

The
lucky seven
town
SHICHINOHE

七戸町

青森県七戸町・観光体験ガイド

さあ、七戸へ行ってみよう。
あなたにとって、
星のように輝くスポットが
見つかるかもしれません。
いいところ、見つけた！
ラッキーセブントウン
しちのへ

見つけた！
いいところ、
見つけた！

Contents

観る、撮る、歩く

テーマ別
七戸スポットめぐり……②→⑤

祭り、遊び

イベントカレンダー……⑥

あっち、こっち

ガイドMAP……⑦→⑧

旬を楽しむ

出会いカレンダー……⑨



かだれ田舎体験 農業体験・約2~4時間

にんにく、長芋の生産量が全国トップクラス、他にもバラエティ豊かな農産物を生産している七戸町だからこそ、年間を通じて色々な農業体験ができるんです。春は田植え、夏は野菜や果物の収穫、秋は栗拾いと多様なプログラムをご用意。畑から自分でとったもぎたて野菜や果物で、野菜嫌いも直るかも？

かだれ田舎体験 創作・食文化体験・約2~3時間

名人の手ほどきを受けながら作るわら細工体験で、世界にたった一つのお土産が完成。あんこクルミが入ったお餅をだし汁に浮かべていただく郷土料理「けいらん」作り、そば打ち、ダッチオーブンを使ったアウトドアクッキングまで、料理体験もバリエーション豊富です。お申込は、七戸観光情報サイト「旅の蔵」で受付しております。

●お問合せ/七戸町農林課 TEL.0176-68-2116



七戸町
観光情報サイト
「旅の蔵」

かだれ
田舎体験
農業体験

※体験メニューによって場所が変更になります。

かだれ
田舎体験
創作・食文化
体験

自動車での移動を想定

花松神社

かだれ
天間林
(てんまばやし)

徒歩1分

宿泊

子ども共々 七戸 宿泊コース

キッズが主役の「かだる」旅

「かだる」は青森県南部の方言で「仲間になる」や「参加する」という意味があります。「かだれ田舎体験」は自然や農業、伝統的なライフスタイルに親しむ体験メニュー。

かだれ 天間林 てんまばやし ● 宿泊

グリーンツーリズムを目的とした宿泊交流施設です。囲炉裏を囲める談話室、冷暖房完備の宿泊室のほか、キッチン、浴室、シャワーも完備。各田舎体験と組み合わせて、いつでも宿泊OK(2名以上)。夜はヒナコウモリ観察や星空観察も楽しめます。「夏休みかだれ塾」(8月上旬)などのイベントの他、季節やお客様に合わせて田舎を楽しめる体験メニューを準備しています。



●総合お問合せ/
かだれ田舎体験・かだれ天間林
七戸町かだれ田舎体験協議会
●所在地/七戸町字花松林/根35-1
(かだれ天間林) MAP C-5③
TEL.0176-68-2116(七戸町農林課)
※1週間前予約



花松神社 MAP C-5②

軍馬飼育がさかんだった土地柄から「馬の神様」として知られます。七戸町では約300頭の絵馬が国の重要有形民俗文化財に指定されているほか、伝統工芸「南部小絵馬」が伝わっており、古くから馬が身近な存在だったことが分かります。まっすぐ沈むと願いが叶うとされる「こより占い」もあるので、お試しあれ。

●所在地/七戸町花松林/根17 TEL.0176-68-2310

まだまだあるよ!!

親子で楽しむおすすめスポット

七戸町営スキー場 MAP D-2③

子どもと一緒にグレンデビューしてみませんか?広くてならかなコースがありますので、はじめての方でも安心です。ソリ遊びコースもあり、お子様と一緒に雪遊びも楽しめます。
●期間/12月下旬~3月初旬まで ●お問合せ/南部縦貫株式会社 TEL.0176-62-5612
●所在地/七戸町左組106-5



ヒナコウモリ観察 MAP C-4④

天間館神社境内にある「コウモリ小舎」は希少種・ヒナコウモリの日本有数の繁殖地。4月~9月にかけて約1万2000頭ものヒナコウモリが見られます。辺りが暗くなり始める頃、捕食のため次々と小舎から飛び立つ様子をぜひご覧ください。
●お問合せ/七戸町生涯学習課
TEL.0176-62-9702
●所在地/七戸町小田平41(天間館神社)



