

Have the best journey of 155 miles in Aomori



# 陸奧ONE 遊步道 路線導覽 MAP

AOMORI MUTSU seaside areas trail root guide

## 陸奧ONE遊步道簡介

這是一條連接青森縣、陸奧灣沿岸的2市5町1村(青森市、陸奧市、橫濱町、野邊地町、平內町、今別町、外濱町、蓬田村)，圍繞陸奧灣一圈約250km的長程步道路線。

「陸奧ONE遊步道」的目的並非像登山般以攻頂為目標，而是可以自由地以東西南北各處為起點。這是一條沿著海岸和街道的長途步行路線，同時還可以享受大自然風光和體驗當地文化。

由北半島和津輕半島圍繞形成的陸奧灣，是個自然景觀豐富的海灣。擁有豐富的自然環境和漁場，一年四季都可以品嚐到新鮮的海洋。

### 關於標誌

以矗立於海岸的燈塔為設計意象，帶有引導旅人前往目的地的概念。燈塔下方的八道海浪，象徵著此次設定的八條路線之海。燈塔照射出來的光芒，則是以陸奧灣出產的扇貝形狀來呈現。

### 關於標題

「ONE」是以海、ONE PIECE(一、連接)、one and only(獨一無二)等多種含義交織而成的。

## 交通方式

### 航空

青森機場 旅客服務中心 ☎017-739-2007	大韓航空 ☎0088-21-2001
JAL 日本航空 ☎0570-025-071	ANA 全日空 ☎0570-029-222
FDA 富士夢幻航空 ☎0570-55-0489	長榮航空 ☎0570-666-737

### 鐵路

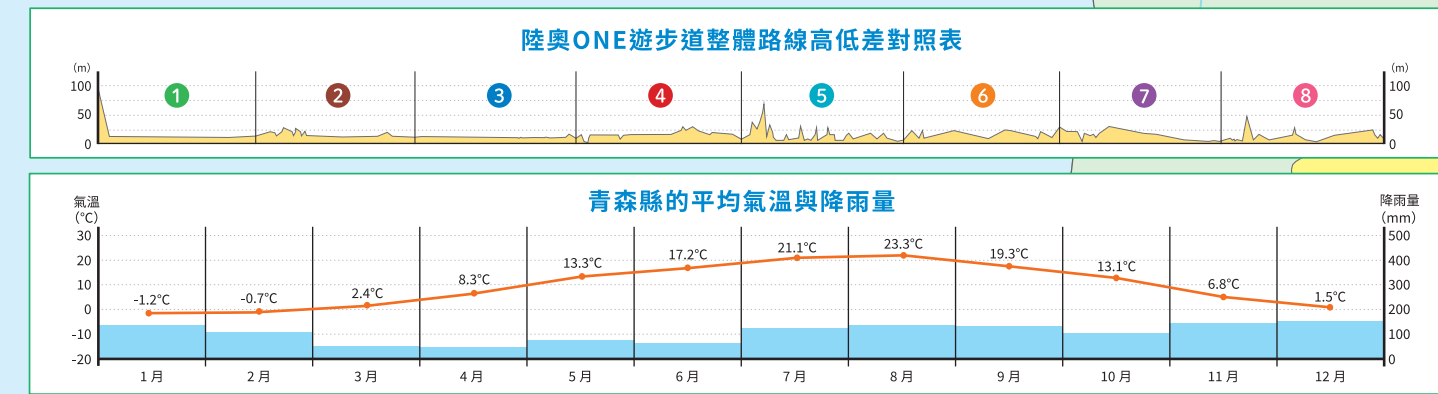
新青森車站	青森車站
JR東日本 ☎050-2016-1600	青森鐵道 ☎017-752-0330

### 巴士

青森市營巴士 (東部營業所) ☎017-726-5443	下北交通 ☎0175-22-3221
JR巴士東北 (大湊營業所) ☎0175-24-2146	外濱町公所 ☎0174-31-1111
今別町公所 ☎0174-35-2001	蓬田村公所 ☎0174-27-2111

### 渡輪

Sii Line ☎017-722-4545	陸奧灣渡輪 ☎0174-22-3020
---------------------------	------------------------



### 青森市中心的住宿設施

青森觀光物產館 ASPAM	青森 Palace
青森 WARRASSE	青森 Apple
青森 INN	青森 SUPER HOTEL
青森 SUPER HOTEL	青森 SUPER HOTEL

