑わいをみせるんだ。お花見は、三沢市民にとって、バーベキューシーズンの幕開け!

③ **会社でBBQ**
仕事一段落した後の慰労会、新入社員の歓迎会、レクリエーション後の懇親会などでやっちゃうんだよ。

④ **手ぶらでBBQ**
三沢市内にはバーベキューをまるごと配達してくれるお店があるよ。お肉や野菜はもちろんコンロからお箸まで、ぜんぶ配達してくれるのでもって便利。

肉のニシダテ

①/大町2-18-35
②/0176-53-2020
③/8:30~18:00 ROUTE 85
休/日曜 P/あり

肉のいわま

①/大町2-2-12
②/0176-53-5210
③/9:00~19:00
④/日曜 P/あり
www.bbq.co.jp MAP F-2 ROUTE 207

宮木肉店

①/堀口1-1-1
②/0176-53-2151
③/9:00~18:30
④/不定休 P/あり ROUTE 208

※公園でのバーベキューは申請が必要です。お問い合わせは 三沢市都市整備課 0176-53-5111(内線270)

肉酒場ブタミンB

ALL290円なのに激ウマ!!
本格的な焼肉をメインに単品料理も豊富。メニューには英語表記もあるので外国人もOK! 全て290円なのでお財布にも優しく、お腹も満腹になっちゃおう。

①/中央町2-14-10 ☎/0176-51-6151
②/17:30~22:30(月~木曜)
17:30~23:30(金・土曜・祝前日)
③/12/31
④/あり10台

MAP D-1 ROUTE 308

街の社員食堂

毎日違うメニューが提供されるみんなの社員食堂。

三沢の食材を使用した料理や地元特産品グルメも大好評。

①/中央町1-1-13 ☎/0176-51-2888
②/11:00~14:00
18:00~21:00(L.O.20:45)
③/日曜 ④/あり paika.jp

MAP C-3 ROUTE 203

アングルインドレストラン

本格インド料理を楽しもう。
インド人シェフが腕ふるう、インドカレー専門店

①/中央町2-9-6 ☎/0176-53-2681
②/11:00~14:30
17:00~21:30(L.O.21:00)
③/なし ④/なし

MAP B-1 ROUTE 114



North 40-40 ノースフォーティフォーティ

本格フレンチをカジュアルに!!
県産食材を使い、三沢フレンチ料理を提供。

①/桜町2-7-14 ☎/0176-58-7091
②/11:30~15:00(L.O.14:00) 17:30~22:00(L.O.21:00)
③/水曜 ④/あり north40-40.com

MAP C-3 ROUTE 144

カルロスが三沢市内の飲食店を案内するよ。

カルロス・エリオット (Carlos Elliott)

青森県三沢市在住の元プロボクサー。日本のスーパーウェルター級、OPBFスーパーウェルター級の元王者。2人の息子は有名なパフォーマンス。

日本料理 泰心

季節の旬のものを取り入れた料理を提供

日本酒も各種あるので、宴会、会席、お気軽にどうぞ。

①/中央町2-5-25 ☎/0176-51-6654
②/11:30~14:00
17:00~22:00(金・土は18:00~1:00)
③/第1・3火曜 ④/なし

MAP C-2 ROUTE 92

ハピワン

多国籍料理のピストロ

美味しくてオシャレなフードメニューやドリンク多数。お酒とおいしい料理が楽しめるので女子会やパーティにも人気。

①/中央町2-3-26 ☎/0176-58-7376
②/ランチ平日のみ11:30~14:00(L.O.13:30)
月~日曜17:30~23:30(L.O.22:30)
金・土曜18:00~1:00(L.O.0:00)
③/火曜 ④/なし

MAP C-2 ROUTE 126

Acciuga アッチューガ

季節に合わせた料理と異国情緒溢れる雰囲気

地産の食材とイタリアからの輸入食材やワインを堪能できる。

①/幸町1-9-12 ☎/0176-51-6625
②/11:30~14:00(L.O.13:30/月曜ランチなし)
18:00~22:00(金・土曜は23:00)
③/なし ④/なし

MAP B-2 ROUTE 111

彩食酒楽 松喜

ボリューム満点のメニューが豊富。

塩とんかつは豚ロースをミルフィーユのように重ねて揚げているので、軟らかい食感が楽しめる。

①/中央町2丁目1-1三沢シティホテル1階 ☎/0176-52-5748
②/11:30~14:00(ディナーは予約のみ営業)
③/日曜・祝日 ④/なし

MAP C-2 ROUTE 23

十鉄三沢駅 駅そば

昭和39年創業。三沢市民の定番「駅そば」
スペシャルそば(天かき・卵・山菜)

レトロなたたずまいそのままに営業中。安い!早い!旨い!懐かしい市民の暮らしに密着した「駅そば」。

①/古木本宮地十鉄三沢駅西内 ☎/0176-53-3139 ②/7:00~19:00
③/1/1 ④/なし

MAP 市街 ROUTE 141

そば処 おお山

みんなに親しまれる本格自家製麺のおそば屋

こだわりある手作り麺はどれも絶品。中華そばも人気で、市民に愛される定番メニュー。

①/中央町4-5-25 ☎/0176-53-2414
②/11:00~15:00
17:00~20:00(水曜は15:00)
③/日曜 ④/あり

MAP E-2 ROUTE 136

小笠原食堂

昔から市民に親しまれている地元の食堂!

中華、洋食、お刺身などメニューが豊富! お子様からお年寄りまで一家団らんで利用できる。

①/桜町2-15-25 ☎/0176-57-1467
②/11:00~21:00
③/なし ④/あり

MAP 市街 ROUTE 196

御食事処 いや川

鍋やすき焼きが評判!!

地産地消に力を入れ、ごぼうやながいも等、三沢の旬の特産品を使ったメニューを店主のこだわりの味付けでご提供。

①/岡三沢6-115-30 ☎/0176-57-1319 53-8311
②/11:30~14:00 17:00~22:00
③/第1・3日曜 ④/あり

MAP 市街 ROUTE 106

鍋やすき焼きが評判!!

地産地消に力を入れ、ごぼうやながいも等、三沢の旬の特産品を使ったメニューを店主のこだわりの味付けでご提供。

①/岡三沢6-115-30 ☎/0176-57-1319 53-8311
②/11:30~14:00 17:00~22:00
③/第1・3日曜 ④/あり

MAP 市街 ROUTE 106

PADHA'S パダーズ

本場タイ料理に感激
自家製ソースは現地の食材や調味料を使用。
パッタイ(タイ焼きそば)・タイカレーの美味しさはリピーター確定!
本場タイ料理オススメ!

①/大町2-8-28 ☎/0176-52-5296
②/11:00~14:30 17:00~21:00
③/日曜 ④/あり
shop.misawajapan.com/padha/ ROUTE 146

MAP F-2

きらく亭

三沢駅正面真向。期間限定メニューも人気。

近港で水揚げされた脂ののったサバをじっくり煮込んだミソ煮はご飯とぴったり。小鉢も2つついてお腹も大満足!

①/本町2-71-1 ☎/0176-53-1087
②/11:00~14:30
③/日曜 ④/あり

MAP 市街 ROUTE 123

お食事処 和み

地元食材を活かしたメニューが豊富
ボリュームたっぷりのかき揚げ天そばは、三沢産の野菜をふんだんに使用した人気メニュー。

①/松園町3-10-1ビートルプラザ内 ☎/0176-57-4322
②/10:30~20:00(L.O.19:00)
③/不定休 ④/あり

MAP 市街 ROUTE 120

とわだっ湖

安くても市民に愛される
店主が釣り上げてきた魚をその日のうちに刺身で提供。青森県の地酒で一杯。

①/桜町2-15-24 ☎/0176-50-0285
②/17:00~21:00
③/月曜 ④/あり

MAP 市街 ROUTE 91

あんたが大将

県内外日本酒の美味しい居酒屋
県産・地場産品を使った料理を提供。

①/中央町2-3-6 ☎/0176-53-5089
②/17:00~23:00(L.O.22:30)
③/日曜 ④/なし

MAP C-2 ROUTE 115

マイクス三沢店

米軍基地にマイクスあり
店内はアメリカン!

