



世界自然遺産

白神山地

TRIP GUIDE BOOK



したいコト、  
見つかるココ。



HIROSAKI & NISHIMEYA





## 目次

ブナ林散策	3
暗門の滝	5
津軽峠	6
白神の夜	7
津軽ダム(津軽白神湖)	9
目屋溪谷	10
世界自然遺産登録 30年のあゆみ	11
白神山地と縄文文化	13
史跡大森勝山遺跡	14
岩木エリア	15
和の弘前	17
洋の弘前	18
歴史・文化	19
体験	21
グルメ	25
宿泊	29
温泉	31
おみやげ	32
白神の四季	35
モデルプラン	37
わたしの旅のしおり	39
西目屋村・弘前市 エリアマップ	41
岩木エリアマップ	42
西目屋村マップ	43
弘前市マップ	45
便利な交通情報	47
青森県交通マップ	48
アクセス	49
旅の思い出	50



センターハウスから  
徒歩3分で  
世界遺産エリアの  
入口へ

至津軽峠



センター  
ハウス

至弘前方面

入口

「マゲラ付のオブジェ」と  
「世界遺産 白神山地」の  
モニュメントが目印!

# アクアグリーン ビレッジANMON センターハウス

マップ J-2

総合案内所(インフォメーション)では、  
通行証の受付・長靴のレンタルができますので、  
散策前にお立ち寄りください。

問合せ先/西目屋村川原平大川添417/  
0172-85-3021(冬期間:0172-85-3113)/  
8:30~(オープン期間:4月下旬~11月下旬)

※閉店時間は時期によって異なります。

世界遺産「白神山地」  
モニュメント



## おみやげコーナー

おみやげ品のほか、バーベキュー用品や  
レトルト食品などがあります。  
白神山地オリジナルグッズも取り揃えて  
おりますので、ここだけのグッズを記念  
にどうぞ。

私たちは持続可能な開発目標  
(SDGs)を支援しています。



【SDGsとは?】どうすれば持続可能な社会を実現でき、次の世代のために  
私たちは何をすべきなのか見聞きして考えることです。



# 世界遺産の径 ブナ林散策道コース

1周 約2km(約60~120分)

📷 撮影スポット  
おすすめの  
方向・範囲

ココでは…  
●協力金の受付  
●ヘルメットの貸出し  
●通行届の受付  
をしています。  
(詳しくは p5)

空のボトルに  
湧き水を汲んで  
飲んでみよう!

2種類の樹木が  
融合した「合体木」が  
見られます!  
左:ブナ  
右:イタヤカエデ

こもれびが綺麗な  
深呼吸スポット

雨水が木の幹を伝って  
流れ下る時にできた  
一本のすじ「樹幹流」を  
見ることができます。

世界遺産  
登録地域

水飲み場

水や苔が  
綺麗

斜面の道  
要注意

山ブドウのつる

大きな  
切り株

広場

波打つ幹の  
ブナ

B

大きな  
朽ちた樹

ブナの落葉で  
ふかふかしている地面も  
楽しめます!

おすすめ!

## トレッキングファッション

夏  
SUMMER

秋  
AUTUMN



白神山地は、青森県と秋田県にまたがる約130,000ヘクタールに及ぶ広大な山岳地帯の総称で、このうち中心部の16,971ヘクタール(青森県側12,627ヘクタール)が1993年12月に鹿兒島県屋久島とともに世界自然遺産に登録されました。ここには人為の影響をほとんど受けていない世界最大級の原生的なブナ林が分布し、国の天然記念物クマガラヤイヌワシなど、学術的にも貴重な動植物が生息しています。



SDGsの観点

ブナが成長し、森になるまでの流れを見てみよう。

# あんもん 暗門の滝

岩木川の支流となる「暗門川」にかかる三つの大きな滝を「暗門の滝」といい、最初の「第三の滝」から「第二の滝」、そして「番奥の「第一の滝」へと至ります。渓流沿いに整備された暗門渓谷ルートには、ブナやカエデなどの樹が生い茂り、神秘的な雰囲気を感じさせています。

マップ J-1

## 暗門第三の滝



(一番手前の滝)  
落差26m  
標高差約142m  
往復約90分

## 暗門第二の滝



(真ん中の滝)  
落差37m  
標高差約172m  
往復約120分

## 暗門第一の滝



(一番奥の滝)  
落差42m  
標高差約209m  
往復約150分

登山上級者向け



## 暗門渓谷ルートについて

- 通行にあたっては、暗門渓谷ルート入口の協力金受付所に「通行届」を提出してください。「通行届」の用紙は協力金受付所に設置しています。＊世界遺産の径ブナ林散策道経由で暗門渓谷ルートを通行する場合も「通行届」の提出が必要です。
- 暗門渓谷ルート内に入るときはヘルメットの着用をお願いします。＊ヘルメットは、協力金受付所にて100円でレンタルしています。
- 暗門渓谷ルートは、白神の魅力を存分に満喫できる詳しい解説や緊急時に迅速な対応ができるベテランガイドによるツアーもオススメです(要事前予約)。
- 当ルートは落石が多い場所で危険箇所もあるため、自らの判断と責任で安全を確保できる場合に限って通行してください。
- 台風や大雨等の悪天候時及び増水時は通行止めとなるため事前にご確認ください。

詳細はこちら



推定樹齢300年のブナ巨木

## マザーツリー後継「白神いざないツリー」

マップ 1-1

～Shirakami Welcome Tree (succeeding Mother Tree)～



白神山地の象徴的な存在として、長きにわたり多くの方に親しまれてきた推定樹齢400年を超えるブナの巨木「マザーツリー」。その後継木となるシンボルツリーが選定されました。

2024年時点

- ・胸高直径 129cm
- ・幹回り 405cm
- ・樹高 約27m

所在地：青森県中津軽郡西目屋村  
鬼川辺国有林177ほ2林小班

マザーツリーは2018年9月の台風21号の暴風により地上から9mのところまで幹が落下してしまいました。ブナの寿命が平均300年前後という中で、マザーツリーは400年以上とされています。



▲折れる前のマザーツリー

### ぶな巨木 ふれあいの径

片道約2km(約90分)

樹齢300年級のブナの巨木がたくさんあり、ニホンザルなど様々な動植物も観察することができるルートです。初心者の方は、ガイドの同行をおすすめします。

## 白神山地の玄関口アクアグリーンビレッジANMON まではバスの運行があります

弘前バスターミナルからアクアグリーンビレッジANMONまでは約70分！

《アクセス》

★暗門白神号：弘前バスターミナル発→弘前駅前→西目屋村役場前  
→豊平→アクアグリーンビレッジANMON



▲津軽峠から見える白神連峰



### ブナの巨木

津軽峠から約2～2.5時間



高倉森自然観察歩道では、猛々しい形をしたシンボリックなブナの巨木に出会うことができます。

### ミズナラの樹

津軽峠から約2.5～3時間



ブナの巨木の先には二本の大きなミズナラがあります。ミズナラは樹齢1000年を超える事もあり、通称「ご神木」とも呼ばれています。



# 星空きらめく 白神の夜

夜の西目屋・白神山地エリアで満天の星空に包まれながら、キャンプにバーベキュー、喧騒から離れた非日常を満喫しませんか？

日中では味わえない静まりかえった幻想的なブナ林や、見事な星空を体験してください。

## アクアグリーン ビレッジANMON コテージ

マップ J-2

吹き抜けから降り注ぐ自然光を活かした明るい室内とウッディな香り、ゆったりとしたリゾートライフが楽しめるコテージです。

外にはバーベキュースペースがあります。

大自然を  
満喫できます



チェックイン15:00～ /チェックアウト～10:00

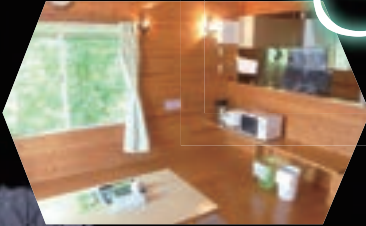
《コテージ数》3タイプ 素泊まり 計9棟

《オープン期間》詳細はホームページ(左記QRコード)をご確認ください。

《TEL》0172-85-3021

※オープン期間外のお問い合わせは  
グリーンパークもりのいずみ(0172-85-3113)へ。

詳細はこちら



コテージ内部



フロアタイプ

幼児がいる方におすすめ



ロフトタイプ

子供がいる方におすすめ



ベッドタイプ

人数に合わせてご案内できます





## キャンプサイト

オートキャンプサイトがあります。中央にはサテライトハウス（炊事場・カマド・水洗トイレ）があるので安心です。キャンプ場ではBBQに川遊びも楽しめます。

宿泊：チェックイン12:00～/チェックアウト～10:00

日帰り：チェックイン10:00～/チェックアウト～16:00

《オープン期間》詳細はホームページ(前頁QRコード)をご確認ください。



非日常感も  
味わえます



## バーベキュー

大自然の中で味わうバーベキューは格別です。  
センターハウス売店にてバーベキュー用具の販売をしています。



津軽ダムは、目屋ダムの約60m下流に建設された重力式コンクリートダムです。  
洪水被害の軽減、流水の正常な機能の維持、かんがい用水（農業用水）の補給、  
水道用水の供給、工業用水の供給・発電のために稼働しています。  
問合せ先/岩木川ダム統合管理事務所/0172-85-3035/公式X @mlit\_iwakito  
写真提供：国土交通省東北地方整備局 岩木川ダム統合管理事務所



詳細はこちら

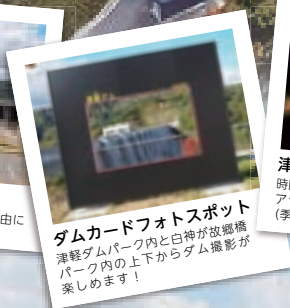
# 津軽ダム (津軽白神湖)

つがるしらかみこ



津軽ダムパーク

資料展示室・寒沢展望台など自由に見学・散策ができます。



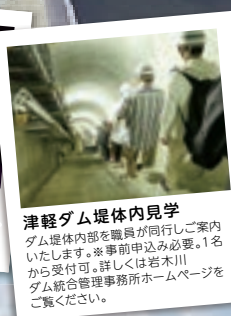
ダムカードフォトスポット

津軽ダムパーク内と白神が故郷橋パーク内の上下からダム撮影が楽しめます！



津軽ダムライトアップ

時間ごとに色とりどりに変化するライトアップカラーが夜のダムを彩ります。(季節毎の開催)



津軽ダム堤体内見学

ダム堤体内部を職員が同行しご案内いたします。※事前申込み必要。1名から受付可。詳しくは岩木川ダム統合管理事務所ホームページをご覧ください。



ニシメヤ・ダムレイクツアー



SUP体験

津軽白神湖は津軽ダムによって形成された人造湖です。  
湖周辺には4つの公園があり、ダムツーリズムアクティビティが展開されています。



## ← 岩谷観世音 マップ 1-4



岩谷観世音は、岩木川沿いの洞窟に設置された大変珍しい御堂です。川のすぐそばを通る狭い道の先があり、緑あふれる自然と神秘的な力を感じる空間に囲まれています。藩政時代の逸話から、2本の角がある神馬が祀られており、入口付近の鳥居の横には、馬の石像があります。

## マップ H-4

### 鷹ノ巣 →

その昔、岩窟に一つがいの大鷹がすみつき、人畜にも農作物にも一度として危害を加えなかったことから、当時の村人は神のように敬っていました。

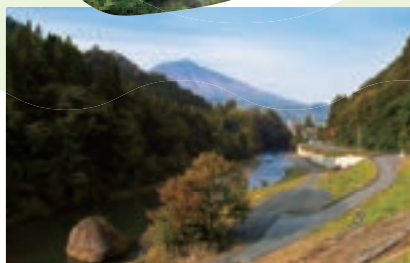
カエルにそっくり!?