無料レンタサイクル 『シチリン』

MAP D-4⑤

すき間時間も有効活用!七戸十和田駅南口に直結する七戸町観光交流センターでは、身分証明書を提示すれば無料で電動自転車をレンタルできます。道の駅しちのへ・七戸町南公民館・東八甲田ローズカントリー・東八甲田家族旅行村でもレンタルと乗り捨てOK。八甲田山麓の自然に抱かれながら、シャッターチャンスを探してみたいいかがでしょうか?

●所在地/七戸町荒熊内207
(七戸町観光交流センター内)

TEL.0176-51-6100

●営業案内/9:30~16:30

※受付期間:

4月中旬~11月下旬



NARABI・NAMIKI MAP D-4⑥

「NARABI」で自家牧場産ビーフを堪能したら、姉妹店「NAMIKI」で手作りジェラートもどうぞ。牧場敷地内には現存する最古の厩舎(きゅうしゃ)「旧盛田牧場南部曲屋育成厩舎」があり、スタッフに声をかければ見学も可能。人が住む母屋と馬がいる厩舎がL字型に繋がった南部曲屋は、人と馬が共存してきた七戸町の歴史をしるばせませす。

NARABI

●所在地/七戸町立野頭69 TEL.0176-62-2866

●営業案内/11:00~15:00(14:30 L.O) ●定休日/水曜日

NAMIKI(NARABIのとなり) TEL.0176-62-2646

●営業案内/10:00~17:00(なくなり次第終了)

●定休日/12/31、臨時休業あり

風に乗って、自由気ままな一人旅

自分へのごほうびは、時間に追われる忙しい日常を離れた一人旅。予定はあえて詰めこみすぎず、足の向くまま気の向くままに。



しちのへ産直七彩館 MAP D-4⑦

広場を囲んで道の駅、産直、美術館が並ぶ駅チカ人気スポットへ。「しちのへ産直七彩館」で新鮮な地産野菜をお得にゲット。長芋にトマト、全国的に有名なんにく「福地ホホワイト六片種」のほか、漬物やんにく味噌など手作りの加工品も人気。「道の駅しちのへ」でお土産を選んだり、「鷹山宇一記念美術館」でアートに浸るのもおすすめです。

●所在地/七戸町字荒熊内67-94 TEL.0176-62-5777

●営業案内/9:00~18:00 ●定休日/3/31



まだまだあるよ!!

一人旅を楽しむおすすめスポット

鷹山宇一記念美術館

MAP D-4⑧

七戸が生んだ画家、鷹山宇一の幻想的な作品世界に没れるほか、画伯が愛したランプコレクションや、国の重要有形民俗文化財に指定された貴重な絵馬も展示。

●所在地/七戸町荒熊内67-94
TEL.0176-62-5858

●営業案内/10:00~18:00(入館は17:30まで)

●定休日/月曜日(祝日の場合は翌日)
年末年始

温泉に身も心も癒される

青森ヒバの浴槽がある温泉旅館から地元人に愛される温泉銭湯まで、気軽に立ち寄れる温泉施設がいっぱい。じっくりお湯につかれば、旅の疲れもどこへやら。

●主な温泉施設/東八甲田温泉・あすなる温泉・さかた温泉・ふくろうの湯・天間林温泉・杉の子温泉





八幡岳登山 MAP E-1⑩ ※登山道入り口

標高約1,020mの八幡岳。山頂に嶽八幡宮が鎮座し、県南地方の信仰を集めてきました。今では舗装道路が整備され、登山口から山頂まで約30分。頂上からは八甲田連峰の山々と陸奥湾の雄

大な景色が望めます。ちなみに嶽八幡宮のご利益は出世・開運と縁結び。

●所在地／七戸町字八幡岳

松雪庵 MAP D-4⑩

そばの産地でもある七戸町でそば屋を営む松雪庵。天ぷらと一緒にそばの風味を楽しめる天ざるそばがおすすめです。トッピングも様々で、菊の花や大根をたっぷり乗せたそばが話題を呼んでいます。

