



陸奧市

MUTSU

在下北半島的據點城市探險！
夜景、溪流、大海...夢幻般的景色多多♥
看到海上自衛隊大湊基地，也絕對想吃當地美食♪



請觀看陸奧市的推廣影片！



#FAVORITE
* Photo Spot



奧藥研溫泉·河童之湯



河童傳說的溫泉 奧藥研溫泉 C-3

自溫泉開設400多年的藥研溫泉位於於更上游的翡翠綠隱秘溫泉。流傳著河童幫助慈覺大師的傳說。

- ◆洽詢：奧藥研溫泉公園休息屋 0175-34-2008
- ◆交通：從JR下北站開車約50分鐘 / 從「陸奧」巴士站搭乘開往佐井的北交通巴士約35分鐘，在「大畑站」(巴士站)換乘預約制共乘計程車約30分鐘



參觀震撼力十足的艦艇 海上自衛隊大湊基地 C-4

負責防衛警備青森縣以北，包括津輕海峽和宗谷海峽的周邊海域。4月~11月的週六、週日及節假日向公眾開放參觀護衛艦等。

- ◆有時會因天氣不好、訓練等而中止。
- ◆洽詢：海上自衛隊大湊地方總監部總務課廣報系 0175-24-1111 (分機2304)
- ◆交通：從JR大湊站開車約10分鐘 / 從JR大湊站搭乘JR巴士下北線約10分鐘到「海上自衛隊前」站下車步行約2分鐘



龍神、山伏(修驗者)傳說之地 川內川溪谷遊步道 B-4

水量豐富的川內川溪谷旁的遊步道。相傳龍神的棲息地和山伏(修驗者)修行場所的「大瀑布」等，景點分布各處。

- ◆洽詢：下北觀光介紹所 0175-34-9095
- ◆交通：從JR大湊站開車約40分鐘



Mysterious!

閃耀 # 鳳蝶 釜臥山展望台 C-4

下北半島的最高峰，海拔約878m，釜臥山頂附近的展望台。從這裡可以眺望宇首利山湖、陸奧灣、八甲田山的群山，甚至可以遠眺到北海道的360度全景。

- ◆開館時間：8:30~21:30 ※5月下旬~11月上旬開放(會根據積雪狀況而變更)
- ◆洽詢：陸奧市產業政策部觀光與城市推廣課 0175-22-1111 ◆交通：從JR下北站開車約40分鐘

真不愧是日本風景遺產!

Refreshing!



被樹木環抱的森林浴 藥研溪流 C-3

山毛櫸、羅漢柏及瀑布、岩石交織而成的景觀令人印象深刻。特別推薦在新綠和紅葉的季節前往。

- ◆洽詢：下北觀光介紹所 0175-34-9095
- ◆交通：從JR下北站開車約50分鐘 / 從「陸奧」巴士站搭乘開往佐井的北交通巴士約35分鐘，在「大畑站」(巴士站)換乘預約制共乘計程車約25分鐘

眺望大湊！ 海望館 C-4

可從海拔約55m眺望大湊的街道及蘆崎灣海上自衛隊艦艇的展望台。在相鄰的「安渡館」也銷售海軍及海上自衛隊物品。

- ◆開館時間：10:00~20:00
- ◆洽詢：安渡館 0175-29-3101
- ◆交通：從JR大湊站開車約10分鐘 / 從JR大湊站搭乘JR巴士下北線約10分鐘到「海上自衛隊前」站下車步行約5分鐘



當地美食

在市內餐飲店品嚐到源自海上自衛隊、航空自衛隊的當地美食，感覺就像在自衛隊中！

大湊海軍可樂餅

重現大湊的舊海軍部隊誕生的可樂餅！用牛油炸得酥脆很美味。

大湊Sora空！

嚴選下北地區食材製作的炸雞塊。是在航空自衛隊第42警戒隊能品嚐到的人氣菜單。



YUMMY

大湊海自咖哩

由於長時間航海就會忘記是星期幾，因此海上自衛隊將星期五定為咖哩日。各部隊都有自己的食譜，向各店鋪提供的部隊都不一樣。

也請關注背面的下北地質公園 攝影景點「愛宕山公園」!