国内には8店舗があり、テキサス州の伝統料理が中心。お客さんの9割が外国人というアメリカンな雰囲気。

①/中央町2-10-9 ☎/0176-53-7222
②/17:00~21:00 ③/日曜
④/なし mikes.jp

MAP C-1 ROUTE 119

レストラン三沢空港

「ゴボウかき揚げそば」や「三沢バラ焼き」が人気。

①/三沢空港ターミナルビル2F ☎/0176-52-5568
②/8:45~19:05(欠航の場合時間変更あり)
③/なし ④/あり

MAP 市街 ROUTE 52

エンゼルハウス

30年以上前からある三沢のファストフード店
一番のおススメは揚げたてのアツアツのフライドチキン。ずっと変わらない味は多くも大人気。

①/中央町3-11-8 ☎/0176-53-8873
②/11:00~20:00 ③/不定休
④/なし

MAP F-1 ROUTE 150

DINING

三沢の食事処

DINING

三沢の食事処

串処タカ

吟味した食材とこだわりが創り出す最高の味

お酒の種類も数多く取りそろえ、食材は徹底して産地管理を行うこだわりがうり。

①/中央町1-6-15タカビル
☎/0176-57-3337
🕒/日~木17:30~23:00
🕒/金土祝日17:30~0:00
📄/月曜 📄/なし

MAP C-2 ROUTE 112

酒菜 旬家

旬のうまいをあなたに!

地元食材を使用した旬の料理と洋風にアレンジした宴会メニューも人気。

①/中央町2-6-12 はまなす館1F
☎/0176-57-4133
🕒/18:00~22:30(L.O.)
📄/月曜 📄/なし

MAP D-2 ROUTE 199

鳥こう

早い!旨い!がモットーの大衆酒屋

焼き鳥をメインに幅広いメニューの品ぞろえがウレシイ!多くのお客さんが訪れ活気にあふれている。

①/中央町2-7-27
☎/0176-53-5303
🕒/17:30~22:30
📄/日・祝日 📄/なし

MAP D-2 ROUTE 143

夜の三沢も美味しいものが沢山! 大人楽しい!

みさ活 活魚センター

地元の海鮮を店内で焼いて味わえる

自慢の馬肉料理を中心に、地元食材を使ったメニューを取りそろえ。

①/中央町1-6-16 ☎/0176-27-6961
🕒/17:00~Last
📄/なし 📄/なし
misawa-katsugyo.jp

MAP C-2 ROUTE 88

からし亭三沢店

オリジナルの自家製生ダレがおいしい!

英語メニューやファミリー向けの子ども用メニューなども豊富なので、皆で楽しく美味しい焼肉や本格的な韓国料理を楽しめる。

①/南町1-31-3428
☎/0176-51-1717
🕒/11:00~15:00・16:00~23:30(平日)
🕒/11:30~23:30
📄/12/31 📄/あり12台
karasitei.com

MAP 市街 ROUTE 307

四季彩酒 嵯がの

落ち着いた雰囲気の中で、旬の素材を味わう。

三沢漁港に水揚げされたばかりの海の幸や、地元野菜にこだわった食材を、落ち着いた雰囲気の中で味わえる。

①/南町1-1-4
☎/0176-57-3336
🕒/18:00~22:00
📄/日曜(時々祭日あり) 📄/なし
e330.net/sagano/

MAP B-3 ROUTE 130

小料理ひより

おまかせメニューはフルコース料理の趣き!

ロコミでお客様が遠方からやってくる。三沢漁港直送の新鮮魚介類や地元の食材をリーズナブルな値段で堪能できる。手造り「ごまどうぶ」は、人気メニュー。

①/中央町1-6-2
☎/0176-53-3939
🕒/17:00~22:00(L.O.21:30)
📄/日曜 📄/なし

MAP C-3 ROUTE 127

彩喰楽酒 だい天

気の合う仲間が集まれば毎日が宴会!

創業から26年、三沢産の長寿やにんにくを使って「だい天オシジナル」の料理をご提供。また、日本酒は県内外20銘柄、焼酎は50銘柄と充実。

①/中央町2-5-25 ☎/0176-52-6157
🕒/18:00~0:00
📄/日曜 📄/あり
misawa-daiten.com

MAP C-2 ROUTE 137

食彩 やま文

三沢産やまざきポークに舌鼓

三沢のブランドやまざきポークのしゃぶしゃぶは、本来の味わいを引き出すために厚くカットしているので、噛むたびに旨味がジューッとあふれる。

①/下久保57-182
☎/0176-57-2953
🕒/17:00~22:00
📄/火曜 📄/あり

MAP 市街 ROUTE 135

男の厨房 いちのじ

田酒や豊盃等の地酒、マイナス2.2℃のハイボールが飲める

ローストビーフやバックリブといった肉料理から新鮮な魚介類や定番の居酒屋メニューまで、幅広いラインナップ。

①/中央町2-3-31
☎/0176-53-5107
🕒/17:00~0:00(L.O.23:00)
📄/日曜(月曜日の場合営業) 📄/なし

MAP C-2 ROUTE 133

居酒屋 いっぽう

1日5食限定

一押し自家製しょうまいは、食べ応えがあり、テイクアウト可。また、コラーゲンたっぷりの牛スジと大根の煮物は時間をかけて煮込んだ一品。

①/中央町1-2-13
☎/0176-57-4616
🕒/17:00~0:00(L.O.23:00)
📄/日曜(月曜日の場合営業) 📄/なし

MAP C-3 ROUTE 116

Drink Bar 「D-Wall」

気軽にワイワイ楽しめるセルフスタイルのドリンクバー

セルフスタイルで楽しめるドリンクバーで女性客が多い。最大50名まで貸切パーティーもできる。

①/中央町1-6-21 国際ビル2F
☎/0176-58-7115
🕒/19:00~2:00
📄/月曜 📄/なし
d-wall.jp/

MAP C-2 ROUTE 140

炭火焼肉 炙庵

居酒 焼肉 ダイニング

食べ応えたっぷりの本格焼肉、ワイワイ楽しめる居酒屋、旬の味わいを盛り込んだ繊細な創作料理、ドリンクメニューなども豊富。

①/中央町4丁目11-17
☎/0176-53-1155
🕒/17:00~23:30
📄/12/31/1/1 📄/あり
aburi-an.grandhill.net/

MAP F-3 ROUTE 94

旬の味炭火焼 いろり

市外からも旬の味を求めてグルメ通が訪れる

それぞれ素材に合った調理法で提供する。大ぶりのホッケ焼き、特製みそダレ焼鳥、特大つぶ貝刺、もつ鍋、玉子焼きと人気のメニューに大満足!