●所在地／七戸町字上町野12 TEL 0176-62-6474

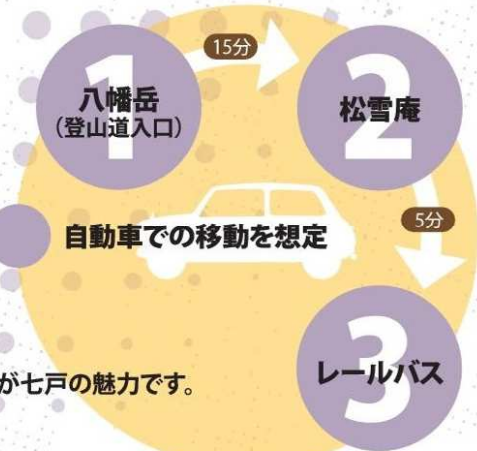
●営業案内／11:00～14:00

●定休日／不定休

夫婦旅

懐かしさに癒される大人旅

のどかな農村風景と情緒あふれる街並み。時間までゆっくりと流れていくようなレトロ感が七戸の魅力です。夫婦でプチトリップするなら、そんな懐かしさを楽しむ旅がおすすめです。



レールバス

MAP D-4⑪

2002年、40年の歴史に幕を下ろした旧南部縦貫鉄道レールバス。鉄道ファンの保存活動により、全国で唯一、動く状態で保存されています。その貴重な車両を旧七戸駅車庫で公開。丸みを帯びたレトロなビジュアルがキュートです。旧七戸駅では駅舎やレールの一部もそのまま保存。当時の姿をしのぶことができます。

●所在地／七戸町策田48-1

TEL.0176-58-7109

(七戸町観光協会)

●営業案内／土・日曜10:00～16:00

●定休日／平日・祝日(予約で営業)

まだまだあるよ!!

夫婦で楽しむおすすめスポット

七戸城跡 MAP D-3⑫

国史跡に指定されている七戸城跡。広大な敷地につつじ園や神社、巨木などが点在し、公園も整備されています。歴史に思いをはせながら散策してみても?

●所在地／七戸町字城ノ後



スノートレッキング

静寂に包まれた冬の八甲田山麓。白銀の世界を探索しよう。気軽にけるのもトレッキングの魅力。運が良ければカモシカや野ウサギに出会えるかも!



創造の森(東八甲田家族旅行村内) MAP D-2⑬

112ヘクタールにも及ぶ広大な広葉樹林に囲まれた森の中で自然探検を楽しみませんか?四季を通じて様々な花が咲き誇り、多数の野鳥のさえずりを耳にします。



東八甲田 ローズカントリー

MAP D-2⑭

八甲田の山々を背に広がるガーデンでは冬期・早春期を除きいつでもバラが見られます。特に見頃は6月下旬～7月上旬。1本100円～の摘みだてバラやローズエキスを練り込んだ無添加バラ石けんなど、直売所は充実の品揃え。口の中にバラの香りが広がる「ばらソフト」300円もおすすめ。事前予約で摘み取り体験もできます。

●所在地/七戸町字山館25-1
TEL.0176-62-5400

●営業案内/9:00～16:30
●定休日/12/29～1/3、
1・2月の土・日・祝日



カフェ グリーンプリーズ

MAP D-4⑮

青森の食材を使った健康的な食事を提供する「あおり食命人」のいるカフェ。地元食材を使ったフードと、「南部八戸桑茶」をはじめヘルシーなお茶が楽しめます。中でも1日に必要な野菜の半分が摂れる「温野菜ランチ」が人気。食材がなくなり次第終了なので、ご注文はお早めに。

