



青森観光情報サイト「Amazing AOMORI」
あおもり教育旅行ガイド



編集・発行／青森県・(公社)青森県観光国際交流機構

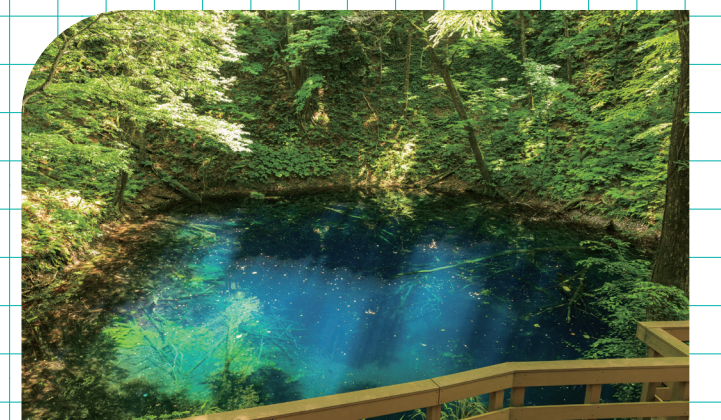
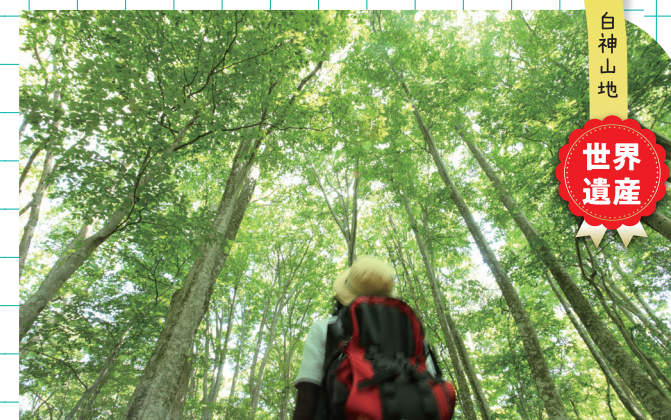
本誌に掲載した各体験学習メニューの内容や実施時期、料金は2023年3月時点のもので変更される場合があります。事前に各施設へお問い合わせください。

青森

AOMORI GUIDE BOOK

ようこそ
学びの森へ

青森を
学ぼう



青森教育旅行ガイドブック 2023

青森県・(公社)青森県観光国際交流機構

世界遺産

北海道・北東北の
縄文遺跡群

ようこそ青森へ 学びの森へ

「青森県」という教材をご提案します

「生きる力」をはぐくみ、確かな学力を育成する重要な機会として「体験」を通してより深く「学び」を得られるプランが求められている教育旅行。今、子どもたちには、主体的に判断・行動し、様々な状況に応じた問題解決の能力を身につけることが求められています。

美しい自然と、本州最北の地ならではの独特の風土、先人が築き、はぐくみ、受け継がれてきた文化や伝統など、様々な財産を有する青森県だからこそ、ご提案できる体験旅行があります。

体験を通じて、これからの自分のあり方・生き方、ともに生きること、支えあう心などについて発見してほしい、考えてほしい。これが青森県を訪れる生徒たちに、私たちが伝えたいメッセージです。

豊かな学習活動のための体験プログラムをご用意しています

将来を担う子どもたちに提案すべき教育旅行は、独自性に富み学習目的が明確で、かつ教育効果が期待できるものであることが必要です。私たちは、青森県の地域性を活かし、祭り、伝統芸能、歴史、自然と環境保護、エネルギー問題、芸術や文学、産業体験など多彩な12のテーマで体験プランを提案いたします。他の地域では決して体験・見学することのできない本物にふれ、地域の人々と交流することで、大きな学習効果を得て、生涯の思い出となり得る感動を味わってほしいと考えます。また、教育旅行に求める成果も学校により様々です。ご紹介する複数のテーマを組み合わせることで多彩なプランづくりが可能です。ご相談に応じますのでぜひお問い合わせ下さい。

どうぞ、このガイドブックを活用し、ぜひ教育旅行で青森県においでくださいますよう、私たちはお待ちしております。

SDGsに関連した体験プログラムをご用意しています

2015年の国連サミットで世界のリーダーによって定められたSDGs(エスディーゼーズ)。貧困や飢餓といった問題から、働きがいや経済成長、気候変動に至るまで、2030年までに達成すべき「17の目標」と「169のターゲット」で構成されており、これらの目標を学び、体験するプログラムを提案いたします。



日本初の世界自然遺産「白神山地」、令和3年7月にユネスコ世界文化遺産に登録された「北海道・北東北の縄文遺跡群」といった、青森ならではの貴重な体験学習メニューの数々

青森県は日本で初となる世界自然遺産「白神山地」を始めとした、美しい自然が今なお色濃く残る、緑豊かな県です。「北海道・北東北の縄文遺跡群」は、この豊かな自然の恵みを受けながら、1万年以上にわたり採集・漁労・狩猟により定住した縄文時代の人々の生活と精神文化を今に伝える貴重な文化遺産です。

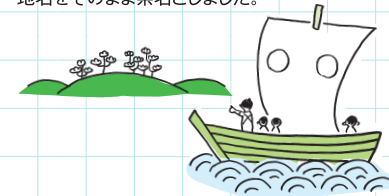


アートで学ぶ青森県／5館連携プロジェクト

青森県内にある5つの美術館、アートセンターが連携し、青森のアートの魅力を国内外に発信しています。青森での幅広いアート鑑賞体験を通じて、豊かな感性を養います。

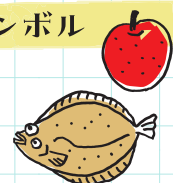
県名の由来

「青森」という地名は、江戸時代初期、弘前藩が現在の青森市に港町の建設を始めた時に名付けられました。当時、善知鳥村の東(青森市本町辺り)の小高い丘に松が青々と生い茂っており、港に入る漁船の目印となり「あもり」と呼ばれたことに由来すると言われています。明治期、弘前から地理的な中心であるこの地に県庁所在地が移され、地名をそのまま県名としました。



青森県のシンボル

青森県の花…りんごの花
青森県の木…ヒバ
青森県の鳥…ハクチョウ
青森県の魚…ひらめ



津軽と南部の気質

青森県は、明治期の廃藩置県によって弘前藩全域と南部藩の一部を割り当てられました。2つの藩は暮らし方が違っており、弘前藩は稲作中心、南部藩は南部馬で知られる馬の産地。気質も異なり、津軽人は積極的・行動的、南部人はおとなしく忍耐強いという見方をされることが多いようです。



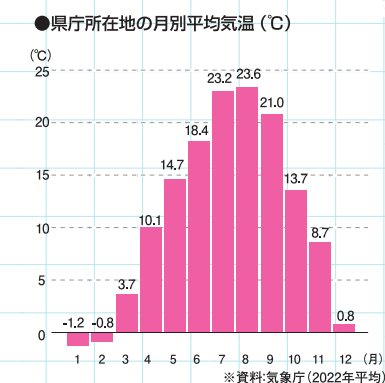
青森県の地域

青森県は、江戸時代に津軽氏が治めていた「津軽地方」と、南部氏が治めていた「南部地方」の2つの地域に大きく分けられます。津軽地方は、青森市や弘前市を中心とする日本海側地域で、南部地方は八戸市や十和田市・三沢市を中心とする太平洋側の地域。南部地方には、むつ市を中心とする下北半島の「下北地方」も含まれます。



数字で見る青森県

面積／約9,645.64 km² (2020年10月1日)
人口／1,202,030人 (2022年12月1日)
(青森県統計分析課「青い森オープンデータカタログ」より引用)
年平均気温／11.3℃(2022年)



目次

体験学習素材の宝庫 青森はこんなに近い!	03
テーマ01 世界文化遺産「縄文の歴史」を学ぶ	05
テーマ02 世界自然遺産「白神山地」を学ぶ	07
テーマ03 青森の祭り ねぶた・ねぶたを学ぶ	09
テーマ04 津軽の伝統芸能 津軽三味線を学ぶ	11
テーマ05 人と自然の共生を考える	13
テーマ06 十和田湖・奥入瀬溪流・八甲田の自然を観察する	15
テーマ07 青森の雪とふれあい、冬を楽しむ	17
テーマ08 エネルギーと科学について学ぶ	19
テーマ09 青森で芸術を学ぶ	21
テーマ10 青森の偉人を学ぶ	23
テーマ11 りんご産業を学ぶ	25
テーマ12 ふれあって感動する～農作業体験と農家民泊～	
津軽地域	27
県南地域	29
青森で深く学ぶ 青森県「深」探究プログラム	31
自主研修スポット(青森市内・弘前市内・八戸市内)	35
あもり体験セレクトコース	41
エリア別体験施設一覧	43

12

の体験テーマ

＊「生きる力」を育む、教育旅行をサポート

テーマ
01
世界文化遺産
「縄文の歴史」を学ぶ



テーマ
02
世界自然遺産
「白神山地」を学ぶ



テーマ
03
青森の祭り
ねぶた・ねぶたを学ぶ



テーマ
04
津軽の伝統芸能
津軽三味線を学ぶ



テーマ
05
人と自然の共生
を考える



テーマ
06
十和田湖・奥入瀬溪流・
八甲田の自然を観察する



テーマ
07
青森の雪とふれあい、
冬を楽しむ



テーマ
08
エネルギーと
科学について学ぶ



テーマ
09
青森で芸術を学ぶ



テーマ
10
青森の偉人を学ぶ



テーマ
11
りんご産業を学ぶ



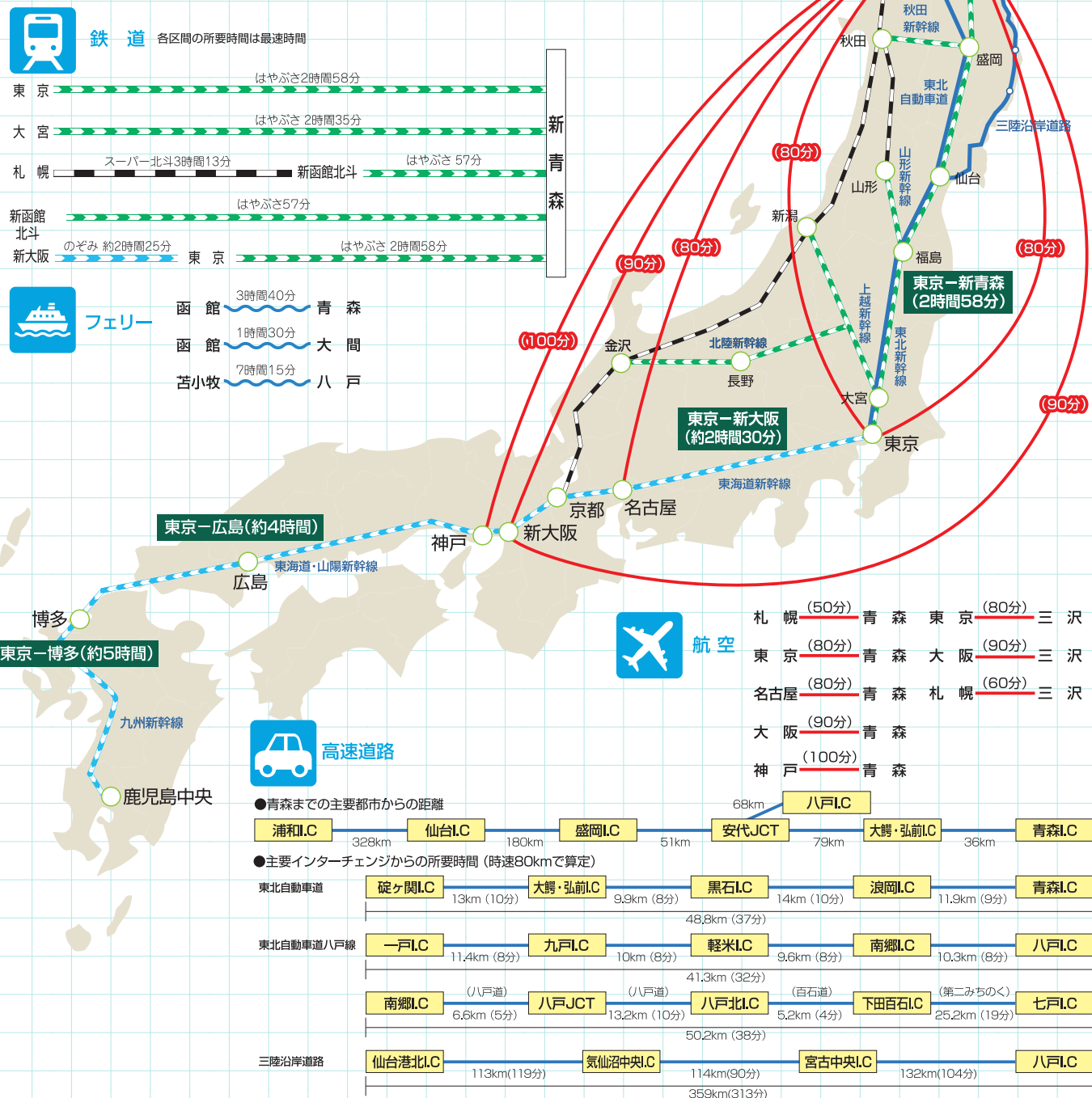
テーマ
12
ふれあって感動する
～農作業体験と
農家民泊～
(津軽地域／県南地域)



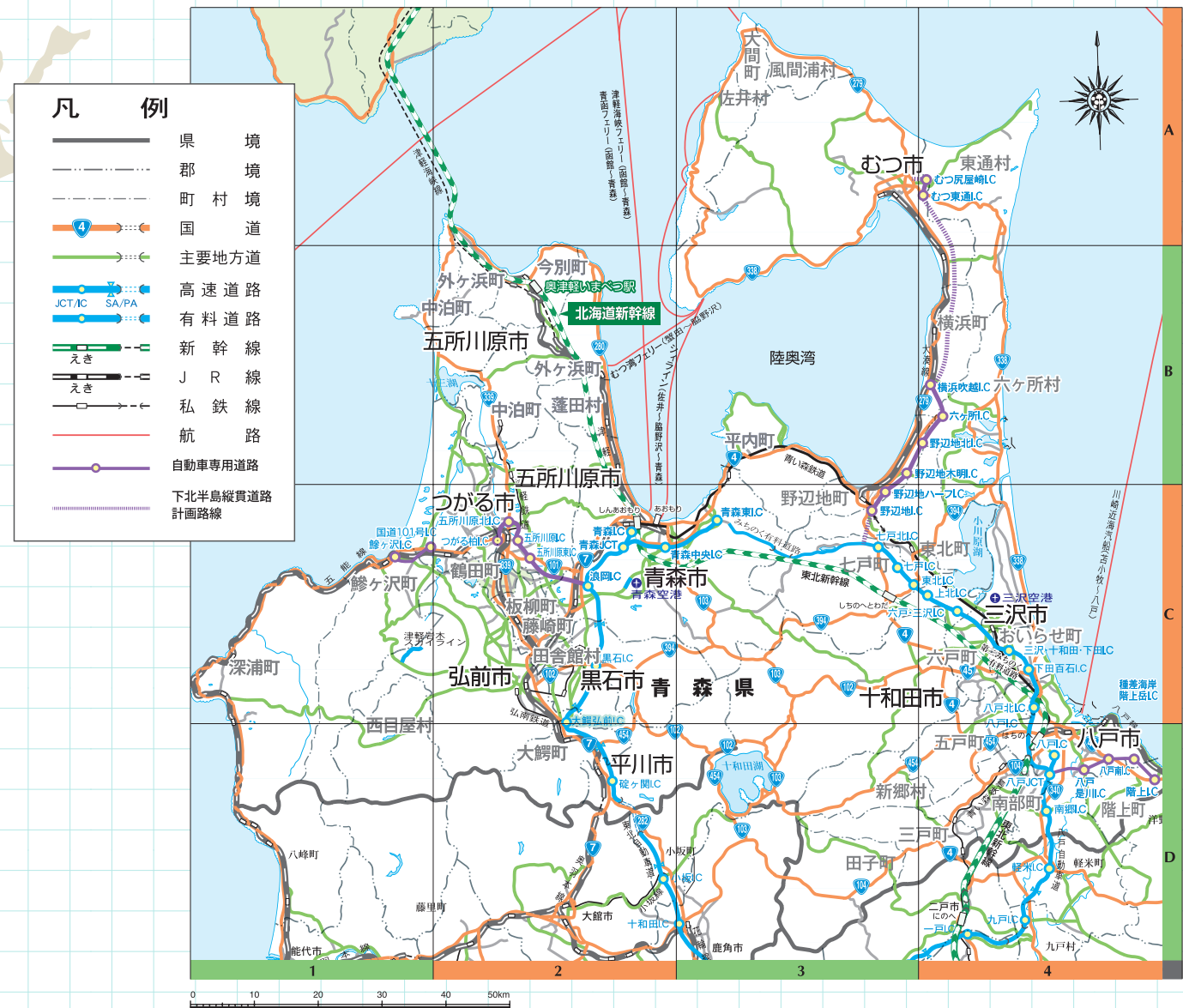
体験学習素材の宝庫 青森はこんなに近い！

東北新幹線の最高速度引き上げで
首都圏から3時間以内のアクセスが実現、
北海道新幹線が開業して函館からもより便利に。

東京～青森間は飛行機で約1時間、新幹線でも3時間以内。
北海道新幹線開業により、新青森～新函館北斗が約1時間、
2020年3月29日のFDA（フジドリームエアラインズ）運航開始により
神戸～青森線が1時間40分で結ばれるなど、
利便性は一気に高まり、特色豊かな青森県の体験メニューを組み込んだ
多様な行程が可能になりました。

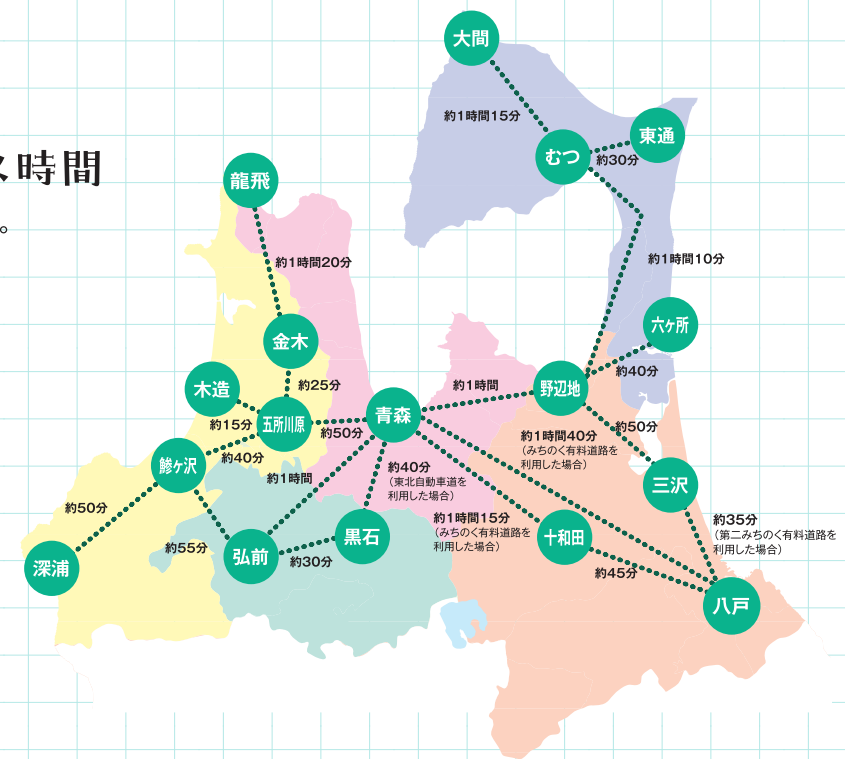
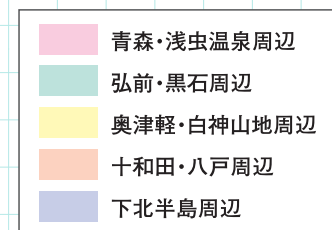


エリアマップ



各エリアへのアクセス時間

車両を利用した場合の目安時間となります。
道路状況や、気候によって異なります。



テーマ
01

教科とのかかわり

歴史・美術



世界文化遺産 「縄文の歴史」を学ぶ

SDGsに関連した
体験プログラム



学習のねらいとその効果

- ➡ 授業で習った古代の歴史の遺物を直に確認し、歴史への関心を深める。
- ➡ 自然とともに生きた古代の人々の知恵と自然に対する尊敬の気持ちを学ぶ。
- ➡ 縄文から弥生にかけての歴史と文化、生活の知恵と技術を学ぶ。
- ➡ 中世都市の生活と交易を学ぶ。



縄文時代が一万年以上続いた
理由は何だろう？



想定復元された大型掘立柱建物(三内丸山遺跡)



風張1遺跡出土・国宝「合掌土偶」 写真提供/是川縄文館

縄文時代晩期の遺跡「史跡・亀ヶ岡石器時代遺跡」

土偶作り体験

縄文人の営みを明らかにした 青森における歴史的発見

日本最大級の縄文集落跡である特別史跡三内丸山遺跡は、約5,900年～4,200年前の縄文時代前・中期の集落跡で、長期にわたって定住生活が営まれていたことが分かっています。平成4年からの発掘調査では、竪穴建物跡や墓、盛土、貯蔵穴や道路跡などを発掘。この調査で、集落の規模や、当時の自然環境などが明らかになりました。特に、大型掘立柱建物跡の存在は、三内丸山遺跡保存のきっかけになったといわれています。地面に穴を掘り、柱を建てて造られたこの巨大な建物跡には、直径・深さが約2m、穴の中心の間隔が4.2mの柱穴内に、直径約1mのクリの木柱が残っていました。どんな目的で造られたかはわかりませんが、物見やぐらや祭殿などであったと想定されています。重要文化財を含む土器や石器、土偶などは縄文時遊館の「さんまるミュージアム」に展示しています。

各地で次々と発見される 縄文文化の痕跡

青森市の南東部にある小牧野遺跡は、土地造成と特異な配石で構築された縄文後期前半約4,000年前の大規模な環状列石を主体とする遺跡です。当時の精神生活や社会構造、墓制等を明らかにするとともに、土地の造成や多量な大型石の運搬・設置など、土木工事の実態を知る上で重要な遺跡です。八戸市の南東部、新井田川沿いの台地でも、重要な縄文時代の遺跡が見つかりました。昭和32年に国の史跡に指定され、広さは東京ドーム7個分もある広大な是川遺跡です。大正～昭和の初め頃につが、八戸市の泉山岩次郎氏、泉山斐次郎氏によって発掘が行われ、5,000点を超える貴重な遺物が出土しました。その後も八戸市教育委員会によって発掘調査が行われており、その成果は「八戸市埋蔵文化財センター是川縄文館」に展示されています。