順訪景點

選購特產禮品好去處

spot 01 陸奧市迎賓館、板斧廣場 D-3



陸奧市迎賓館是觀光資訊發佈綜合設施。對面的板斧廣場是觀光物產館。收集資訊及小憩很便利。

- ◆洽詢：陸奧市迎賓館 0175-33-8191
- ◆板斧廣場 商店 0175-22-9161
- ◆交通：從JR下北站開車約10分鐘 / 從JR下北站搭乘開往慈山的下北交通巴士約10分鐘到「板斧廣場前」站下車即到

spot 02 下北名產中心 北彩市場 D-4



下北引以為傲的陸奧灣產的扇貝、大間鮭魚、乾貨等超級新鮮且品種齊全的大規模的路邊休息站。在餐廳可享用新鮮的海味。

- ◆洽詢：0175-22-3231
- ◆交通：從JR下北站開車約10分鐘 / 從「陸奧」巴士站搭乘開往野邊地的下北交通巴士約10分鐘到「大曲」站下車步行約5分鐘



東通村

HIGASHIDORI

漫步在雄偉的自然環境中，
地質公園攝影景點隨處可見♪
被可愛的寒立馬及當地美食治愈♥



請觀看東通村的推廣影片！



#FAVORITE
* Photo Spot



Amazing!

日本全國16個、可攀登的燈塔 尻屋崎與寒立馬 E-2

可眺望津輕海峽與太平洋的尻屋崎。從燈塔的展望台可欣賞360度的眺望景色，周邊的放牧地放牧著寒立馬。

※12月~3月會轉移到越冬放牧地「Ataka」

- ◆洽詢：東通村商工觀光課 0175-27-2111
- ◆交通：從JR下北站開車約45分鐘



Delicious!



東通蕎麥麵 D-4

利用涼爽的气候栽培的東通村產蕎麥粉風味十足。用石磨磨製、不添加增稠材料且用手擀麵的十割蕎麥麵，特別好吃。

風間浦村

KAZAMAURA

泡在從室町時代持續至今的海邊溫泉裡，
晚上被漁火迷住♥
一邊享受著非日常的生活一邊享受新鮮的當地美食♪



請觀看風間浦村的推廣影片！



Fantastic!



在海峽上出現的夢幻般景色 漁火 C-2

夏季至秋季的風景詩。釣魷魚的漁火與津輕海峽相連，藍白色的燈光照耀著大海。在眺望了夢幻般的景象後，將剛釣到的活魷魚製成刺身享用。

順訪景點 B-2

番屋飯

時令的魚貝類套餐及蓋飯豐富多彩，海鮮料理也價格便宜。

- ◆洽詢：0175-35-2865
- ◆交通：從JR下北站開車約1小時5分鐘 / 從「陸奧」巴士站搭乘開往佐井的北交通巴士約1小時20分鐘到「番屋前」站下車即到



下風呂溫泉 海峽之湯



本州最北的溫泉街 下風呂溫泉鄉 C-2

這是一個在室町時代就有記錄的傳統溫泉。並且深受文豪、井上靖和水上勉的喜愛。

- ◆洽詢：風間浦村產業建設課 0175-35-2111
- ◆交通：從JR下北站開車約50分鐘 / 從「陸奧」巴士站搭乘開往佐井的北交通巴士約55分鐘到「下風呂」站下車即到

雖然外表可怕但很美味♥



風間浦老頭魚

通過在全日本都屬罕見的傳統捕魚法「空繩垂釣」與「固定式刺網捕魚」方法，幾乎都是活著被捕撈上岸。

村裡唯一的產地直銷設施 產地直銷處「FunoriChan」 B-2

主要銷售在超市等相當難看到的風間浦村產的海藻類。

- ※僅限4月中旬~11月上旬的週六週日營業
- ◆洽詢：080-8222-1211
- ◆交通：從JR下北站開車約1小時 / 從「陸奧」巴士站搭乘開往佐井的北交通巴士約1小時10分鐘到「澤之黒」站下車步行約5分鐘



海蘿 (Funori)

嚴寒孕育的村特產海蘿，與鹹辣魷魚一起作為下酒菜，還可做成天婦羅、味噌湯等享用。2月上旬~3月下旬的體驗之旅也值得推薦。



據說海蘿養殖發祥於風間浦!