①/中央町2-5-35
☎/0176-57-2719
🕒/17:30~22:30
📄/日曜 📄/なし

MAP C-2 ROUTE 134

酒楽食彩 和がや

三沢の旨いがある

全室掘りごたつの小上がり席全10室をご用意。その日に仕入れた新鮮な旬の魚介をその場で調理。幅広いメニューが楽しめる。

①/中央町1-6-17
☎/0176-50-1558
🕒/17:00~0:00
📄/なし 📄/なし
misawa-wagaya.jp

MAP C-2 ROUTE 129

酒菜彩々 ほろりょう

三沢漁港の新鮮な地魚が堪能できる

地元の旬の食材を活かしたメニューが豊富で、和食の創作料理がお勧め。

①/中央町2-3-34ニューアイムビル2F
☎/0176-57-4565
🕒/17:00~0:00
(L.O.23:00)
📄/12/31/1/1 📄/なし

MAP C-2 ROUTE 132

串揚げ もつげ

もつげ名物『ゲソかきあげ』

絶品オリジナル串揚げと三沢産魚介のお刺身

創業以来40年変らぬ自家製ダレで食べるオリジナル串揚げと三沢沖の新鮮魚介の刺身が人気。県産酒も多数取りそろえ。

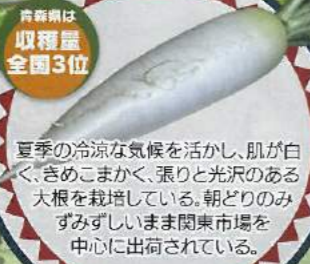
①/中央町2-3-2 味ビル ☎/0176-57-4330
🕒/18:00~23:00
📄/月曜 📄/なし

MAP C-2 ROUTE 124

先人の苦勞と豊かな自然が「日本一のごぼう」を誕生させた

「やませ(偏東風)」が吹き付ける北の台地。この太平洋からもたらされる夏でも冷涼な気候が「日本一のごぼう」や良質の「にんにく」「ながいも」などを育てる。

だいこん
品種名: 春輝、春輝匠
青森県は収穫量全国3位



夏季の冷涼な気候を活かし、肌が白く、きめこまかく、張りとう光沢のある大根を栽培している。朝どりのみずみずしいまま関東市場を中心に出荷されている。

にんじん
品種名: 彩響7、紅き
青森県は収穫量全国4位



出荷される時期により「夏にんじん」「秋にんじん」があり、色や形が良く、高い市場評価を得ている。生食からジュースまで幅広い用途と食味の良さが特長。

じゃがいも
品種名: メークイン、キタアカリ
青森県は収穫量全国8位



冷涼な気候を好むじゃがいもは「やませ」吹く三沢にピッタリ。煮崩れの少ない「メークイン」の生産が主力となっている。

JAおいらせ農業協同組合
TEL: 0176-54-2211 | ja-oirase.or.jp/



三沢市が誇る特撰食材と地産地消推進の店

三沢市では、下記の一次産品を三沢市が誇る特撰食材として指定し、地産地消の推進を図っています。また、ブランド化についても、さらなる推進を図ります。三沢市が指定する6つの特撰食材のうち半分以上の食材を活用し、料理を提供している店は「地産地消推進の店」のステッカーが目印となっています。

ごぼう
品種名: 柳川理想
青森県は収穫量日本一

にんにく
品種名: 白玉王
JAおいらせのにんにくは品質日本一。JA全農あおもりが実施している品評会で6年連続最優秀賞を受賞。農林水産大臣賞も2回受賞している。白玉王は大きく雪のような白さで、風味も非常に良いのが特長。

ながいも
品種名: ガンクミジカ
三沢のやわらかい土は地中深く伸びる「ながいも」にとって最適。その土壌が三沢の白色で粘りが強くアクが少ない良質な長いもを育てている。

三沢は、日本一のごぼうの里(JA流通出荷量日本一)。その特長は、肌が白く、長さがあり、風味とシャキシャキとした食感が自慢。選び方は「太さが一定で太すぎず」「ヒゲ根、コブのないもの」「泥付きの湿りがあるもの」を選ぶと良い。

スルメイカ (P26参照)
ほっき貝 (P27参照)
2大ブランド豚

「やまざきポーク」は、一般の豚よりビタミンEが豊富。あっさりとした脂質と臭みのないやわらかい肉質が特長。「青森県産こだわりポーク」は、仕上げ飼料にニンニクを加えて飼育、「餌にこだわる」ことにより、肉中のビタミンB1含有量がUPした。しまりが良く、こちらもやわらかい肉質が特長。

旬裁カレンダー	種類 / 月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
ながいも													
ごぼう													
にんにく													
にんじん													
だいこん													
じゃがいも													

参考データ: JA青森中央会HP、JA全農あおもりHP、JAおいらせHP、農水省2016年度産 野菜生産出荷統計(確報)

海鮮料理・地元の食材を使った創作料理も人気のお店。
新鮮のいい地元食材を使った「ほうらいオリジナルメニュー」はイチオシ。
TEL: 0176-57-3454 | 17:00~23:00 (L.O.22:30) | 日曜/あり

新鮮な笑顔◎三重丸 三沢の寿司!
TEL: 0176-53-6693 | 17:00~23:00 (L.O.22:00) | 日曜/あり

寿司とうなぎが旨い店
TEL: 0176-57-2923 | 11:00~14:00 (L.O.13:30) | 16:00~22:00 (L.O.21:00) | 月曜/あり20台

肉厚で新鮮なネタが旨い
TEL: 0176-53-6693 | 17:00~23:00 | 日曜/あり

喜久寿司
一人でも家族でも、気軽に利用できる老舗すし店。
TEL: 0176-53-3476 | 11:30~14:30 | 17:00~22:00 | 不定休/あり10台

新寿司
鮮度をほころばせる鮮魚が旨さの決め手。
TEL: 0176-52-2289 | 17:45~23:00 | 日曜/あり4台

宝寿司
カウンターには貝類専用のいけすもあり、目と舌で海の恵みを堪能。
TEL: 0176-53-1615 | 16:00~23:30 | 日曜/あり15台

錦寿司
コース料理がお得! 団体でもOK
TEL: 0176-52-7711 | 17:00~23:00 | 日曜/あり

すし処 魚らく
三沢漁港の新鮮なネタとお米にこだわった寿司。
TEL: 0176-53-8734 | 11:30~14:00 (L.O.13:30) 要予約 | 17:00~22:00 (L.O.21:00) | あり7台

船主だから、魚の鮮度が違う! 必見! 寿司割烹
TEL: 0176-53-8167 | 11:30~13:30 | 16:30~23:00 (L.O.22:00) | 日曜/あり2台

青森の魚を堪能できる、気風のいいイキな寿司屋
TEL: 0176-53-1118 | 17:00~23:00 | 日曜/あり

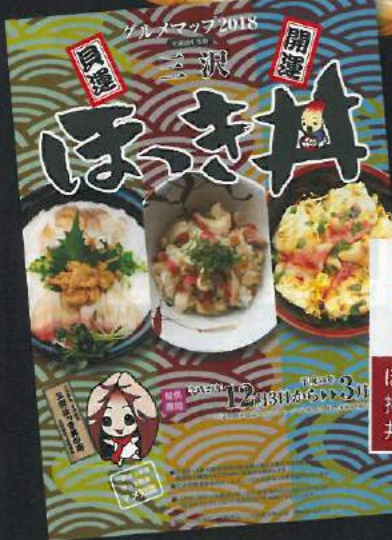
毎日その日水揚げされた新鮮な魚がポイント。
TEL: 0176-53-7512 | 17:00~23:00 | 日曜/あり5台

ご当地グルメ「三沢ほっき丼」提供期間:12月▶3月

三沢漁港は全国有数のほっき貝の水揚げ港として知られている。資源保護のため、漁の期間や数量を限定している。貝が大きいのが特徴。その新鮮なほっき貝を使用した「三沢ほっき丼」は、三沢を代表するご当地グルメ! 店によって調理方法が異なるので、いろいろ楽しむことができる。あなたのお気に入りにはどれか?



S P I S U L A



三沢ほっき丼
グルメマップ 2018

ほっき丼を提供しているお店がたくさん掲載されているので、自分好みのほっき丼を探すのに便利!

※駅・空港・市役所・観光案内所等の主要施設に提供期間中設置しています。

店名	住所	TEL	営業時間	備考
三沢ほっき丼	三沢市			
...