また、つがる市にある、縄文時代晩期の集落跡、亀ヶ岡遺跡は遮光器土偶の出土で知られています。「つがる市木造亀ヶ岡考古資料室」には漆器やガラス玉など様々な出土品が展示されています。

縄文時代に端を発する歴史の流れは、稲作の伝来を証明する弥生時代、十三湊を拠点に交易を行った豪族・安藤氏の中世へとつながっていきます。青森で独自に培われた郷土文化のルーツは、遙か縄文時代から始まっていたのかもしれません。



縄文の学び舎・小牧野館カラフルオープンねんど体験

体験プランの一例

考古学史を書き換えた特別史跡三内丸山遺跡や国指定史跡は川遺跡を見学し、縄文時代の人々の知恵と文化にふれることで歴史への関心を深めます。さらに、古代人の暮らしから自然と共存することへの意味を考えます。

三内丸山遺跡センター

日本最大級の縄文集落の遺跡を巡りながら、縄文時代の生活の知恵について学びます。



①縄文シアター (10分)

三内丸山遺跡センターのシアターで遺跡の概要を映像で紹介

②三内丸山遺跡の見学 (50分)

ボランティアガイドが遺跡内を案内(1クラスに1名程度)(要事前予約)

③さんまるミュージアムの見学 (30分)

重要文化財のほか、縄文人の生活を再現した展示を自由に見学

又は

④体験工房 (30～100分) 縄文時代の暮らしやもの作りを体験

小牧野遺跡 (国指定史跡)

大規模な環状列石(ストーンサークル)を主体とした遺跡の見学やガイドも可能。

①小牧野遺跡 (40分)

②青森市小牧野遺跡保護センター 縄文の学び舎・小牧野館 (40分)



おもな体験内容とお問い合わせ先、アクセスなど詳細情報

三内丸山遺跡センター

小中高

お問合せ先 ☎017-766-8282

住所／〒038-0031 青森市大字三内丸山305
アクセス／(バス) ねぶたん号・青森駅西口2番乗り場または新青森駅東口3番乗り場から乗車「三内丸山遺跡前」下車すぐ、
市営バス・青森駅東口6番乗り場から乗車「三内丸山遺跡前」下車すぐ、
(車) 青森ICより約5分
開館時間／ 9:00～17:00 (GW中と6/1～9/30は18:00まで)
※入場は終了時間の30分前まで
休所日／毎月第4月曜日(祝日の場合はその翌日)、12/30～1/1
入館料／一般410円(団体330円)、高校生・大学生200円(団体160円)
中学生以下無料
※特別展の観覧料は別途、詳細はお問合せください。

A. ボランティアガイドによる遺跡見学 (50分)

※対応可能なクラス数等については要相談。※事前に施設バフレットの送付可能です。

B. 再生琥珀(こはく)のペンダント作り (50分)

再生した琥珀を紙やすりで磨いてペンダントを作ります。

C. 組みひも作り (約30分)

5本のよりひもを三つ編み状に編んでプレスレットなどを作ります。

D. 板状(ばんじょう)土偶作り (70分)

出土した板状土偶を模し、粘土で土偶を作ります。(持ち帰れます)

E. ミニ土偶作り (50分)

粘土で小型の土偶を作ります。(持ち帰れます)

田舎館村埋蔵文化財センター

小中高

お問合せ先 ☎0172-43-8555

住所／〒038-1111 田舎館村大字高橋字大曲63
アクセス／弘南鉄道「田舎館駅」より徒歩約10分
開館時間／10:00～17:00(入館は16:30まで)
入館料／小学生100円、中・高校生200円(団体15名以上で割引あり)

F. 編布(あんぎん)作り (100分)

出土した布を模し、編布台を使って編み上げます。

G. 縄文ポシェット作り (100分)

梱包用の紙・バンドを材料に、編みかごを作ります。

H. 勾玉(まがたま)ペンダント作り (50分)

滑石を紙やすりで勾玉状に削り、ペンダントを作ります。

※VTR又はDVDの貸出しや体験内容についてはご相談に応じます。

	受入期間	対応可能時間	体験人数	料 金
A	通年	9:00～16:00 (10月～3月は15:30まで)		無料
B	通年	9:30～15:30(修了)	100名	1,570円
C	通年	9:30～15:30(修了)	100名	220円
D	通年	9:30～15:30(修了)	100名	540円
E	通年	9:30～15:30(修了)	100名	330円
F	通年	9:30～15:30(修了)	20名	540円
G	通年	9:30～15:30(修了)	20名	540円
H	通年	9:30～15:30(修了)	100名	330円

施設見学 (60分)

遺構露出展示室(史跡「垂柳遺跡」で発見された弥生時代の水田跡と同年代の「高橋(3)遺跡」の水田跡を直に歩けます)や発掘された遺物(関係資料)等を見学します。

受入期間	体験可能時間	体験人数
通年	10:00～17:00	15～100名

八戸市埋蔵文化財センター 是川縄文館

是川縄文の里から「学ぶ」ことの喜び、「生きる」ことの尊さを知る。縄文人たちの知恵・技・祈りを体感する。

2時間コース①～②or③、3時間コース①～③

①是川縄文館見学 (60分)

縄文は川ボランティアのガイドで常設展示室(もしくは企画展示室)を見学。国宝・合掌土偶もここで見るができます。

②是川遺跡・里山見学 (60分)

縄文は川ボランティアのガイドで一王寺遺跡と是川遺跡記念碑を見学します。雨天時の対応: 是川縄文館内で火おこし体験を行います。

③体験学習 (60分)

滑石を削って勾玉を製作し、縄文人の技や美を追体験します。

八戸市埋蔵文化財センター 是川縄文館 小中高

2009年に国宝に指定された「合掌土偶」、重要文化財となっている是川遺跡と風張1遺跡の縄文時代の土器や漆器など多数展示されています。

問合せ先 ☎0178-38-9511

住所／〒031-0023 八戸市大字是川字横山1

アクセス／JR「本八戸駅」からバス利用、南部バス

(J42線に乗車)は川縄文館下車

開館時間／9:00～17:00(入館は16:30まで)

休館日／月曜日(祝日・振替休日の場合は開館)、

祝日・振替休日の翌日(土・日曜日、祝日の場合は開館)、年末年始

入館料／小・中学生無料、高校生150円

(団体20名以上で割引あり)



八戸市埋蔵文化財センター 是川縄文館

つがる市木造亀ヶ岡考古資料室 (縄文館) 小中高

国の重要文化財である遮光器土偶が出土したことで知られる亀ヶ岡遺跡。遺跡近くにある木造亀ヶ岡考古資料室では、皿形、壺形の土器など、多数の出土品が展示されています。

お問合せ先 ☎0173-45-3450

住所／〒038-3283 つがる市木造館岡屏風山195

アクセス／つがる市木造からバス利用、十三線で「館岡」下車、

徒歩約15分

開館時間／9:00～16:00

入館料／小・中学生50円、高校生100円、大人200円

※15名以上半額

陶芸教室 (90分)

粘土から形が出来ていく実感がわき、手仕事の大切さがわかっていきます。

※作品は1ヶ月ほどかけて焼成し、発送します。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年	9:30～15:00	最少10名から	2,000円 最大100名程度(消費税込)

市浦歴史民俗資料館 小中高

お問合せ先 ☎0173-62-2775

(市浦地域活性化センター)

住所／〒037-0403 五所川原市十三土佐地内(十三湖・中の島)

アクセス／JR「五所川原駅」から車で約1時間15分。

JR「五所川原駅」から弘南バス十三線乗車、

「中の島公園入口」下車、徒歩5分まで到着。

開館時間／9:00～16:00 期間／4月～11月、無休

休館日／冬期間(12月～3月)

入館料／大人310円(260円)、大学生220円(160円)、

高校生以下無料

※()内は、20名以上の団体割引料金。

縄文の学び舎・小牧野館 小中高

お問合せ先 ☎017-757-8665

住所／〒030-0152 青森市野沢字沢部108-3

アクセス／JR「青森駅」から車で約30分

開館時間／9:00～17:00 休館日／12月29日～翌年1月3日

入館料／無料



世界自然遺産 「白神山地」を学ぶ

SDGsに関連した
体験プログラム



学習のねらいとその効果

- ➡ 自然界の共生や水の循環など多岐にわたるブナ林の役割を学ぶ。
- ➡ 山や海と人間との深い関わりを学び、自然保護と環境保全の意識を高める。
- ➡ 自然の偉大さや生命力を体感し、自然や生命に対する感謝の心、尊敬の気持ちを養うきっかけとする。
- ➡ これからの自然環境の保護と活用を考えるきっかけとする。
- ➡ 日本の林業の将来、地球温暖化問題、循環型社会などを考えるきっかけとする。

登録された理由とは何だろうか？

「白神山地」が世界遺産に



ブナ林散策道(西目屋村)



くろくまの滝(鯉ヶ沢町)

世界最大級のブナの原生林が 広い範囲に分布

白神山地は、青森県と秋田県にまたがる約13万haに及ぶ広大な山岳地帯です。人為の影響をほとんど受けていないブナの原生林とその生態系が世界的に評価され、1993年、中心部の1万6,971haが世界遺産に登録されました。このうち1万2,627haが青森県側で、東は西目屋村、西は深浦町、北は鯉ヶ沢町にまたがっています。

令和5(2023)年に世界自然遺産登録30周年の白神山地。白神山地ビジターセンターでは、初心者から上級者までトレッキング、登山、沢登り自然体験、ネイチャークラフト、ネイチャースクールなどニーズに合わせたプログラムを開催しています。

天然のブナ林が広い範囲で分布する白神山地は、降水の貯留、河川への流水量の平準化、水質浄化、地表浸食防止などの自然機能が低いのも特徴の一つ。大川、暗門川、赤石川、追良瀬川、笹内川などの源となっています。また、地質は約9,000万年前にできた花崗岩を基盤とした堆積岩と貫入岩類で、深い谷が入り組んでいるため急傾斜が多く、落差の大きな滝も点在しています。その存在は、豊かな水源として、優れた景勝地として、後世に残すべき貴重な自然遺産であることを証明しています。

自然の生態系や水の循環を ブナ林から学ぶ

白神山地に広がるブナ林には、ミズナラ群落、サワグルミ群落など、たくさんの植物が生育

しています。その中には動物のエサとなる植物が多く、ツキノワグマ、ニホンザル、クマゲラ、イヌワシなど多様な動物も生息。降雨はそうした動植物を育みながら谷川、海へと染み出し、再び山地に恵みを与えます。こうした生命の循環を体感することは、自然保護・環境保全の意識を高め、林業の将来、地球温暖化問題、循環型社会などを考えるきっかけを導き出す糸口になります。

西目屋村、深浦町岩崎地区、鯉ヶ沢町には、それぞれトレッキングコースが設けられており、ガイド団体も多数あります。参加者の体力や人数、時間や天候など、様々な条件に応じたコース設定が可能です。ブナの天然林の中でのトレッキングは、自然の神秘や偉大さを感じ、生命の尊さを考える機会となります。

体験プランの一例

白神山地の四季、生態系、人との関わりなど、大型映像や資料展示を見学しながら学習します。トレッキングでは、白神山地の生態系を間近に観察し、圧倒的な迫力を持つ大自然を体感します。

白神山地ビジターセンター(半日コース)

- ①映像体験ホール(35分)
世界最大級のブナ天然林やその豊富な自然に養われる動植物を映像で鑑賞
- ②展示ホール等見学(40分)
自然環境と生活文化を紹介する展示ホール等を見学
※希望する場合、解説員が無料で案内



アクアグリーンビレッジANMON (トレッキング 5月頃～10月頃)

- 半日コース
長靴(レンタル可)に履き替えた後、解説員の道案内で白神山地をトレッキングします(解説員1名につき、学生10～13名に対応します)。トレッキングは、グループに分かれて各解説員とともに出発し、終了後は全員でトレッキングの成果をふり返ります。
- 1日コース
アクアグリーンビレッジANMONで昼食をとった後、長靴(レンタル可)に履き替え、解説員の道案内で白神山地をトレッキングします。終了後は、全員でトレッキングの成果をふり返ります。

トレッキングの雨天時の対応: 救急法の実習や野外活動に対応可能なザイルワークの実技が可能です。



【服装の注意】
虫除けのため、長袖・スポン着用。また季節により防寒具等の上着が必要。



おもな体験内容とお問い合わせ先、アクセスなど詳細情報

白神山地ビジターセンター

お問合せ先 ☎0172-85-2810
住所／〒036-1411 西目屋村大字田代字神田61-1
アクセス／JR「弘前駅」よりバスで約55分
「西目屋村役場前」下車 徒歩約3分
開館時間／8:30～17:00 入館料／無料

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年 (但し、屋外は 5月上旬～10月)	8:30～17:00 (4月～10月) 9:00～16:30 (11月～3月)	20名～200名	メニューによる

- ①ビジターセンターインタプリテーション(60～120分)
主に白神山地ビジターセンター館内で、大型映像や展示物により白神山地の誕生から生物・植物の営みを学びます。
- ②トレッキングインタプリテーション(60～120分)
ブナ林散策道やブナ巨木ふれあいの径をトレッキングします。マザーツリー等の景勝地を含めることが可能です。
- ③インタプリテーションフィールド(60～120分)
白神山地ビジターセンターが管理する遊々の森で、自然観察やネイチャーゲームを体験します。

自然観察トレッキング(西目屋村)

お問合せ先【受付窓口】アクアグリーンビレッジANMON
☎0172-85-3021
(冬期間は、「ブナの里白神館 TEL.0172-85-3011」まで)
住所／〒036-1424 西目屋村大字川原平大川添417
アクセス／JR「弘前駅」より直通バスで約90分

原生的なブナ林を解説員の丁寧でわかりやすい説明を受けながらトレッキングし、白神山地を楽しみます。

トレッキング所要時間	受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
1～4時間	5月～10月	コースにより異なる	ガイド1名につき15名まで(コースによってはガイド1名につき10名まで要相談)	ガイド1名につき 60分10,000円 90分～120分12,000円 120分～150分13,000円 150分～180分15,000円 210分～240分17,000円

あじがさわ白神山地トレッキングガイド 小中高

お問合せ先【受付窓口】☎0173-72-2111(内線345)

おすすめ
白神の森遊山道トレッキング(約80分)
白神山地にある初心者向けトレッキングコース。ブナやミズナラなどの広葉樹の群落を巡りつつ、白神の森を知り尽くした個性豊かなガイドの案内を楽しめる。
住所／〒038-2721 鯉ヶ沢町大字深谷町字矢倉山1-26
アクセス／JR鯉ヶ沢駅より車で約30分
※要予約。詳細は上記番号までお問合せください。

受入期間	体験可能時間	体験人数	入山料	料 金
4月下旬～10月	要相談	要相談 (ガイド1名につき10名程度まで)	一般:620円 小中学生:520円	ガイド1名につき10,000円(税込)

十二湖トレッキング(深浦町岩崎地区) 小中高

お問合せ先【受付窓口】アオーネ白神十二湖 ☎0173-77-3311
住所／〒038-2206 深浦町大字松神字下浜松14
アクセス／JR「十二湖駅」からバスで約5分

白神山地の窓口ともいえる十二湖周辺を散策し、ブナ林などの自然の生態系を学び、保全・育成のあり方を考えます。

トレッキング所要時間	受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
1～6時間	通年	8:00～16:00	要相談	ガイド1名につき1時間11,000円 2～3時間13,200円 3～5時間16,500円 6時間22,000円



青森の祭り ねぶた・ねぶたを学ぶ

学習のねらいとその効果

- ➡ 青森の伝統的な祭り「ねぶた・ねぶた」にふれ、地域の歴史や生活文化、祭りに込められた人々の想いを学ぶ。
- ➡ 青森の祭りについて学び体験することを通して、風土に根ざした地域文化への関心と理解を高める。
- ➡ ねぶたの運行体験を通じて、達成感や感動、「ねぶた」のパワーを感じるとともに役割分担と協力の大切さを学ぶ。

SDGsに関連した
体験プログラム



夏の夜に煌々と輝く

ねぶた・ねぶたの灯に込められた

青森の人びとの想いとは？

令和四年度
ねぶた大賞

日本を代表する火祭りのひとつ「青森ねぶた」。ねぶた制作・演比呂典

青森人の1年はねぶたとともにある

東北の夏を代表する祭りのひとつ、青森ねぶたは1980年に国の重要無形民俗文化財に指定されました。「ねぶた」の起源は、みそぎの行事「セタ」に行われる「眠り流し」の灯籠流しに由来するというのが一般的です。秋の収穫期を前に、労働を妨げる睡魔をはらうために行われたとも言われています。

ねぶたを製作する人を「ねぶた師」と呼びます。ねぶた師は、ねぶた祭りが終わるとすぐ来年の構想に取りかかります。題材を考え、構想を練り、設計図となる下絵を描く。下絵をもとに骨組みをつくり、紙貼り、墨書き、ロウ書き、色づけ、台上げなどの作業を経て、ようやく完成です。製作期間は約1年で、その間に囃子方の練習も行われます。祭りを待ち望む多くの市民によるボランティア活動も盛んです。

地域の風土に根ざした祭りのかたち

青森県では、「青森ねぶた」の他にも各地で様々なねぶた・ねぶたが開催されています。その代表的なものが「弘前ねぶた」や「五所川原立佞武多」です。囃子方のかけ声は、青森が「ラッセラー」、弘前は「ヤーヤドー」、五所川原は「ヤッテマレ」と、それぞれ違います。弘前ねぶたは、青森ねぶたとともに国の重要無形民俗文化財に指定されています。その違いはよくゝ動、の青森、ゝ静、の弘前と表現されます。青森の「ねぶた」が歌舞伎風の人形の灯籠なのに対し、弘前は扇形が主体。「ねぶた」の表面には三国志などの勇壮な鏡絵が描かれ、見送り絵と呼ばれる裏面には美人画や水墨画が描かれます。五所川原立佞武多は、高さが約23mの巨大な山車が運行されます。



情緒あふれる弘前ねぶた。



青森ねぶたの昼間運行で躍動する
跳入はねじたち。

体験プランの一例

ねぶた・ねぶたを実際に見て歴史や製作工程を学び、ハネト・囃子方・曳き手に分かれてのねぶた運行や、ねぶた囃子演奏を体験します。これにより、伝統文化への関心を深め、想像力や工夫する力を養い、協力して事を成し遂げる達成感と感動を得ることができます。

立佞武多の館

展望ラウンジ「春樹（はるにれ）」や物産ホール「花しょうぶ」でお土産購入や食事可能。

①立佞武多展示室（40分）
大型スクリーン上映で祭りを体感。
高さ約23mの立佞武多を見学。

②遊樂工房「かわらひわ」（45～90分）
立佞武多の紙を再利用したうちわなどの製作体験。

津軽藩ねぶた村

展望ラウンジ「春樹（はるにれ）」や物産ホール「花しょうぶ」でお土産購入や食事可能。

①弘前ねぶた館見学（約30～45分）
高さ10mの大型ねぶたと内部の骨組みを見学。
ねぶたの説明や笛と太鼓のお囃子を鑑賞。太鼓叩き体験も可能。各地域ねぶた、ねぶたのお囃子を聞き比べショーも実施可能。

②民芸品製作体験（90分）
金魚ねぶたや津軽風などの製作体験。

浅虫温泉ねぶた運行体験

①跳入・囃子・曳き手の
役割を分担（約10分）

②運行出発地点へ集合
（2～3分）

③浅虫温泉ねぶた2台を
運行（小雨決行）（約90分）

各宿泊先へ



ねぶた祭の期間を除く5月から9月、跳入たちと一緒に実際の祭りの雰囲気味わうことができる。

i おもな体験内容とお問い合わせ先、アクセスなど詳細情報

立佞武多（たちねぶた）の館 小中高

お問合せ先 ☎0173-38-3232

住所／〒037-0063
五所川原市大町506-10
アクセス／浪岡I.C.より車で約20分
JR「五所川原駅」より徒歩約5分
営業時間／9:00～17:00
入館料／無料
なお、「立佞武多展示室」、「立佞武多展示室と美術展ギャラリーセット券」ともに、小・中学生300（団体270）円、高校生500（団体450）円の入場料がかかります。

①金魚ねぶた製作体験（約60分）

紙貼りまで終えた金魚型のねぶたに顔を描き込む「墨入れ」、柄をつける「ロウ引き」、色を塗る「色付け」の3工程を行います。

※30名を超える場合は何組かに分け、入れ替えとなります（要相談）。
※化粧箱にその場で詰めるため、乾燥させる待ち時間はなく、その場で持ち帰ることができます。

②ねぶたライト（約60分）

ねぶたを解体する際に剥いた紙を再利用し、筒状のベースに好きな形で貼り付けする簡単作業でオリジナルのライトが作れます。

※30名を超える場合は何組かに分け、入れ替えとなります（要相談）。

③うちわづくり（約45分）

ねぶたを解体する際に剥いた紙を再利用し、あらかじめ切り分けた紙をうちわのホネに貼り付ける作業を行います。

※30名を超える場合は何組かに分け、入れ替えとなります（要相談）。

	受入期間	体験可能時間	体験人数	料金
①	通年	10:00～16:00	最大30名	有料
②	通年	10:00～16:00	最大30名	有料
③	通年	10:00～16:00	最大30名	有料

ねぶたの家 ワ・ラッセ 小中高

お問合せ先 ☎017-752-1311

住所／〒030-0803 青森市安方1丁目1-1
アクセス／JR「青森駅」より徒歩1分
営業時間／ねぶたミュージアム・ねぶたホール
9:00～19:00(5～8月)、9:00～18:00(9～4月)
入場料／小・中学生260円 高校生460円 大人620円

ワ・ラッセ工房（20～30分）

オリジナル教材によるものづくり体験

■腰鈴づくり…跳入が身に着ける腰鈴を制作。「ハネト体験」をするとより祭りの雰囲気が体験できます。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料金
通年	9:00～17:00	10～最大180名	600円

ねぶた体験教室（30～50分）

ねぶたの制作過程や、祭りの様子を映像などで学び、ハネトや祭り囃子の体験を通してねぶた祭の魅力を体感する。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料金
通年	9:00～17:00	10～最大120名	教育旅行生の場合無料