## ← ガマ石 マップ H-4

乳穂ヶ滝の向かいの岩木川の岸辺にあり、カエルがうずくまった形に似ていることからその名が付けられました。ビッキ石とも呼ばれています。

## ← 見返り坂 マップ 1-4



暗門方面への川沿いの道を上る途中で振り返ると、岩木山を中心にして見事な絶景が眼下に広がることから、この名がつけました。二見岩と呼ばれる奇岩等が連なっています。

## マップ H-4

### におがたき 乳穂ヶ滝 →

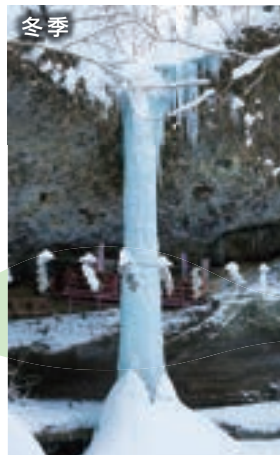
古くから結氷した乳穂ヶ滝の太さや形状などによって豊凶占いが行われてきました。

問合せ先/  
目屋観光協会事務局(西目屋村産業課内)/  
0172-85-2800

夏季



冬季



# 目屋溪谷



# 登録30年のあゆみ

白神山地が世界自然遺産になったのは、「人の影響をほとんど受けていない原生的なブナ天然林が世界最大級の規模で分布」して、その普遍的な価値が世界的に貴重なものとして認められたからなんだよ！

白神山地マスコットキャラクター プナッキー・ぶなみちゃん



2020年にはじめて仕事で白神山地を訪れ、その豊かな自然と神秘的な景色に魅了され、その後シーズンごとに白神山地を再訪しています。様々な表情を見せてくれる白神山地、そして白神に生きる人たち、動物たちのことを知れば知るほどより愛が深まるばかりです。「自然に敬意を

払い、八百万の神様に感謝をする。先祖から受け継いだ自然の恵みを汚さず、壊さず、無駄にしない。何事も欲張らずに、必要なものを必要なだけいただく。」人間として大切な本質を教えてもらった大切な場所です。



かわせりな  
料理研究家 河瀬 璃菜

白神山地世界遺産は世界最大級のブナ原生林が自生しており、原生林に足を踏み入れるとまるで別世界に入ったような気持ちになります。夏だけでなく冬も楽しむことができ、更にはブナの木を使ったブナコ製作も体験することが出来るので、お子様からご年配の方までオールシーズン楽しめる場所です。



みなみやまりん  
冒険家 南谷 真鈴

この30年、長いようであつという間だったような気がします。屋久島では、観光客の増加によるいろいろな問題がありましたが、今思えば、世界遺産に登録されて本当に良かったと思います。林業の衰退で閉塞感が高まる中、世界の宝として認識され、島民が屋久島を誇りに思えるようになったことは大きな成果だったと思います。当時、世界遺産の登録にご尽力を尽くされた方々に感謝をすると同時に、この自然を末永く後世に引き継いでいきたいものです。



まつもとたけし  
侗屋久島野外活動総合センター 代表取締役 松本 毅

白神山地は、世界自然遺産に登録されて早くも30年となりました。この30年間に様々な出来事がありました。特に、鳥獣保護区の設定や入山規制の緩和、また、コロナの発生により、経済及び観光においては大打撃を受けました。加えて、近年にない気温上昇により、白神山地の動植物、鳥、昆虫に何らかの形で変化が出てきているものと思われる。今後、このような問題にどのように取り組んでいくべきか、皆さんとともに考えていければ幸いです。屋久島の皆さん、白神山地と同時登録された自然遺産を活用しながら守り続けていきたいと思います。



くどうしげき  
白神マタギ舎 工藤 茂樹



屋久島が世界自然遺産になったのは、海岸から山頂までの多様な自然植生つまり「植生の垂直分布」が連続して残されていたことが理由の一つなんだ。西部地域だと屋久島ならではの豊かな植生が見られるよ！  
屋久島環境文化村センターキャラクター まるりん

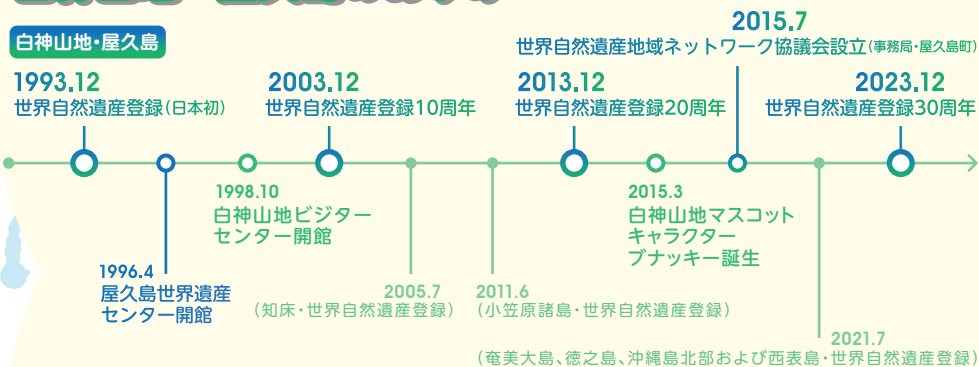


# 白神山地 屋久島

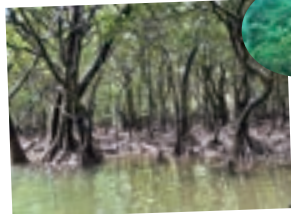
# 世界自然遺産

日本は1992年6月30日に「地球上のかけがえのない自然遺産や文化遺産を、人類全体の財産として、損傷、破壊等の脅威から保護し、未来へと継承していくことの大切さをうたった国際条約」として世界遺産条約を受諾し125番目の締約国として仲間入りをしました。1993年、白神山地と屋久島は日本で初めて世界自然遺産に登録され、2023年12月には登録から30年を迎えました。このたび登録30周年を記念して、ご縁のある皆様からコメントをいただきました。

## 白神山地・屋久島のあゆみ



日本には白神山地・屋久島のほかにも豊かな自然に囲まれた世界自然遺産があります。



奄美大島をはじめとする各諸島は、貴重な固有種など多様な生物が共存しており、亜熱帯の森や美しいサンゴ礁が魅力的です。

**奄美大島、徳之島、  
沖縄島北部および西表島** 2021年登録

白神山地  
1993年登録

屋久島 1993年登録

知床 2005年登録



知床半島は北海道の北東部に位置し、山々切り立つ海岸断崖、湿原・湖沼群などにより構成されています。ヒグマ・キタキツネ・カラフトマスなど豊かな生態系が形成されています。

小笠原諸島  
2011年登録



小笠原諸島は東京から約1,000km南に位置し、美しい海と切り立った断崖に囲まれた島々です。小笠原諸島の生物は島の環境に適応して生息し、現在も生物進化は進行中です。

# 東北の縄文遺跡群」の一つとして世界文化遺産に登録されました。

青森県、北海道、岩手県、秋田県及び14市町が共同提案していた「北海道・北東北の縄文遺跡群」が、2021年7月27日に世界文化遺産に決定しました。縄文文化は、一万年もの間続いた、成熟した採集・狩猟・漁労の文化であり、我が国の歴史と文化の成り立ちを考える上で欠かすことのできないものです。また、農耕・牧畜を基盤とする地球上の他の新石器時代の遺跡と異なり、長期間にわたり自然と共生した独特の文化を表す遺跡群については、顕著で普遍的な価値を有する可能性が高いと評価されています。

## 白神山地と縄文文化



### 世界自然遺産だけではない白神山地

土偶



津軽ダムの建設過程では、従来の目屋ダム湖(美山湖)周辺にある17の遺跡が発掘調査の対象となり、2003年～2016年にかけて青森県埋蔵文化財調査センターが行った発掘調査では、ダンボール15,000箱を超える大量の土器、石器が出土されました。遺跡の規模だけではなく、ダム周辺の限られた区域内で縄文時代草創期(約1万5千年前)から晩期まで、縄文時代を通じて人々の生活痕跡が見つかったことによって、世界自然遺産だけではない、縄文文化との接点が生まれました。川原平(1)遺跡からは、高さ26.5cmもある大型の遮光器土偶が見つっています。鬼川辺(1)遺跡では、岩木川を見下ろす段丘先端部から、縄文時代草創期の隆起線土器や尖頭器等の石器が出土しました。

鬼川辺(1)遺跡



### ブナの森は縄文の森

おいらせ

白神山地を源流とする川は、赤石川、追良瀬川、大川、暗門川、大沢川などブナ原生林の豊かな恵を受けた動植物、溪流魚の宝庫として知られています。人の手による本格的な開発を受けることなく、マタギや少数の登山者、山岳溪流愛好家たちが入山する「秘境」の面影を残した広大な山域がどこまでも広がっています。ブナと野生動物の楽園・白神は、豊かな山の幸をもたらし、白神に生きる人々の暮らしと文化を育んできました。日本海側沿いにとどまらず、白神山地の山間に縄文文化の遺構、遺物が沢山みつけられました。