※期間中でも天候や年末年始等により、ほっき貝の水揚げが無い時は、店舗によって提供ができない場合があります。事前の確認をお願いします。

ほっき丼 検索

ほっき貝の保存方法

- 活ほっき貝は、海水などに入れずにそのまま常温で保存してください。約3~5日は生きています。
- 下ごしらえしたほっき貝は、さっと湯通しして冷凍保存しておく必要な時にすぐ使えて便利です。

ほっき貝のさばき方と下ごしらえ



- 貝の吸い口部分(片方だけ)を手前に向けて、さき間にナイフを入れます。
- ナイフを下に向け、左右に動かして貝柱を切ります。
- 貝柱を切ると、貝の口が開くので、もう一方の貝柱を切ります。
- 貝が開きますので、身を取り出します。
- 貝から取り出した身には砂がついているので、きれいに洗い流してください。
- 貝のふちの黒い部分を引っぱり取り去ります。
- 身の白い方から包丁を入れ、中の内臓等の茶色部分を取り除いてください。これで下ごしらえの完成です。

鮮度抜群のブランドイカ「三沢昼いか」

活イカとは、三沢漁港で水揚げされ、生きた状態で提供しているイカのことです。



SQUID

青森県のイカの漁獲高は全国第一位です!

その青森県の中でもひととき、鮮度抜群と評判なのが「赤とんぼ」の通称名で知られる「三沢昼いか」。

「三沢昼いか」は日中操業し、漁港には午後2時頃から夕方にかけて荷揚げされる。荷揚げされたイカは、せりにかかれ、飲食店や小売店に直行。築地方面には、大型トラックで東北自動車道をひた走り、翌朝の競りまでに到着するので、鮮度よし、味よし、三沢昼いかと大評判! ミス・ビードル号のステッカーから「赤とんぼ」の通称名で呼ばれている。

活イカ提供店

- 鮪道楽 一八**
〒0176-53-1118
17:00~23:00
月曜 休
- 酒楽食彩 和がや**
〒0176-50-1558
17:00~0:00
日曜 休
- 旬の味炭火焼 いろり**
〒0176-67-2719
17:30~22:30
日曜 休
- 寿司割烹 福水**
〒0176-53-8167
11:30~13:30
16:30~23:00 (L.O.22:00)
日曜 休
- 酒菜彩々 ほうりょう**
〒0176-57-4565
17:00~0:00 (L.O.23:00)
12/31~1/1 休
- 錦寿司**
〒0176-52-7711
17:00~23:00
日曜 休
- 宝寿司**
〒0176-53-1515
16:00~23:00
日曜 休
- 小料理 ひより**
〒0176-53-3939
17:00~22:00 (L.O.21:30)
日曜 休
- 居酒屋 北條**
〒0176-57-4080
18:00~0:00
月曜(祝日の場合営業) 休
- すし処 魚らく**
〒0176-53-9734
11:30~14:00 (L.O.13:30)
17:00~22:00 (L.O.21:00)
日曜 休
- みさか 活魚センター**
〒0176-27-6961
17:00~Last
日曜 休

三沢市漁業協同組合直売所

TEL: 0176-54-4500 営業時間: 10:00~18:00
木曜 年末年始(12/31~1/4) お盆期間(お問い合わせください)
あり120台(うち優先駐車場2台)大型車向駐車場 jf-misawa.com/chokubai/



ヒラメ
旬は 9月~11月
青森県はヒラメの漁獲量日本一。三沢漁港でも連日たくさんのヒラメが水揚げされている。スルメイカ、ほっき貝と並ぶ三沢漁港の主力魚。



鮭
旬は 10月~12月
秋の時期に回遊し、三沢沖で獲れる鮭は丸々と太っており、脂が乗っている。メスにはいくらがつぶつぶ。



シラウオ
旬は 4月~6月
三沢沖で獲れる「海のシラウオ」は、沼のシラウオに比べて臭みがなく、あっさりしていて食べやすいのが特徴。クセがなく、和え物や焼き揚げなど様々な味が楽しめる。



平蟹
旬は 通年
オスとメスで味が異なるのが特徴。ゆでてそのまま食べてもよし、汁物の具や唐揚げにしてもおいしい。甘くて濃い味の身とカニミソがぎゅっと詰まっている。



マコガレイ
旬は 1月~2月
煮付けはもちろん新鮮なものはお刺身がおすすめ。

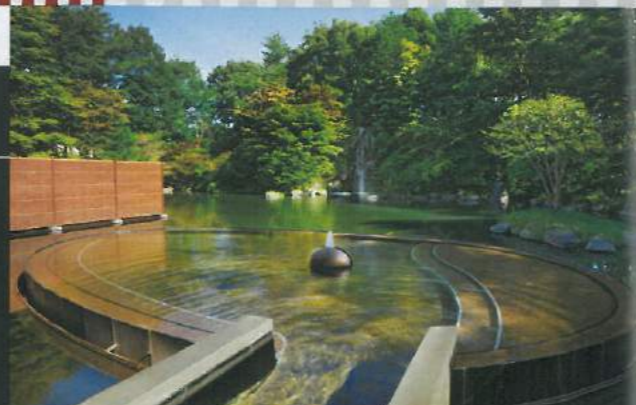
JF 三沢市
三沢市漁業協同組合
TEL: 0176-54-2202
jf-misawa.net/



星野リゾート

青森屋

住所:古間木山56 電話:0570-073-022 (星野リゾート予約センター) 駐車場:あり200台 In 15:00 - Out 12:00 naresoraomariya.com



まるで池に浮いているような開放感ある造りの露天風呂「浮湯」。とろりとした肌触りの湯は、アルカリ性単純温泉が源泉がけ流して楽しめる。

ヨッテマレ酒場

みちのく祭りや



深夜0時まで盛り上がる酒場では、青森ならではの地酒や珍味を数多くご用意。日帰りでもご利用いただけます。

青森4大祭りを1年中楽しめるショーレストラン「みちのく祭りや」。



ホテル ルートイン三沢 住所/幸町1-9-2 電話/0176-50-1011 駐車場/あり 155台 In 15:00 - Out 10:00 route-inn.co.jp



三沢 シティホテル 住所/中央町2-1-1 電話/0176-52-7777 駐車場/あり 50台 In 15:00 - Out 10:00



ホテルミサワ イン コーヨー 住所/幸町1-6-8 電話/0176-53-5511 駐車場/あり 30台 In 15:00 - Out 11:00 hotel-koyoen.com/



三沢 プリンセスホテル 住所/幸町1-3-26 電話/0176-57-2351 駐車場/あり 40台 In 15:00 - Out 10:00 princesshotel.jp/princessH



三沢 ハイランドホテル 住所/中央町3-9-38 電話/0176-58-5881 駐車場/あり 27台 In 15:00 - Out 10:00 misawahighland.co.jp



アネックス プリンセスホテル 住所/幸町1-6-48 電話/0176-51-8181 駐車場/あり 40台 In 15:00 - Out 10:00 princesshotel.jp/annex



ホテル グランヒルつたや 住所/松園町3-8-4 電話/0176-53-1000 駐車場/あり 100台 In 15:00 - Out 11:00 grandhill.net



ビジネスホテル KOYOEN 住所/幸町1-9-40 電話/0176-53-4900 駐車場/あり 15台 In 15:00 - Out 11:00



ホテル トラストイン 住所/中央町1-7-12 電話/0176-58-7714 駐車場/あり 10台 In 15:00 - Out 11:00 trust-inn.net