浅虫温泉観光協会 小中高

お問合せ先 ☎017-752-3250

住所／〒039-3501 青森市浅虫字岩谷70
アクセス／浅虫温泉・青い森鉄道「浅虫温泉駅」より徒歩約1分

浅虫温泉ねぶた運行体験（約90分）

浅虫温泉ねぶた祭で実際に使用するねぶたと太鼓を使い、ハネト・囃子・ねぶた引き等すべて生徒さんに体験して頂きます。

※小雨の場合でも決行します。
※事前学習用で紹介ビデオの提供と笛や楽譜の貸し出しを行っておりますのでお問い合わせ下さい。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料金
5月～9月	18:30～20:00	50～350名	基本料金50,000円 +200円×参加人数



ねぶたの家 ワ・ラッセ

①学習教材DVD鑑賞（約15分）

ねぶたの1年がわかる映像を鑑賞。

オプション 腰鈴づくり（約20分）

「跳入」が身に着ける腰鈴を制作。作った腰鈴を付けて「ハネト体験」をするとより祭りの雰囲気が体験できます。

腰鈴づくり 1セット600円



②ハネト体験（約10分）

囃子方の演奏に合わせて「跳入」を体験。

③ねぶたミュージアム見学（約20分）

ねぶたの歴史、制作技術や題材の移り変わりを学び、実際に出陣したねぶたを見学。



津軽藩ねぶた村 小中高

お問合せ先 ☎0172-39-1511

住所／〒036-8332 弘前市亀甲町61
アクセス／JR「弘前駅」よりバス「津軽藩ねぶた村」下車すぐ、
大館弘前I.C.より車で約20分

営業時間／9:00～17:00
入材料／中・高校生400円（団体300円）

「弘前ねぶたの館」では中の構造を見学できる大型の弘前ねぶたを展示し、お囃子の実演をしています。太鼓の演奏体験も可能。

①金魚ねぶた絵付け（約60～90分）

金魚ねぶたに墨書き、ロウ書きし、最後に色付けして完成させます。

②津軽風（絵付60～90分／制作3時間30分）

下絵を用いて和紙に風絵を描きます。制作の場合は、ヒバの骨に絵を貼り付けます。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料金
① 通年	7:00～20:00	10～350名	1,400円
② 通年	7:00～20:00	10～350名	1,200円～



津軽の伝統芸能 津軽三味線を学ぶ

テーマ
04

教科とのかかわり
社会・音楽



学習のねらいとその効果

- ➡ 津軽の風土が育んだ伝統芸能の魅力を感じる。
- ➡ 和楽器としての津軽三味線に関する知識を得る。
- ➡ 津軽の伝統的な楽器に触れ、実際の演奏を間近に聴くことで、青森の伝統芸能への関心を高める。
- ➡ 本場の演奏を聴き、実際に音出しするという体験を通じて、音楽を愛する心を育てる。
- ➡ 伝統的な音楽文化を理解し、尊重する態度を育成する。

SDGsに関連した
体験プログラム



**生きるために生み出された
独特の奏法と音色**

明治時代初期、津軽地方一帯を門付けして歩いた「坊さま三味線」がルーツとされる津軽三味線。明治の末頃、弘前市の三味線師・斎藤尚晴が大阪で修行中、浄瑠璃の太棹三味線の影響を受けて改良したものと言われています。独特な音色を奏でる津軽三味線は、様々な奏法が開発されました。大正時代に入ると民謡興業の人气が高まり、三味線芸人たちの競争心を高め、一層多様な奏法が生み出されていきました。

たたきつけるような迫力のある奏法が生まれた背景には複数の説があり、吹雪の中の門付

けでもよく聞こえるようにするためとも、マイクのない時代に観客を満足させるためとも伝えられています。津軽三味線の豪快かつ繊細な奥深い音色は、津軽の風土と歴史が育んできた伝統芸能なのです。

**青森から全国へ、世界へ
受け継がれる、魂の音色**

三味線の種類は、棹の太さにより細棹、中棹、太棹があります。皮が張ってある「胴」の部分が大きくなるほど音に迫力が増し、棹も太くなります。かつて門付けが多かった時代は、軽量の細棹や中棹が使われていましたが、独奏でダイナミックな演奏が中心となった現在は、太棹

が使用される場合がほとんどです。

弾き手の感性・技巧により音色が異なり、即興性に富むダイナミックな奏法は、ジャズやロックにも共通したものがあり、若者にも絶大な人気があります。弘前で開催される「The津軽三味線」と題した祭典や、全国各地で開催される競技大会、コンテストには高校生も参加するなど、若々しいエネルギーが撥さばきに注がれています。

人々を惹きつける津軽三味線の奥深い音色を体感することは、津軽の歴史や風土を知り、青森の伝統芸能や音楽文化への関心を高めることにつながります。

体験プランの一例

津軽三味線の歴史や構造の特徴などを学ぶとともに、間近で生演奏を鑑賞します。
津軽三味線を実際に手に取り、音出しを体験することで、日本の伝統芸能に対する関心を高めるきっかけとします。

津軽藩ねぶた村 (60～75分)

- ①津軽三味線の構造・歴史の説明 (10～15分)
- ②指導者の演奏を聴く (10～15分)
- ③津軽三味線の音出し体験 (30～45分)
- ④指導者の演奏を聴く (10～15分)



津軽三味線会館 (70分)

- ①津軽三味線の説明と演奏鑑賞 (20分)
- ②津軽三味線の音出し体験 (30分)
- ③津軽三味線の歴史等を紹介する展示室の自由見学 (20分)

津軽伝承工芸館 (20分)

- ①津軽三味線の鑑賞
- 津軽三味線の生演奏を鑑賞



おもな体験内容とお問い合わせ先、アクセスなど詳細情報

津軽藩ねぶた村 小 中 高

お問合せ先 ☎0172-39-1511
住所／〒036-8332 弘前市亀甲町61
アクセス／JR「弘前駅」よりバス「津軽藩ねぶた村」下車すぐ、大館弘前ICより車で約20分
営業時間／9:00～17:00
入材料／中・高校生400円(団体300円) ※団体は25名以上
※教育旅行団体は人数を問わず団体料金で対応。

津軽三味線鑑賞 (10分)

受入期間	演奏時間	鑑賞人数	料 金
通年	9:00～17:00 (50～70分おき)	1～200名	教育旅行団体は300円 通常400円

津軽三味線演奏体験 (60～75分)

演奏を聴いた後に撥の持ち方、三味線の構え方、音の出し方を体験します。
※事前学習については、ご相談に応じますので事前にお問い合わせください。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年	9:00～17:00	10～40名	1,400円

※9名以下の体験はご相談ください。

津軽三味線を鑑賞できる宿泊施設です ●南部屋・海扇閣 P45参照

津軽三味線会館 小 中 高

お問合せ先 ☎0173-54-1616
住所／〒037-0202 五所川原市金木町朝日山189-3
アクセス／津軽鉄道「金木駅」より徒歩約7分
営業時間／4月～11月9:00～16:00
入館料／小・中学生250円(団体200円)、高校生400円(団体300円) ※団体は20名以上

津軽三味線体験 (30分～)

プロから指導を受けて、音出しを体験します。
※入館料別 ※事前予約(7日前)が必要です。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
4～11月	9:00～ 9:30 15:30～16:00	1～15名 それ以上は プラン有 (要相談)	1人30分5,000円 2名以上1名加算に つき500円 15名以上10%割引

津軽伝承工芸館 小 中 高

お問合せ先 ☎0172-59-5300
住所／〒036-0412 黒石市大字袋字富山65-1
アクセス／JR「弘前駅」より車で約35分、黒石ICより車で約10分
営業時間／9:00～17:00
入館料／無料

津軽三味線鑑賞 (20分)

地元黒石市の三味線奏者の音色を鑑賞します。

受入期間	演奏時間	鑑賞人数	料 金
通年	9:00～17:00	25～80名	1,000円

テーマ
05

教科とのかかわり
理科・社会



SDGsに関連した
体験プログラム



人と自然の共生を考える

学習のねらいとその効果

- ① 自然観察のための知識を得て、自然の恵みを楽しみ、自然環境への関心を高める。
- ② 動植物の生態や自然を守るための取組、漁業資源を保護・管理するための対策などについての知識と理解を深める。
- ③ 環境を守るためのマナーとモラルについて学び、自然との関わり方について考える。

人
と
自
然
が
共
存
す
る
生
活
と
は
ど
ん
な
暮
ら
し
方
な
の
だ
ら
う
？



種差天然芝生地



三沢ホースパーク



仏ヶ浦

三陸復興国立公園種差海岸、大須賀海岸の鳴砂で海洋環境を学ぶ

太平洋を望み、全国屈指の水産都市であり、北東北随一の工業都市として知られる八戸市。2013年5月に三陸復興国立公園に指定された約259haにも及ぶ種差海岸は、下北半島から続く砂浜の海岸線と、三陸海岸の磯浜が交錯する位置にあり、荒々しい岩や広い砂浜、天然の芝生がある景勝地です。この海岸の一部である大須賀海岸は鳴砂の浜として知られており、日本の渚百選にも選ばれ、多くのボランティアの清掃活動により、その環境が保たれています。

また、ウミネコの繁殖地として国の天然記念

物に指定されている燕島（かぶしま）は、3月上旬から8月頃までの間、約3～4万羽ものウミネコが飛び交い、間近でその生態を観察することができる国内唯一の場所です。種差海岸一帯では、美しい自然を見るだけでなく、自然保護の大切さと難しさ、自然の脅威について学ぶことができます。

資源保護への様々な努力と一次産業の大切さを知る

縄文時代、太平洋の入り江だったという県内最大の湖・小川原湖。別名「宝沼」と呼ばれるこの湖は、海水と淡水が混じった汽水湖で、38種の魚類や150種もの野鳥が生息飛来するなど、貴重な動植物の宝庫となっています。

内水面の漁場としても優れ、中でもシラウオとワカサギは全国一位、シジミ貝は全国三位の漁獲量を誇っています。地元の小川原湖漁協では資源保護のため、動力操業の禁止、漁具の規制、シジミの稚貝放流などの種苗活動等、様々な対策を実施。「宝沼」を守りながら安全・安心な魚貝類の安定供給に努めています。

馬とふれあい馬文化を学ぶ

かつて馬の産地として知られ、日本初の民間西洋牧場が開かれた三沢市。乗馬レッスンやホーストレッキングのほか、周辺のフィールドを活用したアクティビティなどの体験を通して、馬文化や馬と人との関わりを学ぶことができます。

体験プランの一例

種差海岸では地元のガイドと一緒に景勝地を散策、小川原湖では地引き網体験をし、資源管理と自然保護について学びます。



大須賀海岸

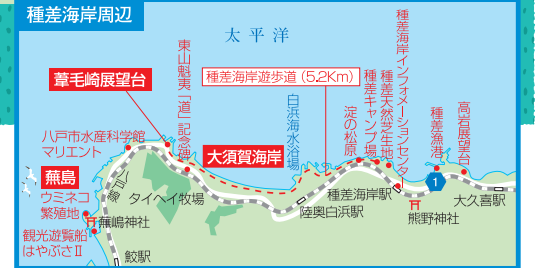
種差海岸体験

1. 地元の漁師さんから学ぶ

- ① 漁の講義（60分）
種差漁港の漁師さんから漁に関する講義や東日本大震災時の津波の話聞き、自然の脅威や一次産業について学ぶ。
- ② 漁師鍋（60分）
とれたての魚を使用して作った漁師鍋をいただき、その季節、時期にとれる魚について学ぶ。

2. 種差海岸の動物・植物観察

- ① 燕島ウミネコ観察（約60分）
ガイドから燕島やウミネコの保護の取組みを聞き、営業の様子などを観察
- ② 植物観察（120分）
ガイドと共に種差海岸を散策し、種差特有の植物を観察。また、東日本大震災時の津波被害など自然災害についての話も聞くことができます。



下北ジオパークの雄大な自然、大地を体感する

本州最北に位置する下北ジオパークは、海に面した人々の生活と自然、大地を総合的に体感できるよう、『海と生きる「まさかり」の大地～本州最北の地に守り継がれる文化と信仰～』をテーマとしています。恐山や仏ヶ浦、大間崎、尻屋崎などのジオサイトでは、地形・地質に依らず生物・生態系や歴史・文化・産業を学ぶことができます。



尻屋崎

下北ジオパークガイド派遣プランの一例

- （青森方面からの接続）
- ① 大湊・芦崎エリア（60分）
地形を生かした人びとの生活や歴史をみることのできるエリア。海上自衛隊大湊地方隊も所在する本エリアの自然・歴史・文化を学ぶことができます。
- ② 尻屋崎エリア（45分）
レンガ造りの灯台としては日本一の高さを誇る白亜の灯台「尻屋崎灯台」がそびえ立つ。自然と大地の成り立ちについて学ぶことができます。
- （函館方面からの接続）
- ① 大間崎エリア
本州最北端の大間崎は記念撮影の絶好のスポット。大間と言えばマグロ、なぜ水産資源が豊かなのか学ぶことができます。
- ② 仏ヶ浦エリア
長年の風雨と波によって削られた巨岩・奇岩が立ち並び絶景スポット。自然の造りあげた神秘的光景を目の当たりにすることができます。



仏ヶ浦

あくまでもプランの一例です。行程にあわせ組み合わせることも可能です。ご相談はしもきたTABIあしすとまで。

おもな体験内容とお問い合わせ先、アクセスなど詳細情報

東北町観光協会

小中高

お問合せ先 ☎0176-56-4148（東北町 商工観光課内）
住所／〒039-2492 東北町上北南4-32-484
アクセス／青い森鉄道「上北町駅」より車で約5分

小川原湖地引き網体験（3時間）

小川原湖の幸（鯉、鮒、うぐい、もくず蟹など）を地引きした後、自分達で引いた魚をバーベキューハウスで調理し、食べることができます。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
4月下旬～10月中旬	10:00～14:00	50～300名	1回100,000円、調理代は別途（要相談）

※毎年、東北町桜まつり（4月下旬～5月上旬）の1日間、参加無料の地引き網体験、試食会を実施しています。

三沢ホースパーク

小中高

お問合せ先 ☎070-2013-7409
住所／〒033-0164 三沢市谷地頭4-298-652
アクセス／三沢空港から車で15分

馬とのコミュニケーションをはじめ、SDGsを取り入れた自然体験等を通して大自然と新技術を両立して学びます。
馬コミュニケーション、自然体験、BBQ、コーチング

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
5月～10月	10:00～15:00	160名程度まで	5,000円～

（株）ACプロモート

小中高

お問合せ先 ☎0178-38-8420
住所／〒031-0841 八戸市大字鮫町字棚久保14番地124
アクセス／JR「種差海岸駅」より徒歩約3分、燕島より車で約12分

地元の漁師さんから学び漁師鍋体験（約2時間）

種差漁港で地元の漁師さんから一次産業や震災体験について学びます。

※体験時間はご要望に応じます。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年	9:00～14:00	100名程度まで	2,500円～

種差海岸の動物・植物観察（約3時間）

種差海岸を散策しながら、燕島でのウミネコ観察や種差海岸の植物観察を行うほか、自然の脅威についても学びます。

※体験時間はご要望に応じます。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
2月下旬～10月	9:00～17:00	100名程度まで	2,000円

※燕島でのウミネコ観察は3月上旬～8月

一般社団法人しもきたTABIあしと

小中高

お問合せ先 ☎0175-31-1270
住所／〒035-8686 青森県むつ市中央一丁目8番1号
アクセス／JR「下北駅」より車で約5分

下北ジオパーク活動を普及・推進するため、ガイド活動を中心に、ジオパークの魅力、学びを提供しています。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年	要相談	要相談	1時間/1,000円～（要相談）

※冬期間は施設閉鎖の関係で対応が難しい場合もございます。※下北ジオパーク中心にガイドが可能です。※ガイドは現地合流/解散、若しくは、途中で合流しバス乗車しながらのガイドも可能です。（移動時間もガイド時間に含まれます）※津軽海峡フェリーを利用した函館との接続（大間町in/out）、むつ湾フェリーを利用した外ヶ浜町との接続（脇野沢地区でin/out）も可能です。下北半島の観光情報、体験コンテンツなどの紹介も可能。ご相談ください。

下北ジオパーク推進協議会

小中高

お問合せ先 ☎0175-22-1111
住所／〒035-8686 青森県むつ市中央一丁目8番1号
アクセス／JR「下北駅」より車で約5分

下北ジオパークに関するご相談はこちらまで。

テーマ
06

教科とのかかわり

理科・社会

SDGsに関連した
体験プログラム

十和田湖・奥入瀬溪流 八甲田の自然を観察する

学習のねらいとその効果

- ① 自然観察のための知識を得て、自然の恵みを楽しみ、自然環境への関心を高める。
- ② 動植物の生態や自然を守るための取組、漁業資源を保護・管理するための対策などについての知識理解を深める。
- ③ 環境を守るためのマナーとモラルについて学び、自然との関わり方について考える。

人と自然が
造りだした
美しい姿から
見えてくるものとは？



新緑の十和田湖



八甲田連峰 田茂岳岳山頂からの眺め



紅葉の十和田湖



新緑の奥入瀬溪流

大自然が織りなす四季折々の風景

全国から観光客が集まる十和田湖・奥入瀬溪流は、十和田八幡平国立公園にあります。1936年に十和田国立公園として指定され、その後、1956年に八幡平地域が追加指定されて現在の名称になりました。この国立公園の中でも、特に十和田湖から八甲田連峰にかけての景観は変化に富みます。公園全体が那須火山帯に属し、典型的な二重カルデラ湖の十和田湖が深く青い水をたたえます。豊かな表情を持つ奥入瀬溪流、厳しさや優しさを併せ持った八甲田連峰とともに、四季折々に美しい景色を見せてくれます。国立公園は、貴重な自然を保護しながら適正な利用ができるよう

に、特別保護地区、特別地域、普通地域に区分され、様々な規制のもとに管理されています。大自然にふれられるありがたさや、自然保護の大切さを学びとることができます。

多くの動植物が生息する “母なる大地”の国立公園

十和田湖は標高400mにある湖で、最深部は水深327m。湖には10種類以上の魚類が生息し、中でもひめすは、1903年に北海道の支笏湖から移入した卵の孵化に成功したものと知られています。湖を取り巻く内壁には火山活動によって堆積した地層が見られ、数万年という歴史の重みを感じさせます。十和

田湖子ノ口から約14km、約200mの高低差のある奥入瀬溪流沿いには、トチノキ、カツラを中心とした落葉広葉樹林があります。子ノ口から焼山にかけての遊歩道を散策しながら、「銚子大滝」や「阿修羅の流れ」など、躍動感あふれる滝や溪流の景観を楽しむことができます。

八甲田連峰は、東北特有のブナ林とアオモリドマツ林に覆われ、広大な高層湿原のゆるやかな斜面にはヒナザクラ、チングルマなどが生育。八甲田連峰には、国民保養温泉の指定第一号を受けた酸ヶ湯温泉などがあります。自然の声に耳を傾け、環境について考えるきっかけとします。

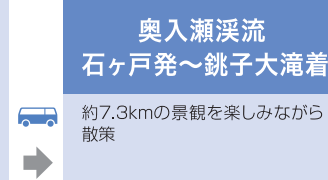
体験プランの一例

遊覧船で十和田湖上から、ロープウェーで上空からと、陸上からの眺めとはひと味違った景観を楽しめます。奥入瀬溪流の遊歩道散策では、美しい自然を間近で観察します。



八甲田ロープウェー

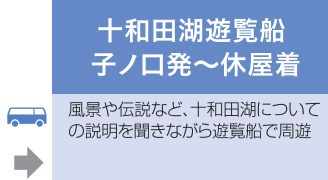
ロープウェーに乗って山頂まで片道10分。標高が上がるとともに変化する植生を観察



奥入瀬溪流 石ヶ戸発～銚子大滝着

約7.3kmの景観を楽しみながら散策

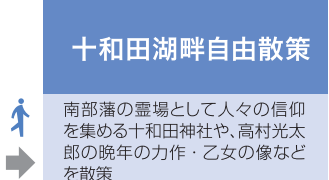
バス移動(60分)



十和田湖遊覧船 子ノ口発～休屋着

風景や伝説など、十和田湖についての説明を聞きながら遊覧船で周遊

バス移動(10分)



十和田湖畔自由散策

南部藩の霊場として人々の信仰を集める十和田神社や、高村光太郎の晩年の力作・乙女の像などを散策

徒歩移動(2～3分)

雨天日は、こちらもおススメ！

十和田湖観光交流センター「ぶらっと」

1階は、観光案内のほか十和田湖ひめすの展示、休憩スペースがあり、2階は十和田湖の発展に貢献した人々を紹介した展示スペースや十和田湖を一望出来るバルコニーがあり、交流室を備えた観光施設となっています。

お問い合わせ先 ☎0176-75-1531

●住所／〒018-5501 十和田市大字奥瀬字十和田湖畔休屋486

●アクセス/JR「青森駅」よりJRバス約3時間、JR「八戸駅」よりJRバス約2時間15分

●開館時間/9:00～17:00(通年) ●入館料/無料



十和田ビジターセンター

十和田・八甲田地域の自然を春夏秋冬に分け写真や標本、模型を使って「見て、聞いて、触れて」楽しめる施設となっております。また、十和田湖を望む絶好のロケーションとなっていて、ゆったりとした時間を過ごせます。

お問合せ先 ☎0176-75-1015

●住所／〒018-5501

十和田市大字奥瀬字十和田湖畔休屋486番地

●アクセス/JR「新青森駅」よりJRバス約2時間50分、JR「八戸駅」より約2時間15分

●開館時間/9:00～16:30 ●入館料/無料



おもな体験内容とお問い合わせ先、アクセスなど詳細情報

十和田湖遊覧船

十和田観光電鉄株式会社

お問合せ先 ☎0176-75-2909

☎0176-75-2201

住所／〒018-5501 十和田市大字奥瀬字

十和田湖畔休屋486(共通)

アクセス/JR「青森駅」よりJRバス約3時間、JR「八戸駅」よりJRバス約2時間15分

運航時間/季節により変更あり、要確認



十和田湖湖上遊覧体験(50分)

二重カルデラ湖の誕生と十和田湖に伝わる伝説、歴史等を船内案内にて学習でき、また、国立公園、天然記念物に指定されている十和田湖の自然美を体験できます。

運航期間	運航時間	遊覧船料金
4/下旬～11/上旬	8:45～16:00 ※季節によって異なります。 ホームページにてご確認ください。	小学生660円 中・高校生990円 (15名様以上)

