

SPOT INFORMATION

※刊登的資訊為2020年7月的內容。
提供了夏季期間的營業時間和休息日期。

1 青森魚菜中心 元祖海鮮丼飯

青森魚菜中心提供可以在白飯上任意添加自己喜歡的海鮮類和熟食食材製作的「海鮮丼飯」。您既可以和店家進行愉快的交流，又能享受自己買好的海鮮丼飯。*※飯一旦賣完，就停止提供此服務。

〒030-0862 青森縣青森市吉川1-11-16
TEL: 017-763-0085
https://nokkedon.jp
營業時間: 7:00~16:00 例假日: 週二

2 睡魔之家 WA・RASSE

常年展示著青森縣產出場的大型尺蠖的睡魔屋。全年都可以體會睡魔屋的樂趣。

〒030-0803 青森縣青森市安方1-1-1
TEL: 017-752-1311
http://www.nebuta.jp/warasse/foreign/hantai.html
營業時間: 9:00~19:00(5月~8月)

3 道之驛 淺蟲溫泉「YU~SA淺蟲」

YU~SA淺蟲是設有溫泉的「道之驛」，除了有「一覽無遺」的溫泉浴場，還設有當地特產販賣店和產地直銷市場。

〒039-3501 青森縣青森市淺蟲台341-19
TEL: 017-752-5151
http://www.yu-sa.jp
營業時間: 9:00~19:00

4 平內町美食館

此餐廳可品嚐使用日本產第一產量的平內町產的「帆立貝」精心製作的料理。推薦菜單「平內帆立貝活蝦鍋」。

〒039-3372 青森縣東津輕郡平內町大字土屋字健德56
TEL: 017-755-2663
https://www.hotateichiban.com
營業時間: 週一~週四11:00~17:00(L.O. 16:30)
週二11:00~15:00(L.O. 14:30) 例假日: 週三

5 夜越山森林公園

夜越山森林公園內的仙人掌溫室裡，種有3000多種的仙人掌、多肉植物和150種美麗盛開的蘭花。是東北地區種類最多的仙人掌園。

〒039-3331 青森縣東津輕郡平內町濱子字道登36-1
TEL: 017-755-2663
https://www.town.hiranai.aomori.jp/index.cfm/7,8564,30,128.html
營業時間: 8:30~16:30 例假日: 全年無休

6 柴崎地區健康娛樂設施

坐落於山丘上的此設施是俯瞰陸奧灣的絕佳場所。並設有住宿修繕設施「森林綜合中心」、露營場、度假小屋。

〒039-3177 青森縣上北郡野邊地町宗崎10-5
TEL: 0175-64-7952(森林綜合中心)
http://www.town.noheji.aomori.jp/kanko/spot/307
營業時間: 4月下旬~10月

7 野邊地熱鬧常夜燈市場

是位於「常夜燈公園」旁邊的產地直銷設施。可以購買各種的活蝦立貝和蟹，還設有當地蔬菜和其他商品賣場，是野邊地種類非常齊全的市場。

〒039-3131 青森縣上北郡野邊地町字野邊地567
TEL: 0175-73-7887
https://www.noheji-kankou.com/noheji-market/
營業時間: 9:00~17:00 例假日: 日本新年期間

8 道之驛 橫濱「油菜花廣場」

位於因油菜花而聞名的橫濱道之驛。不僅設有販售當地土產的物產部，還可在餐廳品嚐當地新鮮食材製作的料理。頗具人氣的「油菜花甜甜圈」是絕佳的補給食品。

〒039-4134 青森縣上北郡橫濱町字林崎79-12
TEL: 0175-78-6687
https://www.nanchana-plaza.com
營業時間: 8:00~18:00(4月~12月) 例假日: 日本新年期間

9 陽光旅行廣場

土產販賣店和食堂位於可以一覽陸奧灣美景的地方。土產主要以橫濱為主，也有下北半島的土產。飯後請不要錯過油菜花味道的冰淇淋。

〒039-4114 青森縣上北郡橫濱町字大豆田127
TEL: 0175-78-2080
http://www.tpsun.jp
營業時間: 8:00~18:00(4月~10月) 例假日: 日本新年期間

10 陸奧觀光綜合服務處

陸奧觀光綜合服務處介紹下北觀光和物產等資訊的設施。館內設有介紹下北的展示室、「Kasama」為下北地方的方言，意思是「歡迎光臨」。

〒035-0034 青森縣陸奥市田名部町10-1
TEL: 0175-33-8191
http://kasamaikan.info/index.html
營業時間: 9:00~21:00 例假日: 日本新年期間