問合せ先/青森県埋蔵文化財調査センター/017-788-5701



国指定史跡 おおもりかつやまいせき  
**大森勝山遺跡**  
—岩木山を望む縄文人の祈りの場—

マップ B-2



詳細はこちら

いま見られる環状列石は  
再現されたものだから  
自由に触ったりできるんだよ



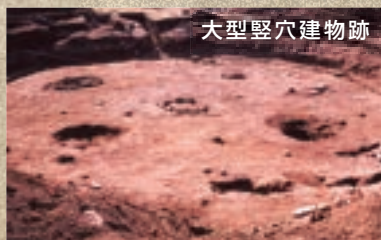
弘前市立博物館  
マスコットキャラクター「いのっち」

岩木山北東麓の標高約145mの台地に立地する、縄文時代晩期の環状列石を主体とする遺跡で、晩期の環状列石の全容が判明しているのは国内で大森勝山遺跡が唯一の事例です。環状列石は、盛土した円丘の縁辺部に77基の組石を配置し、長径48.5m、短径39.1mのやや楕円形に作られています。ここでは、大型竪穴建物跡や土器捨て場なども見つかっています。

現代の人工物が視界に入らない縄文時代を思わせる景観は、国内屈指で高く評価されています。

一般的に環状列石は「祈りの場」として作られたと考えられています。この地で暮らしていた人たちが祈りを捧げていたことや岩木山を中心に形作られてきた生活文化等を想像しながら見学するのも楽しみ方のひとつかもしれません。※冬期間は、見学できません。

大型竪穴建物跡



真上から見た環状列石



見つかった土器



問合せ先/  
弘前市教育委員会文化財課/0172-82-1642



# iwaki

OIWAKI-YAMA

## 1,624m

日本百名山および新日本百名山に選定指定され、南麓に広がる2587haの高原に指定されています。

るほか、しばしば津軽地域の人々には「お岩木様」とも呼ばれています。

いわき

(弘前市)

# 岩木エリア

弘前市の北西部に位置し、岩木山のふもとにある旧岩木町の地区です。



## 高照神社

マップ D-2

名君と讃えられた4代藩主・信政の遺言により、造営された高照神社。吉川神道の奥義を極め、高照霊社の神号を授けられたことからその名があり、津軽を統一した藩祖為信と、名君と讃えられた4代信政公が祀られています。問合せ先/黒石神社/0172-52-2798



## 高岡の森 弘前藩歴史館

マップ D-2

弘前藩4代藩主津軽信政を祀る高照神社に奉納された武器刀剣類、大絵馬などを展示し、弘前藩の成り立ちや津軽家の歴史、地域文化について理解を深めることができる博物館です。



外観



刀剣展示



「津軽信政着用具足」と津軽領の紹介

問合せ先/0172-83-3110/9:30~16:30/  
毎月第3月曜休(その日が祝日の場合はその翌日)、年末年始(12月29日~1月3日)、  
展示替え期間中は臨時休館



## 獄きみ

## 高岡の森 古民家カフェ 山の子

マップ D-2



岩木山麓高原で栽培されているとうもろこしです。岩木山の寒暖差によって糖度が高くなり、生でも食べられる甘さを持っています。旬の時期(8月上旬~9月中旬)になると岩木山のふもと(百沢~獄地区)では露店や直売所がたくさん出店し、採れたてや茹でたものを販売しています。



問合せ先/0172-26-8785/  
11:00~17:00/  
火曜・第1第3月曜休



高照神社の門前にある古民家を改装したカフェ「山の子」。店内はテーブル・お座敷もあるのでお子様連れの方も安心。身体に優しい食材にこだわり健康的な食事をいただけます。



# 津軽岩木スカイライン

津軽岩木スカイラインは、岩木山の8合目まで上る有料自動車道です。駐車場から9合目の鳥の海(鳥海山)までリフトがあり、さらに山頂まで40分ほど登ることができます。

※例年、春～秋頃まで開通、冬期間は閉鎖しています。  
問合せ先/株式会社岩木スカイライン /0172-83-2314

マップ C-1



# Mt. Iwaki

TSUGARU-FUJI /

8合目からの風景



リフト



岩木山は青森県最高峰の火山です。されているほか、津軽国定公園には青森県の岩木高原県立自然公園その山容から津軽富士とも呼ばれ「お」をつけて「お岩木山」あるいは

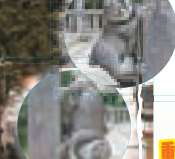
## いわきやまじんじゅ 岩木山神社

マップ D-2



楼門

金運アップの狛犬



恋愛運アップの狛犬

## 弘前市野外活動施設 弥生いでの広場



マップ C-2

岩木山のふもとにある弥生いでの広場は、食堂などがあるハイランドハウス、日本の野生動物を中心とした動物園やオートキャンプ場、ピクニック広場があります。

動物広場

ピクニック広場



岩木山をご神体とし、今から約1,200年前に岩木山頂に社殿を創建したことを起源とします。郷土人の生活と心のよりどころであり、陸奥津軽開拓の神、農海産物の守護神、とりわけ開運福の神様として、さらには日本の北門鎮護の名社として篤く崇敬されています。

問合せ先/0172-83-2135/(4月～10月)8:00～17:00 (11月～3月)8:30～16:00



問合せ先/0172-96-2117/  
9:00～16:30(オートキャンプ場を除く)/  
4月下旬～11月上旬(無休・開設日は積雪状況により変動します)/動物広場のみ月曜休(繁忙期を除く)

# 津軽富士「岩木山」は見る方向によって形がちがう!?

多くの人に愛されている「岩木山」は東西南北から見ると形が異なって見えます。いろんな角度から岩木山を見て自分のお気に入りの岩木山の形を探してみるのも楽しいかもしれません!

<p><b>西</b> から見た岩木山</p> <p>鱒ヶ沢町から撮影</p>	<p><b>北</b> から見た岩木山</p> <p>弘前市大森勝山から撮影</p>	<p><b>南</b> から見た岩木山</p> <p>西目屋村から撮影</p>	<p><b>東</b> から見た岩木山</p> <p>藤崎町から撮影</p>
---	--	---	--



# 弘前の和の建物

城下町である弘前市には、東北で唯一の現存天守のある弘前城をはじめ、武家屋敷など、歴史を感じる伝統的な建築物が数多く存在します。



## マップ L-3 弘前公園

曳屋という  
天守ごと動かす工事で  
現在は移動中!

問合せ先/  
弘前公園(弘前市みどりの協会)/  
0172-33-8733  
旧岩田家住宅/0172-35-9444/  
旧笹森家住宅/0172-32-5679/  
10:00~16:00/不定休/入館無料

弘前城は、江戸時代に建造された天守や櫓など、国の重要文化財に指定されています。見る角度によって違った顔を見せてくれる天守を始め、廃城時の原形をとどめたままの堀・石垣・土塹等、見どころが盛り沢山。約二千六百本の桜の木々がもたらす弘前公園の景観は「日本さくら名所百選」人と自然が織りなす日本の風景百選」にも選ばれており、弘前さくらまつりなど様々なイベントも開催されています。

## マップ K-4 旧岩田家住宅

市内の武家住宅の多くが姿を消してしまった中で、この「旧岩田家住宅」は、藩政時代からほとんど変わっていないとされる細長い敷地、表の通りから9m程離れて建つ主家、その間にあるツボ(観賞庭園)があり、主屋の裏には、野菜・薬草を栽培するためのカブチ(自家菜園)を設けたり、実用的な庭の面影も残っています。当時の武士の生活空間がよく残る武家屋敷です。



弘前城を訪れたら、武家町(弘前市仲町)伝統的建造物群保存地区)も是非探訪しましょう。

### 弘前市仲町伝統的建造物群保存地区

## マップ K-3 旧笹森家住宅(旧弘前藩諸士住宅)

小規模な住居ですが、当時の武家住宅の標準的な間取りをよく残し、梁や柱などの構造材に当初の材料が多く残っている、仲町保存地区内に現存する最古の武家住宅です。全国的にも少ない中、下級武士の住宅の遺構として国の重要文化財に指定されています。



藤田記念庭園は、弘前公園に隣接し、弘前市出身で日本商工会議所初代会頭の藤田謙一氏が1921年に別邸を構える際、東京から庭師を招いてつくった庭園です。

## 和館・クラフト&和カフェ匠館

庭園は低地部と高台部分かれており、和館のある高台部は岩木山を眺望する借景式庭園となっています。クラフト&和カフェ匠館では「こぎん刺し」や「津軽塗」などの工芸品を展示、販売しています。和風パフェ、おぼんざいランチなど「和」にこだわったメニューを堪能できます。

問合せ先/  
和館(藤田記念庭園 事務室)/0172-37-5525/9:00~17:00/年中無休  
クラフト&和カフェ匠館/0172-36-6505/9:30~16:30(L.O16:00)/年末年始休



# 弘前の洋の建物

レトロな洋館が多く残る不思議な街「弘前市」。歴史的な建物は和の建物と洋の建物がまるでミルフィーユのように和洋折衷をおりなしています。その懐かしくも新しいハイカラ文化や、日本の大工の技と西洋の趣が見事に調和された弘前の魅力を存分に堪能してください。



## 旧第五十九銀行本店本館 (青森銀行記念館)

マップ M-4

明治の建物としては青森県で初めて、重要文化財に指定されました。見学可能で、天井に使われている美しい金唐革紙をはじめとした圧巻のクラシカルな内装を堪能できます。屋根には落雪防止の意匠が施されるなど、弘前市という豪雪地域を感じられる造りになっていて、雪が積もった様子もとても風格があります。

問合せ先/0172-36-6350/9:30~16:30/火曜休  
(まつり期間中は変更あり)、年末年始休

夜間は  
広場の照明が  
キレイ



数種類の  
アップルパイが  
食べられます

マップ M-2

## 藤田記念庭園

### 洋館・大正浪漫喫茶室

高台部にある洋館は、ステンドグラス、窓ガラスなど当時の物が残っており、八角形の塔が印象的なデザインとなっています。中にある「大正浪漫喫茶室」では、四季の彩りを眺めながらアップルパイやお食事を楽しむことができます。アップルパイとドリンクセットのほか、西目屋産そば粉を使ったガレットが人気です。

問合せ先/0172-37-5690/9:30~16:30(L.O16:00)/無休



## スターバックス コーヒー 弘前公園前店

マップ M-3

1917年に陸軍第八師団長の官舎として建設された木造の建物で、ハーフティンバー調のデザインが特徴的な弘前公園前店は、国の登録有形文化財を活用した店舗です。ブナの木工品「ブナコ」を使った照明や、津軽地方の伝統的な刺し子技法である「津軽こぎん刺し」が刺繍された長椅子等、弘前の歴史・文化も楽しめる店内となっています。