奥入瀬溪流

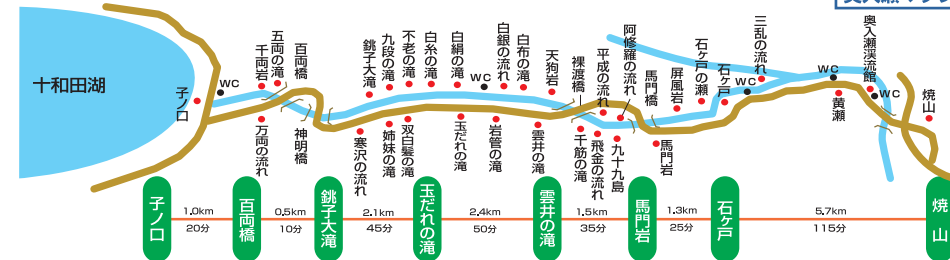
お問合せ先 ☎0176-74-1233 (奥入瀬溪流館)

住所／〒034-0301 十和田市大字奥瀬字栃久保183

アクセス/JR「七戸十和田駅」より車で約50分、または黒石ICから車で約70分で「奥入瀬溪流館」到着

JR「新青森駅」よりJRバス約2時間10分、JR「八戸駅」よりJRバス約1時間30分

「奥入瀬溪流館」下車



八甲田ロープウェー

お問合せ先 ☎017-738-0343

住所／〒030-0188 青森市大字荒川字寒水沢1-12

アクセス/JR「新青森駅」よりJRバス約60分「八甲田ロープウェー駅前」下車、または青森市街より車で約30～40分、または青森中央ICより車で約30分

営業時間/9:00～16:20(11月中旬～2月は15:40まで)

料金/往復:小学生(団体)550円、中学生(団体)700円、高校生(団体)950円

※団体は30人以上

小人(通常)700円、大人(通常)2,000円

高山植物観察トレッキング(約60分)

四季折々の高山植物の植生や特徴、変化を観察しながらのトレッキング。山頂公園を起点とした自然遊歩道「ゴードライン」を体験します。ロープウェーは、山麓駅から標高1,324mの八甲田山、田茂岳山頂までの2,459mを10分ほどで結んでいます。

散策期間	散策可能時間
6月～10月	9:00～16:40(ロープウェー下り最終)

遊歩道散策 ●散策期間/4月中旬～11月

十和田湖畔の子ノ口から焼山に至る約14kmの溪流。千変万化の水の流れが生む躍動感あふれる景観が見事です。なかでも幅20m、高さ7mの「銚子大滝」は、奥入瀬川本流にかかる唯一の滝で、奥入瀬を遡上して十和田湖に入ろうとする魚を拒む滝でもあります。奥入瀬溪流館、奥入瀬湧水館、溪流の駅おいらせなど、施設も充実しています。



コケの観察

テーマ
07

教科とのかかわり
理科・保健体育



青森の雪とふれあい 冬を楽しむ

SDGsに関連した
体験プログラム



学習のねらいとその効果

- ① フィールドワークを通して冬の自然を観察する。
- ② 雪とふれあい雪と親しむ中で、冬の自然を学ぶ。
- ③ 五感を解放して冬の自然の美しさを体感する。
- ④ 自然の美しさや不思議にふれることにより、豊かな感性や自然に対する優しさ、命を大切に思う心を育む。
- ⑤ スキーの技術を習得して技能を高め、体力を育成する。



ウサギ、カモシカの足跡



冬の白神山地体験

雪の白神山地を楽しみながら 自然と命の尊さを肌で感じる

真っ白な雪に覆われる冬の白神山地。広大な森に広がるブナをはじめとする木々は、すっかり葉を落とし、緑深い夏の表情とは一変し、静寂に包まれた白い世界が広がります。しかし、そこには雪に覆われながらも命を育む動物や植物の存在を、しっかりと感じることができます。

雪の山を歩くには、かんじきが最適。または西洋かんじきのスノーシューを履いて、ブナ林の散策やアニマルトラッキングに出掛けてみましょう。カモシカや野ウサギなど、動物たちがエサを求めて歩いた足跡を見つけることができるかもしれません。動物たちの足跡は、雪山での行動パターンや生活の様子を知る手がかりとなります。

なかなか自然とふれあう機会が少ない今の時代、冬の白神山地は自然の素晴らしさを感じ、生命の尊さを学ぶ最高の舞台となります。※アニマルトラッキング…雪の上の動物たちの足跡から、何の動物か、何をしていたのかを追跡すること。

ウィンタースポーツのメッカ 初心者でも気軽にスキー体験

本州の最北端に位置する青森は、日本海側の津軽地方を中心に春先までウィンタースポーツを楽しめるスキー場が点在。アルペンやクロスカントリーなど、これまでに多数の名選手を輩出しているスキー王国としても知られています。

上級者向けだけではなく、初心者向けのスキー場もあるので、これまでにスキーをしたことがないという子供たちでも大丈夫。基礎からしっかりと学べます。青森県内にある様々なスキー場では、インストラクターが、それぞれのレベルに合わせた丁寧な指導を行っています。

普段、雪遊びをする機会の少ない地域の子供たちにとって、雪国でスキーを学び、雪に親しむことは、思い出深い体験となることでしょう。



冬のブナ林



広いゲレンデでしっかりとスキーを学びます

体験プランの一例

深い雪で覆われる厳冬の白神山地。解説員(ガイド)とともにブナの森を歩き、白神山地の冬を体験します。



服装の注意：
帽子・耳当て・手袋・防寒用ジャンパー・防水のスポン・厚手の靴下・防水防寒の靴、又は冬用の長靴が必要。かんじき・スノーシューは現地で準備。

県内各地で展開されているスキー教室では、初めてスキーを体験する人からテクニカルに滑りたい人まで、どんなレベルの人でも対応可能です。



冬の白神山地体験(2時間～)

西目屋村での「スノートレッキング」、鰺ヶ沢町での「岩木山・スノートレッキング」、深浦町での「十二湖スノーハイク」など、様々なコースや体験内容が準備されています。

①コースの説明・かんじきやスノーシューの装着指導(約20分)

同行する解説員(ガイド)からコースについての説明を受け、靴や長靴の上からかんじき、または適応荷重にあったスノーシューを装着



②雪原・雪山体験(90分～)

解説員(ガイド)の案内で雪の上を歩きながら自然を観察、五感で冬の魅力を体感



スキー教室(時間は学校側の要望に応じます)県内各スキー場

①クラス分け

準備体操の後、これまでのスキー経験やレベルによるクラス分け

②スキー講習

ブルークローゲン(曲がる・止まる)、パラレルターン(平行のまま滑る)、ウェーデルン(小回り)など、技術の向上を目標とするクラス分けのレッスンを受講



おもな体験内容とお問い合わせ先、アクセスなど詳細情報

スノートレッキング(西目屋村)

中高

お問合せ先【受付窓口】 ①4月下旬～11月上旬
アクアグリーンビレッジANMON
☎0172-85-3021

アクセス/JR「弘前駅」より直通バスで約90分
【受付窓口】 ②11月上旬～4月下旬
ブナの里 白神館

☎0172-85-3011

アクセス/JR「弘前駅」から車で約30分

世界自然遺産「白神山地」の純白な大自然の中をスノーシューを履いてブナ林等の新雪をゆっくりと歩き、冬ならではの体験をお楽しみ出来ます。

※昼食に関しては事前にご相談下さい。 ※保険に加入

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
1月～3月 (要問合せ)	2時間～ (応相談)	最大30名 (解説員1名 につき10名)	団体の場合、 要相談 (散策ガイド料、 保険料、スノーシュー レンタル含む)

十二湖スノーハイク(深浦町)

中高

お問合せ先【受付窓口】アオーネ白神十二湖 ☎0173-77-3311

アクセス/JR「十二湖駅」から車で約5分

冬でも凍ることのない「青池」をはじめとする十二湖や、深い雪の中で野ウサギやカモシカなどの足跡を観察することもできます。

※1グループに1名のガイドがつきます。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
1月～3月 (要問合せ)	8:30～15:30 (3時間)	最大10名 (5名で 1グループ)	ガイド1名につき 13,200円 (長靴、かんじき、 保険料含む)

スキー教室

小中高

- モヤヒルズ ☎017-764-1110 P43参照
- 奥入瀬渓流温泉スキー場 ☎0176-74-2008 P53参照
- 大鰐温泉スキー場 ☎0172-49-1023 P48参照



エネルギーと科学について学ぶ

SDGsに関連した
体験プログラム



学習のねらいとその効果

- ①日本のエネルギー事情を理解し、エネルギー資源の有限性や環境問題への関心を高める。
- ②発電の種類や仕組み、発電所の必要性や安全性についての知識を得る。
- ③放射線に関わる実証的な研究や新しい技術情報についての知識を得る。
- ④地球環境とエネルギーの未来について考えるきっかけとする。
- ⑤五感を使つての体験や実験を通して、科学的なものの見方や考え方を学ぶ。



青森県立三沢航空科学館(ミス・ビードル号のレプリカ)



環境科学技術研究所



東通原子力発電所PR施設「トントウビレッジ」



六ヶ所原燃PRセンター

日本や世界のエネルギー事情から地球環境問題を考える

エネルギー資源には限りがある上、中には地球温暖化の原因となる温室効果ガスを排出するものもあります。日本でのエネルギー消費量は減少傾向となっているものの海外に依存する化石燃料の利用は増加し温室効果ガスの排出量は増加しています。

そこで課題となっているのはエネルギー資源の安定供給と温室効果ガスの削減です。太陽光・風力などの再生可能エネルギーは、自給率UPと温室効果ガス削減に役立つと考えられています。

青森県では、原子力発電所、原子燃料サイ

クル施設、風力発電施設、国家石油備蓄基地などを整備。さらに、原子力と環境のかかわりをテーマに、放射線の環境・生物影響に関する調査研究をしている環境科学技術研究所もあり、まさに、エネルギー学習の適地といえます。

科学技術の歴史と発展を知り、「科学する心」を育てるきっかけに

1931年、ミス・ビードル号が世界初の太平洋無着陸横断飛行に成功しました。航空史に残るこの出来事の舞台となったのが三沢市淋代海岸で、地域の人々はこの旅立ちを支えたと伝えられています。1938年には、航空機航続距離世界記録を樹立した長距離離機に、青

エネルギーの未来を考えると、
青森が航空史に
果たした役割とは？

体験プランの一例

青森県立三沢航空科学館

①航空ゾーン(20分)

青森県にゆかりのある航空機・航空史について理解を深める

②科学ゾーン(40分)

見たり、聞いたり、触れてみよう。飛行機の原理や仕組みについて体験しながら学ぶ

③宇宙ゾーン(20分)

宇宙がより身近に感じられる装置や映像を体験する

東通原子力発電所PR施設「トントウビレッジ」

①多目的シアター(15分)

東北電力東通原子力発電所の安全対策を映像で学ぶ

②展望室(20分)

太平洋を一望でき、東通原子力発電所の概要や下北半島にある原子力施設について学ぶ

③原子力コーナー(15分)

原子力発電所をはじめエネルギー全般の概要について学ぶ

④しながく館・しんゆう館(10分)

東通村の自然を学び、トントウ(森の妖精)の遊びを体験

六ヶ所原燃PRセンター

①展望ホール(10分)

解説を聞きながら、原子燃料サイクル施設、風力発電所やむつ小川原国家石油備蓄基地などを一望

②サイクルステーション(20分)

原子燃料サイクルや放射線についてゲームや模型で学ぶ

③原燃ツアーズ(20分)

原子燃料サイクル施設を8割大で再現した大型模型で学ぶ



東通原子力発電所PR施設「トントウビレッジ」キャラクター「カン」



おもな体験内容とお問い合わせ先、アクセスなど詳細情報

東通原子力発電所PR施設「トントウビレッジ」

お問合せ先 ☎0175-48-2777

住所／〒039-4223 東通村大字小田野沢字見知山1-809
アクセス／東北自動車道・青森東ICより車で約2時間。JR大湊線・下北駅で下車し、バスを乗り継いで約1時間。
開館時間／9:30～16:30(入館は16:00まで)
休館日／毎週月曜日(祝日または振替休日の場合はその翌日)、年末年始
入館料／無料

原子力・エネルギー学習と自然とのふれあい・体感(40～60分)

展望室や原子力コーナーで原子力発電やエネルギーについて学習し、しながく館・しんゆう館で自然学習とトントウ(森の妖精)の遊びを体感できます。4～11月まではエデュートプ(自然学習の場)の散策もできます。
※アテンダントによるご案内をご希望の方は、事前にご予約をお願いします。
※2週間前までに申し込み下さい。

受入期間	体験可能時間	団体見学	料 金
通年	9:30～16:30	最大40名	無料

環境科学技術研究所

お問合せ先 ☎0175-71-1240

住所／〒039-3212 六ヶ所村大字尾駈字家ノ前1-7
アクセス／青い森鉄道「野辺地駅」より車で約50分、JR「八戸駅」より車で約90分

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年(平日のみ)	9:00～17:00	最大40名	無料

研究内容・施設見学(90分)

再処理工場から排出される放射性物質の環境中での動きや生物に与える影響について学びます。
※2週間前までに申し込み下さい。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年(平日のみ)	9:00～17:00	最大40名	無料

六ヶ所原燃PRセンター

お問合せ先 ☎0175-72-3101

住所／〒039-3212 六ヶ所村大字尾駈字上尾駈2-42
アクセス／青森方面より六ヶ所IC下車15分、JR「七戸十和田駅」より車で約60分
開館時間／9:00～17:00
休館日／毎月最終月曜日(祝日の場合はその翌日)、年末年始
※変更になる場合がございますので電話またはホームページでご確認ください。
入館料／無料

原子燃料サイクル体験ツアー(50分)

原子力発電所で使用した燃料から再利用できるものを取り出し燃料に加工し、原子力発電所で再び発電に利用する「原子燃料サイクル」の仕組みについて学ぶことができます。*ご案内ご希望の方は、事前にご予約をお願いします。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年	9:00～17:00	最大100名	無料

青森県立三沢航空科学館

お問合せ先 ☎0176-50-7777

住所／〒033-0022 三沢市三沢字北山158
アクセス／青い森鉄道「三沢駅」より車で約15分、三沢・十和田・下田ICより車で約15分
開館時間／9:00～17:00(入館は16:30まで)
休館日／毎週月曜日(祝日の場合は翌日)、12/30～1/1
入館料／中学生以下無料 高校生300(団体240)円
※団体料金は20名以上で適用

サイエンスショー・ワークショップ(40～60分)

身近な科学現象をテーマにした実験ショーや、科学原理を利用した簡単な工作を行います。
※サイエンスショー・ワークショップの団体対応は、2週間前までにご予約をお願いします。*ワークショップは5月から開始予定

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年	9:00～17:00(入館は16:30まで)	1回につき最大50名程度	サイエンスショーは無料 ワークショップは材料費別途 ※どちらか1つの体験になります

環境科学技術研究所

①本館(20分)

研究の概要について聴講

②全天候型人工気象実験施設(20分)

人工的に雨・雪・霧を作り、植物の放射性物質の取り込みについて実験を行う施設を見学



バス移動(10分)

③先端分子生物科学研究センター(30分)

低線量放射線をマウスに照射して、その影響を個体から細胞さらに遺伝子のレベルまで詳細に研究する施設を見学

こちらもおススメ! むつ科学技術館

原子力船「むつ」を再現した「むつ科学技術館」。“地球環境と科学技術”をテーマに、科学工作、映像放映(内容や人数等は事前に要相談)を通じて自然の不思議や科学の面白さを体験できます。また、「むつ」の原子炉室では、覗き窓から原子炉格納容器の内部を観察できます。

むつ科学技術館

お問合せ先 ☎0175-25-2091

住所／〒035-0022 むつ市大字関根字北関根693
アクセス／JR「下北駅」より車で約20分
開館時間／9:30～16:30(入館は16:00まで)
休館日／毎週月・木曜日(祝日の場合はその翌平日)、12/28～1/4
入館料／小・中学生100(団体90)円 高校生200(団体180)円
※学校行事で来館の場合は無料(要予約)
※団体は20名以上

施設見学(60分)

光、音、大気など自然界の基本的構成要素を対象に、ミクロとマクロの両方の視点から自然の不思議や、様々な科学の面白さを体験できます。*事前にご予約をお願いします。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年	9:30～16:30	最大60名	無料



青森で芸術を学ぶ

学習のねらいとその効果

- ① 生きる喜びを高らかに謳った力強い作品の魅力にふれ、豊かな感性を養う。
- ② 美的体験を豊かにし、美術を愛する心を育てる。
- ③ 作者の心情や意図と創造的な工夫などを理解し、作品に対する見方を深める。
- ④ 創作に対するひたむきな姿勢やたゆまぬ努力から、人の生き方を考えるきっかけとする。

何をもちたらすのだろうか？

芸術は私たちに

青森県立美術館 作品名「あもりだ」 作者名 奈良美智 ©Yoshihito Nara 2008年

国内外の様々な作品に触れ、感性を育み、理解を深める

作品を鑑賞するだけでなく、芸術を五感で味わえるのが現代アートの魅力。国内外で活躍するアーティストたちが美術館のために制作した作品を多く所蔵する「十和田市現代美術館」では、アートを体験する楽しさを知るとともに、現代アートの多彩な表現方法を学び、作品に込められた思いについて考えます。自然豊かな環境の中で国内外のアートに親しむなら「青森公立大学 国際芸術センター青森」。敷地内の森に点在する彫刻作品や、世界各国のアーティストが青森に滞在中制作した作品を鑑賞することができます。感性を育むとともに、国際文化への理解を深める良い機会といえます。

青森県の芸術風土を世界に向けて発信し続ける「青森県立美術館」。マルク・シャガールが描いたバレエ「アレコ」の巨大な背景画のほか、強烈な個性を持つ棟方志功、奈良美智、成田亨など郷土ゆかりの作家を中心に約5,000点の作品・資料を所蔵しています。また、子どもの豊かな感性や創造力を育むため、スクールプログラムを実施しています。2020年、過去・現在そして未来をつなぐ新しい美術館「弘前れんが倉庫美術館」が開館した。約100年前に酒造工場として建てられた煉瓦倉庫を改修・再生させた美術館では、建築や地域文化に合わせた弘前ならではの作品展示をはじめとする、様々なプログラムが実施されています。

1986年開館の八戸市美術館は、「種を蒔き、人を育み、100年後の八戸を創造する美術館」を新たなコンセプトに、2021年11月にリニューアルオープン。子どもたちの力を伸ばし、自ら新しい価値を作り出す人を育むため、学校と連携したプログラムを実施しています。

5館連携プロジェクトで学ぶ、アートの魅力

アート県として盛り上がりを見せている青森県。これらの5つの美術館が連携して情報発信し、それぞれが持つ魅力を地域としての魅力に発展させ、文化、教育など幅広い分野での地域振興を目指しています。

体験プランの一例

美術館でじっくり作品と向き合い、作家や作品について学びます。



青森公立大学国際芸術センター青森 (ACAC)

- ①鑑賞マナー等の説明 (5分)
- ②展覧会鑑賞 (30分)
滞在アーティストの作品を鑑賞
- ③野外彫刻鑑賞 (30分)
敷地内の森を散策しながら
野外彫刻を自由に鑑賞



青森県立美術館

- 鑑賞プログラム(約60分)
- ①鑑賞マナー指導 (約10分)
- ②コレクション展鑑賞 (約50分)
小グループ(10名程度)に分かれ、スタッフの案内により常設展示室内を巡り、所蔵作品を鑑賞する。
※プログラムの内容は変更になる場合があります。詳しくは、当館HPをご確認ください。



誘導鑑賞の様子

十和田市現代美術館

- ①鑑賞マナー等の説明 (5分)
- ②展示作品の鑑賞 (45分)
館内展示作品を鑑賞
- ③アート広場作品鑑賞 (30分)
広場を散策しながら
作品を自由に鑑賞

ロシミュエク(スタンディング・ウーマン)
撮影:小山田邦哉



おもな体験内容とお問い合わせ先、アクセスなど詳細情報

青森県立美術館

お問合せ先 ☎017-783-3000
住所／〒038-0021 青森市安田字近野185
アクセス／(バス) ねぶたん号:青森駅西口2番乗り場または新青森駅東口3番乗り場から乗車「県立美術館前」下車すぐ
市営バス:青森駅東口6番乗り場から乗車「県立美術館前」下車すぐ
(車) 新青森駅から約10分、青森駅から約20分、青森空港から約20分
青森I.C.から約5分
開館時間／9:30～17:00 ※入館は開館の30分前まで
観覧料(常設展)／小・中学生100(80)円、高校生300(240)円
※()内は20人以上の団体料金です。
※小・中・特別支援学校が教育課程に基づく学習活動として観覧する場合等、申請により常設展の観覧料が免除される制度があります。
詳細は事前予約の際にお問い合わせください。
※企画展は別料金となります。事前予約の際にお問い合わせください。

スクールプログラム (60～120分程度)

常設展示を自由に鑑賞する自由鑑賞プログラム(60分)、小・中学生向けの簡単な解説付鑑賞プログラム(60分)、鑑賞と創作を合わせたオリジナルプログラム(120分)を選択いただけます。
※要事前申込・打合(来館希望日の1.5ヶ月前までに)
※企画展の解説等については、事前にお問い合わせ下さい。

※プログラムの内容は変更になる場合があります。詳しくは、当館HPをご確認ください。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年 (原則平日)	9:30～17:00	最大 80名程度	上記参照

八戸市美術館

お問合せ先 ☎0178-45-8338
住所／〒031-0031 青森県八戸市大字番町10-4
アクセス／JR「八戸駅」からJR八戸線「本八戸駅」下車、徒歩10分
開館時間／10:00～19:00
入館料／展覧会により観覧料が異なる
※20人以上で団体割引適用 ※八戸圏域の小中学生は無料
※入館のみは無料

主な教育向けプログラム

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年	10:00～19:00 (入館は30分前まで)	100名程度まで (応相談)	上記参照

鑑賞体験プログラム

自由鑑賞(30～60分)、展覧会鑑賞・建築ガイドツアー(60分)、自由鑑賞と作品模写(60～90分)など。その時に開催される展覧会やプロジェクトに応じて学校の希望もお聞きしながら対応いたします。



十和田市現代美術館

お問合せ先 ☎0176-20-1127
住所／〒034-0082 十和田市西二番町10-9
アクセス／JR「七戸十和田駅」から十和田観光電鉄バスで35分、「十和田市現代美術館」下車
開館時間／9:00～17:00(入館は30分前まで)
入館料／高校生以下無料、大人1,800円(団体1,600円)
※企画展のない時期は1,000円

美術作品常設展示、アート広場作品鑑賞 (60～90分)

世界の第一線で活躍するアーティストらの作品を常設展示。また美術館内には、作品のあるアート広場、通りにはストリートファニチャーが置かれ、自由に鑑賞できます。各種学校プログラムは当館ウェブサイトをご覧ください。



草間彌生「愛はとこしえ十和田でうたう」撮影:小山田邦哉

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年	9:00～17:00	最大60名(要グループ分け)	無料

※状況により受入人数の上限が変動いたします。繁忙期:40名、閑散期:60名

弘前れんが倉庫美術館

お問合せ先 ☎0172-32-8950
住所／〒036-8188 青森県弘前市吉野町2-1
アクセス／JR「弘前駅」から土手町循環100円バスで9分
「蓬萊橋」下車徒歩5分
開館時間／9:00～17:00
観覧料／高校生以下無料、一般は展覧会により観覧料が異なる
※児童・生徒数が20名ごとに引率者(保護者含む)1名無料

自由鑑賞 (45分～80分程度)

会期中の展示会の自由鑑賞、または、小グループに分かれて各自で自由に鑑賞します。
※会場に入る前に鑑賞マナー等の説明あり(5～10分ほど) ※要事前申し込み(来館希望日の1か月前まで) ※展示替えの期間は受け入れておりません

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年※1	9:00～17:00	最大80名 ※2	上記参照

※1 原則平日、展覧会開催期間中のみ
※2 状況により人数調整または受け入れできない場合がございます

青森公立大学国際芸術センター青森 (ACAC)

お問合せ先 ☎017-764-5200
住所／〒030-0134 青森市合子沢字山崎152-6
アクセス／JR「青森駅」からJRバスまたは青森市営バスの「モヤヒルズ」または「青森公立大学」行で約40分、「青森公立大学」下車
開館時間／9:00～19:00(展覧会は、通常10:00～18:00)
入館料／無料

展覧会と野外彫刻鑑賞 (60分)

会期中の展覧会及び施設周辺に点在する野外彫刻を各自で自由に鑑賞します。
※展覧会(室内)については、実施していない場合もあるため事前にお問い合わせ下さい。
※事前に御予約下さい。
※ワークショップ等の創作体験も用意できます。スタッフの体制等によって受け入れできない場合がありますので、事前に打合せが必要です。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年	9:30～17:00	最大100名 程度	無料



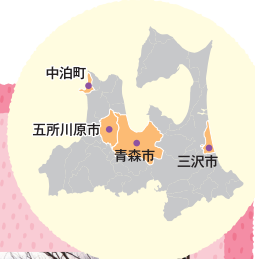
景観観察研究会「八甲田大学校」撮影:小山田邦哉



青森の偉人を学ぶ

学習のねらいとその効果

- ❶ 太宰の故郷で、その文学を育んだ津軽の風土と生家になれ、大切なものを探し続けた小説「津軽」の「私」と同じように、生きることについて考えを深める。
- ❷ 作品を発表するだけでなく、全国組織を作り、俳句雑誌まで創刊した青森の高校生 寺山修司。時代を先駆けた寺山の、その歩みをたどり、表現することについて考えるきっかけとする。
- ❸ 作者の心情や意図と創造的な工夫などを理解し、作品に対する見方を深める。



こちらもおススメ!