11 觀光交流中心「北之防人大湊 安渡館」

安渡館是依照真實的海軍大湊港正廳改造而成，內外裝修均仿照明治。大正時期風格而設計。館內設有可以用餐的咖啡廳和小商店。觀光資訊介紹處。

〒035-0094 青森縣陸奥市樽木町3-1
TEL: 0175-78-2080
https://www.city.mutsu.lg.jp/index.cfm/16,39140,32,801.html
營業時間: 10:00~20:00 例假日: 日本新年期間

12 道之驛 平館「Oh!台場」

道之驛位於外濱町平館地區的津輕國定公園內，沿著國道280號可以看到松樹林立的松前街道、美麗的白色平館燈台。

〒030-1402 青森縣東津輕郡外濱町字平館太郎右門濱1-3
TEL: 0174-25-2092
https://tairadate.com/tourism/
營業時間: 10:00~16:00 例假日: 週二

13 高野崎

遍布奇石、怪石、魄力十足的風景名勝地「高野崎」。下坡後可以看到連接岩石之間的珊瑚礁及淺礁。天晴時，可以眺望龍飛岬、下北半島和遠處的北海道。

〒030-1513 青森縣東津輕郡今別町大字裏月字地下村
https://www.town.imabetsu.lg.jp/sightseeing/tourist/takanosaki.html

14 道之驛 今別「半島廣場Asukuru」

道之驛即北海道新幹線「奧津輕今別車站」與JR津輕線「津輕二股車站」。在道之驛內的餐廳可以品嚐非常稀有的A5級和牛「今別牛」。

〒030-1505 青森縣東津輕郡今別町大字平濱川167-16
TEL: 0174-31-5200
https://www.town.imabetsu.lg.jp/sightseeing/tourist/asukuru.html
營業時間: 9:00~19:00(4月~11月) 例假日: 全年無休

15 大山故鄉資料館

利用廢校的校舍改造的具有懷舊氣息資料館。不僅展示了當地人使用過的生活用具和農具等，還可參觀日本最古老的繩文遺跡國家指定史跡「大平山元遺跡」的出土遺物。免費入館。

〒030-1307 青森縣東津輕郡外濱町字蟹田大平澤通34-3
TEL: 0174-22-2577
http://www.town.sotogahama.lg.jp/kankou/old/k_siryokan.html
營業時間: 9:00~16:00
例假日: 週一(國慶)週上星期日(前二天休息)

16 蓬田特產館「蓬田市場」

蓬田村的農家精心培育的特產「熟透的桃太郎葡萄」頗具人氣。店內的餐廳可以一試品嘗用葡萄製作的日式拿坡里意大利麵和葡萄包。一邊觀賞海景。

〒030-1203 青森縣東津輕郡蓬田村大字津濱地內
TEL: 0174-31-3040
http://www.yomogita-assist.com/bussan/
營業時間: 8:00~18:00(5月~10月) 例假日: 5月~10月無休

17 道之驛 Yomotto

道之驛 Yomotto位於國道280號邊路旁，是一家聚集了蓬田村美味食材的產地直銷設施。最引以為傲的是種類豐富的陸奧灣產的新鮮海鮮。

〒030-1212 青森縣東津輕郡蓬田村阿崎川字沙字106
TEL: 0174-31-3115
http://www.vill.yomogita.lg.jp/kankou/kankou_1.html
營業時間: 8:00~18:00 例假日: 日本新年期間

陸奧灣觀賞海豚 MUTSU BAY DOLPHIN WATCHING

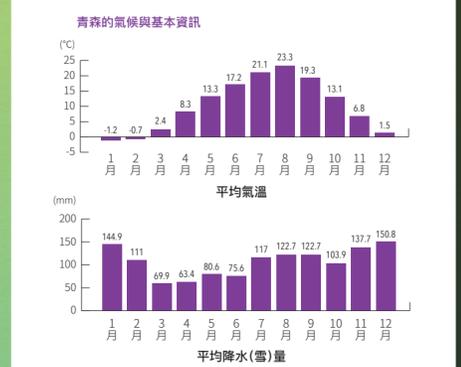
4月下旬到6月下旬之間，從下北半島至津輕半島的運輸航程中，可以看到遊遊的野生太平洋白側斜紋海豚。如果幸運的話，可以看到與輪船一起前行或跳躍的海豚。