ホテル天水 住所/古間木山89 電話/0176-53-3053 駐車場/あり 30台 In 15:00 - Out 10:00 hotel-tensui.com



ビジネスホテル ビッグウエスト 住所/中央町1-7-19 電話/0176-51-1500 駐車場/あり 20台 In 15:00 - Out 10:00



サニーフラット ビジネス民宿 住所/東町4-4-6 電話/0176-53-5780 駐車場/あり 20台 In 15:00 - Out 10:00



旅館福井荘 住所/中央町1-2-16 電話/0176-53-3529 駐車場/あり 6台



市民の森 やすらぎ荘 住所/三沢淋代平116-2945 電話/0176-59-3388 駐車場/あり 30台 In 16:00 - Out 10:00 misawashi-jichikousya.net/yasuragi



小川原湖畔 コテージ 住所/三沢淋代平116-2857 電話/0176-59-2830 駐車場/あり 20台 In 15:00 - Out 10:00 kite-misawa.com/camp/

三沢の公衆浴場は全て天然温泉



三沢市は市内に12カ所もある温泉天国。仕事帰りはもちろん、家族連れの利用も多く生活に密着している。大きくゆったりとした天然温泉で癒される快適さは温泉が一番！そんな三沢市の温泉あれこれを一挙公開！

①は単純温泉、②はナトリウム塩化温泉。

Grid of 12 public bathhouse entries. Each entry includes a title, a descriptive quote, a photo of the bath, and operational details like hours, fees, and location. Bathhouses include: あおば温泉, 岡三沢温泉, 桂温泉, 木崎野温泉, 三陸温泉, 市民の森温泉浴場, スパハウスかわむら, 太郎温泉旅館, 平畑温泉, 星野リゾート青森屋元湯, 三沢空港温泉, 三沢保養センター.

- 仕事の前に入る早朝営業の温泉は.....【桂】【木崎野】
●「熱いのは苦手」というあなたには.....【あおば】【元湯】
●湯冷めをしたくないあなたには.....【平畑】【岡三沢】【保養】
●「熱くなければ温泉じゃない」というあなたには.....【三陸】【平畑】【市民の森】【太郎】
●仕事が遅くなっても入れる深夜営業の温泉は.....【かわむら】【平畑】【空港】
●シャワー・カランの水圧が強い温泉は.....【あおば】【市民の森】【三陸】【木崎野】
※取材時の個人の感想に基づいたものです。



三沢市ならではの国際色豊かなイベント、豊かな自然を活かしたイベントが目白押し

EVENT
9月頃
三沢基地航空祭
MISAWA AIR FESTIVAL

全国から多くのファンが訪れる三沢基地航空祭。ブルーインパルスなどの展示飛行に約10万人の観衆が釘付け。三沢基地航空祭は、航空自衛隊機のほか米軍の航空機も多数参加することから、他の航空祭とは違った迫力や楽しみもある。

場所: 三沢基地内
問合せ: 第3航空団司令部渉外室
電話: 0176-53-4121
mod.go.jp/asdf/misawa

EVENT
4月下旬~5月上旬
みさわ桜ライトアップ

北国の春を待ちわびる人の心は同じ。大勢の市民が桜の下で宴を繰り広げ、ピーク時には大勢の外国人がバーベキューパーティーで盛り上がり、日本の風情を満喫している。異国情緒あふれる三沢のお花見風景。

場所: 中央公園
問合せ: (一社)三沢市観光協会
電話: 0176-59-2311

EVENT
7月中旬
みさわ小川原湖水まつり

小川原湖の沼開きがイベントの起源。この湖水まつりで、三沢の本格的な夏がスタート。湖水浴場での水遊び、楽しいステージショー、お腹が空いたら出店のグルメを満喫。たくさんの人で賑わう。

場所: 小川原湖畔
問合せ: (一社)三沢市観光協会
電話: 0176-59-2311

EVENT
7月下旬
みさわ七夕まつり

吹き流しなどの伝統的な飾りの他、基地のまちならではの航空機やアニメのキャラクターをモチーフに世相を反映したものなど多彩な飾り付けが魅了する。周辺市町村や基地の外国人など多くの人たちで賑わう。

場所: 三沢中央商店街(アーケード商店街)他
問合せ: 三沢市商工会
電話: 0176-53-2175

EVENT
5月GW・8月上旬
寺山修司記念館フェスティバル

寺山修司を身近に感じられて家族で楽しめる市民参加型イベントを春と夏に開催。寺山修司ゆかりのゲストを招いたトークショーやコンサート、「寺山修司遊びの劇場」など盛りだくさん。お楽しみに!

場所: 寺山修司記念館屋外多目的スペース
問合せ: 寺山修司記念館
電話: 0176-59-3434

EVENT
8月下旬
三沢まつり

4日間に渡って開催。趣向を凝らした山車がライトアップされ、夜間運行される。中日には大仮装行列や国際サマーフェスティバル、流し踊りなどが催され、外国の方々でも参加できる三沢ならではの国際色豊かなお祭り。

場所: 市街地幹線道路他
問合せ: 三沢市商工会
電話: 0176-53-2175

EVENT
8月下旬
みさわ港まつり

三沢特産の魚介類などを販売。熱気溢れる舟こぎ大会や花火大会は周辺市町村からたくさんの見物客で賑わう。

場所: 三沢漁港
問合せ: 三沢市水産振興課
電話: 0176-53-5111(内線512・513)
※当日は三沢市漁業協同組合
電話: 0176-54-2202

EVENT
9月上旬予定
みさわ地産地消フェア

太平洋と豊かな大地で育まれた特産品を活かした食べ物や商品を求め、会場には大勢の人が押し寄せる。ステージショーも人気。

場所: おいらせ農協倉庫
問合せ: 三沢市観光物産課
電話: 0176-53-5111(内線523)

EVENT
9月下旬~10月上旬
MISAWA BBQ ジャンボリー

三沢市民から広く愛されている食文化「バーベキュー」を中心とした参加型のイベント。お肉ばかりではなく、三沢漁港で水揚げされた海鮮BBQセットや地元の新鮮野菜セットも販売され、秋のBBQを満喫できる。

場所: 道の駅みさわ斗南藩記念観光村
問合せ: (一社)三沢市観光協会(先人記念館)
電話: 0176-59-2311(0176-59-3009)

EVENT
10月中旬
ハロウィンフェスタ IN MISAWA

仮装パレードや仮装コンテストなどがアーケード街を中心に開催される。通り沿いのお店もハロウィンの飾り付けをするので街全体がハロウィン一色となり気分を一層盛り上がる。

場所: 三沢中央商店街(アーケード商店街)他
問合せ: 三沢市商工会
電話: 0176-53-2175

EVENT
11月下旬~1月上旬
ミサワ・パンタシア

三沢の街に幻想的な空間が浮かび上がる。冬を彩る新イルミネーションスポット。

場所: なかよし公園
問合せ: 三沢市商工会
電話: 0176-53-2175
misawa.or.jp

EVENT
3月中旬
三沢ほっきまつり

三沢産ほっき貝の販売・無料試食のほか、ほっき貝を使用した料理や海の幸・山の幸などを販売。また、ほっき貝ムキムキ大会などの参加型イベントがある。試食・販売ともなくなり次第終了。

場所: 三沢漁港
問合せ: 三沢市漁業協同組合
電話: 0176-54-2202

毎月1回実施(9月を除く)
フレンドシップツアー

米軍三沢基地内をバスで見学するツアー。市内のガイドツアーを併催します。

定員: 30名~
場所: スカイプラザミサワ
申込先: 三沢市産業政策課
電話: 0176-53-5111(内線537)

10月上旬
大空のまち・みさわスカイフェスタ

県内外から参加者が集う、ミス・ビードル号を記念して開催される紙飛行機・模型飛行機の大会。

場所: 湖の見える草原
問合せ: NPO法人テイクオフみさわ(三沢航空科学館内)
電話: 0176-50-7777

EVENT
6月上旬
AMERICAN DAY

MISAWA AMERICAN DAY

場所: メインゲート前、公会堂及び周辺
問合せ: 三沢国際クラブ 電話: 0176-51-1600
geocities.jp/hmikami.jp
facebook.com/micamericanday

ハーレーや米軍使用車両等約500台、参加者1,000名のアメリカンパレードは迫力満点!この日のみ運行のアメリカ行きバス(無料)による基地見学ツアーや普段堪能する事ができないアメリカンフードが大人気。その他に、アメリカ式の怖〜いお化け屋敷や子ども遊戯広場も充実。この日の三沢はアメリカ一色の雰囲気を楽しめる!