小説「津軽」の像記念館 (中泊町)

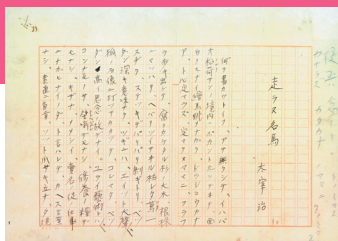
幼い頃の太宰治に文字を教え、本を読んでもらった子守りのタケ。太宰治は作品の中で「私の一生は、その人に依って確定されたといっているかも知れない」と書いています。



太宰治記念館 「斜陽館」

太宰治の生家と蔵を活用した展示室を鑑賞

太宰治直筆原稿「走ラヌ名馬」
五所川原市／提供



寺山修司記念館

寺山の舞台を再現した展示室を鑑賞



体験プランの一例

「青森県近代文学館」で青森ゆかりの作家とその作品について学んだ後、「太宰治記念館 斜陽館」や「寺山修司記念館」で、それぞれの作家の生涯と作品に触れることで、さらに理解を深めます。



青森県近代文学館

太宰治、寺山修司、秋田雨雀、三浦哲郎など県内出身作家13人の作品と生涯を学ぶ

※希望に応じて解説員が詳しく説明
※近代文学ガイドコーナーで映像観賞も可能



おもな体験内容とお問い合わせ先、アクセスなど詳細情報

青森県近代文学館

小中高

お問合せ先 ☎017-739-2575

住所／〒030-0184 青森市荒川字藤戸119-7 青森県立図書館2階
アクセス／JR「青森駅」より青森市営バス「社会教育センター前」下車
徒歩約1分

開館時間／9:00～17:00 入館料／無料

展示室見学 (30～60分)

明治以降の文学に影響を与えた青森県を代表する作家13人を中心に紹介した常設展示のほか、年数回テーマ別の企画展を実施しています。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
通年	9:00～17:00	※1	無料

※1 事前にご相談ください。



太宰治記念館「斜陽館」

小中高

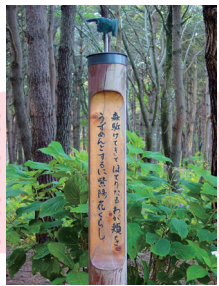
お問合せ先 ☎0173-53-2020

住所／〒037-0202 五所川原市金木町朝日山412-1
アクセス／津軽鉄道「金木駅」より徒歩約7分
開館時間／通年9:00～17:00

※入館は開館の30分前まで
入館料／小・中学生250円(団体200)円、高校生400円(団体300)円
※団体は20名以上

館内見学+教育プログラム (30～60分)

太宰が幼少期を過ごした生家は明治時代の大豪邸です。その館内各所の説明パネルや展示物から答えを導くクイズです。楽しみながら太宰の生活や作品に触れる教育プログラムとなっております。
●体験人数／要相談



こちらもおススメ! 寺山修司記念館の遊歩道

記念館の外には顕彰文学碑まで続く遊歩道があり、道順を示す木柱には寺山の短歌が刻まれています。歌碑の前から小田内沼が一望でき、6月から7月下旬はスイレンが見頃。

故郷・金木町から 太宰文学をひも解く

太宰治は1909年6月19日、大地主・津島源右衛門の第十子六男、本名・津島修治として誕生し、13歳まで五所川原市金木町に現存する青森ヒバを贅沢に使った生家で暮らしました。大地主ゆえに周囲とはかけ離れた環境の中で育ちました。太宰は第一創作集『晩年』に収録されている「思ひ出」や数々の作品の中で、生家や生家の人々について語っています。

1944年、『津軽』の執筆を依頼された太宰は十数年ぶりに故郷に戻り、津軽を旅することで、自分を見つめ直すことができました。自らの生い立ちを語り「忘れ得ぬ人々」との再会の様子が描かれています。太宰にとって故郷とは何か。家族とは何なのか。今でも威風を放つ太宰治記念館と金木町の風土に触れることで、太宰文学の根底にあるものを感じるとともに、生きることについて考えます。他の主な代表作として「走れメロス」「人間失格」などがあげられます。

「表現の宇宙」が広がる テラヤマ・ワールド

寺山修司の表現の場は、短歌・俳句・詩・演劇・映画・写真・競馬・評論・エッセイなど多岐に渡り、その前衛的な表現は海外からも高い評価を得ています。多彩なジャンルで生み出された多くの作品は、読み継がれ、受け継がれ、上演し続けられ、今日に至っています。主な作品としては、「家出のすすめ」「書を捨てよ、町へ出よう」があげられます。

1945年7月の青森大空襲からの3年半、寺山修司は父親の実家がある三沢駅前(旧古間木駅)で過ごしました。多感な少年時代に刻まれた記憶は、後のテラヤマ芸術の原風景となり、三沢市は前衛芸術家として時代を駆け抜けた彼の故郷となったのです。その地に建てられた記念館には、作品にまつわる資料や愛蔵品が収蔵されています。常設展示は「寺山修司を探せ!」がコンセプト。まずは彼の表現の世界観を自分自身で体感してみよう。

作品にあふれる 「人間・棟方志功」の魅力

ゴッホの『ひまわり』に大きな衝撃を受け、画家を志して上京した棟方志功。帝国美術展覧会で油絵が入選を果たした頃には、木版画に惹かれていたといわれます。版画に独自の世界を見出し、創作活動に打ち込んだ棟方志功は、「板の命を彫り起こす、板による表現」として、自らの作品を版画ではなく「板画」と呼びました。

棟方志功のエネルギーと精神性にあふれた作品は、やがて国内外で高い評価を受けるようになります。棟方志功作品の底流にあるのは「あもりの風土」や「あもりの魂」。郷土を愛する棟方志功の作品には、自らを生み、育んだ豊かな自然や文化を持つ青森が、原風景として投影されています。芸術家の作品や創作姿勢、人生に触れることは、自らの生き方について考えるきっかけになります。



りんご産業を学ぶ

学習のねらいとその効果

- ① りんごの品種、生産や流通、加工、農業の果たす役割を学ぶ。
- ② りんごの農作業体験を通じて、りんごづくりの苦労や喜びを学ぶ。
- ③ 一大産業に育成した関係者の努力について学ぶ。
- ④ 板柳町ふるさとセンターの取組みからは、地域の特性を生かした地域づくりの事例を学ぶ。



りんごの花



「りんご王国・青森」を支える

ヒト・モノ・コトを探ろう

日本一の生産量を誇る青森のりんごと岩木山



りんごの収穫体験



りんごの加工品
アップルパイ



生産量日本一を誇る、 青森のりんご誕生エピソード

1875年、3本の苗木から始まった青森のりんご栽培。最初に試植した菊地楯衛は、青森りんごの開祖と言われており、青森県にりんご栽培が適することを確かめ、栽培技術を広めてりんご主産地となる基礎を作りました。1909年には北海道の植栽本数を上回り、全国1位に。1963年には、史上最高の生産高である3,437万箱を記録しました。

病害虫や自然災害、果実の輸入自由化、消費者の嗜好変化など、りんごを巡る情勢は決して平坦なものではありませんでしたが、多くの関

係者の努力によって苦難を乗り越え、より良質なりんごが栽培し続けられています。

手間ひまかけて作り出す 美味しさと豊富なバリエーション

りんごの剪定は1月末から3月にかけて行われます。すべての枝に日光が届くように木の形を整える難しい作業です。4月～8月には肥料散布や、薬剤の散布が行われ、その間りんご園の草刈りも実施されます。5月中旬に行われるのは受粉作業。6月から7月は、実すぐり(摘果)の時期。大きくておいしいりんごを実らせるため、実を間引きします。そして、9月からは、りん

ごの実全体に色がきれいにつくよう、日光をさえぎる葉を取り除き、実を回転させます。こうして大切に育てられ、ようやく収穫を迎えることができるのです。

青森では、品種の特徴を活かした加工も盛んで、栄養素を損なわず絞りを製品化したジュース、ゼリーやアップルパイなどのスイーツ、りんごファイバー入りの麺等々、美味しい上に美容と健康にも良い商品が数多く作られています。

りんご王国青森で、りんごの歴史とそれを支える人や事柄について学びます。

体験プランの一例

流通と農作業に重点をおいた体験、加工と地場産品の育成に重点をおいた体験を組み合わせたコースの一例です。

青森県産業技術センターりんご研究所

①試験園地の視察・見学(30分)

研究所職員の解説を聞きながら、試験園地を視察・見学します



②史料館の見学(30分)

青森りんごの生産の歴史を学びます



板柳町ふるさとセンター

りんごの歴史と加工・地場産品の育成について学びます

①青柳館レストランで昼食(昼食60分)

昼食後ふるさとセンター内を散策

②りんご資料室見学(20分)

ふるさとセンター本館りんご資料室でりんごの歴史や標本等の展示資料を見学

③りんご加工製造過程の見学(10分)

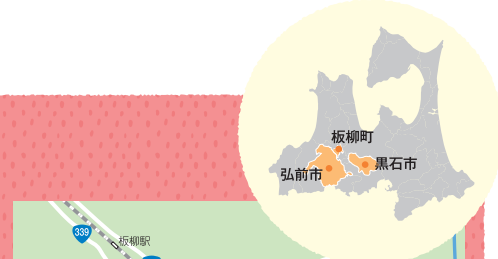
ジュース製造ライン・ジャム等の加工製造過程を見学

④創作体験(20～120分)

陶芸・りんご草木染め・林寿・りんご菓子など、りんごの木をまるごと素材として活用した創作を体験



りんご草木染め



こちらもおススメ!

弘前市りんご公園

季節に応じて、実すぐりやりんごのもぎとりなど農作業体験ができます。約80種、2,300本のりんごの木や、約160年前に建てられた旧小山内家住宅などを見学する園地散策もご案内します。公園内の「りんごの家」には、りんごについて学べるコーナーもあります。(見学は無料)

りんご生産体験(30分)

- 受入期間 / 5月上旬～りんご花摘体験
5月下旬～7月上旬 りんご実すぐり体験
8月上旬から11月中旬 りんごもぎ体験
- 体験可能時間 / 9:00～16:30(最終受付16:00)
- 体験人数 / 1～100名
- 料金 / 無料。但しりんごもぎ体験は有料

おもな体験内容とお問い合わせ先、アクセスなど詳細情報

板柳町ふるさとセンター

お問合せ先 ☎0172-72-1500
住所 / 〒038-3690 板柳町大字福野田字本泉34-6
アクセス / JR「板柳駅」より徒歩約15分

A. 陶芸体験(45～60分)

りんごの木の灰を釉薬に用いた板柳焼(ばんりゅうやき)を体験。湯呑みやカップを製作します。絵付コースあり。

B. 林寿(りんご樹皮工芸)貼り絵体験(60分)

りんごの樹皮を切り取り、自分の好きなデザインで色紙に貼り絵をします。

C. りんご草木染体験(30～120分)

ハンカチやエコバッグ等に絞りを入れ、りんごの葉や枝を煮込んだ液で染め上げます。

D. りんごのお菓子づくり体験(20～90分)

アップルファイバーたっぷりの生地で、クッキーやおせんべい、アップルパイを焼き上げます。

E. りんご収穫体験(30分)

広大なりんご園で、おいしく実ったりんごを収穫します。

	受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
A	通年 (定休日毎週月・金曜日)	10:00～12:00 13:00～15:00	1～40名	800～ 2,000円
B	通年 (定休日毎週水曜日)	10:00～12:00 13:00～15:00	1～24名	550～ 1,600円
C	通年 (定休日毎週火曜日)	10:00～12:00 13:00～15:00	1～30名	500～ 2,700円
D	通年 (定休日毎週火曜日)	10:00～12:00 13:00～15:00	1～24名	120～ 1,400円
E	10月下旬～ 11月上旬 (※1)	9:00～16:00	1～80名 ※要相談	小学生200円 中学生310円

(※1) 天候や生育状況により休業期間があります。ご予約についてはお問い合わせください。※定休日にご利用の場合は、ご相談ください。

青森県産業技術センターりんご研究所

お問合せ先 ☎0172-52-2331
住所 / 〒036-0332 黒石市大字牡丹平字福民24
アクセス / 弘南鉄道「黒石駅」から弘南バスで10分、黒石ICから車で7分

りんご園地・史料館見学(60分)

昭和6年に開設された、国内唯一のりんご専門の試験研究機関です。試験園地の視察・見学や青森りんごの生産の歴史が学べる史料館を見学します。
※視察・見学は平日のみの対応です。またりんご園の見学は事前の連絡が必要です。

受入期間	見学可能時間	対応人数	料 金
4～11月中旬	10:00～15:00	50名	無料

弘前市りんご公園

お問合せ先 ☎0172-36-7439
住所 / 〒036-8262 弘前市清水富田字寺沢125
アクセス / JR「弘前駅」より弘南バスで約20分「常盤坂入口」下車、徒歩約7分
※8時台～16時台の相馬行は、りんご公園敷地内で停車します。



体験をとおして

私たちの「食」と「農」の関係を学ぶ

ふれあって感動する ～農作業体験と農家民泊～ 津軽地域

学習のねらいとその効果

- ① 季節に応じた農作業を農家の方と一緒に汗を流しながら体験することを通じ、農業の大切さ、食糧や食の大切さ、働くことの喜びと尊さを学ぶ。
- ② 昼は農作業体験を行い、夜は農家の方と一緒に食卓を囲んで語り合うことを通じ、青森特有の方言や食事など地域に根ざした文化を学ぶ。
- ③ 農家の方との心と心のふれあいを通じ、かけがえのない思い出をつくとともに、自分自身や家族、友人のことを考え、成長するきっかけとする。
- ④ 食料自給率の低迷や後継者問題などの農業問題や日本の農業の将来について考えるきっかけとする。



津軽の豊かな「食」と「農」を学ぶ
食農教育

青森県の中西部に位置する津軽地方。豊峰岩木山を仰ぎ、岩木川の恩恵を受けた大地では、りんごをはじめ米・野菜・花きなどの栽培が盛んに行われています。

2003年に設立された「津軽・ほっとステイネットワーク」は、平川市・弘前市・黒石市・青森市(旧浪岡町)にまたがる広域団体です。農産物の生産過程や農業と食糧の大切さ、地域に根ざした食文化を学ぶ食農教育をコンセプトに、数多くの修学旅行生を受け入れてきました。また、4泊5日のセカンドスクールを実施したり、受入校のプログラムが文部科学省の「豊かな体験活動推進事業」に指定されるなど、着実に実績を積み重ねています。

この広域団体には、現在、次の団体が加盟しています。農家蔵のまち、農村景観百選指定のまちとして平成27年にディスカバー農山漁村(むら)の宝に選定された平川市の「農業生産法人株式会社グリーンファーム農家蔵」、青

森市の「浪岡グリーン・ツーリズムクラブ」、黒石市の「くろいし・ふるさと・りんご村」の3つの団体が加盟しており、最大の受入人数は500人となっています。

この他、津軽地方では、弘前市の「弘前里山ツーリズム」、鯉ヶ沢町の「白神自然学校ーツ森校」も修学旅行生を受け入れています。

青森県内の受け入れ農家は、**安心・安全の農家民泊**

農業・農村体験の実施にあたって何よりも優先されなくてはならないのは、安全・安心です。青森県の受け入れ農家は、旅館業法の営業許可を取得または住宅宿泊事業法による届出をしている農家民泊です。法律の基準を充たす安全な施設で、賠償責任保険への加入、事故発生時のマニュアルの配備が義務づけられているほか、食中毒の予防対策や保健所・病院・警察・消防署と連携し、夜間も含めた緊急時の連絡体制なども万全で、日本赤十字救急法救急員が常駐しており、緊急時には、適切な

処置や、迅速な対応が可能です。また、青森県では、受入農家民泊の登録数増加に努めるとともに、食品衛生やもてなしなど各種の研修の実施を通じ、受入内容の向上・充実を図っています。



安心・安全の農家民泊

青森県の受け入れ農家は、旅館業法の営業許可を取得または住宅宿泊事業法による届出をしている農家民泊。事故発生時のマニュアル配備や賠償責任保険への加入なども万全で、病院・消防署・警察・保健所と連携し、緊急時の連絡体制を確立しています。

体験プランの一例

1泊2日

受入農家と対面後、受入農家自家用車にて各農家宅に移動し、到着後は季節ごとの農作業を体験。農業にふれながら農業と食糧の大切さを理解し働くことの喜びを味わいます。食事づくりでは、津軽の食文化を学びます。



- ①入村式(9:40) 地域や地域の文化の紹介
- 受入側代表者・学校側代表者・生徒代表者あいさつ
 - 対面式(受入農家紹介)
- ②受入農家宅へ移動(10:50)
- 各農家で確認(緊急避難場所・トイレ・浴室・就寝時間・起床時間・作業目的や内容等)
- ③昼食(11:50)
- 受入農家と一緒に食事・後片付け
- ④農作業体験(13:00~17:00)
- 作業内容は、時期及び農家の経営形態による
- ⑤夕食準備(17:30)
- 食材の調達・調理等。メニューは各農家による
- ⑥夕食・後片付け・入浴(18:00~20:00)
- 自宅浴室又は町内温泉
- ⑦交流(20:00~21:00)
- ⑧就寝(21:30)



- ①起床・朝食準備・朝食・後片付け(各農家一任)
- ②農作業体験(8:00~10:00)
- ③離村式(11:00)
- 受入側代表者・学校側代表者・生徒代表者あいさつ
- ④見送り(11:30)

- 1農家受け入れ人数⇒4~6人
- 雨天時の対応⇒雨天時の対応：多少の雨の場合は雨具を借用し、農作業を体験していただきます。この他、農家により作業小屋やビニールハウスで農作業体験、又は屋内で地元の文化の体験をします。
- 事故への対応⇒グリーン・ツーリズム賠償責任保険に加入。宿泊日に体験研修の終了状況を取りまとめる等、事故等に対応する体制を準備します。
- 引率者の宿泊先⇒地区内施設を紹介いたします。
- 事前学習⇒体験事例DVDを貸出しするほか、学校側との情報交換を行います。
- 事前交流⇒受入前に生徒さんと農家は手紙のやり取りを行います。必ず農家から返信が届きます。

おもな体験内容とお問い合わせ先、アクセスなど詳細情報

津軽・ほっとステイネットワーク 小中高

お問合せ先 ☎0172-57-5190

住所／〒036-0242 平川市猿賀字南野53-10
アクセス／黒石I.Cより平川市尾上地区まで車で約5分

A. 農作業・農村生活体験ファームステイ(1泊~4泊まで)

農作業全般(田植え・りんご・野菜など)、共同調理や地域文化の継承などの生活体験を行います。

B. セカンドスクール(日帰り~4泊まで)

農作業全般(果樹・花木・野菜の収穫など)、共同調理や、ねぶた祭りなどの地域文化体験、農村生活体験を行います。

※日程の組立てなどについては相談に応じますので、お問い合わせください。

C. ねぶた祭りと農作業・農村生活体験ファームステイ

昼は農作業で汗をかき、夜は受入農家や地元住民と一緒にねぶた祭りへ参加し、地域文化体験・農村生活体験を行います。



	受入期間	体験人数	料 金
A	通年	最大500名	要相談
B	夏休み期間中	要相談	要相談
C	8月1日~4日	要相談	要相談

農業生産法人株式会社グリーンファーム農家蔵 小中高

お問合せ先 ☎0172-88-5039

住所／〒036-0202 平川市金屋中松元88-1
アクセス／黒石I.Cより平川市尾上地区まで車で約5分

農業・農村丸ごと感動体験ファームステイ(1泊~4泊)