照片提供: 青森大學 清川繁人氏

TRAVEL GUIDE 旅遊指南



為了享受青森之旅
為了盡情的享受青森之旅，
下面介紹青森的氣候特徵以及每個季節的服裝。



依據季節來選擇服裝

25°C 需要選擇吸濕排汗透氣功能強的單車車衣，更重要的是能提升騎乘時的舒適感。

20°C 作為下坡時的防風措施，需要戴上防風袖套或者隨身攜帶能裝進口袋的風衣。

15°C 穿長車褲或者選擇短車褲加腳套的組合。另外，戴上防風圍巾作為脖子的防風措施。

10°C 盡量不要露出肌膚，需要充分的保暖措施。建議最好是穿上提耳套。

Yamase
Yamase是東北地方特有的季節風。夏季(6月~8月)從太平洋吹過來的冷濕海風。只要有此風吹過來，即使是夏天也會有低溫的時候。因此有必要準備適當保暖的服裝。

ACCOMMODATIONS 住宿設施資訊

南部屋・海扇閣

〒039-3501 青森縣青森市大字淺蟲字蟹谷31番地
TEL: 017-752-4411
https://www.kaisenaku.com/ch/1/

夜越山度假小木屋

〒039-3331 青森縣東津輕郡平內町大字濱子字道登36-1
TEL: 017-755-5812
https://www.hiranai.aomori.jp/index.cfm/7,122,30,128.html

馬門觀光飯店

〒039-3175 青森縣上北郡野邊地町津澤9
TEL: 0175-64-3131
https://aanok-makado.com

簡易旅館 Vento風之谷

〒039-4122 青森縣上北郡野邊地町蟹田94-69
TEL: 0175-76-1799
http://www.yokohama-kazentanami.com/kaze/main.html

陸奧Plaza Hotel

〒035-0061 青森縣陸奥市下北町2-46
TEL: 0175-23-7111
https://www.ph-m.online

海峽之家 袁月

〒030-1513 青森縣今別町大字裏月字村下70
TEL: 0174-36-2166
https://www.town.imabetsu.lg.jp/sightseeing/tourist/horoduki.html

台場露營場

〒030-1402 青森縣東津輕郡外濱町字平館田車67-1
TEL: 0174-31-2211
http://www.town.sotogahama.lg.jp/kankou/old/k_leisure_auto_v.html

特許 第3644945号 商標登録 第4896048~9号 No.1818
miura-ori lab 03-6457-7272 ©Koryo Miura 1978

ACTIVITIES AND CYCLING GUIDES 活動體驗·單車導航資訊

推薦給想深度體驗青森自然和景色的人

青森縣是自然環境優美、物產富饒的地方，您可以充分體驗划皮艇、SUP(Stand Up Paddleboard)衝浪等各種體驗活動。也可享受單車領騎服務。

4-Ride

〒030-0122 青森縣青森市大字野尻今田114-1
TEL: 017-718-8577
https://4ride-as.com

BBB Aomori Tour Guides

〒036-8345 青森縣弘前市主町9-21
TEL: 0172-78-5090
https://cat10id.com

*各種體驗活動和領騎服務費用依參加人數或企劃而有所不同，請事先查詢。

SEA ROUTE 渡輪資訊

陸奧灣渡輪株式會社

蟹田總公司營業所
〒030-1302 青森縣東津輕郡外濱町蟹田中御宮本160
TEL: 0174-22-3020

鮎野澤營業所
〒039-5327 青森縣陸奥市鮎野澤本村227津邊中心內
TEL: 0175-44-3371
http://www.mutsuwan-ferry.jp

票價(蟹田~鮎野澤/單程): 大人1位/1,960日圓、單車一輛/850日圓
*與單車或汽車一同搭乘時，需要事前預約。另外，依天氣狀況可能會停航，敬請見諒。

Sii Line株式會社

〒038-0012 青森縣青森市柳川1丁目4-1
TEL: 017-722-4545
https://www.sii-line.co.jp/hj/

票價(青森~鮎野澤/單程): 大人1位/2,660日圓、單車一輛/740日圓

*由於可以搭載的車輛數有限，請事前預約。此渡輪無法搭載汽車。另外，依天氣情況可能會停航，敬請見諒。

TRAIN 鐵道情報

青森鐵道

TEL: 017-752-0330
http://aomori railway.com

JR東日本 津輕線·大湊線

TEL: 050-2016-1600 (6:00~24:00)
https://www.jreast.co.jp/tc/

*搭乘上述路線時，必須將單車拆卸安裝於車架後方才可以。(長·寬·高不得超過250cm、重量在30kg以內) 手提行李重量: 290日圓(僅限JR線)

介紹推薦路線、觀光景點、適合單車騎手的住宿設施

AOMORI CYCLING 檢索 aomori-cycling.com

青森縣的單車活動訊息網站

AOMORI CYCLING