名称	住所	☎0176	掲載ページ
観光施設			
青森県立三沢航空科学館・大空ひろば	三沢北山158	50-7777	4.5
小川原湖観光センター レークピア	三沢津代平116-2858	59-2311	8
くらしを守る森公園展望台	三沢津代	53-5111	5
スカイプラザミサワ	中央町2-8-34	51-1712	12
三沢市寺山修司記念館	三沢津代平116-2955	59-3434	6.7
三沢市歴史民俗資料館	三沢津代平116-2955	59-3670	8
水辺ひろば(イカト漁業所)	仏沼地先	58-2104	11
道の駅みさわ 総合案内施設	谷地頭4-298-652	59-2711	11
道の駅みさわ 斗南歴史資料館 三沢市先人記念館	谷地頭4-298-652	59-3009	10
ラムサール条約国際登録湿地 仏沼	仏沼	53-5111	11

宿泊			
アネックスプリンセスホテル	幸町1-6-48	51-8181	29
三沢オートキャンプ場	三沢早稲田261-4	59-3311	8
小川原湖畔キャンプ場/コテージ	三沢津代平116-2949	59-2830	9.29
ビジネスホテルKOYOEN	幸町1-9-40	53-4900	29
サニーフラットビジネス民宿	東町4-4-6	53-5780	29
三沢シティホテル	中央町2-1-1	52-7777	29
太郎温泉旅館	深谷2-49-2	53-4649	
ホテルグランヒルつたや	松園町3-8-4	53-1000	29
ホテル天水	古間木山89	53-3053	29
ホテルトラストイン	中央町1-7-12	53-7714	29
三沢ハイランドホテル	中央町3-9-38	58-5681	29
ビジネスホテルビッグウエスト	中央町1-7-19	51-1500	29
福井荘	中央町1-2-16	53-3529	29
三沢プリンセスホテル	幸町1-3-26	57-2351	29
星野リゾート青森屋	古間木山56	050-073022	29
ホテルルートイン三沢	幸町1-9-2	50-1011	29
ホテルミサワインコーヨー	幸町1-6-8	53-5511	29
市民の森 やすらぎ荘	三沢津代平116-2945	59-3388	9.29

温泉			
あおば温泉	花園町5-31-3805	50-1455	28
岡三沢温泉	堀口1-1-1	53-6129	28
桂温泉	岡三沢1-1-87	57-4335	28
木崎野温泉	東町3-6-2	53-8700	28
三沢空港温泉	東岡三沢1-83-90	53-4167	28
三陸温泉	三川目3-912-1	54-2857	28
ス/ハウスかわむら	中央町2-10-23	53-2244	28
市民の森 温泉浴場	三沢津代平116-2945	59-3388	9.28
三沢保養センター	三沢園沢41-32	54-8637	28
太郎温泉	深谷2-49-2	53-4649	28
平畑温泉	岡三沢8-83-2	57-4045	28
星野リゾート青森屋 元湯	古間木山56	51-1116	28

鉄道		
青い森鉄道(株)三沢駅	大落瀬古間木51-7	53-2710

航空		
フライト情報(JAL)		0570-025071
三沢空港ターミナル(株)	三沢下夕沢83-198	53-7500
三沢空港一十和田市街地間乗合タクシー		78-0346 (三沢タクシー内)
三沢空港連絡バス		0178-434620
むつ方面乗合タクシー		0120-22-8310 (既報掲載)

バス		
十和田観光電鉄(株)三沢営業所	六戸町小松ヶ丘1-77-419	53-3136

レンタカー		
オリックスレンタカー三沢空港店	三沢下夕沢83-198三沢空港1F	27-6543
タイムズカーレンタル三沢空港前店	岡三沢7-15-5	53-4844
トヨタレンタリース青森(株)三沢空港店	三沢下夕沢83-248	57-0100
日産レンタカー 三沢空港	三沢下夕沢83-198三沢空港1F	58-5677
ニッポンレンタカー三沢駅前営業所	本町2-62	57-0071
ニッポンレンタカー三沢空港前店	三沢上屋敷163-4	51-9160



名称	住所	☎0176	掲載ページ
タクシー			
大空タクシー	大町2-6-4	51-9333	
基地交通(有)	桜町2丁目3-28 富士タクシー内	53-6481	
(株)中央タクシー	中央町2-7-23	0120-55-4135	
富岡観光(株)	中央町2-12-10	0120-53-2135	
(有)富士タクシー	桜町2-3-28	53-2165	
(株)三沢タクシー	幸町1-9-15	0120-22-2155	
三八五交通(株)	大津4-12-317	54-4444	

旅行会社			
青い森旅ショップ三沢	大落瀬古間木51-7 2F	53-3179	
オリエントツアー	幸町1-4-2	51-1551	
夢の旅社	大町2-3-19	50-1113	

名称	住所	☎0176	掲載ページ
レジャー関係			
わかさぎ釣り(西本)	三沢小山田8-9 自然ふれあい広場	090-3606-6608	9
小川原湖カヤックラボ	三沢津代平116-2858	090-9810-9125	9
市民の森運動公園	三沢津代平116-2945	59-2221	9
馬場貸ボート	三沢津代平116-29	59-3362	8

組合等			
おいらせ農業協同組合	三沢堀口16-7	54-2211	25
三沢市漁業協同組合	三川目4-145-552	54-2202	26
三沢市商工会	幸町2-1-1	53-2175	
三沢市タクシー協会	幸町1-9-15	53-2155	
(一社)三沢市観光協会	三沢津代平116-2858	59-2311	
航空自衛隊三沢基地	三沢後久保125-7	53-4121	