問合せ先/0172-39-4051/7:00~21:00/不定休



マップ M-3

## 旧弘前市立図書館

1931年まで市立図書館として利用されていた、八角形の双塔を持つルネサンス様式の木造3階建てで、正面の屋根窓など、弘前市の明治期を代表する洋風建築です。

問合せ先/弘前市文化財課/0172-82-1642/9:00~17:00/入館無料/年末年始休



## 禅林街 マップ N-2

2代藩主津軽信枚(つがるのぶひら)が、弘前城の南西(風水でいう裏鬼門の方角)の砦として、宗教文化の統一を図ろうとしていたこともあり1610年に津軽一円の曹洞宗三十三カ寺をこの地に集めました。城下町の風情がそこかしこに残り、長い歴史を感じさせます。同じ宗派の寺院が、まとまって建っている場所は全国でも稀で、その入り口から入った瞬間の風景は一見の価値あります。

## 弘前&西目屋の歴史・文化

### 津軽一代様

弘前市、平川市、大鰐町等の中南津軽地域の人々は自分の干支によって決まった神社仏閣を参拝する風習があります。

その神社仏閣は津軽一代様と呼ばれています。

#### 多賀神社



#### 求聞寺



#### 金剛山最勝院 天満宮



#### 橋雲寺



### 最勝院五重塔

津軽藩4代藩主信政が、藩祖為信の津軽統一の過程で戦死した敵味方の将兵の供養のために建立しました。江戸時代に建てられた五重塔の中では相輪が長く、東北でも一番美しい形といわれています。また、日本最北端に位置する重要文化財に指定された五重塔です。問合せ先/0172-34-1123



### 弘前忍者屋敷 マップ N-3

江戸時代後期に建てられた甲賀流忍者屋敷で、国内に現存する忍者屋敷の中でも、忍者が実際に使用したと言われる唯一の建物です。弘前藩で約200年にわたり活躍した忍者集団「早道之者(はやみちのもの)」という身分が保証された忍者部隊が、主に集会場所として利用していたと言われています。

問合せ先/オーナー 佐藤/090-2023-6950/要予約 9:30~16:40





## 西こぎん

弘前市から西側、西目屋村をはじめ旧中津軽一帯の農村で作られた津軽の伝統的な刺し子の文様で、麻布の目が緻密で模様も細かいのが特徴です。重たい荷物を背負うために、肩に縞模様があります。上段の轡繫ぎ(くつわつなぎ)は、山歩きの魔除けといわれています。西こぎんの他に東こぎん、三縞こぎんの大きく分けて三種類のこぎんの系統があります。



## 弘前こぎん研究所

マップ N-3

日本を代表する建築家 前川國男の1作目である木村産業研究所は、現在、弘前こぎん研究所として津軽地方の伝統的な刺し子技法である伝統工芸「津軽こぎん刺し」の普及と制作、販売を行っています。作業工程の見学もでき、事務所と併設の販売所では常時様々なこぎん刺しの商品を販売しています。

問合せ先/0172-32-0595/9:00~16:30/土日祝休



詳細はこちら

弘前  
八幡宮



国上寺  
(平市)



大円寺  
(大鰐町)



白山姫神社



詳細はこちら

## 弘前れんが倉庫美術館 cafe & shop BRICK

マップ N-4

弘南鉄道中央弘前駅と隣接している土淵川吉野町緑地の中に、レンガ造りの建物が静かに佇んでいます。明治・大正期に醸造所として建てられ、戦後はシードル工場として使われた建物をリノベーションした美術館で、現代アートの展覧会を開催しています。美術館に隣接する「Cafe & shop BRICK」は、旧建物のレンガ壁を活かしており、シードル工場のタンクを眺めながら食事や買い物を楽しめます。

問合せ先/弘前れんが倉庫美術館/0172-32-8950/9:00~17:00/火曜休  
cafe & shop BRICK/0172-40-2775/9:30~17:30/火曜休



マップ H-4

## ニシメヤ・ダムレイクツアー

津軽白神湖の湖面を水陸両用バスが遊覧します。  
光と風を浴びながら、湖にスプラッシュ・イン！  
ダム湖から白神山地を眺めてみませんか？

運行期間：4月下旬～10月下旬

問合せ先/津軽白神ツアー/0172-85-3315(要予約、

乗車日前日まで)/9:00～17:00/

水曜休

詳細は  
こちら



白神山地&西目屋村

# 体験 & ツアー

マップ H-4

## SUP体験

SUPに乗って白神山地の自然の中へと  
溶け込むように漕ぎ進みます。水上からしか  
見ることのできない風景が広がり自然を  
肌で感じてみましょう。

開催期間：4月下旬～11月上旬

所要時間：約3時間(説明、準備体操等含む)

問合せ先/Canoe & Rafting A'GROVE/

080-2836-1735

(要予約)

詳細は  
こちら



## ラフティング

マップ H-4

白神山地を源流とする清流「岩木川」をゆったりと下り、  
景色を眺めながら、滑るように川を下ります。暑い季節は  
水遊びやダイビングスポットで飛び込みもでき、水面を  
吹くさわやかな風や水のきらめき、鳥たちのさえずり  
など、西目屋村の自然を満喫できます。

開催期間：4月下旬～11月上旬

所要時間：3時間(受付等含む)

問合せ先/Canoe & Rafting A'GROVE/

080-2836-1735(要予約)

詳細は  
こちら



ツアー中にスタッフが  
撮影した写真はお帰りの際に  
プレゼントします！





マップ H-4

## フナコ BUNACO製作体験

世界にひとつだけのブナコ作りに挑戦します。自分自身の手で、ブナコによる造形の美しさと、モノづくりの喜びを体感してみてください。  
問合せ先/ブナコ西目屋工場/  
0172-88-6730(予約優先)/10:00~15:30/  
営業日は、工場営業日カレンダーによる

詳細は  
こちら



マップ H-4

## そば打ち体験

「メイド・イン・白神」のそば粉で、そば打ちに挑戦してみませんか?額に汗して打ったそばは、その場で茹でて「もりそば」に。ほんのり甘く香り高く、コシのある白神そばの風味とのどごしを味わえます。  
問合せ先/道の駅津軽白神 味な工房/  
0172-85-2911 (要予約・1週間前まで)

詳細は  
こちら



木の優しい  
手触り

1鉢4人前  
なので  
2名で1鉢が  
おすすめ!

マップ H-4

## 焙煎・淹れ方体験

白神コーヒースタジオでは、生豆を自ら煎ることで味や香りを左右する焙煎を知り、奥深い珈琲の世界を楽しむことができる「焙煎体験コース」と、珈琲を美味しく淹れる方法を有資格者のレクチャーのもと学ぶことが出来る「淹れ方体験コース」が体験できます。  
問合せ先/白神焙煎舎/  
要予約・3日前まで/10:00~16:00



詳細は  
こちら



本当の味を体験すると  
自分のコーヒーに  
出会えますよ



## 津軽ゆめりんごファーム 季節の果物狩り

マップ 小沢地区

季節ごとに様々な果物を収穫する体験ができます。6月下旬から「さくらんぼ狩り」、7月中旬から「ブルーベリー狩り」、8月中旬から「もも狩り」、9月上旬から「りんご狩り」が始まります。※さくらんぼ以外は露地栽培のため雨天時は中止となります。

問合せ先/0172-87-6089(要予約、2日前まで)/10:00~16:00/水曜日

詳細はこちら



完全  
予約制  
です

マップ 清水富田地区

## 弘前市りんご公園 りんご収穫体験

公園スタッフから美味しいりんごの見分け方を聞きながら、その時期旬のりんごをもぎ取れます。りんごの街「弘前」ならではの楽しいひと時をお過ごしください。収穫したりんごは、計量した後お買い上げいただけます。※30分間隔でご案内します。

開催期間:8月上旬~11月中旬  
問合せ先/0172-36-7439/  
9:00~17:00/年中無休

詳細はこちら



# 体験 弘前市 & ツアー



マップ B-1

## 森の中の果樹園 くだもの狩り

岩木山の裾野に広がる、森とりんご畑に囲まれた体験型の観光農園です。来園当日に収穫できる果物がどれでも営業時間内は時間無制限で食べ放題！  
広大な敷地内で果物の収穫体験をしてみませんか？

開催期間:6月中旬~10月末  
問合せ先/080-1821-3059(受付 8:30~17:00)/  
9:00~17:00/11月~冬季休業/  
Mail:fruitful@morikaju.jp

詳細はこちら



## 岩木山観光りんご園 弘前のフルーツ収穫体験

マップ D-2



ゆったりとした広い農園でフルーツ狩りをお楽しみいただけます。もも・スモモ・りんごなどの収穫体験やとうもろこしの購入ができます。開催期間:7月下旬~11月中旬

問合せ先/0800-805-0207(フリーダイヤル・要予約)/  
9:30~17:00(夏)、9:30~16:00(秋)/不定休



マップ M-3

## まるっと植物園満喫！ 〈ハーバリウム体験など〉

弘前公園内にある弘前城植物園には約1,500種、124,000本の樹木・草木があり、季節によって違う花々・山野草を見ることができます。植物園のお花や木の枝を使ったハーバリウム、ウッドクラフトなどの体験ができます。

開催期間：5月～10月（第2・4日曜）

問合せ先/藤田記念庭園/  
0172-37-5525(8:30～17:15)/  
Mail:fteien@hirosakipark.or.jp

詳細は  
こちら



マップ K-4

## 絵付け体験

金魚ねぶたをはじめとした、津軽地方のさまざまな伝統工芸品に絵付けをする体験ができます。世界に一つだけのオリジナル工芸品を作ってみませんか？

問合せ先/津軽藩ねぶた村/0172-39-1511/  
9:00～17:00/年中無休



詳細は  
こちら



十二支の下川原焼が  
作れます



マップ K-4

## 藍染め体験学習

工房内の見学と藍染めの体験学習を通じて多くの人に藍染を知ってもらうこと、良さを理解してもらうことに力をいれています。所要時間：人数による（1、2名程度…約30分～40分、10名程度…約60分）

問合せ先/津軽天然藍染川崎染工場/  
0172-35-6552(要予約)/  
9:00～17:00(冬期9:00～16:00)/木曜日

詳細は  
こちら



ハンカチ・スカーフ  
バンダナ等が作れます





# 白神ジビエ料理

鳥獣被害対策によって捕獲されたクマ肉を食肉加工施設「ジビエ工房白神」で食肉処理し、調理されています。\*クマの捕獲状況により、ご提供できない場合もあります。

くま丼



津軽ダムカレー



津軽白神湖をイメージしたカレールーにダムをイメージしたライス。大きなカツをトッピングしているので見た目もおなかも大満足です。スプーンがスコップ型などころも特徴的です。

豊かな保水で恵まれた白神山地の風土が育んだ蕎麦です。

白神そば  
ざるそば



# 白神・津軽の食を味わおう!!

食事からスイーツ・ドリンクまで美味しいものたくさん!!