●所在地/七戸町荒熊内215-5
TEL.0176-58-6966

●営業案内/11:30～18:00
(17:30 L.O.)
ランチ11:30～14:30

●定休日/月曜(祝祭日の場合翌日)、
12/31/1/1

女子旅

ココロもお腹も満足の女子旅

麗しのバラに地場産食材を生かしたヘルシーフードを堪能した後は、パワースポットでちゃっかり運氣向上♡いつも以上に笑顔があふれる時間になりそう。

七戸神明宮

MAP D-4⑯

「しんめいさま」として親しまれる七戸地方の総氏神。除災招福・開運繁栄にご利益があるとされます。藩政時代には南部藩の祈願所となり、明治14年に現在の七戸城跡へ遷座。樹齢500年を超えるもみの木がそびえ、神々しい空気が漂うパワースポットです。隣接する柏葉公園には広大な敷地に日本庭園や花菖蒲園があり、5月には七戸町の花・つつじも見頃です。

●所在地/七戸町字町2
TEL.0176-62-2514



東八甲田
ローズ
カントリー

カフェ
グリーンプリーズ

自動車での移動を想定

NARABI
NAMIKI

七戸神明宮



NAMIKI & NARABI

MAP D-4⑰

濃厚なのに後味さわやか。大人気ジェラートの美味しさの秘密は、自家牧場で育てたジャージー牛のミルクを毎朝絞って手作りしているから。季節の地場産野菜や果物を使った限定フレーバーも登場。牛のオブジェが配置されていたりと、遊び心いっぱいの牧場をお散歩するのも楽しい。姉妹店NARABIは自家牧場の牛肉を使ったランチを提供。

NARABI

●所在地/七戸町立野頭69 TEL.0176-62-2866
●営業案内/11:00～15:00(14:30 L.O.) ●定休日/水曜日
NAMIKI(3ページ参照)



まだまだあるよ!!

女子旅を楽しむおすすめスポット

絵馬めぐり

「願いがかなう絵馬のまち」とも呼ばれる七戸には、絵馬を奉納する習わしが今も残ります。「絵馬めぐり」はそんな七戸ならではのお楽しみ。まず町内12か所の販売店で絵馬(500円)を購入したら、ご利益に合った神社へGO。心を込めた参拜の後、掛け所に絵馬を結びつければOK。恋に仕事、あなたなら何を願っていますか？

<絵馬販売店>

- ① 鷹山宇一記念美術館 TEL.0176-62-5858
- ② あすなる温泉 TEL.0176-62-6472
- ③ 田重菓子舗 TEL.0176-62-2537
- ④ 銘書堂書店 TEL.0176-62-6251
- ⑤ 杉屋敷奥山 TEL.0176-62-6077
- ⑥ 川作酒店 TEL.0176-62-2012
- ⑦ ファッションプラザ田忠 TEL.0176-62-2748
- ⑧ インテリアユニオン石源 TEL.0176-62-6511
- ⑨ ふたばカメラ TEL.0176-62-2285
- ⑩ レストランジュノン TEL.0176-62-4051
- ⑪ ビューティースペースみどりや TEL.0176-62-2630
- ⑫ 御菓子のみやきん TEL.0176-62-5100