### 觀光與物產的資訊傳播基地「青森縣觀光物產館 ASPAM」

從青森車站步行約8分鐘。從青森機場搭乘計程車約30分鐘。

### 1 津輕海峽線

約17公里 初級路線

使用Google Maps 查看路線

連結至 Google地圖™

### 2 松前街道線

約35公里 上級路線

使用Google Maps 查看路線

連結至 Google地圖™

### 3 上磯蓬田線

約29公里 初級路線

使用Google Maps 查看路線

連結至 Google地圖™

### 4 淺瀨溫泉線

約16公里 中級路線

使用Google Maps 查看路線

連結至 Google地圖™

### 5 夏泊北前街道線

約52公里 上級路線

使用Google Maps 查看路線

連結至 Google地圖™

### 6 野邊地陸奧線

約31公里 中級路線

使用Google Maps 查看路線

連結至 Google地圖™

### 查看起終點!!

津輕半島最北端之地「龍飛崎」

從龍飛崎步行約2分鐘。從津輕二股車站搭乘JR津輕線到津輕三厩車站約15分鐘。從三厩車站前巴士站搭乘外濱町巴士約30分鐘。

### 查看起終點!!

從月台看得見海的「津輕濱名車站」

從津輕今別車站到津輕二股車站步行約2分鐘。從津輕二股車站搭乘JR津輕線到津輕濱名車站約10分鐘。

### 查看起終點!!

風景宜人的「愛宕山海水浴場」

從大湊車站搭乘JR巴士約1小時(在「陸野澤」巴士站下車)。從巴士站步行約10分鐘。

### 查看起終點!!

備有多樣橫濱町在地產品的「道之驛橫濱油菜花廣場」

從青森車站搭乘青森鐵道到野邊地車站約1小時30分鐘。從車站步行約15分鐘。

### 查看起終點!!

獲列為歷史遺跡、設有常夜燈的「常夜燈公園」

從青森車站搭乘青森鐵道到野邊地車站約50分鐘。從車站步行約20分鐘。

### 查看起終點!!

可以進行各種運動的健康運動場「陸奧市健康園區」

從青森車站搭乘青森鐵道到野邊地車站。轉乘JR大湊線到大湊車站約2小時。從車站步行約15分鐘。

### 當地推薦美食

外濱町 海膽丼

將新鮮現捕的海膽放在白飯上，是一種外濱町夏季時期的季節限定豪華料理。

歡迎到外濱町平地地區或三厩地區的會堂等享用!

### 當地推薦美食

蓬田村 蛋包飯

選用蓬田產的名牌番茄和蓬田村坂本農場採摘的新鮮雞蛋製成的蛋包飯。分量十足。

蓬田物產館蓬田市集

從鄉澤車站步行約15分鐘。

### 當地推薦美食

青森市 正宗青森海鮮丼

青森魚菜中心的店裡擺滿青森特有的新鮮海鮮、小菜、特產等，從中挑選自己喜歡的食材和分量，放到熱騰騰的白飯上即可享用。

青森魚菜中心

從青森車站正面出口步行約5分鐘。

### 當地推薦美食

今別町 今別牛肉燒肉定食

出貨量極少，幾乎不在市面上販售的「今別牛」，肉質細緻，帶有勾魂的霜降雪花。牛肉上則含有特別有益的油花，口膩感卻充滿鮮甜的肉味。

道之驛 今別Asukuru廣場「燒肉館」

從JR北海道新幹線「今別車站」步行約1分鐘。

### 當地推薦美食

平內町 平內扇貝活御膳

「平內町的養殖扇貝產量是日本第一」2015年3月25日誕生的全新當地特產美食。

本地餐廳扇貝一嘗(在扇貝場內)從淺瀨溫泉車站步行約30分鐘。

喫茶餐廳Bonnet

從野邊地車站步行約10分鐘。

### 當地推薦美食

橫濱町 豬肉玉子燴

當地豬農在料理中添加酒精所製出來的「微醺豬」，肉質潤滑、油花鮮甜是其最大特色。使用此肉品的「豬肉玉子燴」分量十足，可以盡情品嚐微醺豬的香嫩口味。

豬之驛 橫濱 油菜花廣場

從陸奧橫濱車站步行約15分鐘。