道の駅 津軽白神 ピーチにしめや/西目屋村田代神田219-1/  
 レストラン 森のドア/0172-85-2855/11:00~14:00(GW期間変更あり)/年末年始休  
 白神焙煎舎/0172-40-3821/  
 白神ワイナリー&白神生ハチミツ[BeFavo]/0172-85-2886/  
 ※店舗により営業日が異なりますので、ホームページをご確認ください。



マップ H-5

## めえ〜や味噌ラーメン

人気の一品です。濃厚な味噌スープに  
 たっぶりのネギが絶品。



## 水出し珈琲 “雪溶け”

水出しのアイスコーヒーに  
 雪に見立てたシロップの氷  
 を入れ、津軽ガムをイメージ  
 した特製カップでご提供  
 します。



## RINGO 375ml/750ml

白神山から採取した天然酵母で醸し  
 りんごだけで表現できないコクや深み  
 を出すために、葡萄を加えて新感覚の  
 シードルに仕上げました。



## はちみつがけ ソフトクリーム

道の駅の屋上で採れた  
 はちみつをトッピング。  
 期間限定ジェラートも  
 ご用意しています。



## 白神ハニーピザ

マップ H-4

もちもち食感の生地に、トマトソースやチーズ、西目屋村で採れた  
 はちみつをトッピングしました。甘じょっぱい味わいとハチミツの  
 豊かな香りが楽しめます。

BUNACO CAFÉ(ブナコカフェ)/  
 西目屋村田代稲元196 ブナコ西目屋工場内1F/  
 0172-88-6604/  
 11:00~15:30(L.O.15:00)  
 土・日・祝の工場営業日のみ営業





### SDGsの観点

弘前市石川地区で、津軽の伝承料理を継承する活動をしている「津軽あかつきの会」。地元でとれた新鮮野菜等の食材を基本に塩漬、乾燥野菜等保存食も取り混ぜ季節感を盛り込んだお膳料理を提供しています。

マップ 石川地区

## 津軽あかつきの会

問合せ先/弘前市石川家岸44-13/070-6613-8317/  
木、金、土、日12:00~14:00/4名から受付、4日前までに要予約。



## 津軽伝承料理



## フランス料理

弘前市は明治以降、積極的に西洋文化を取り入れたことから人口比で日本一フランス料理店が多いといわれています。

## ランチAコース

マップ 外崎地区

スープより1品・お魚料理又はお肉料理より1品・  
自家製パン・デザート・コーヒー  
シェ・アンジュ/弘前市外崎2丁目7-1/  
0172-28-1307/11:30~14:30(L.O 14:00)  
/ディナーは前日までの予約制/17:00~21:00  
(L.O20:00)/日曜休



## 白神の魚

「白神の魚」は、白神山地に端を発する水によって育まれた魚介藻類をいいます。それら西海岸の魚介藻を弘前の飲食店で、様々な料理を提供し、消費を促進してゆこうとする試みが「白神の魚プロジェクト」です。白神の魚は入荷日が月曜・金曜のみなのでご利用の際は提供店に事前のご予約が必要です。また、不漁等により提供できない場合もありますのでご利用の際は提供店にご確認ください。



白神フグ

▶ 提供店一覧



▼提供店は以下ロゴマークを掲示しています。

# 白神の魚





## アップルパイ

りんご生産量日本一の弘前市ではアップルパイを提供するお店がたくさんあります。お店によって味が異なるので食べくらべがおススメです！



マップ M-2 風味豊かな白神産そば粉と弘前産りんごを使用したガレット。

## バルサミィアップルとバニラアイスのガレット

大正浪漫喫茶室(藤田記念庭園)/弘前市上白銀町8-1/  
0172-37-5690/9:30~16:30(L.O. 16:00)/  
年中無休



## 山の子けの汁御膳

マップ D-2



津軽の郷土料理であるけの汁(根野菜などを細かく刻んで煮込んだ汁)と発酵食材を取り入れ、地域の食材と無添加にこだわった山の子特製ランチです(季節によりメニュー内容は替わります)。

高岡の森 古民家カフェ 山の子/弘前市高岡獅子沢2-2/0172-26-8785/  
11:00~17:00/火曜・第1第3月曜休

## たすき 搾のおやき

マップ G-6

青森県の特産物や郷土料理を具材にしたオリジナルのおやきです。人気のおやきを詰め合わせた「食べ比べセット」もおすすめです。



搾Tasuki/  
弘前市桜庭清水流  
61-9/  
0172-40-2824/  
10:00~16:00/  
不定休

## いがめんち

マップ N-6



昭和31年から弘前市の台所として様々な魚介や惣菜などを扱っている食料品店です。弘前市のB級グルメともいえる「いがめんち(イカのメンチ)」はおかずにもおやつにもなります。

虹の마트/弘前市駅前町12-1/0172-32-6411/8:00~18:00/日曜休



## モガモガ昔 黄金焼

マップ M-4

昔からある弘前のソウルフードともいえるおやつで、牛乳と玉子は使っておらず皮はもちもちで中に白あんが入っています。

川越黄金焼店/弘前市土手町21-3/0172-32-6547/  
9:00~/不定休



※表示価格は全て税込です。※掲載内容は変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。



# 自然に囲まれた宿でゆったりと 津軽の食や文化を満喫できます

## 宿泊施設・温泉宿

貴方を癒す、温泉宿



マップ H-4

詳細はこちら

### ■ ブナの里 白神館



白神山地・弘前観光に最適なホテルです。白神山地の入り口であるアクアグリーンビレッジANMONまで車で25分。弘前駅まで車で30分。四季折々の白神の大自然も、弘前の街も、存分にお楽しみいただけます。  
問合せ先/西目屋村田代神田60-1/0172-85-3011



しらかみの湯

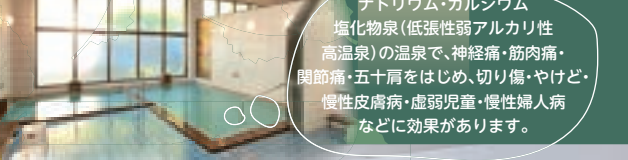
「pH8.5」のアルカリ性・炭酸水素塩泉の当館の温泉は疲労回復・神経痛・筋肉痛・冷え性などに効果があり、「美肌の湯」と呼ばれ、入浴後はお肌がツルツル&ピカピカに。



村いちの湯

ナトリウム・カルシウム塩化物泉(低張性弱アルカリ性高温泉)の温泉で、神経痛・筋肉痛・関節痛・五十肩をはじめ、切り傷・やけど・慢性皮膚病・虚弱児童・慢性婦人病などに効果があります。

### 名湯と真心こめたおもてなし



マップ I-4

### ■ グリーンパーク もりのいずみ

白神山地観光の拠点として最適な、コンドミニウムスタイルの宿泊施設です。各部屋にキッチン・冷蔵庫が完備され自炊も可能なため、長期滞在に便利です。源泉かけ流しの天然温泉「村いちの湯」は、日帰り入浴も可能です。

問合せ先/西目屋村村稲葉213-1/  
0172-85-3113

詳細はこちら



壁の一面が  
こぎん柄(3種類)の  
「こぎんルーム」が  
オープンしました!



マップ N-4

## GOOD OLD HOTEL

「泊まれるスナック街」

詳細はこちら



昭和40年代に弘前市・鍛冶町に誕生したグランドパレス。この建物は、バブル時代の前から若者が集う場所でした。にぎやかだった鍛冶町のスナック街の雰囲気や文化を残しながら形づくられ、古き良き思い出が詰まったこの場所で、ノスタルジックな時間をすごしてみませんか。  
※ネット予約のみ。



マップ N-6

## ブロッサムホテル弘前

ブロッサムホテル弘前の新しいおもてなしである「ゆとり」の基本となるスタンダードダブルをはじめ、デラックスツイン、スイート等さまざまなお部屋を選べます。  
問合せ先/弘前市駅前町7-3/0172-32-4151

詳細はこちら



マップ D-1

## アソベの森 いわき荘

詳細はこちら



いにしえより津軽の文化を育んできた岩木山を望むお部屋でゆっくりと寛いで、しずかに流れる時間にやすらいで…思い出もいに思い出をつくりながら、すべてを心から楽しむ。それが、元氣物語の宿・いわき荘の楽しみ方です。(温泉・宿泊の詳細はp31へ)



新館 和洋室10畳+ツイン



温泉で  
癒しの  
ひととき



マップ H-4

### たいはく 大白温泉

※大白温泉では「湯めぐり手形」の  
使用はできません。

りんご畑のそばにある  
源泉かけ流しの温泉

りんご畑のそばにある源泉かけ流し  
の温泉で、つるつるとした泉質が特  
徴です。6月～10月は露天風呂も楽し  
めます。※宿泊はできません。

問合せ先/西目屋村白沢白沢口106/  
0172-85-3311/10:00～21:00

詳細はこちら



温泉を  
楽しむ前に

## 「湯めぐり手形」使えます



湯めぐり手形とは、岩木山周辺にあるいろいろ  
な種類の温泉を出来るだけ多く、温泉が大好きな方  
に楽しんでいただくための企画です。

※湯めぐり手形は、岩木山観光協会・協賛施設で購入できます。

※同じ温泉施設でのご利用はご遠慮ください。

また、ひとつの手形で同時に2名以上のご利用はできません。

※外来入浴時間は施設によって異なりますので、ご注意ください。



詳細はこちら



マップ D-1

### アソベの森いわき荘

「百沢温泉のぬくもりに  
癒される」

「熱の湯」とも呼ばれ、地元の人々か  
らも愛され親しまれている名泉・百沢  
温泉。神経痛、筋肉痛、関節痛、五十  
肩に効果があります。

問合せ先/弘前市百沢寺沢28-29/  
0172-83-2215/7:00～14:00、  
18:00～21:00(最終受付は1時間  
前まで)