祭り遊び。

SHICHINOHE event information

「いいとこ、見つけた!」

あなたのお気に入りを探しに、お出かけしませんか?
季節ならではの風景、そして、まちの魅力を感じて、七戸をもっとディープに楽しみましょう。

天王つつじまつり

市街地を見下ろす天王神社。5月には約500本のつつじが咲き誇り、参道を鮮やかに染めます。

- 期間 / 5月中旬
- 会場 / 天王神社 (七戸町字七戸50) **MAP D-4¹⁸**



しちのへバラまつり

バラの摘み取り体験やローズガーデンのガイドツアー、ワークショップなど、バラにちなんだ様々なイベントが行われます。

- 期間 / 6月下旬～7月上旬
- 会場 / 東八甲田ローズカントリー (七戸町字山館25-1) **MAP D-2¹⁴**



銀南木

樹齢750年余り、根回り12m。青森県の天然記念物に指定されている大イチョウ。全国有数の大木です。

- 期間 / 11月中旬
- スポット / 七戸町銀南木 **MAP C-2²²**



つつじロード

5月中旬～5月下旬にかけ、七戸十和田駅に隣接する直線道路の両側、約5kmにわたって、つつじが咲き誇ります。

- 期間 / 5月中旬～5月下旬
- スポット / 七戸町荒熊内 **MAP D-4¹⁷**



ピザカーニバル

趣向を凝らしたピザが勢揃い。地元食材をふんだんに使い、ドラム缶の窯で1枚1枚丁寧に焼き上げます。

- 期間 / 5月下旬
- 会場 / 七戸中央商店街 **MAP D-4¹⁹**



しちのへ夏まつり

野外ステージで郷土芸能や子どもに人気のキャラクターショー、ゲストによる歌謡ショーなどが繰り広げられます。

- 期間 / 8月中旬
- 会場 / 七戸町中央公園 (七戸町字中野16-1) **MAP C-4²¹**



ホワイトバトル

1チーム7人の選手が制限時間内に90個の雪玉を投げ合い、お互いのフラッグを奪い合う競技雪合戦です。

- 期間 / 2月第1日曜
- 会場 / 七戸町中央公園 (七戸町字中野16-1) **MAP C-4²¹**



レールバスとあそぼう

まるで愛らしいレールバス。このレールバスに期間限定で乗車体験ができます。グッズ販売、写真撮影会なども行います。

- 期間 / 5月初旬
- 会場 / 旧南部縦貫鉄道 七戸駅 (七戸町笹田48-1) **MAP D-4¹¹**
- お問合せ / 七戸町観光協会 tel.0176-58-7109



東北馬力七戸大会

人馬一体となって重りを乗せたソリを引き、コース上に設けられた障害物を乗り越える馬力大会です。

- 期間 / 6月中旬・9月中旬(年2回)
- 会場 / 青森県家畜市場 (七戸町字鶴児平72-1) **MAP D-3²⁰**



しちのへ秋まつり

歌舞伎や伝説などを題材にした華麗な山車が市街地を練り歩き、にぎやかなお囃子に町中が包まれます。

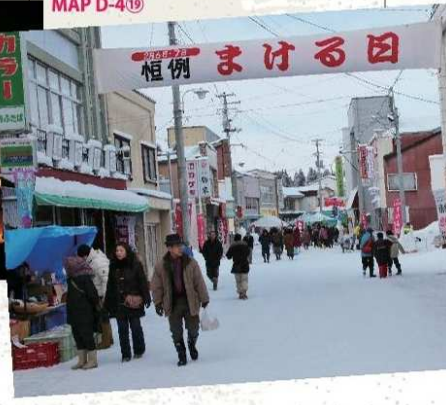
- 期間 / 9月第1金曜～日曜
- 会場 / 七戸神明宮ほか (七戸町字町2) **MAP D-4¹⁶**



旧正まける日

300年以上の歴史がある商店街最大のお買い物祭り。大盤振る舞いの初売り価格と、多数のイベントで1日中楽しめます。

- 期間 / 2月中旬
- 会場 / 七戸中央商店街 **MAP D-4¹⁰**



あっち、こっち 七戸観光マップ



七戸十和田駅

⑤ 七戸町観光交流センター (JR七戸十和田駅隣接)

東八甲田温泉

⑦ 道の駅しちのへ (レストラン絵馬・産直七彩館)

⑧ 廣山宇一記念美術館

⑩ グリーンブリーズ

イオンショッピングセンター

⑪ 七戸警察署

中央消防署

⑫ つつじロード

七戸養護学校

七戸体育館

⑬ 七戸小学校

⑭ 七戸町南公民館

七戸病院

⑮ 七戸城跡

⑯ 七戸神明宮

七戸庁舎

青森県信用組合

⑰ 七戸中央商店街

七戸天満宮

⑱ 七戸町銀南木

⑲ 七戸中央商店街

七戸天満宮

⑳ 七戸町文化交流センター

㉑ 見町観音堂

凡例

- ① 記事掲載番号①～㉑
- 観光地・観光施設
- その他施設
- ♨ 温泉
- ⛩ 神社
- ⛪ 寺院
- 🍽 飲食店
- 📧 郵便局
- 🏥 病院
- 🎿 スキー場
- 📶 Wi-Fiスポット
- 🚻 トイレ
- 🏧 ATM