農作業全般(田植え・りんご・野菜・花栽培及び収穫など)、共同調理や地域文化の継承などの生活体験を行います。

受入期間	体験人数	料 金
通年	2~500名 (但し、350名以上は津軽・ほっとステイネットワーク対応)	要相談

くろいし・ふるさと・りんご村

お問合せ先 ☎0172-54-8210

住所／〒036-0411 黒石市湯湯字派15-4
アクセス／黒石I.Cより車で約10分

水清く、あずましの里で農業・農家民泊体験

りんごの栽培(摘花・摘果・収穫等)、野菜の栽培・収穫などの農作業体験を行います。石窯びざつくり・藍染体験、ねぶた祭りへの参加、よされ踊りなど地域文化に触れる生活体験を行います。

受入期間	体験人数	料 金
通年	最大5~20名	要相談

弘前里山ツーリズム 小中高

お問合せ先 ☎0172-82-1055

住所／〒036-1341 弘前市大字宮地字川添77-4
アクセス／大鰐弘前I.Cより車で約30分

弘前里山感動ふれあい農家体験(2時間~2泊)

弘前里山の農家で、日帰り又はファームステイで、りんご、米、野菜、花、とうもろこしの農作業や生活文化と自然ふれあい体験ができます。

※農林水産省子ども農産漁村交流プロジェクト「子どもふるさと夢学校」指定地域団体、公認コーディネーターが日程プログラムやモデルルートを作成し、提案いたします。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
5月中旬~7月中旬	日帰り9:00~16:00 ファームステイ	4~120名	要相談
8月下旬~10月中旬	9:00~翌9:00(要相談)	(日帰りの場合)	

白神自然学校ーツ森校 小中高

鯉ヶ沢白神グリーンツーリズム推進協議会

お問合せ先 ☎0173-82-7057

住所／〒038-2723 鯉ヶ沢町大字ーツ森町字上禰88-2
アクセス／JR「鯉ヶ沢駅」より車で25分 ※宿泊もできます。

白神山地で植林活動でのSDGs体験を

世界遺産白神山周辺にブナの苗木を植える、ブナの森の復元再生活動をしませんか。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
6月~7月末まで 9月~11月末まで	8:00~16:00 (植林地までの 往復最低3時間)	15~60名	要相談

青森で深く学ぶ

「深」探究プログラム

社会で
求められる力
の変化

問いを解く力から、問いを立てる力へ

私たちが生きる社会では、人工知能の進歩、ネットワークの高度化などにより、2030年には現存する仕事の約50%がなくなると言われ、生徒たちがこれからの社会で求められる力は大きく変わるとされています。

これからの社会では、機械では置き換えられない力すなわち、**課題設定能力**（自ら問いを立てる力）、**合意形成する力**（多様な価値観、考え方から1つの合意を導き出していく力）を身につけていくことが重要です。

社会で
求められる力を
育成するために

課題設定能力と合意形成する力を育成するプログラム

この2つの力を身につけるために、青森県の地域性を活かした**スタディツアーとワークショップがセットとなった9つのプログラム**を提供しています。スタディツアーで獲得した原体験や一次情報をもとに、ワークショップで課題設定、合意形成を行います。

プログラムの流れ

事前学習

地域の社会問題について調べてみよう

スタディツアー

社会問題の現場や関係者を訪ね、原体験や一次情報を整理しよう

ワークショップ

スタディツアーで獲得した情報をもとに、少人数グループで議論し、解決策を発表しよう

スタディツアー | 3時間

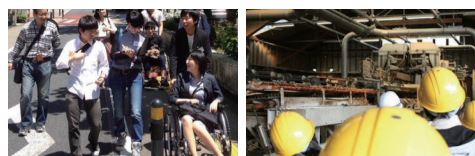
社会問題の現場や関係者を訪れ、原体験や一次情報を獲得

◎誰かによって編集・解釈された情報ではない生の情報のなかで、自ら**収集・再構築・解釈**することが求められ、**実体験から問いを立てる実践的な力を育むことができる**

◎今後社会に出る生徒たちが、社会の抱える問題を比較的早い段階から知り、考える機会を得ることにより、社会の担い手としての姿勢・態度を養うことができる

◎問題を解決するためには学ぶ必要があると感じ、学習の動機づけになる

◎家でも学校でもない社会を直接的に知ることができる



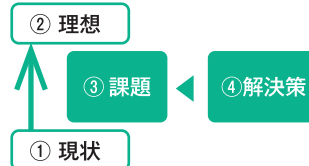
ワークショップ | 3時間

スタディツアーで獲得した情報をもとに少人数グループで議論・発表・振り返り

1.課題設定のプロセス

以下の①～④の手順で、課題を立てていきます。

- ① スタディツアーで獲得した情報を整理し、因果関係を構造化する
- ② 理想状態を描く
- ③ 課題を設定する
- ④ 課題の解決策を考える



2.合意形成のプロセス

以下の①～③の手順で合意形成に努めます。

- ① 全員が議論に参加できるようなルールを設定する
- ② スタディツアーでの共通体験を踏まえた議論から、様々な視点・価値観を理解する
- ③ 多様な意見から、1つの結論や方向性を出す



※各ツアーの受入可能人数は20～30名です。



弘前ねぶたから地域における祭りの価値を考えるツアー

ツアー概要

東北の夏を代表する祭りであり、国の重要無形民俗文化財に指定されている青森ねぶたと弘前ねぶた。二つの祭りは大きな山車が街を練り歩くという共通点はあるものの、その内容は対照的で、弘前ねぶたは、例年80団体程が参加し、町内会などの地域コミュニティによる運行が守り続けられています。一方、青森ねぶたは、例年30社程の企業が中心となって運行される、青森市を代表する観光コンテンツと変化、市民に加えて観光客も多く参加する祭りになりました。

このツアーでは、弘前ねぶた関係者から、青森ねぶたと比較しながら祭りの違いや共通点について学び、それぞれの地域や関係者にとって祭りが地域で担う役割や祭りの持つ価値について考えます。

また、地域の祭りをテーマに「経済的価値」「文化的価値」「祭りの持続可能性」など様々な観点から物事を捉えることを学びます。

スケジュール例

9:00～12:00

＊津軽藩ねぶた村（弘前市）でスタディツアー
ねぶたの館見学、太鼓・お囃子体験
扇型ねぶたの形状やスケール、運行隊形やお囃子、地域との関わり等について、青森ねぶたと比べながら学びます。

金魚ねぶた絵付け体験

まつりで子どもたちが持って歩く金魚ねぶたに絵付けしてみよう。

講演・質疑応答

扇型ねぶたである歴史的背景や、代々で参加している地元の方や市民団体の姿などを学びます。

12:00～13:00

＊昼食（津軽藩ねぶた村でも対応可能）

13:00～16:00 ＊ワークショップ

・少人数グループで議論をし、発表を行います。



ワークショップと発表の様子



現代の伝統工芸ビジネスの可能性を考えるツアー

ツアー概要

青森県唯一の経済産業省指定伝統的工芸品である津軽塗は、値段が高いながらも県内外に限らず国外にもファンを持つ美しい漆器です。

一方で、時代の変化とともに津軽塗の市場や職人は縮小傾向にあります。売上の維持拡大や後継者育成など様々な問題が出てきていますが、こうした状況を乗り越えて、津軽塗の産業をこれからより一層発展させていくにはどうしたらいいでしょうか。

このツアーでは小林漆器の経営者であり、職人でもある小林さんにお話をききます。さらに、津軽塗の製作工程やその商品を見学し、製作体験を交えながら、津軽塗ビジネスのさらなる可能性を描き、課題を考えていきます。

津軽塗

ツアー行程

津軽塗生産者との交流

小林漆器の経営者であり、自らも職人である方に、津軽塗の歴史や魅力、津軽塗を取り巻く状況や自身の取り組み等についてお話をお聞かせします。

津軽藩ねぶた村の見学

・津軽藩ねぶた村で津軽塗の様々な商品や、職人による製作の様子等を見学します。
・箸の製作工程における研ぎ出しの体験を行います。



現代の伝統工芸ビジネスの可能性を考えるツアー

ツアー概要

江戸時代、津軽の農民たちは麻の着物しか着ることが許されませんでした。そこで、厳しく長い冬を少しでも快適に過ごすため、木綿の糸で刺し子を施す「津軽こぎん刺し」が生まれました。

弘前市の「こぎん研究所」は経営難の時期もありましたが、様々な有力企業やファッションブランドとのコラボレーションなど多様な商品開発によって活躍の場を徐々に広げています。また、作業は80人ほどがシフト制で行っており、地域の働き先の一つとなっています。

このツアーでは、こぎん刺し製作の場を訪れ、作業工程や出来上がった作品、こぎん研究所代表の方の思いに触れ、こぎん刺しビジネスのさらなる可能性を考えます。

こぎん刺し

ツアー行程

こぎん研究所、機械や糸、多様な商品を見学、製作体験

・昔から使われる機械や調達が難しくなってきた糸、商品製作の様子を見学します。
・名刺入れ、バッグなど多様な商品を見学し、製作体験をします。

こぎん研究所の方からのお話、交流

こぎん研究所の再建に取り組んできた代表の方から、現状の問題点や取組などのお話をききます。



14,000世帯の生活を支えるバイオマス発電所で、再生可能エネルギーのありかたを考えるツアー

ツアー概要

私たちの生活に欠かせない電気は、原子力、火力、水力、太陽光、風力など様々な発電方法で供給されています。その一つである「バイオマス発電」は、間伐材やごみなどを用いた、資源の有効活用と環境負荷の軽減に貢献する発電方法です。理想的な発電方法に見えますが、発電効率が低いこと、原料の安定確保が難しいこと、発電過程で多くの排熱が生じることなど様々な課題を抱えています。

このツアーでは、リンゴの枝や間伐材を用いたバイオマス発電に加え、排熱を利用したトマト栽培にも取り組む「津軽バイオマスエネルギー」を訪れ、バイオマス発電のメリットや抱える課題、多様な発電の方法について学び、これからの発電のあり方について考えます。

ツアー行程

津軽バイオマスエナジーの見学、トマト試食

- ・バイオマス発電の一連の流れを実際に見学します。
- ・排熱を利用した温室で栽培されたトマトを試食します。(時期により提供できない場合有)

経営者によるお話、交流

- ・日本や海外の発電種別割合や各発電方法のメリットデメリットなどの基礎知識とともに、なぜバイオマス発電の拡大が難しいのかを学びます。
- ・どのような形で地域に貢献しているか、お話をききます。



インテリア雑貨BUNACOから地域と地場産業が共に成長する未来を考えるツアー

ツアー概要

世界最大級のブナ原生林が広がる世界自然遺産の白神山地。そのブナは水分が多く建材や木工品などには適さず、処分されてきました。ブナコ株式会社ではテープ状にしたブナを用いて様々な商品を作り、国内外で高い評価を得ています。近年、青森県で最も人口が少ない西目屋村の旧小学校校舎を、カフェやショップ等を併設する工場にリノベーションしたところ、白神山地でのトレッキングと併せて観光客が訪れるようになり、BUNACO西目屋工場を中心として、地域に賑わいが生まれています。

このツアーでは、地域の資源であるブナを活かした地場産業が、過疎化を抱える地域と共にどのように成長していくことができるかを考えます。

ツアー行程

BUNACO工場の見学、製作体験

旧教室で異なる作業工程を行っている様子を解説付きで見学した後は、ブナコの製作体験をします。

講演

スタッフの方から約60年に及ぶBUNACOの挑戦の歩みと実績、次なる展望と課題を聞き、地場産業が地域と共に成長する未来について考えます。



弘南鉄道大鰐線の廃止問題から地域の公共交通を考えるツアー

ツアー概要

人口が集中し鉄道網が発達している都市部に対し、人口が減少し車中心の生活となっている地方においては、鉄道の廃線が身近な問題となっています。

弘前市と大鰐町を繋ぐ弘南鉄道大鰐線においても利用者減少が著しく、2013年に廃線の意向が示されました。しかし、沿線住民からの廃線反対の強い声により廃線撤回となり、それ以降、利用者増加を目指し交通事業者や地域住民、行政からなる協議会を立ち上げるなど、様々な取組を行っています。

このツアーでは弘南鉄道の乗車体験や、弘南鉄道株式会社、弘南鉄道アソビプロジェクトのメンバーから話を聞き、地域の公共交通のこれからを考えます。

ツアー行程

弘南鉄道に乗りし、駅や町の様子を見学

レトロな駅舎と車両を見学し、列車に乗りします。乗降する利用者の様子、車窓に広がる山々や、各駅の様子を観察し、地域の状況・問題を考えます。

弘南鉄道株式会社、弘南鉄道アソビプロジェクト

弘南鉄道を「遊び」で盛り上げようと活動する有志団体アソビプロジェクトのメンバーから話をきき、地域の公共交通を守るためにはどうしたら良いかを考えます。



現代に求められる新しい庭の楽しみ方から、地域における造園産業の未来を考えるツアー

ツアー概要

平川市の尾上地区は、昔から植木や造園が盛んであり、手入の行き届いた生垣により美しい街並みを形成しています。しかしながら、建築様式の洋風化や、車社会の発展による駐車場の必要性など様々な要因によって新たに庭を持つ家庭は減少し、既に庭を持っている家庭についても、冬場の雪に備えた「雪囲い」を含めた維持費の負担などから手放すようになっています。こうした状況によって造園の需要は減少し、市内に100以上あった造園業者は30程度になってしまいました。

このツアーでは、軽トラガーデンやモスベットのなど、従来の造園業から発展させた新たな取り組みに挑戦している万年青園株式会社を訪れ、今後の造園産業の形を考えます。

ツアー行程

盛美園・お庭の見学、剪定体験

- ・盛美園などのお庭を見学し、お庭の魅力を考えます
- ・実際に植物やハサミに触れ、剪定を体験します

おもとえん 万年青園株式会社の方からのお話、交流

平川市における造園業の歴史、現状の問題点、さらに軽トラガーデンやモスベットなど新しい取組などのお話をききます。



りんご産業全体の可能性や未来を考えるツアー

ツアー概要

青森県のりんご栽培は明治時代から始まり、近年は国内シェア6割を占めています。一般的にりんごは、平地に比べ寒暖差が激しい丘陵地帯の方が美味しくなるとわれています。そのような中、平地が多い板柳町では、平地における美味しいりんごの栽培方法や、ジュースなどの加工技術の研究に取り組んできました。他にも、りんごを入れるための木箱をインテリア雑貨に転用する企業が町内に生まれるなど、りんご関連産業が育っています。

このツアーでは、地域の特徴を活かしつつ、りんご生産とともに関連産業が育つ板柳町を舞台として、農家や事業者の方のお話を聞きながら、地域を支える産業の可能性や未来を作っていくことを考えます。

ツアー行程

ふるさとセンター 見学、農家さんのお話

りんごによる地場産業振興を目的として作られたふるさとセンターでりんごジュース等加工工場やりんご園地の見学、季節によっては農作業体験をします。

りんごに関わる産業体験

りんごの葉や枝から抽出した染料による草木染め体験など、“食べる”以外のりんごにこだわった産業を学びます。



高齢化が進む観光地を盛り上げる「まちそだて」活動から地域活性化について考えるツアー

ツアー概要

日本の多くの地域で、少子高齢化、都市への人口流出、産業の空洞化などの問題が深刻化しています。そのような中、黒石市には地域を元気にしていくために主体性を持って活動している「横町十字まちそだて会」があります。会では、カフェの設置、観光イベントや観光施設の運営など幅広い活動を行っています。

このツアーでは、「横町十字まちそだて会」の活動に触れるを通して、地域を活性化させるためにはどのようなことが大切なのか、何を意識するべきなのかという「考え方」と、実際にどのような施策を打つのが効果的なのかという「手法」の両面を学び、これからの横町十字を考えます。

ツアー行程

まちあるき

古くからの商家や江戸時代のアーケード状の通路を残した中町こみせ通り(重要伝統的建造物群保存地区)、シャッターを閉めた店が並ぶ通りを歩き、町の現状を学びます。

横町十字まちそだて会の方からのお話、交流

横町十字まちそだて会の活動や思い、町の変化についてお話をききます。

青森市内の自主研修スポット

青森市には、三内丸山遺跡や八甲田連峰に代表される歴史、自然、芸術、文化など、様々な分野の体験学習の場があります。
見どころも豊富で、生徒の自主性、積極性を引き出すコースづくりが可能です。

スタンプラリー
参加対象施設

◆ 歴史・文化を学ぶ

三内丸山遺跡センター

P6参照

ボランティアガイドによる遺跡の見学や縄文時代のモノづくり体験ができる。
☎017-766-8282



青森県立美術館

 P22参照

棟方志功や奈良美智をはじめ、青森ゆかりの作家の作品を常設展示。
☎017-783-3000



青森県近代文学館

P24参照

常設展示では、青森県を代表する13人の作家を中心に、その作品と生涯を紹介。
☎017-739-2575



青森市森林博物館



県産ヒバ材を使用した、ルネサンス様式の本造建築物。森林に関する様々な資料を展示。
☎017-766-7800



あおもり北のまほろば歴史館

 P44参照

青森市を中心とした郷土の歴史や民俗を総合的に紹介。
☎017-763-5519



青函連絡船メモリアルシップ八甲田丸



青森市と函館市を結んでいた青函連絡船八甲田丸をそのまま利用した、鉄道連絡船ミュージアム。
☎017-735-8150



ねぶたの家 ワ・ラッセ

 P10参照

大型ねぶたや中型ねぶたの展示、ねぶた祭の歴史や制作工程を余すことなく一年中体感できる。
☎017-752-1311



昭和太仏（青龍寺）

 P44参照

昭和59年に造立された青銅座像の大日如来像。高さ21.35mと、奈良や鎌倉の大仏をしのぐ大きさ。
☎017-726-2312



青森市八甲田山雪中行軍遭難資料館

P43参照

山岳史上最大の悲劇となった青森歩兵第五連隊の遭難の史実に関する資料を展示。
☎017-728-7063



モヤヒルズ

P43参照

マウンテンバイクやスキー、そば打ち体験などができる四季を通じたレクリエーション施設。
☎017-764-1110



「観光手形」で青森県の県産品を当てよう!

青森市内の観光施設等12か所の情報を紹介する「観光手形」では、県産品が当たるスタンプラリーを実施中。青森市内観光案内所・市内ホテル等で配布しています。
■お問い合わせ／南コモン
☎017-744-7447



※写真は2022年度版です。

◆ 科学を学ぶ

青森市中央市民センター（プラネタリウム）

P44参照

児童・生徒向けのそれぞれの段階に応じた学習投影番組鑑賞で、雄大で神秘的な宇宙を体験することができます。
※利用日の1週間前まで要予約
☎017-734-0164



◆ 動物を学ぶ

青森県動物愛護センター

P43参照

動物との正しい付き合い方や命の大切さを学ぶことができる。
☎017-726-6100



◆ 産業を学ぶ

北洋硝子（株）

P44参照

「津軽びいどろ」の制作の様子が見学できる（要予約）。※現在、体験は実施していません。
☎017-782-5183

◆ スポーツを体験する

みちぎんどリームスタジアム（カーリング）

親切丁寧な指導のもと、“氷上のチェス”と呼ばれる知的なスポーツ「カーリング」を体験できる。
※カーリングシート（多目的運動場）を予約の上、講師派遣の申込が必要。
シューズ・フランは無料貸出し可
施設予約 ☎017-765-6200（みちぎんどリームスタジアム）
講師派遣 ☎017-777-4191



◆ 自然を学ぶ

青森県営浅虫水族館

P45参照

本州最北端の水族館でイルカやアザラシなどの水生生物を展示。
トンネル水槽では、陸奥湾の海を再現しホタテの養殖など、青森県ならではの生物の生態を学ぶことができる。
☎017-752-3377



青森県観光物産館「アスパム」

 P43参照

青森県の観光や物産、郷土芸能などの情報が入手できるスポット。地上51mに位置する展望台からは、360度の眺望が楽しめる。



360°3Dデジタル映像シアターでは日本最大級の360°スクリーンで、青森の四季の「美しさ」と夏祭りの「迫力」を体感することができます。



- お土産は「アスパム物産」「青森県地場セレクト」で定番商品から珍しい地場産品まで県内最大規模の品揃え。
- 伝統の技を体験
伝統工芸品「こぎん刺し」の製作実演と展示販売が行われている。
☎017-735-5311



青森市
Aomori

グルメ情報



古川市場「のっけ丼」

青森市民の台所、古川市場・青森魚菜センターの「のっけ丼」。どんぶり飯を購入したら、市場に並んでいる新鮮な魚介類や好みの具材をのっけて食べられるのが最大の魅力で、「ちょっとずつ、たくさんの種類が食べたい」「海鮮とお肉、両方味わいたい」など自分スタイルで楽しめる。市場の元気な津軽弁を交えた会話を聞きながら、青森を味わいつくしてほしい。



味噌カレー牛乳ラーメン

青森市民のソルフードであり、一度食べるとクセになる青森のご当地グルメ「味噌カレー牛乳ラーメン」。味噌・塩・醤油ベースに、カレーや牛乳を組み合わせで作ったのがはじまり。味噌のkokoroとカレーの風味に、牛乳やバターのもろやささが加わった、ほかでは食べられない独特の美味しさがある。店によって少しずつ味わいがあるので、食べ比べもおすすめ。



貝焼き味噌

貝焼き味噌は、津軽と下北を中心に伝わる郷土料理。ほたて産地ならではの家庭料理。直径20cmほどのほたての天然貝を鍋にして、少量の水に味噌を溶き入れ、煮立ったところでほたてや魚の切り身、豆腐やきのこなどを加え、最後にネギを入れ卵でとじるのがスタンダード。鍋にしているほたて貝から出るダシも相まって、なんとも言えない潮の風味が口いっぱいに広がる。



青森生姜味噌おでん

生姜味噌おでんは、戦後青森駅周辺で冬の厳しい寒さの中、青函連絡船に乗り込もうとする船客の体を少しでも暖めようとして、屋台のおでんの味噌に生姜をすりおろして入れたのが喜ばれ、広まったといわれている。青森おでんの特徴は具の数が少なくシンプルで、いずれも竹串に刺され、やや甘めの生姜の風味が効いた味噌で気軽に食べることができる。

自主研修のバックアップ体制

あおもりシャトル de ルートバス「ねぶたん号」

青森市では、青森駅や新青森駅などの交通拠点と観光施設等を結びシャトル・ルートバス「ねぶたん号」を運行しています。ダイヤ・運賃などについては「ねぶたん号」ホームページをご覧ください。