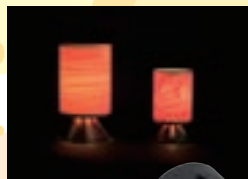
詳細はこちら



旅の思い出をお持ち帰りしよう！

# 白神・津軽のおみやげ

## ブナコ BUNACO (A)



ブナの木を独自の製法で加工した木工品です。デザインはスタイリッシュなものが多く、世界から高い評価を得ています。



## 白神ジビエ商品 (B)

捕獲されたクマの皮で製作したクマ革製品や、クマ肉を使ったカレーや丼を販売しています。

## 青森県でいちばん小さな 西目屋村の百花蜜でつくった バウムクーヘン (A)

西目屋村で採れた百花蜜を100%使用しました。豊かな香りと優しい甘みが口いっぱいに広がります。



## ブナッキー グッズ (B)

白神山地マスコットキャラクターの「ブナッキー」がデザインされたグッズは種類が豊富です。



## モンベルオリジナル商品 (B)

アウトドアメーカーの「モンベル」と西目屋村がコラボした商品。「西こぎん」があしらわれたここにはかないグッズです。

## 白神焙煎炭焼珈琲 (B)

りんごの剪定枝や地元の木炭を使用し、珈琲豆を煎りました。豆はふっくら仕上がりがり香りがとても豊かで味はまるやかです。





## パティシエの りんごスティック **G**

青森県産りんごのシロップ漬けを大きめにカットし、スポンジ生地と一緒にパイで包み焼き上げました。



## 干しりんご **H**

りんごのみを使用し、砂糖・塩・植物油等の添加剤等は一切使用していません。低温乾燥で自然で素朴な味わいが魅力です。



## 最中で包んだ 獄きみスープ **F**

弘前市岩木南麓の獄高原で栽培されるといわれるこし「獄きみ」の甘みと香り、最中の香ばしさが相まった贅沢なスープです。



## こぎん刺し **C**

津軽地方に伝わる伝統的な刺し子。最近では、北欧風な色彩の小物も多く作られています。



## 津軽塗 **D**

もともとは弘前市を中心に作られる漆器のことをいいますが、最近ではスマホケースなど様々な小物に塗りが施されている商品も増えています。



## 白神クマねぶた **E**

西目屋村×津軽藩ねぶた村コラボ「白神クマねぶた」。縁起物の金魚ねぶたを白神山地の熊にアレンジした商品。サイズも2種類ありインテリアにオススメです。

## たか丸くん グッズ **F**

弘前市のマスコットキャラクター「たか丸くん」のグッズ。ぬいぐるみを始めとして種類は豊富です。



## SHOP LIST

### A **フナコ BUNACO 西目屋工場**

西目屋村田代稲元196/0172-88-6730/  
10:00~15:30(最終入場15:00)/  
営業日は、工場営業日カレンダーによる

### フナコ カフェ BUNACO CAFE

西目屋村田代稲元196/0172-88-6604/  
11:00~15:30(L.O.15:00)/  
土・日・祝の工場営業日のみ営業 **マップ H-4**



### B **道の駅 津軽白神 ビーチにしめや**

西目屋村田代神田219-1/0172-85-2855/  
9:00~17:00(季節により変動  
あり)/12月31日・1月1日休 **マップ H-5**



### C **津軽工房社**

弘前市元寺町52/080-1675-3753/  
10:00~17:00/不定休 **マップ M-4**



### D **津軽塗 たなか**

弘前市土手町24-10/0172-33-4649/  
10:00~18:00/水曜休  
※一部例外有り(8/13・年末年始  
は何日がお休みを頂きます) **マップ M-4**



### E **津軽藩ねぶた村**

弘前市亀甲町61/0172-39-1511/  
9:00~17:00/年中無休  
※大型バス駐車場完備。 **マップ K-4**



### F **思い出ショップさくらはうす**

弘前市下白銀町2-1(弘前市立観光館)/  
0172-33-6963/9:00~18:00/  
年中無休 **マップ M-3**



### G **ラグノオささき弘前百石町本店**

弘前市百石町9/0172-33-2122/  
8:00~19:00/火曜休 **マップ M-4**



### H **弘前市りんご公園**

弘前市清水富田寺沢125/0172-36-7439/  
9:00~17:00/  
年中無休 **マップ 清水富田地区**



### I **石崎弥生堂**

弘前市亀甲町13/0172-35-5753/  
9:00~18:30/  
日曜休 **マップ K-5**



### J **HIROSAKI ORANDO**

弘前市百石町47-2/0172-40-3950/  
12:00~21:00(曜日により変動  
あり)/水・木曜休 **マップ M-4**



## 縄かりん糖 I

弘前名物として人気の商品。甘さ控えめで、歯ごたえがあり、後を引く美味しさです。

## りんごジュース B F H

弘前市はりんご生産量日本一で、りんごジュースも種類が豊富。様々なりんごの品種のジュースがあるので飲み比べもオススメです。



## テキカカ H アップルソーダ

しっかりと管理された摘果りんご100%でつくったソーダです。甘さ控えめなので食事と一緒に楽しむドリンクとしてもおすすめ!



## 津軽びいどろ J

春の桜、夏の祭り、秋の紅葉、冬の雪景色を津軽の職人が一つ一つ手づくりで表現している「津軽びいどろ」。くつろぎの時間にお一つ添えてみてはいかがでしょうか。



さくらの見ごろ  
 <弘前城>  
 4月20日頃～5月5日頃  
 <西目屋・岩木>  
 4月下旬～5月上旬



### ●弘前りんご花まつり

さくらまつりが終わると、かわいらしいりんごの花が咲き誇ります。  
 開催期間:5月上旬

### ●白神山地の新緑

冬を越した白神山地が緑一色に彩られます。



### ●弘前さくらまつり

弘前公園内のソメイヨシノは樹齢100年を越すものが400本以上あります。樹木医「桜守」によって1年中管理された桜はもこもこと迫力のある花付きが特徴です。  
 開催期間:4月23日～5月5日

- 津軽白神湖～ANMON
- ブナ林散策道
- …例年4月下旬開通

- ANMON～津軽峠
- 高倉森
- …例年5月末開通

- 暗門の滝
- …例年7月上旬開通



春

4-6月

夏

7-8月

	春の平均気温	
	弘前市	西目屋村
4月	最高気温 13° 最低気温 6° 降雨日数 9日	最高気温 12° 最低気温 3° 降雨日数 9日
5月	最高気温 18° 最低気温 12° 降雨日数 8日	最高気温 17° 最低気温 8° 降雨日数 9日
6月	最高気温 22° 最低気温 16° 降雨日数 7日	最高気温 21° 最低気温 13° 降雨日数 9日

データ提供元: NOAA

	夏の平均気温	
	弘前市	西目屋村
7月	最高気温 25° 最低気温 20° 降雨日数 9日	最高気温 25° 最低気温 18° 降雨日数 11日
8月	最高気温 27° 最低気温 21° 降雨日数 10日	最高気温 26° 最低気温 19° 降雨日数 9日

データ提供元: NOAA

### ●宵宮

各社の参道にたくさんの露店が並び、射的や金魚すくいなど楽しむことができます。

開催期間:毎年5月中旬～10月上旬  
 ※祭典場所により異なります。

黄葉・紅葉の見ごろ  
 <白神山地>  
 10月中旬～10月下旬  
 <弘前城>  
 10月下旬～11月上旬

### ●弘前ねぶたまつり

武者絵が描かれた山車を引いて市内を練り歩くお祭りです。国の重要無形民俗文化財に指定されており、美麗なねぶた絵と荘嚴な囃子が弘前の夏を彩ります。

開催期間:8月1日～7日



### ●白神山地の黄葉

ブナ・カエデ・ヤマモミジなどが美しく色づき、白神山地が黄金色に彩られます。秋色に染まる大自然を眺めながら、ふかふかの落ち葉の上を歩いてみてはいかがでしょうか。

運行中の  
 掛け声は  
 「ヤーヤドー」



# 四季折々に表情を変える豊かな自然に囲まれた白神エリア。一年のイベントや気温なども確認しましょう。

# 白神の四季

# 弘前

# 西目屋

# CALENDAR



# 津軽 あるある!?



## ★おでんには生姜味噌

生姜が入った甘めの味噌で身体もぼかぼか！雪国ならではの、寒さに対する工夫を感じられます。



## ★品種別にりんごジュースがある

りんご王国・青森の中でも、特に津軽地方はりんごの生産が盛ん。品種ごとに酸味や甘味のバランスが違うので、飲み比べて自分好みの味を探してみてください。

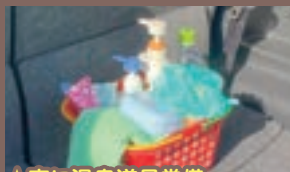
## ★節分の豆は落花生

大豆ではなく、落花生をまく理由には、「雪の上からでも探しやすいから」「寒い土地なので、体温維持のために大豆より脂質を多く含む落花生が選ばれた」など、諸説があります。



## ★ビールは雪で冷やす。

積もった雪の中は、まさに自然の冷蔵庫。雪でキンキンに冷えたビールとおつまみで、冬を楽しみます。



## ★車に温泉道具常備

青森県は人口比の公衆浴場数が日本一多く、朝風呂をはじめ温泉好きの人がたくさん！温泉道具を車に常備しているので、いつでも準備万端です。

## ★岩木山の形自慢

津軽を見守るようにそびえ立つ岩木山。見る角度によって、様々な顔を見せてくれます。周辺市町村の人々が「うちから見た岩木山が一番！」と自慢し合います。(詳細p16)



## ●乳穂ヶ滝ライトアップ

結氷する乳穂ヶ滝が幻想的なライトアップで彩られます。開催期間：2月※結氷の状況によって、ライトアップ期間が変更となる場合があります。



## ●弘前城雪燈籠まつり

灯りがともされたミニカクラ群や雪像は照明に浮かぶ弘前城とあいまって幽玄の世界へ誘います。歴史的建造物などをかたどった大雪像や、大きな滑り台も作られ、雪を楽しむたくさんのイベントが行なわれています。

開催期間：2月中旬



	冬の平均気温	
	弘前市	西目屋村
12月	最高気温 3° 最低気温 -1° 降雪日数 21日	最高気温 5° 最低気温 -1° 降雪日数 18日
1月	最高気温 0° 最低気温 -4° 降雪日数 21日	最高気温 2° 最低気温 -4° 降雪日数 17日
2月	最高気温 1° 最低気温 -3° 降雪日数 17日	最高気温 2° 最低気温 -3° 降雪日数 14日
3月	最高気温 5° 最低気温 0° 降雪日数 14日	最高気温 6° 最低気温 -1° 降雪日数 13日

データ提供元: NOAA



冬  
12-3月

秋

9-11

津軽白神湖～

ANMON●

…例年11月下旬閉鎖

ANMON～津軽峠●

…例年11月上旬閉鎖

	秋の平均気温	
	弘前市	西目屋村
9月	最高気温 23° 最低気温 17° 降雨日数 10日	最高気温 23° 最低気温 15° 降雨日数 11日
10月	最高気温 17° 最低気温 10° 降雨日数 12日	最高気温 17° 最低気温 9° 降雨日数 12日
11月	最高気温 10° 最低気温 4° 降雨日数 17日	最高気温 10° 最低気温 3° 降雨日数 16日

データ提供元: NOAA

## ●弘前城菊と紅葉まつり

弘前公園は紅葉の季節になると、風情のある古城が色鮮やかな秋の装いになります。櫓や城門は400年以上の歴史を誇る重要文化財。それを彩る紅葉した約1,000本の楓、さくらやもみじを眺めて、弘前が歩んできた歴史を堪能しましょう。開催期間：10月下旬～11月上旬

白神と弘前の魅力をたくさん感じよう!