アクセス

JR(新幹線)

- ・新函館北斗駅 → 七戸十和田駅 約1時間20分
- ・仙台駅 → 七戸十和田駅 約1時間30分
- ・東京駅 → 七戸十和田駅 約3時間20分
- ・名古屋駅 → 七戸十和田駅 約5時間 ※乗換あり

自動車

- ・東京方面 → 七戸町 約8時間30分
- ※東北自動車道から八戸自動車道経由

飛行機

- ・札幌・新千歳空港 → 青森空港 約50分
- ・札幌・丘珠空港 → 三沢空港 約1時間
- ・東京・羽田空港 → 三沢空港 約1時間20分
- ・大阪・伊丹空港 → 三沢空港 約1時間35分
- ※青森空港→七戸<車で80分>
- ※三沢空港→七戸<車で40分>



七戸町

出会い calendar

「旬の出会いを楽しもう！」

七戸町の自然、特産品、イベントを四季に分けて紹介します。

		イベント	特産品	草花			
春	3月	天王つじまつり 旧正まける日 ビザカーニバル	トマト(夏収穫・秋収穫) アビオス ニンニク ナガイモ(春収穫・秋収穫)	銀南木 ヤマトツジ 桜 バラ(ローズスカントリー) カシワヅリ★ ミズバショウ★ フクジュソウ★ ニリンソウ★ シラネアオイ★ マイヅルソウ★			
	4月				天王神社 (石のへばらまつり)	(アビオス)	(カシワヅリ)
	5月				(天王つじまつり)	(アビオス)	(カシワヅリ)
夏	6月	第1金曜日・日曜日	(アビオス)	(カシワヅリ)			
	7月				(アビオス)	(カシワヅリ)	
	8月				(アビオス)	(カシワヅリ)	
秋	9月	秋バラ鑑賞会 初旬	(アビオス)	(カシワヅリ)			
	10月				(アビオス)	(カシワヅリ)	
	11月				(アビオス)	(カシワヅリ)	
冬	12月	第1日曜日	(アビオス)	(カシワヅリ)			
	1月				(アビオス)	(カシワヅリ)	
	2月	(アビオス)	(アビオス)	(カシワヅリ)			

★印は、東八甲田家族旅行村
 ※特産品は、収穫時期を掲載しています。

The
lucky seven
town
SHICHINOHE



いいところ
見つけた!

◎ 公共機関

七戸警察署	上北郡七戸町大沢 57-49	tel. 0176-62-3101
公立中央消防署	上北郡七戸町荒熊内 159-4	tel. 0176-62-3141
公立七戸病院	上北郡七戸町影津内 98-1	tel. 0176-62-2105

◎ タクシー

株式会社縦貫タクシー	上北郡七戸町字荒熊内 211-1	tel. 0176-62-2121
------------	------------------	-------------------

◎ 観光関連

七戸町商工観光課	上北郡七戸町七戸 31-2	tel. 0176-62-2137
七戸町観光協会	上北郡七戸町七戸 31-2(七戸庁舎内)	tel. 0176-58-7109
七戸町かだれ田舎体験協議会	上北郡七戸町字森ノ上 131-4 (七戸町役場内)	tel. 0176-68-2116
東八甲田ローズカントリー	上北郡七戸町字山館 25-1	tel. 0176-62-5400
東八甲田家族旅行村	上北郡七戸町字左組 142-1	tel. 0176-62-5671
七戸町営スキー場	上北郡七戸町字左組 106-5	tel. 0176-62-5612

七戸町文化ガイドの会

町外から訪れる観光客の皆様に、七戸の魅力スポットをご案内いたします。
【お問合せ】七戸町商工観光課 tel. 0176-62-2137 fax. 0176-62-6245
※お申込は、2週間前までに電話かFAXをお願いします。

七戸町

〒039-2792 青森県上北郡七戸町字森ノ上131番地4
TEL:0176-68-2111 FAX:0176-68-2804
<http://www.town.shichinohe.lg.jp>

観光情報を
ホームページでチェック!
七戸町観光情報サイト
「旅の蔵七戸」