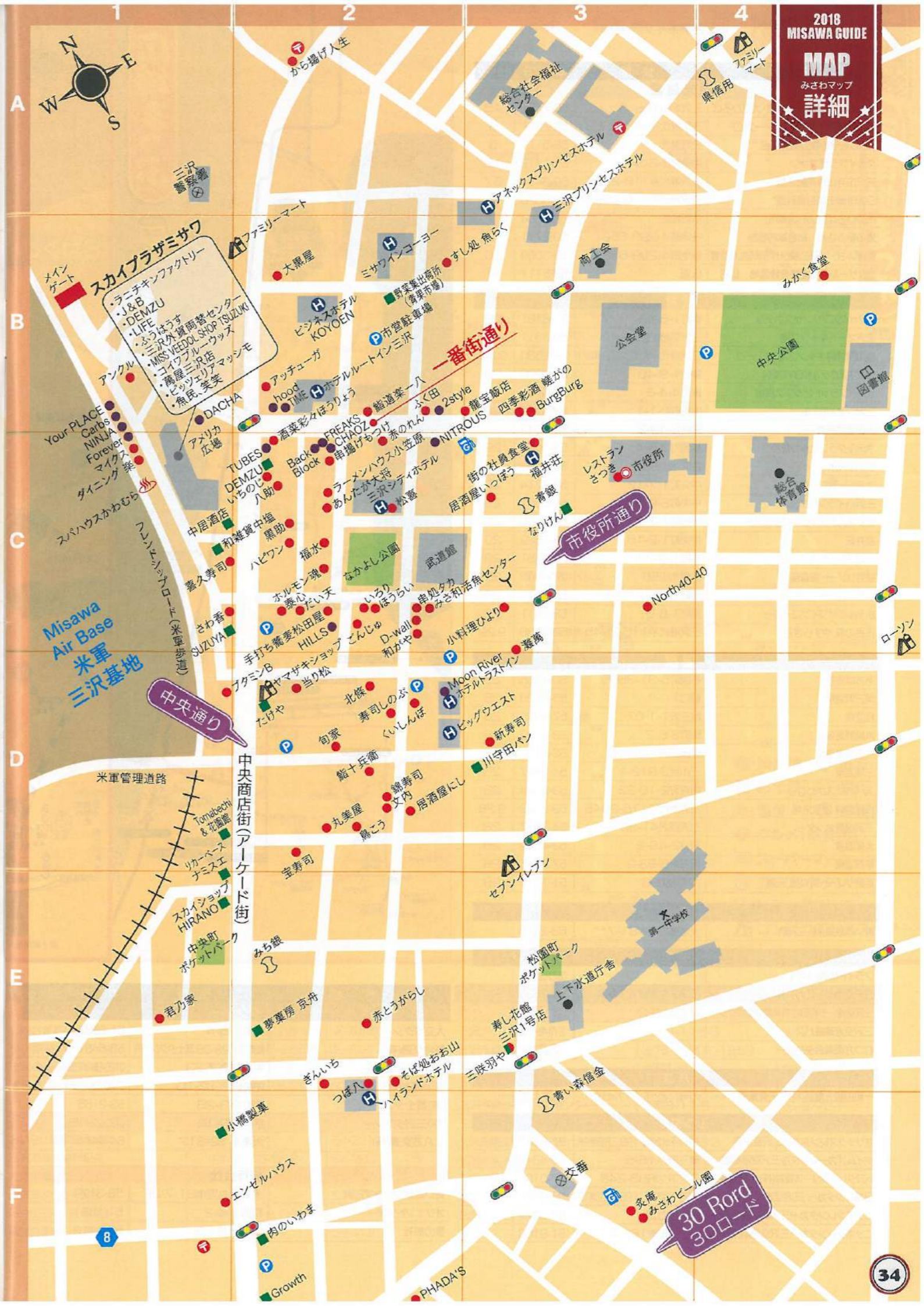
名称	住所	☎0176	掲載ページ
公共施設等			
三沢アイスアリーナ	南山3-116-5	57-2100	
三沢市屋内温水プール	三沢戸崎101-1553	59-3850	
三沢市公会堂	桜町1-6-35	53-8711	
三沢市国際交流教育センター	三沢園沢230-1	51-1255	
三沢市総合福祉センター	幸町3-11-5	51-8770	
三沢市総合体育館	桜町1-4-7	53-1218	
三沢国際交流スポーツセンター	南山1-138-2	51-4466	
三沢市武道館	中央町1-4-20	57-0050	
三沢市役所	桜町1-1-38	53-5111	
三沢市立図書館	桜町1-5-43	53-6040	
三沢市立三沢病院	堀口164-65	53-2161	

● 地産地消推進の店マーク ● チーズロール販売店マーク ● 三沢ほっけ餅販売店マーク ● バラ焼き販売店マーク

名称・取扱マーク	住所	☎0176	掲載ページ
飲食店			
赤とうがらし	中央町3-8-6	53-9867	
赤のれん	中央町2-1-23	53-3333	18
Aocluga(アッチューガ)	幸町1-9-12	51-6625	21
炭火焼肉 炭庵	中央町4-11-17	53-1155	23
アングルインドレストラン	中央町2-9-6	53-2681	20
あんたが大将	中央町2-3-6	53-5089	19,21
居酒屋 いっぼう	中央町1-2-13	57-4616	22
男の厨房 いちのじ	中央町2-3-31	53-5107	22
旬の味 炭火焼 いりり	中央町2-5-35	57-2719	23,26
御食事処 いや川	岡三沢6-115-30	57-1319	21
十鉄三沢駅 駅そば	古間木官地十鉄三沢駅管内	53-3139	20
エンゼルハウス	中央町3-11-8	53-8873	20
お食事処 おおせつか	三沢沖代平116-2945	59-3388	7,19
そば処 おお山	中央町4-5-25	53-2414	20
グリル大宮	大町2-4-6	53-4777	
小笠原食堂	桜町2-15-25	57-1467	21
拉麺点心得堂	堀口1-3-1	53-5250	16,19
からし亭三沢店	南町1-31-3428	51-1717	22
レストラン 華林邑	堀口1-4-1	57-5707	16
君乃家食堂	中央町3-3-19	53-2812	18,19
きらく亭	本町2-71-1	53-1087	7,20
焼とり酒場 ぎんいち	中央町3-9-1	27-6610	
串焼タカ	中央町1-6-15 タカビル	57-3337	23
くいしんぼ	中央町1-7-9	53-7344	
居酒屋 黒助	中央町2-3-28	51-1555	
道の駅みさわ くれ馬ば〜く	三沢谷地嶺4-298-652	59-2711	7,11
ごんじゅ	中央町2-5-20	57-1564	
四季彩酒 暎がの	幸町1-1-4	57-3336	23
札幌香蘭三沢店	堀口2-10-1	53-8057	16
Jack & Betty	中央町2-8-34 スカイプラザ1F	51-6667	12
レストラン さつき	桜町1-1-38 市役所B1	53111 隣室	19
さわ香	中央町2-12-5	58-5145	
酒菜 旬家	中央町2-6-12 はまなす館1F	57-4133	23
大黒屋食堂	幸町1-10-6	53-2608	
彩繪楽酒 だいた	中央町2-5-25	52-6157	15,19,23
日本料理 泰心	中央町2-5-25	51-6654	21
匠家	緑町2-6-1	53-2762	16,19
つば八 三沢店	中央町3-9-36	53-0858	
手打ち蕎麦 松田屋(山と森と)	中央町2-5-32	53-3311	19
とわたっ湖	桜町2-15-24	50-0285	21
焼鳥 鳥こう	中央町2-7-27	53-5303	23
D-Wall	中央町1-6-21 国際ビル2F	58-7115	23
お食事処 和み	松岡町3-10-1 ビートルプラザ内	57-4322	7,19,21
お食事処 瀧尾	中央町1-6-4	53-9630	19
居酒屋 にし	中央町1-8-23	57-2424	
North40-40	桜町2-7-14	58-7091	14,20
八助	中央町2-3-31	57-5418	
はまなす食堂	鹿中1-527-1	54-2892	
PHADA'S	大町2-8-28	52-5296	20
レストラン Burg Burg	幸町1-1-3	52-6200	
ハピワン	中央町2-3-26	58-7376	21
ヒコウキカフェ	三沢北山158	50-7777	7
小料理 ひより	中央町1-6-2	53-3939	23,26
PIZZERIA MASSIMO	中央町2-8-34 スカイプラザ1F	51-7270	12
ふく田	幸町1-7-5	53-1492	7,19
肉酒場 ぶたミンB	中央町2-14-10	51-6151	21
文内	中央町2-7-49	57-5390	
居酒屋 北條	中央町2-6-1 ニューユタカビル2F	57-4080	19,26
酒菜彩々 ほろりょう	中央町2-3-34 ニューアイルビル2F	57-4565	22,26
星野リゾート 青森屋 ヨッテマレ酒場	古間木山56	51-1116	29
ホルモン魂	中央町2-3-8		
ベジキッチン まいまい	鹿中2-58-253	58-6171	
マイクス三沢店	中央町2-10-9	53-7222	20
街の社員食堂	中央町1-1-13	51-2888	7,15,19,21
ヌードルハウス 丸美屋	中央町2-7-13	57-0383	19
彩食酒菜 松喜	中央町2-1-1 三沢シティホテル内	52-5748	7,20
みかく食堂	幸町2-5-1	53-1802	
みさ活魚センター	中央町1-6-16	27-6961	22