# モデルプラン

10:30

## ブナ林散策

ガイド付きで散策をするとより白神山地を堪能できます

P3・4

13:00

## ブナコカフェでランチ

白神ハニーピザがおすすめ!

P26

14:00

## ブナコ製作体験

世界に一つだけのブナコを作ってみませんか?

P22

16:00

## 道の駅 津軽白神 ピーチにしめやで ショッピング

種類豊富なお土産を取り揃えています

P32

18:00

## 白神の魚で夕食

P27

1泊2日プラン  
【バス・自転車利用プラン】

コースプラン

1日目

START

弘前駅

暗門白神号

ブナ林散策

暗門白神号

ブナコカフェ

ブナコ製作体験

徒歩

道の駅 津軽白神 ピーチにしめや

路線バス(西目屋村役場線)

白神の魚

GOAL

ブロッサムホテル弘前

9:30

# 藤田記念庭園 和館・洋館見学

P17-18

## コースプラン

### 2日目

START

ブロッサムホテル弘前

自転車レンタル・自転車20分

藤田記念庭園

自転車1分

弘前公園

自転車10分

旨米屋(津軽藩ねぶた村)

自転車1分

仲町伝統的建造物群保存地区

自転車1分

津軽天然藍染体験

自転車

弘前スイーツ・オシャレ雑貨探索

自転車返却

GOAL

弘前駅

12:00

うまいや

# 旨米屋でランチ (津軽藩ねぶた村内)



津軽地方の伝統的な郷土料理に舌鼓

旨米屋/弘前市亀甲町61/

0172-39-1511/

11:00~15:00/無休

10:30

# 弘前公園散策

P17



14:00

# 津軽天然藍染体験

川崎染工場で自分だけのハンカチを作ろう!

P24



13:00

# 仲町伝統的建造物群 保存地区散策

P17



15:00

# 弘前スイーツ・オシャレ雑貨探索

P28



スイーツで小腹を満たしてオシャレ雑貨を探しに行こう!



# My Travel Plan

Date

わたしの旅のしおり

自分の  
トラベルプランを  
作ってみよう!



# My Travel Plan

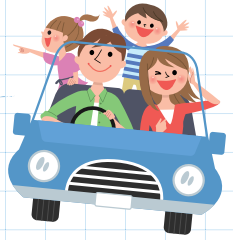
Date XXXX X X

わたしの旅のしおり

XXXX X X

## マイペースレンタカー旅行!!

旅行メンバー：パパ・ママ・しーくん・ひろちゃん



### Day1 白神・西目屋を楽しむ! 大自然満喫 Day



移動

レンタカー手配

8:45 弘前駅前 → 9:45 アクアグリーンビレッジ ANMON

10:00 「暗門の滝 暗門溪谷ルートトレッキング」(ガイド付)

12:30 道の駅 津軽白神 ビーチにしみや



レストラン「森のドア」白神シビエと炭焼きコーヒーでランチ

13:30 「ラフティング」受付・着替え

14:30 ラフティングスタート



温泉もあるよ!

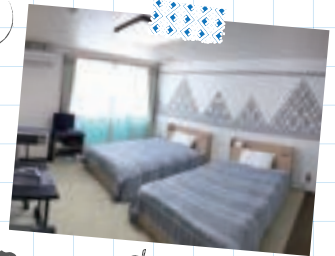
16:30 ラフティング終了



宿泊

グリーンパークモリのいずみ「こぎんの部屋」

チェックイン 17:00・チェックアウト 8:30



### Day2 弘前を楽しむ! 食べて体験する Day



移動

レンタカー

8:30 グリーンパークモリのいずみ → 9:00 弘前市りんご公園

9:00 弘前市りんご公園見学

移動

レンタカー

10:15 弘前市りんご公園 → 10:30 藤田記念庭園

10:30 藤田記念庭園散策

12:00 大正浪漫喫茶でランチ (お昼とアップルパイを食ベる!)



移動

レンタカー

13:00 藤田記念庭園 → 13:10 津軽藩ねぶた村

13:10 津軽藩ねぶた村

津軽塗 金魚ねぶた絵付け体験

15:00 ねぶた村でお土産購入

15:40 弘前公園散策

移動

17:00 津軽藩ねぶた村

→ 17:15 弘前駅

レンタカー返却



施設連絡先

グリーンパークモリのいずみ

0172-85-3113

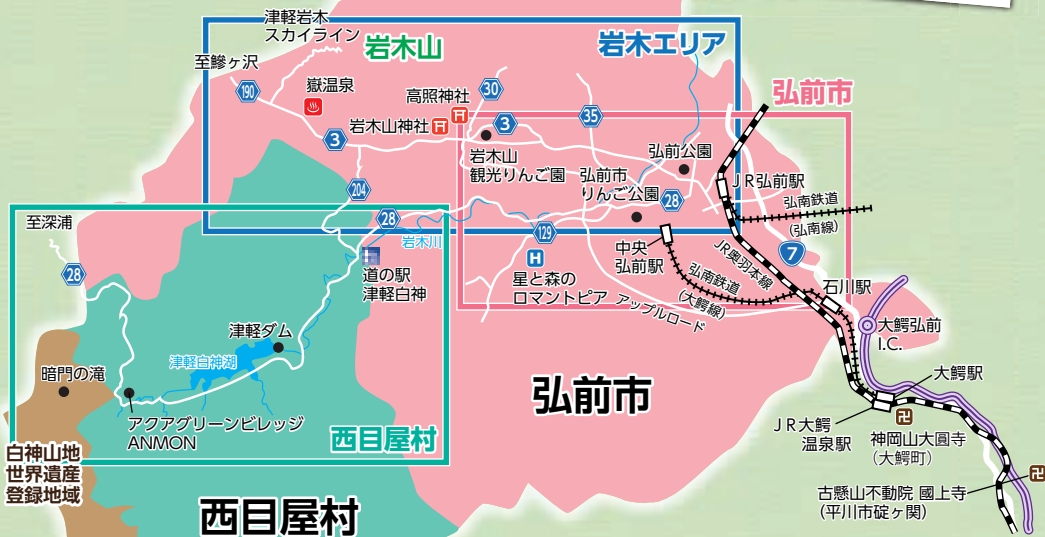
津軽藩ねぶた村

0172-39-1511



# 西目屋村・弘前市 エリアマップ

- 🚗 交通 📮 郵便局 🏦 金融機関・ATM 🏥 病院 🏪 神社 🏛️ 寺院 🏬 教会 🛣️ 道の駅 ℹ️ インフォメーション  
🏪 コンビニ 🎓 学校 🛒 ガソリンスタンド 🏨 ホテル・旅館 ♨️ 温泉 🍽️ 飲食店 🏡 お土産店



1

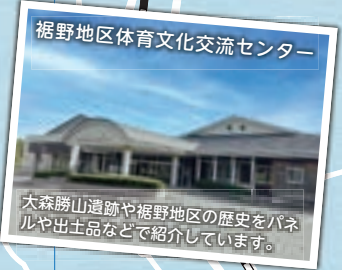
2

3

# 岩木エリアマップ

## (弘前市)

<移動目安時間> 弘前駅⇄嶽温泉郷 自動車 片道 約45分



2km



1

2

3

# 白神山地について学べるココ!



## 白神山地デジタルセンター

展示ホールではブナの一生やブナ林の仕組み、白神山地の生態系などを学べ、映像体験ホールでは臨場感あふれる映像で白神山地に触れることができます。  
 問合せ先/0172-85-2810/(4月1日~10月31日)8:30~17:00  
 (11月1日~3月31日)9:00~16:30/(4月~12月)第2月曜日(祝日の場合は翌日)  
 ※8月は第4月曜日(1月~3月)毎週月曜・木曜日(祝日の場合は翌日)・12月29日~1月3日休