■お問い合わせ／バス運行について 青森観光バス（株）
☎017-739-9384

●運行ルート：三内丸山遺跡前～県立美術館前～新青森駅東口～津軽海峡フェリーターミナル～青森港フェリーターミナル～あおもり北のまほろば歴史館前～森林博物館前～駅西口～古川～アスパム前～新町通り～ホテル青森前～棟方志功記念館前
※一部の便は「三内丸山遺跡前⇄駅西口」のみの運行となりますので事前にご確認ください。



街歩きコース「あおもり街てく」

青森駅からちょっと歩くと、海や市場、商店街など楽しい魅力がいっぱいです。街なかの自主研修をお手伝いします。

■お問い合わせ／
青森市観光交流情報センター内
「あおもり街てく」
☎017-723-4670

自主研修の拠点、本部に「アスパム」

三角形の建物が特徴の「アスパム」は、青森市のランドマーク。自主研修を行う際の本部としても利用できます。（有料）

■お問い合わせ／
青森県観光物産館「アスパム」
☎017-735-5311

弘前市内の自主研修スポット

城下町・弘前は17世紀初めから栄え、市内の随所に名所旧跡を数多く残します。
古き良き町並みにモダンな風情も共存しています。
生徒たちの豊かな感性で、津軽の歴史、伝統、文化を感じ取ることができます。

◆ 城下町を歩く

弘前公園（史跡弘前城跡）

桜の名所として名高い弘前公園。シンボルの天守をはじめ3つの櫓に5つの城門、三重の水濠が現存している。弘前城本丸石垣修理に伴い、天守の位置が約70m本丸内部へ移動しました。
☎0172-33-8739（市公園緑地課）



弘前市仲町伝統的建造物群保存地区

旧笹森家、旧岩田家、旧伊東家、旧梅田家などの武家屋敷やサワラの生垣、点在する門や板塀などが江戸時代の武家屋敷街の景観を今に伝えている。
☎0172-82-1642（市文化財課）



石場家住宅（商家屋敷）

石場家は江戸時代にわら芸やほうき、ざるなどの荒物を扱っていた商家である。建築年代は江戸時代中期と推定され、豪壮な構えとなっている。
☎0172-32-1488



長勝寺

津軽家の菩提寺で、三門をはじめ、境内に重要文化財建造物が9棟ある。
☎0172-32-0813
ガイドのご依頼は☎0172-35-3131（(公社)弘前観光コンベンション協会）※要事前予約



最勝院五重塔

津軽統一の過程で戦死した人々の供養塔といわれている。東北一の美塔と讃えられており、青森県第一号の国指定重要文化財建造物である。
☎0172-34-1123



◆ 伝統文化を学ぶ

津軽藩ねぶた村

P10・12・46参照

高さ10mの大型ねぶたをはじめ、大小様々なねぶたを多数展示。お囃子や津軽三味線の実演もある。
☎0172-39-1511



弘前市禅林街三十三ヶ寺「坐禅体験」

P46参照

2代藩主津軽信牧が津軽一円から曹洞宗の寺院を集めて成立したもので、33もの同一の宗派の寺が結集しているのは、全国的にも珍しい。坐禅体験では、静寂の中ただひたすらに坐することで心を清め、集中力を養うことができる。（5名以上から）



☎0172-35-3131（(公社)弘前観光コンベンション協会）

◆ 昭和の近代建築（前川國男建築）を巡る ※内覧希望の場合は事前に各施設へご連絡ください。

前川國男はフランス、パリのル・コルビュジェの「日本の3大弟子」のひとり。日本の近代建築に大きな功績を残しています。

木村産業研究所

P46参照

前川國男の処女作。鉄筋コンクリート造2階建、白亜の外装で、陸屋根、吹抜け、横長の窓などモダニズム建築の特徴をよく伝える。我国におけるコルビュジェ風建築の最初期の作品。（令和3年8月2日付、重要文化財指定）
☎0172-32-0595（弘前こざん研究所）



弘前市庁舎（前川本館）

1958年建築。前川は、人体の骨格に相当する柱や梁は、力強さを表現できるコンクリートがよりよいとし、鉄筋コンクリートの打ち放しの柱、外壁にはレンガブロックを積み、2階、4階は屋根が大きく張り出した建物となっている。
また、城下町の風情を壊さないように、建物の高さは抑えられ、街との調和と気遣いが感じられる。
☎0172-35-1111（代表）



弘前市民会館

1964年建築。コンクリート打ち放しが周りの緑と溶け合い力強く美しい。コンクリートの壁は外、内壁ともに独特の木目模様がくっきり現れている。
☎0172-32-3374



弘前城本丸石垣修理



弘前城本丸では、石垣を修理する工事を進めています。これにより、石垣の上にあった天守（お城）が全国に類をみない曳家と呼ばれる手法で大移動しました。（2015年8～10月）移動後の場所は背景に岩木山が見える位置となり、新たな観光名所となっています。

弘前市立博物館

1976年建築。外壁は深みのある赤茶色の打ち込みタイルで、周辺環境によく溶け込んでいる。この外観は、隣接の市民会館の打ち放しコンクリートの外壁と対照的。
☎0172-35-0700



弘前市緑の相談所

1980年建築。正面は勾配がある屋根だが、後ろから見ると四角い建物に見え、建物の前と後ろで、全く印象が違う外観をぜひ見比べてほしい。
☎0172-33-8739（市公園緑地課）



◆ 洋風建築を巡る

旧第五十九銀行本店本館（青森銀行記念館）

1904年建築。洋風建築の第一人者堀江佐吉の最高傑作と言われ、外観はルネサンス風の意匠を基本としている。
☎0172-36-6350



藤田記念庭園洋館（旧藤田家別邸洋館）

1921年建築。大正ロマンを感じさせる洋館。広大な敷地に借景式庭園、池泉廻遊式庭園が広がる。
☎0172-37-5525



旧弘前市立図書館

1906年齋藤主・堀江佐吉らの手によって建てられ市に寄附された。木造3階建でルネサンス様式を基調とした洋風建築。
☎0172-82-1642（市文化財課）



旧東奥義塾外人教師館

青森県初の私学校東奥義塾の外国人教師の住宅で、書斎などから当時の暮らしぶりが伝わってくる。
☎0172-37-5501（弘前市立観光館）



旧弘前偕行社

明治時代に弘前市に設置が決定された第八師団将校らの親睦・厚生施設として、1907年に完成。この地は、藩政時代の鷹狩場の1つで、1815（文化12）年には藩主の庭園や別荘地となった景勝地でもある。ルネサンス風を基調とした翼棟付き平屋建ての洗練された意匠を持っている。現存する偕行社として全国的にも貴重。令和2年4月、7年間の大規模な保存・復元修理を経てリニューアルオープン。
☎0172-33-0588（弘前厚生学院記念館）



日本聖公会弘前昇天教会

1920年ジェームズ・M・ガーディナーの設計とされ、林緑の施工で建てられた。赤煉瓦造りで、ゴシック様式でまとめられている。
☎0172-34-6247



カトリック弘前教会

1910年オージェ神父の設計、横山常吉の施工により建てられた、尖頭のあるロマネスク様式の建物。ゴシック様式の祭壇やステンドグラスが美しい。
☎0172-33-0175



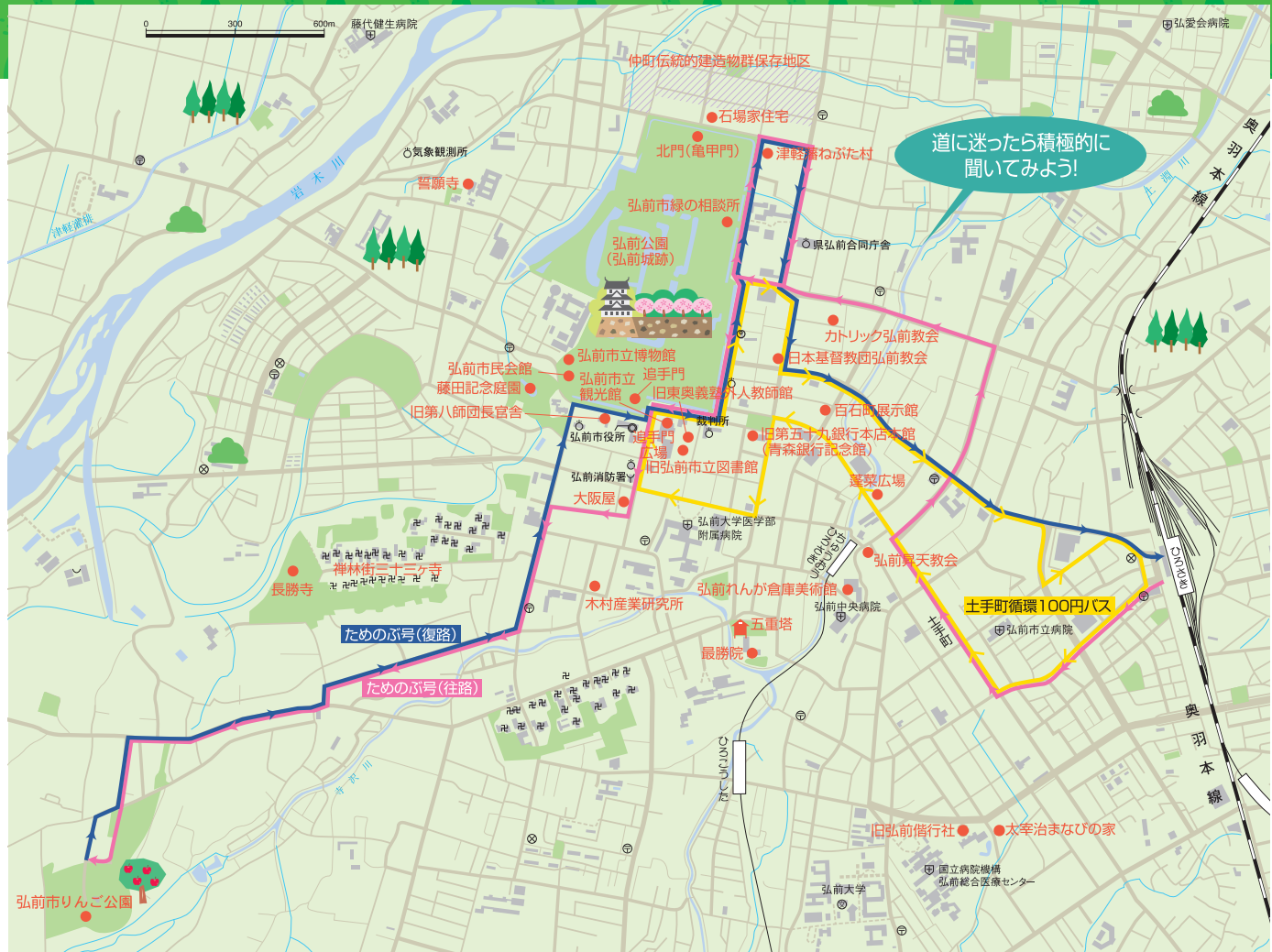
日本基督教団弘前教会 教会堂

1875年の教会創設以来3度目の建物で、1906年に建てられた。構造はフランスゴシック風の双塔形式で、設計は桜庭駒五郎。
☎0172-32-3971



弘前市立百石町展示館（旧青森銀行津軽支店）

1883年に宮本甚兵衛が新築した現存する市内最古の洋風建築物。弘前大火を教訓に、防火を第一に考えた土蔵造り。明治・大正期の建築手法を残し、市有形文化財に指定。
☎0172-31-7600



アップルパイ

りんごの生産量日本一を誇る弘前市は、市内で提供されているアップルパイを掲載した「弘前アップルパイガイドマップ」を発行している。弘前市立観光館・弘前市観光案内所の観光コンシェルジュがアップルパイ取扱店を調査し、実際に試食した感想をもとにアップルパイデータである。※焼き上がり時間や品切れなど、事情により営業時間内でも販売できない場合がある。

弘前いがめんち

青森や八戸に比べ、津軽内陸部ではイカは貴重な海産物だった。その身は刺身や煮物・寿し漬などに利用され、残ったイカの足は包丁で叩いて、家庭で余った野菜と一緒に小麦粉に混ぜて形を整え、鉄板で油で焼きあげたり、揚げたりしたのがいがめんち。終戦直後、津軽地方で生まれたといわれている。先人の知恵と愛が詰まった食文化であり、「母の味」として受け継がれてきた郷土料理。

◆ その他のおすすめスポット

追手門広場

弘前の観光案内や土産品の販売、工芸品展示などの弘前市立観光館を中心に、図書館、郷土文学館、旧東奥義塾外人教師館、山車展示館、ミニチュア建造物群等がある弘前の観光拠点。
☎0172-37-5501（弘前市立観光館）

弘前市りんご公園

体験しながらりんごについて学べるコーナーがあり、りんごにこだわった約1,200種類の商品の販売もある。
☎0172-36-7439

弘前れんが倉庫美術館

2020年に開館した美術館。建築や地域に合わせた弘前ならではのアートを体感できる。明治・大正期に建設されたレンガ造りの酒造工場をリノベーションした建物も魅力。隣接するカフェ・ショップ棟ではシードル工房を眺めながら地産の食材を使った料理・スイーツなどが味わえる。
☎0172-32-8950

自主研修のバックアップ体制

弘前市内をバスでラクラク移動

土手町循環100円バス

乗車区間にかかわらず1回の利用が100円のバス。「土手町循環バス」の始発はバスターミナルから午前10時。以降、午後6時（12～3月は午後5時）まで10分間隔でバスが出ます。100円バス1日券（※ICカード限定）大人400円、小人200円で車内販売しております。※地域連携ICカード、Suica、PASMOのみ

ためのぶ号（12月～3月まで冬季休）

JR弘前駅前、津軽藩ねぶた村、弘前市りんご公園などを結び、市内観光に便利な路線です。運賃は乗車区間によって100円または200円。

■お問い合わせ／弘前バスターミナル

☎0172-36-5061

自主研修本部及び チェックポイントのご案内

津軽藩ねぶた村では自主研修を実施する場合の本部を無償で提供しています。事前にご予約の上ご利用ください。
※また、チェックポイントとして「弘前市立観光館」「まちなか情報センター」などもご利用ください。
■お問い合わせ／津軽藩ねぶた村
☎0172-39-1511
※本部チェックポイント一括予約可
※本部連絡用電話番号も同じ

P42の（弘前教育旅行）自主研修コースは、弘前観光ボランティアガイドがご案内することもできます。
◎事前予約制 ◎有料（料金はコースにより異なる）
■お問い合わせ／弘前観光コンベンション協会
☎0172-35-3131

ガイドブック等の資料提供

■お問い合わせ／弘前市立観光館

☎0172-37-5501

八戸市内の自主研修スポット

太平洋を望む県の南東部に位置する八戸市は、江戸時代には八戸藩の城下町として栄え、現在は全国屈指の水産都市、北東北随一の工業都市として発展しています。八戸港で水揚げされる海産物など、港町ならではの食文化も魅力です。

◆ 歴史・文化を学ぶ

八戸市博物館

考古・歴史・民俗・無形資料の4つの展示コーナーがあり、八戸の歴史を総合的に学習できる。
☎0178-44-8111



史跡 根城の広場

南部師行により築城され、北奥羽の中心的な役割を担っていた「根城」。発掘調査の成果に基づき、全国で初めて建物などを復原整備した史跡となっている。
☎0178-41-1726



八戸市埋蔵文化財センター 是川縄文館

勾玉づくりなどの各種体験学習や、国宝「合掌土偶」をはじめとする是川遺跡・風張1遺跡出土品の展示があり、縄文文化を学ぶことができる。
☎0178-38-9511



櫛引八幡宮

南部氏初代光行公によって創建され、約800年の歴史がある。国宝である2領の鎧兜をはじめ、多数の文化財が収められている。
☎0178-27-3053



羽仁もと子記念館

八戸出身で日本人初の女性ジャーナリスト。婦人之友の創刊、自由学園を設立した羽仁もと子の思想や活動に関する書籍や資料・遺品を展示している。
☎0178-24-2232



長者まつりんぐ広場

2007年8月にオープンした多目的広場。八戸三社大祭の山車が3台入る多目的施設もあり、山車の見学もできる(期間限定・要事前連絡)。
☎0178-43-9141(代表)(八戸市公園緑地課)
※八戸三社大祭(7月31日～8月4日)/ユネスコ無形文化遺産「山・鉾・屋台行事」の1つで、およそ300年の歴史を誇る祭り、国の重要無形民俗文化財に指定されている。三つの神社の神輿行列と最大で高さ10mにもなる豪華絢爛な27台の山車が中心街を運行し、観客を魅了する。



◆ 産業を学ぶ

ユートリー

水産加工品から伝統工芸品まで、八戸市周辺の特産品がずらりと並んでいる。2階では南部製織や南部菱刺しの体験もできる。
☎0178-27-2227



北日本造船(株)

国内はもとより、海外の船主からの発注も多く、ケミカルタンカーを筆頭に、多種多様の船舶を年間10隻前後提供している。船舶の製造過程を見学可能。
☎0178-24-4171



八戸市魚市場(第1・2・3魚市場)

八戸漁港は全国有数の水揚げを誇り、特にイカの水揚げは日本一。早朝は様々な魚が水揚げされる様子が見られるほか、日中でも施設内を見学することができる。(要申請)
☎0178-33-2115(八戸市水産事務所)



◆ 自然を学ぶ

八戸市水産科学館マリエント

八戸近海の魚やアオウミガメが泳ぐ大水槽磯の生き物に触れられるタッチ水槽がある他、地球深部探査船「ちきゅう」の展示コーナーがあり、海や地球の不思議を学ぶことができる。展望室からは八戸港と太平洋を見渡すことができる。
☎0178-33-7800

P58参照



種差海岸

蕨島から南東へ伸びる約12kmの海岸線。天然の芝生が波打ち際まで広がる「種差天然芝生地」や、貴重な鳴砂の砂浜である「大須賀海岸」など変化に富んだ海岸線であり、春から秋にかけては約650種類もの高山植物や海滨植物が咲き乱れる。
☎0178-70-1110(VISITはちのへ)

P13参照



種差海岸インフォメーションセンター

三陸復興国立公園の種差海岸及び階上丘陵地域を中心とした自然・文化の展示・解説、自然や人とふれあう体験プログラムや学習プログラム、みちのく潮風トレイルやガイドの紹介、季節の旬な情報の提供をしている。
☎0178-51-8500



蕨島

ウミネコの繁殖地で、国の天然記念物。営巣の様子を間近で観察できる国内唯一の場所。3月上旬から8月にかけて約3～4万羽のウミネコが島を埋め尽くす。
☎0178-70-1110(VISITはちのへ)

P13参照



八戸港観光遊覧船「シャーク号」

鯨の形をしたユニークな船で八戸港を約1時間かけて周遊する。工業地帯や八戸港一帯を海から眺めることができ、蕨島付近ではウミネコと触れ合うこともできる。
※運行期間 4月下旬～10月下旬
☎0178-24-0489



観光遊覧船「はやぶさⅡ」

八戸港を約40分かけて周遊する。八戸港をウミネコと一緒にクルージングすることができる。
☎090-7332-9515



山の楽校

廃校となった小中学校を利用した体験交流施設。地元住民と触れ合いながら、そば打ちや味噌づくりなどの田舎暮らしを体験できる。
☎0178-82-2222

P59参照



グリーンブラザなんごう(道の駅なんごう)

地場製品の直売所、レストラン、宿泊施設と充実。周辺には運動施設や図書館、観光農園といった多くの楽しいが魅力。
☎0178-82-2902

P58参照



八食センター

八戸港で水揚げされた新鮮な魚介類をはじめ、お土産品などがそろった巨大市場。市場の活気を肌で感じることができる。
☎0178-28-9311



●食事スポット

八食センターは、市場ならではの新鮮な魚介類を使った店から、郷土料理が食べられる店まで飲食店も充実。また、店内で買った魚介類などを、その場で炭火焼で食べられる「七厘村」も人気。

八戸の漁業

八戸は全国でもトップクラスの水揚げを誇る水産都市。特にイカ、サバなどは日本有数の水揚げ量となっている。



南部せんべい

シンプルな白せんべいの他、ゴマや落花生など様々な種類があり、お土産にぴったり。八戸地域では、鍋用のせんべいを使った郷土料理八戸せんべい汁をはじめ、2枚のせんべいで赤飯をはさんで食べたり、天ぷら、血にして利用するなど、昔の人の知恵により考えられた食べ方が今でも残っている。



八戸ポータルミュージアム「はっち」

県の伝統工芸士・大久保直次郎氏が製作した288頭の「八幡馬」が出迎える圧巻のエントランス。館内には八戸の自然や食、祭り、歴史文化のほか朝市や横丁を紹介する屋台の形をした展示ブースを設置し、年間を通して八戸観光の魅力を楽しむことができます。
お問い合わせ/☎0178-22-8228



八戸市埋蔵文化財センター 是川縄文館

縄文時代の遺跡である是川遺跡で出土した土器や土偶を中心に約600点を展示(約8割が国重要文化財)。風張1遺跡から出土した国宝「合掌土偶」はここに展示されています。
お問い合わせ/☎0178-38-9511



八戸ラーメン

昭和初期から八戸市民に親しまれてきたラーメンで、ちぢれ細麺にスープは醤油をベースに、近海で獲れた煮干し・地鶏ガラ・豚骨でダシを取った、あっさりとしながら深みのある味わいが人気。透き通ったスープからほのかに香る煮干しダシは、独特の味わいや香りを引き出している。他に、地鶏ガラ、豚骨、昆布、野菜各種も使用しており、煮干しを引き立てている。



八戸前沖さば

国内のサバの主漁港としては最北端に位置している八戸市。サバのおいしさの決め手である粗脂肪分は海水温が18度以下で高くなるといわれ、この海域でのサバ漁は、品質、食味ともに市場から高い評価を受けている。「八戸前沖さば料理」は「おもひ食のエリア」に登録されており、八戸市内を始めとした県内外の飲食店などで提供されている。



いちご煮

八戸市とその周辺の三陸海岸の郷土料理で、ウニとアワビの薄切りを煮立てて、塩と少しの量の醤油で味付けして、青紫蘇の千切りやねぎのみじん切りをちらし、磯の香りと紫蘇の香りがおいしい、シンプルなお吸い物。ウニとアワビの磯の香りを堪能でき、赤身の強いウニの身の塊が、野いちごの果実のように見えることから、この「いちご煮」という名前がついた。