名称・取扱マーク	住所	☎0176	掲載ページ
みさわビール園			
串揚げ もつけ	中央町2-3-2 味ビル	57-4330	22
CAFÉ&BAR LIFE	中央町2-8-34 スカイプラザ1F	51-3616	12
ダイニング 葉	中央町2-10-25	51-1792	7
ラーメンハウス小笠原	中央町2-3-5	53-9111	
ラニチキンファクトリー	中央町2-8-34 スカイプラザ1F	090-8258-7299	12
龍宝飯店	幸町1-7-2	52-2077	16
レストラン 三沢空港	三沢下夕沢83-19B	52-5668	20
食彩 やま文	下久保57-182	57-2953	22
酒菜食彩 和がや	中央町1-6-17	50-1558	22,26
すし店			
鮎道菜 一八	幸町1-8-5	53-1118	24,26
鮎大竹	岡三沢1-1-6	57-2923	24
喜久寿司	中央町2-11-2	53-3476	24
すし処 魚らく	幸町1-6-6	53-8734	24,26
寿し花館 三沢1号店	中央町4-3-11	53-3431	
寿し花館 三沢堀口店	堀口1-15-7	53-9360	
寿司しのぶ	中央町2-6-61	53-6693	24
鮎十兵衛	中央町2-7-36	53-7512	24
新寿司	中央町1-7-13	52-2289	24
宝寿司	中央町3-2-1	53-1516	24,26
錦寿司	中央町2-7-2	52-7711	24,26
寿司割烹 福水	中央町2-3-7	53-8167	24,26
鮎ダイニング ほろらい	中央町2-5-36 小笠原ビル1F	57-3454	19,24
ショッピング・お土産			
肉のいわま	大町2-2-12	53-5210	18
Aコープみさわ店	三沢堀口17-91	54-2665	15
から揚げ人生	平畑1-2-60	53-5412	18
川守田パン	中央町1-8-16	57-5178	6
夢葉房 京舟	中央町3-7-20	53-8111	14
三沢市漁業協同組合直売所	三川目4-145-552	54-4500	15,26
樹Growth	大町2-2-10	52-6317	15
コイワブルーウッズ	中央町2-8-34 スカイプラザ2F	53-8854	12
材樹	大町2-4-7	51-6440	15
ケーキハウス 白い森	上北郡おいらせ町豊久保32-1	50-2660	14
三沢商工会女性部	幸町2-1-1	53-2175	15
スカイマートビードル	三沢下夕沢83-19B	51-1466	15
SUZUYA	中央町2-12-8	53-2224	13
空飛ぶごぼろPROJECT	本町2-71-1 きらく亭2F	78-9107	15
ヤマザキショップ酒たけや	中央町2-6-26	53-2345	13
DEMZU	中央町2-8-34 スカイプラザ1F	53-3233	12
Tomabechi	中央町2-15-4	53-2723	13
中居酒店	中央町2-8-5	53-2061	13
和雜貨中塩	中央町2-11-7	53-1067	13
リカーベース ナミスエ	中央町2-15-5	53-2413	13
なりけん	桜町1-1-34	53-2214	14
肉のニシダテ	大町2-13-35	53-2020	18
nico(小向製菓)	六戸町犬養瀬91-643	51-0717	14
ニューサカモト	千代田町1-140-720	57-3828	14
花園館	中央町2-15-4	52-6043	13
スカイショップHIRANO	中央町3-3-1	53-3500	13
ふうはうす	中央町2-8-34 スカイプラザ1F	090-3388-2940	12
鮎PEBORA	犬養瀬古間木154-264	0120-608-669	15
三味羽や	中央町4-3-11	57-3481	15
三沢外貨両替センター	中央町2-8-34 スカイプラザ1F	53-2251	12
宮木肉店	堀口1-1-1	53-2151	18
お菓子のみやさん三沢店	美野橋2-11-5	0120-31-3283	14
MISS VEEDOL SHOP TSUZUKI	中央町2-8-34 スカイプラザ1F	58-5526	12
パティスリー タカノ むさし屋	桜町3-8-15	53-2053	14
松田酒店	中央町2-5-32	53-3258	13
樹川	上北郡おいらせ町上明堂112	0178-52-2241	13
野菜集出荷所(青果市場)	幸町1-8-21	53-8486	
萬屋三沢店	中央町2-8-34 スカイプラザ2F	58-6592	12
ラ・フランス	緑町1-14-9	52-5730	14
欧風菓子工房ルモンド	東町3-9-2	52-7677	14

※アメリカンバーの詳細は17ページをご覧ください。





“Bar Hopping”
という街歩きで、
アメリカンバーを中心に
夜の三沢
をご案内します。



青森県立三沢航空科学館は
皆様のお越し
をお待ちしてます。



カントリーハート
ミサワです！
一緒に
踊りましょう！

本誌と三沢モバイルで周遊ルートをつくれます！

三沢モバイル 検索 ▶ スマホで三沢モバイルにアクセスしたら
http://rgd.jp/msw5 MENU ▶ パンフでルート▶ 本誌を選択

使い方はとっても簡単！ いくつか番号を入力したらルート案内へ！

1 本誌から行きたい場所の番号を入力して！(最大10個)

2 上記説明中のスポット番号は変更のものです。本誌掲載のスポット番号をお確かめの上入力ください。三沢モバイルのお問い合わせ先: 三沢市商工会 0176-53-2175

3 タップしてお店の詳細やお知らせをチェック！

必ずお読みください！

- ・本パンフレットに掲載されている情報は2018年1月1日現在のもので、施設・商品内容が変更されたり、施設運営側の事情でご利用になれない場合もございます。ご利用の前におらかじめご確認ください。
- ・掲載されている地図の縮尺、地図中に使われている位置・所要時間などはおおよその目安としてお考えください。
- ・各観光施設・店舗の営業時間・休業日等は変更になる場合がございます。
- ・掲載されている電話番号は各施設の問い合わせ用のものも含まれており、現地の電話番号とは異なる場合もございます。またカーナビなどの位置検索で実際とは異なる場合がございます。なお、パンフレットに掲載された内容により生じたトラブル・損害については保証できませんので、ご了承願います。
- ・無断転載、コピーはご遠慮ください。
- ・記載している料金は税込み価格となっております。発行後、料金やデータ等が変更になっている場合もありますので、あらかじめご了承ください。

掲載されているイベント等の詳細については、各お問い合わせ先までご確認ください。なお、イベント内容や時間については、天候などの様々な事情により変更・延期もしくは中止になる場合もございますので、ご了承願います。

E-Menu ◀ このプレートをエントランスに掲示している飲食店では、英語メニューの制作や簡単な英会話対応、QRコードでの英語メニュー閲覧など、外国人のお客様が気軽にお食事に来てもらえるような取り組みを実施しています。

WELCOME TO MISAWA CITY ||||| 三沢市ならではの国際色豊かなイベントや食情報などが目白押しです！

発行 青森県三沢市
〒033-8666 青森県三沢市桜町1-1-38
TEL:0176-53-5111 FAX:0176-52-7513
URL city.misawa.lg.jp
facebook.com/misawacity

企画/編集 (一社)三沢市観光協会
〒033-0022 青森県三沢市大字三沢字淋代平116-2858
小川原湖観光センター「レークピア」2F
TEL:0176-59-2311 FAX:0176-59-2310
URL kite-misawa.com
facebook.com/misawasi.kanko

2018年2月発行