詳細はこちら



西目屋村に一番近い  
コンビニ 至弘前

西目屋村に一番近い  
ガソリンスタンド



1km



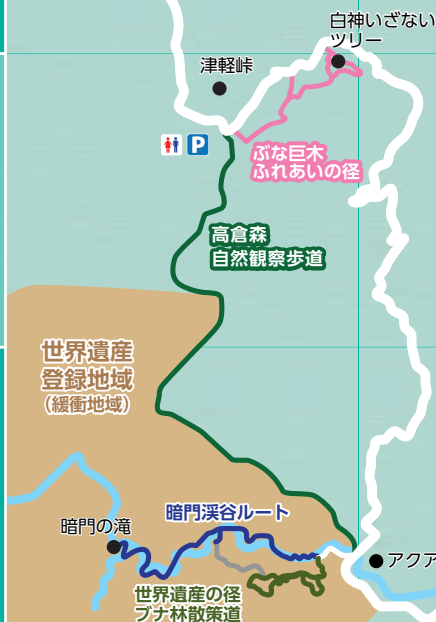
# 西目屋村マップ

<移動目安時間> 弘前駅⇨西目屋村役場 バス 片道 約55分

弘前駅⇨アクアグリーンビレッジANMON 自動車 片道 約60分



オオカメノキの花



ブナ林散策



ニホンザル

鬼川辺(1)遺跡

津軽白神湖

津軽ダム  
パーク

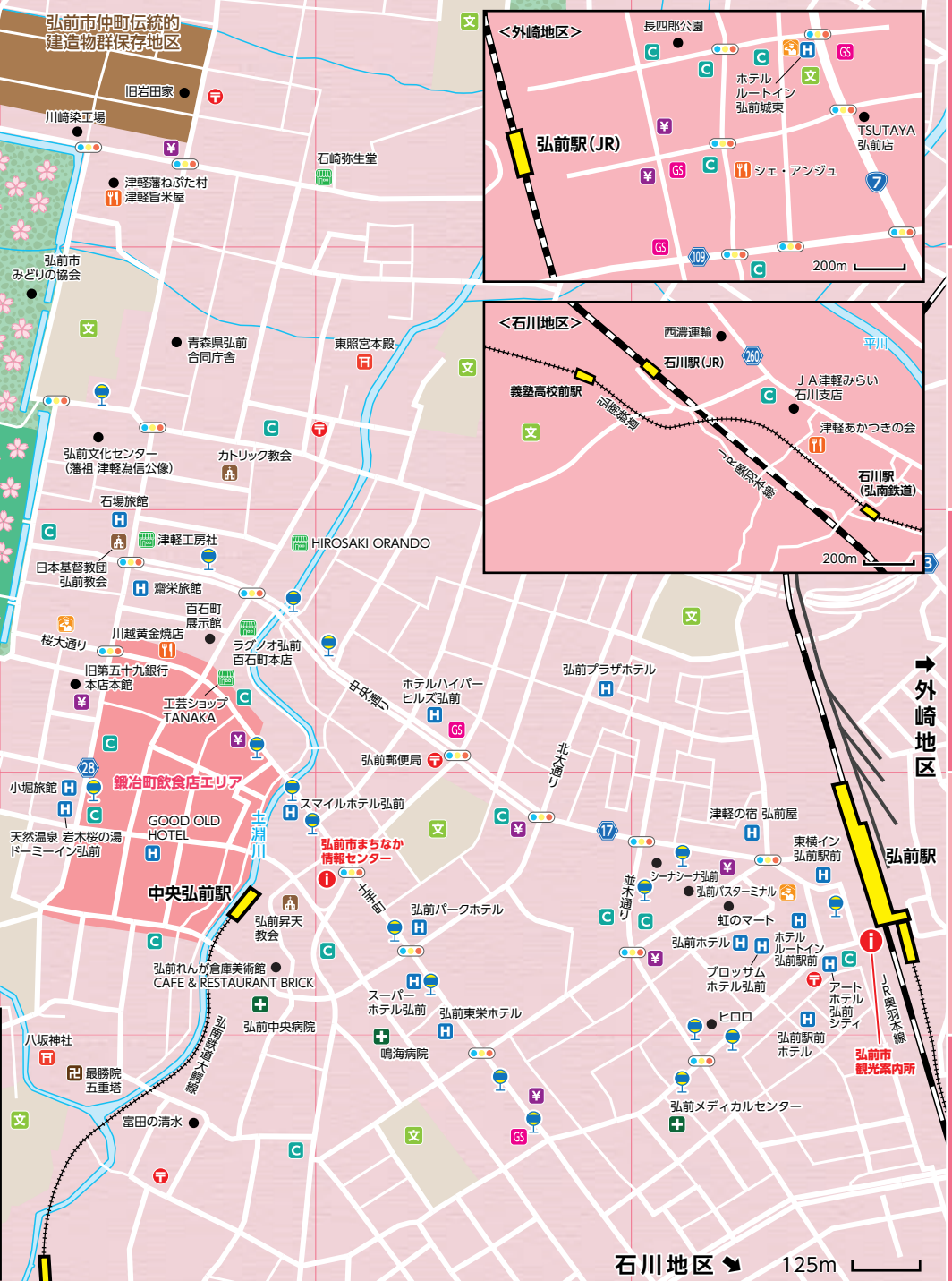
アクアグリーンビレッジ ANMON

川原平(1)遺跡



田舎町





K

L

M

N

O

外崎地区

弘前駅

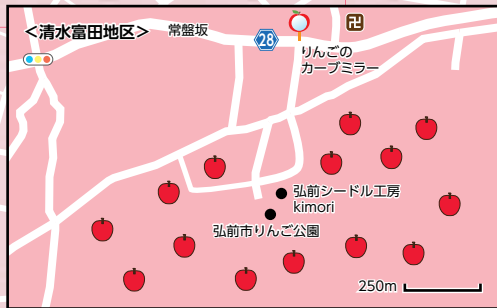
弘前市観光案内所

石川地区 125m



# 弘前市マップ

弘前市内循環バス(土手町循環)バス停



← 相馬地区  
 ↙ 清水富田地区  
 ↓ 小沢地区

「測量法に基づく国土地理院長承認(使用) R3.JhS 251-GISMAP50338号」を基に、2022年6月時点の新設された道路も表示しております



# 観光に便利な交通情報



弘前市内  
循環バス



## 弘前市内循環バス

【現金】大人150円、小人80円

【交通系IC使用】大人130円、小人70円

弘前市内を一律150円で乗ることができます。中心街を回る「土手町循環バス」、郊外へのショッピングに「城東環状」ととても便利なバスとなっています。交通系ICカードの利用でさらにお得に!!

※乗場や運転時間など詳細は弘南バスWebサイトをご確認ください。

### 「1日乗車券」…土手町循環・城東環状バスが1日乗り放題

料金：大人500円、小人250円

★購入方法は、バスを降りる時「1日乗車券を購入したい」旨を乗務員にお申し出ください。

その後、購入・支払となります。※車内販売のみ。

★支払方法は、MegoCaなどのICカードとなります。

★利用方法について詳しくは、弘南バスHP「MegoCaのはじめかた」をご覧ください。

問合せ：弘前バスターミナル TEL.0172-36-5061

(5:30～22:00※営業時間は変更になることもございます。)



詳細はこちら



## 貸自転車 サイクルネット

弘前観光には自転車が便利です!

貸出期間：5月上旬～11月下旬

※天候により貸出期間は変更になる場合があります。

※弘前市観光案内所、弘前市立観光館、弘前市まちなか情報センターは4月上旬から。

貸出場所：弘前市立観光館、弘前市観光案内所（JR弘前駅1F）、弘前市まちなか情報センター、弘前市りんご公園、津軽藩ねぶた村

貸出時間：9:00～17:00

(返却期限：全ステーションとも当日17:00)

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(要予約)









※電動自転車は弘前市立観光館、弘前市観光案内所のみ、クロスバイクは弘前市立観光館のみの貸出・返却となります。

※さくらまつり期間は、電動自転車の貸出を行っていません。

問合せ 弘前市立観光館 TEL.0172-37-5501



# 青森県 交通マップ

-  北海道新幹線
-  東北新幹線
-  J.R線
-  私鉄
-  バス路線
-  航路
-  高速道路
-  有料道路



# ACCESS アクセス

## 飛行機

札幌 (新千歳空港)	45分~50分	青森空港	バス	弘前	バス	西目屋
東京 (羽田空港)	1時間15分~20分					
名古屋 (小牧空港)	1時間20分~25分					
大阪 (伊丹空港)	1時間30分~50分					
神戸 (神戸空港)	1時間35分~50分					
			55分		70分	

## 新幹線

新函館北斗	はやぶさ 1時間5分	新青森	特急 つがる	弘前	バス	西目屋
仙台	はやぶさ 1時間35分					
新大阪	のぞみ 2時間30分					
			30分		70分	
	東京	はやぶさ 2時間59分				

## JR奥羽本線

青森	特急 30分	弘前	バス	西目屋
秋田	特急 2時間			
			70分	

## 高速バス

盛岡	ヨーデル号 2時間15分	弘前	バス	西目屋
仙台	キャッスル号 4時間20分			
東京 (上野)	(昼行便) スカイ号 9時間30分 (夜行便) パンダ号 9時間			
東京 (新宿)	ニューノクターン号 8時間50分			
横浜	ニューノクターン号 9時間50分			
			70分	

## 東北自動車道

各インターから弘前・西目屋までの距離

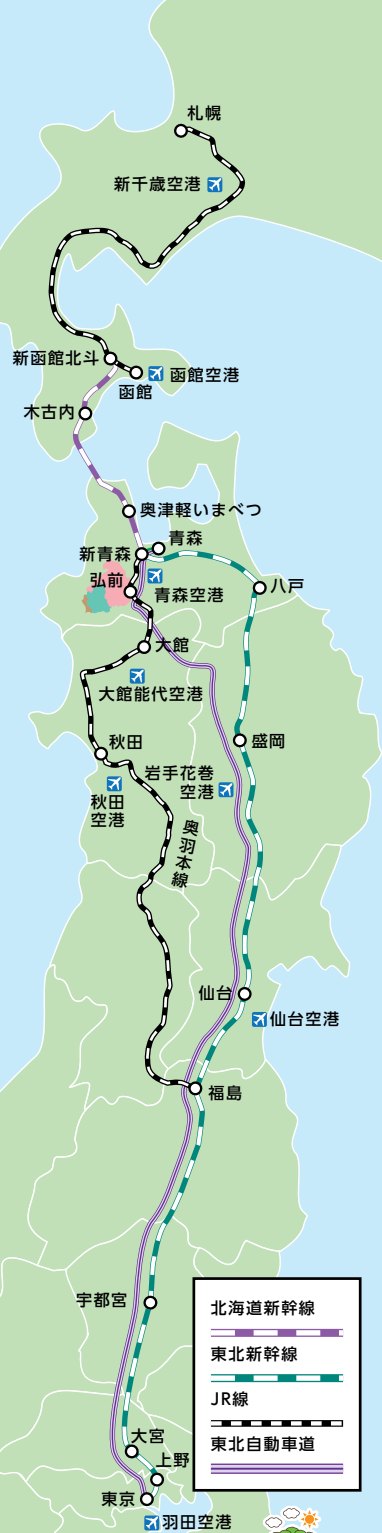
青森I.C. (37.9km)	浪岡I.C. (26km)	黒石I.C.	20分	弘前
川口JCT (656.5km)	仙台I.C. (321.3km)	盛岡I.C. (141.6km)		
		大鰐・弘前I.C.		

## 国道7号

青森	40km 1時間	弘前	バス	西目屋
秋田	165km 3時間30分			
			30分	

## 弘南鉄道

黒石	弘南線 30分	弘前	バス	西目屋
大鰐	大鰐線 30分			
			70分	



北海道新幹線  
東北新幹線  
JR線  
東北自動車道



# 旅の思い出

旅行で体験したこと、感じたことなど旅の思い出を残しましょう!

白神山地

西目屋村



弘前市





2025年9月 第五版発行  
発行元: 白神山地活性化実行委員会  
(青森県西目屋村産業課 0172-85-2800  
青森県弘前市国際広域観光課 0172-40-7017)