八戸せんべい汁

八戸を代表する郷土料理。一般的にせんべい汁専用の南部煎餅を、醤油ベースの鶏や豚のだしで、ごぼう、キノコ、ネギ、にんじんなどの具材と一緒に煮る。だしを吸った煎餅は膨らみ、すいとんのような歯ごたえを強くした食感になる。八戸市内には約200軒の提供店があり、だしを変えたり、具材を変えたりとそれぞれに工夫を凝らしており、食べ比べが楽しめる。



イカ

イカは県内全域で獲れるが、八戸港はイカの水揚げ日本一を誇る。周辺には水産加工場や冷凍・冷蔵施設も整備されている。海外産のアカイイカや、7月頃から漁が始まる近海のスルメイカ、冬場のヤリイカなど、年間を通してさまざまな種類のイカが水揚げされる。臭みのない新鮮なイカのゴロ(ワタ・胴)を入れた豚醤油で食べると格別。八戸のイカの食べ方は多種多様。



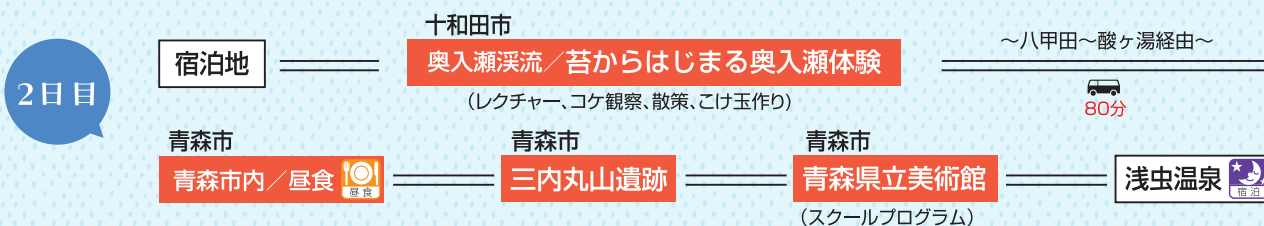
あおもり体験セレクトコース

青森県の多彩な教育旅行プログラムを組み合わせた、体験コースやおすすめの自主研修コースをご提案します。



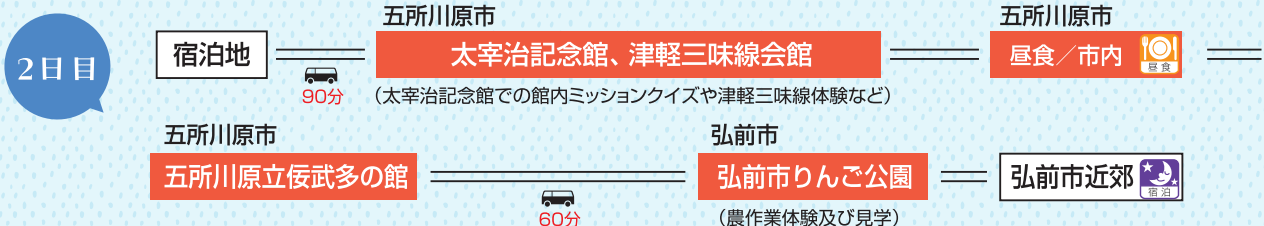
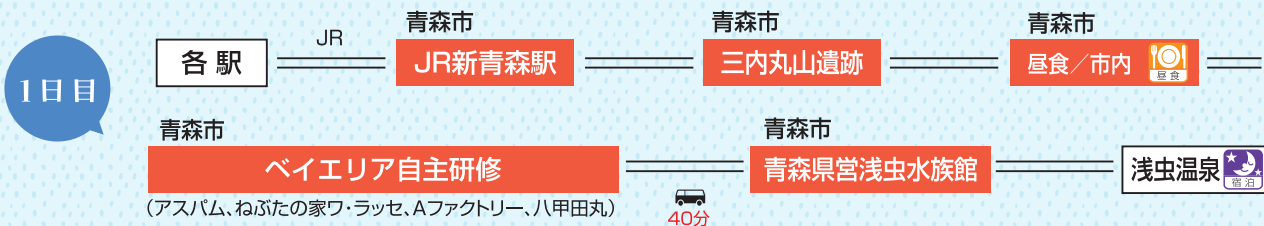
コース 01 南部・青森エリア(八戸市・十和田市・青森市) 2泊3日

十和田湖の自然と南部地方の芸術、歴史を学ぶ



コース 02 津軽エリア(青森市・五所川原市・弘前市) 2泊3日

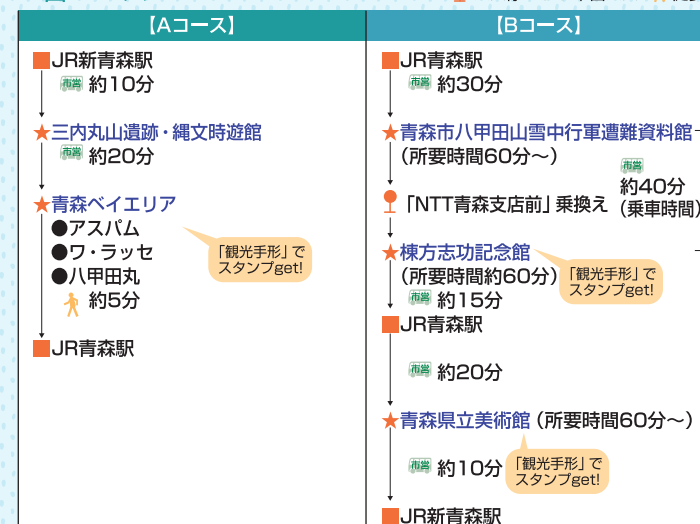
津軽地方で育まれてきた文化を学ぶ



青森市内の自主研修コース

1日コース

バス停 市営バス 徒歩



半日コース

バス停 市営バス ねぶたん号 徒歩

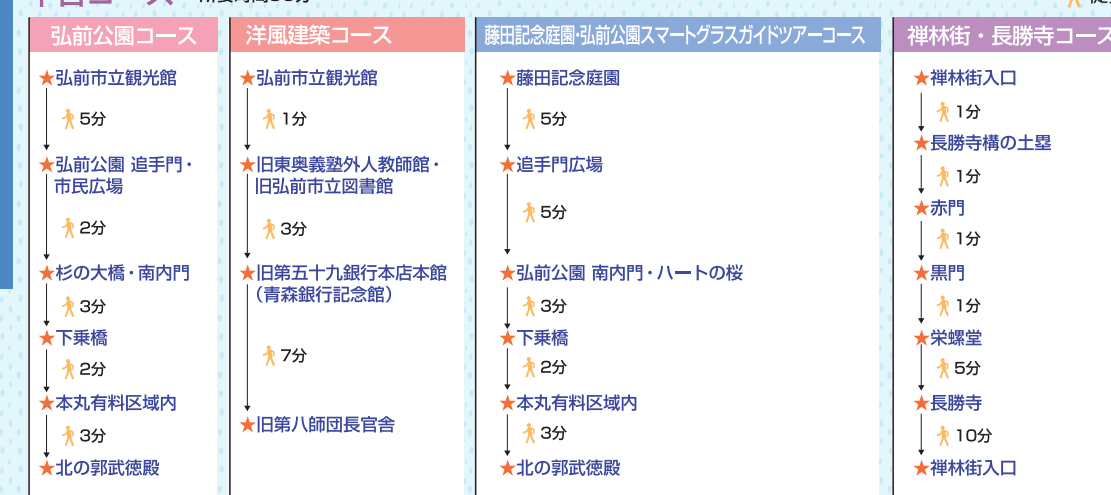


弘前市内の自主研修コース

半日コース

所要時間90分

徒歩



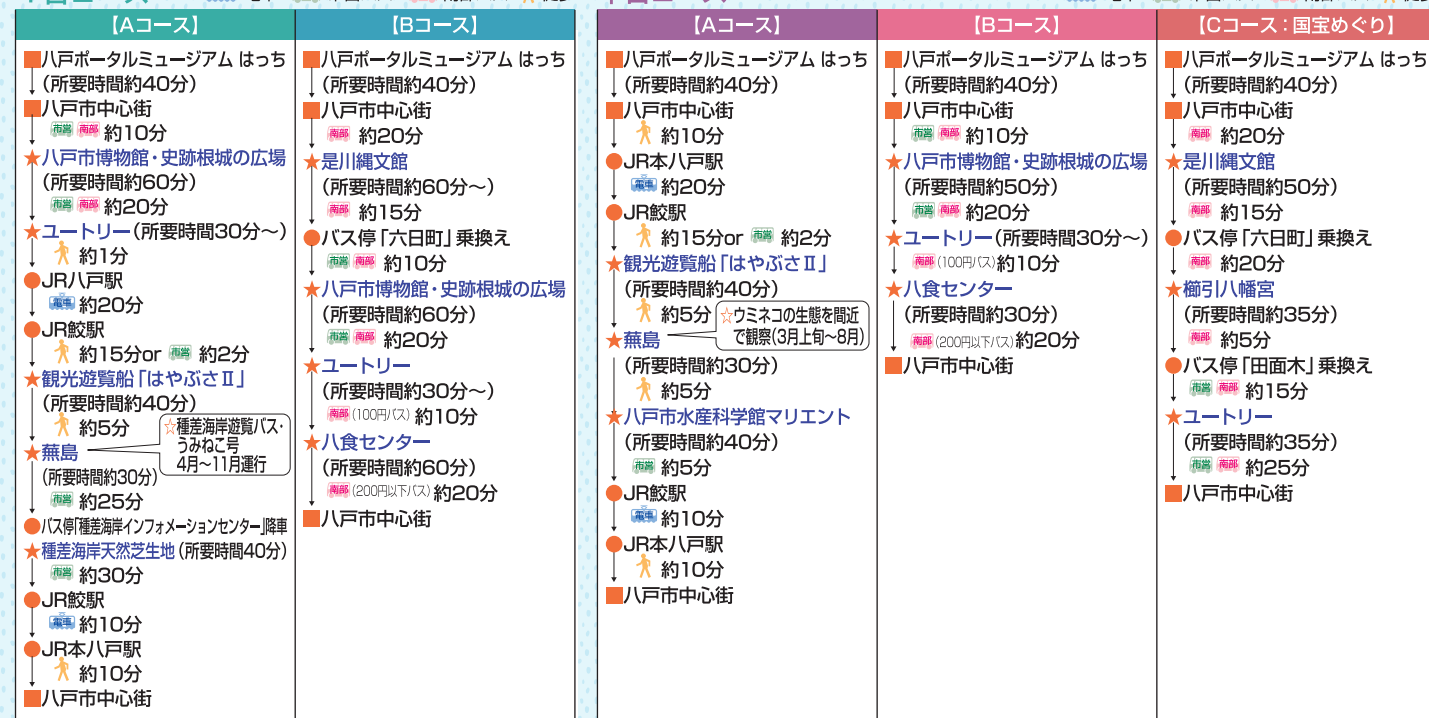
八戸市内の自主研修コース

1日コース

電車 市営バス 南部バス 徒歩

半日コース

電車 市営バス 南部バス 徒歩



青森・浅虫温泉周辺

三内丸山遺跡センター

 世界文化遺産「縄文の歴史」を学ぶ [P6参照]

青森県立美術館

 青森で芸術を学ぶ [P22参照]

青森県近代文学館

 青森の偉人を学ぶ [P24参照]

あおり街てく

■住所／〒030-0801 青森市新町1-1-25 青森市観光交流情報センター内
■TEL／017-723-4670 ■FAX／017-777-8639
あおり街てく（ガイドと市内を散策）（90分～120分）
港町として発展してきた青森の景観やウォーターフロントの4大施設（アスパム、フ・ラッセ、A-FACTORY、八甲田丸）をご案内（Aコース）したり、青森市の発祥や文化人ゆかりの場所をご案内（Bコース）します。また、市民の台所である市場や小路を歩き、地元らしい雰囲気を感じられます（Cコース）。
●受入期間／通年 ●体験可能時間／10:30～17:00
●体験人数／1～100名（多い場合は要相談） ●料金／無料

青森県観光物産館アスパム

■住所／〒030-0803 青森市安方1-1-40
■TEL／017-735-5311（アスパム）
0172-39-1511（津軽藩ねぶた村）
 津軽こざん刺し製作体験（約30分～120分） A
しおり・コースター（2枚組）・ランチョンマット・巾着・ティッシュケースの5種類のうちいずれかの製作を体験します。
 津軽焼絵付け（60分） B
あらかじめ素焼きしている湯飲み茶碗に、吾須（ごす）という絵の具で自由に絵や文字を書きます。
※1ヶ月後に焼いてから送付します。
 津軽焼き粘土細工（120分） C
粘土から湯飲み茶碗を作ります。乾燥・素焼き・釉薬・本焼きしたものを2ヶ月後に送付します。
 弘前こけし絵付け（90分） D
白木のこけしに色付けします。
 金魚ねぶた絵付け（90分） E
あらかじめ紙を張ってある金魚ねぶたに色付けします。
 津軽凧製作（90分～） F
絵付けのみのコースと、製作からのコースがあります。
※骨組素材により料金が異なります。
 りんご土鈴絵付け（60分） G
あらかじめ素焼きしている土鈴に絵の具で絵付けします。
 祈願木地だるま絵付け（90分） H
あらかじめ削ってある白木へ絵付けします。
 吊りこま絵付け（90分） I
あらかじめ削ってある白木の吊りこまに絵の具で絵付けします。
 壁掛け扇ねぶた（弘前ねぶた）（90分） J
下絵を使って墨書きし、扇の形をした骨組にはりつけて彩色すると、壁掛け扇ねぶたが完成します。

	受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金（税込）
A	通年	10:00～13:00	1名～20名	650円～1,800円
B	通年	9:30～17:30	30名～要相談	1,200円
C	通年	9:30～17:30	30名～要相談	1,400円
D	通年	9:30～17:30	30名～要相談	1,400円
E	通年	9:30～17:30	30名～要相談	1,400円
F	通年	9:30～17:30	30名～要相談	絵付けのみ1,200円 製作2,000円～
G	通年	9:30～17:30	30名～要相談	1,400円
H	通年	9:30～17:30	30名～要相談	1,400円
I	通年	9:30～17:30	30名～要相談	1,200円
J	通年	9:30～17:30	30名～50名	1,800円

※津軽藩ねぶた村からの出張体験となります。
※アスパム会場使用料として体験者1名につき100円(税込)がかかります。
※Aはアスパムまでご予約下さい。B～Jはアスパムに会場を予約後、津軽藩ねぶた村へ体験メニューをご予約下さい。
※B～Jは、出張料金として5,500円(税込)がかかります。

青森市八甲田山雪中行軍遭難資料館

■住所／〒030-0943 青森市幸畑字阿部野163-4
■TEL／017-728-7063

 歩兵第5連隊遭難事件の史実学習（50～60分）
展示室内の映像・説明書を各自で観覧した後に、ガイドと共に隣接する「陸軍墓地」、史跡等の解説を聞きながら散策します。
●受入期間／4～11月
●体験可能時間／9:00～16:00
●体験人数／ガイド1名につき最大30名を2グループ計60名
●料金／無料

モヤヒルズ

■住所／〒030-0133 青森市雲谷字梨野木63
■TEL／017-764-1110

 モヤヒルズ マウンテンバイク体験（所要時間は要相談） A
自然と触れあいながら、マウンテンバイクを体験します。

 モヤヒルズ スキー体験（90分） B
初級・中級者向けのコースで講習します。

 そば打ち体験（90分） C
モヤヒルズで収穫したそば粉を使って、練り・伸ばし・打ち・切るを体験・試食します（つゆ・薬味付き）。

	受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
A	5月～10月	10:00～15:00	～10名	600円（1時間）
B	1月～3月	10:00～17:00	要相談	要相談
C	5月～10月	10:00～17:00	20～30名	1名1,500円

ねぶたの家フ・ラッセ

■住所／〒030-0803 青森市安方1丁目1-1
■TEL／017-752-1311

 青森の祭り:ねぶた・ねぶたを学ぶ [P10参照]

青森県動物愛護センター

■住所／〒039-3505 青森市大字宮田字玉水119-1
■TEL／017-726-6100

 動物ふれあい活動（60～90分）
30分程度のスライドを用いた講義を聞き、その後動物愛護センターで飼育されている動物とのふれあいをし、動物愛護や適正飼養等について学びます。
●受入期間／通年（休館日除く）まずはお電話ください。
●体験可能時間／10:00～15:00
●体験人数／2名～ ●料金／無料
※活動の内容や動物に対するアレルギーの対応について、事前に申込及び打ち合わせが必要です。

北洋硝子株式会社

■住所／〒038-0004 青森市富田4丁目29番13号
■TEL／017-782-5183

 工場見学（15～20分）
常時5種類以上の技法で行われているガラス器の生産を、近い場所から見学可能。
●受入期間／通年（休業日除く）
●見学可能時間／9:00～16:00（12:00～13:00除く）
●料金／無料 ●見学人数／1～10名
※事前に電話でご確認の上、ご予約下さい。※現在、体験は実施しておりません。

青森乗馬倶楽部

■住所／〒030-0134 青森市合子沢字松森245-1
■TEL／017-728-1779

馬と触れ合うことによるホースセラピーは、脳を刺激して心理教育的、社会的、身体的に効果があることは世界的に認知されています。引き馬体験だけではなく、青森の四季折々の自然を感じながら馬たちと触れ合うことができます。

 ふれあい乗馬体験（40分～）
3～6人が1グループになり、馬についての簡単なレクチャーを受け、馬の手入れ、エサやりなどを学んだ後、引き馬乗馬体験をします。乗馬体験後、スケッチなどもできます。馬の手入れ体験以外は、モヤヒルズなどの観光施設・農作業体験場所に出張も可能。
●受入期間／通年
●体験可能時間／9:00～17:00
●体験人数／6～50名
●料金／1,650円
※雨天時は、室内馬場で実施しますが、内容等変更になる場合があります。
※冬期間の場合は、防寒対策が必要です。

青森市ふれあい農園

■住所／〒030-1261 青森市四戸橋字磯部243-342
■TEL／017-761-3082

 そば打ち体験（120分） A
地元後潟産のそば粉を使ったそば打ちを体験後、試食します（つゆ・薬味付き）。

 うどん打ち体験（120分） B
県産の小麦（ねばりこし）を使用したうどん打ちを体験後、試食します（つゆ・薬味付き）。

 パン作り体験（3時間） C
バターロール（1人5個）を作ります。菓子パン等も作ることができます（応相談、料金別途）。

 カシスジャム作り体験（60分） D
ふれあい農園で栽培しているカシスを使ってジャムを作ります。

 収穫体験（約30分） E
ふれあい農園で栽培しているじゃがいもやカシスを収穫します。

	受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
A	通年	9:00～17:00	4～20名	1名400円
B	通年	9:00～17:00	4～25名	1名350円
C	通年	9:00～17:00	8～20名	1名400円
D	通年	9:00～17:00	4～25名	1名400円
E	7月～10月	9:00～16:00	要相談	大人210円 小・中学生110円

※事前要予約（1週間前）
※体験室が一室のため、同時に複数の体験を希望の場合は要相談
※Eは収穫時期等、事前にお問い合わせください。

昭和大仏 青龍寺

■住所／030-0935 青森市大字桑原字山崎45
■TEL／017-726-2312

 写経（20～80分）
写経の作法についての説明を聞いた後、約20分～80分にわたって写経を実習します。
●受入期間／通年 ●体験可能時間／10:00～16:00
●体験人数／1名～最大30名まで
●料金／20分写経500円、40分写経1,000円、80分写経1,500円 各々経典の文字数が異なります。

青森市中央市民センター

■住所／〒030-0813 青森市松原1-6-15
■TEL／017-734-0163

 プラネタリウム（約50分）
児童・生徒向けのそれぞれの段階に応じた学習投影番組鑑賞で、星空に親しみを持ってもらい、科学に関する知識や科学的視点を育てることができます。
●団体受入期間／通年（火～金曜日）但し、土曜・日曜・祝日・年末年始・機器調整等による休止を除く。
●体験可能時間／9:45～、11:00～、13:30～
●料金／160円（中学生以下無料、障害者手帳提示80円、有料観覧者が20名以上の団体1人80円）
●体験人数／最大121名※利用日の一週間前まで要予約

 青森空襲資料常設展示室見学
青森空襲に関する写真パネルや各種物品等をガイド付きで見学することができます。
●受入期間／通年 但し、毎月第3日曜日・年末年始を除く
●見学可能時間／9:00～16:30
●料金／無料
●見学人数／要相談
●ガイド付見学時間／要相談
※利用日の一週間前まで要予約

あおり北のまほろば歴史館

■住所／〒038-0002 青森市沖館二丁目2-1
■TEL／017-763-5519

 津軽こざん刺し体験（40分）
津軽こざん刺しのコースターを製作し、津軽こざん刺しの技法と歴史を学びます。
●受入期間／通年 但し、12/29～翌年1/3を除く
●体験可能時間／9:00～16:00
●体験人数／最大10名 ●料金／200円

縄文の学び舎・小牧野館

■住所／〒030-0152 青森市野沢字沢部108-3
■TEL／017-757-8665

 縄文ものづくり体験（90～120分）
縄文の学び舎・小牧野館の見学（ガイドあり）後、ミニチュア土器作り、縄文土鈴作り、土偶マグネット作りを体験をします。
●受付期間／通年 ●体験可能時間／9:00～17:00
●体験人数／5～48名
●料金／ミニチュア土器500円
縄文土鈴800円、土偶マグネット500円
×参加人数
※利用日の2週間前まで要予約

 世界文化遺産「縄文の歴史」を学ぶ [P6参照]

青森・浅虫温泉周辺

43

44

泊まる

MAP C-2

ホテル青森

■客室数／155室 ■住所／〒030-0812 青森市堤町1-1-23
■TEL／017-775-4141

テーブルマナー（90～120分）

夕食時に社会に出てからも役立つテーブルマナーを学びます。
●受入期間／通年 ●体験人数／最大170名
●料金／宿泊費＋6,600円～

アップルヒル「道の駅なみおか」

MAP C-2

■住所／〒038-1331 青森市浪岡大字女鹿沢字野尻2-3
■TEL／0172-62-1170

りんご狩り体験（約20分）

りんごに関する説明を聞きながらのもぎとり体験。希望に応じて、春開花時の人工受粉や結実後の実すぐり体験なども受入れします。
●受入期間／9月下旬～10月下旬
●体験可能時間／9:00～15:00(1時間毎の案内(12時除く)となります)
●体験人数／最大100名程度
●料金／小人400円(3コ)、大人550円(4コ)
※りんごの生育状況等により受入期間の変更ややむを得ず受入ができない場合もあります。校外学習については事前に相談下さい。

藍染め体験（120分）

オリジナルの藍染めのものを作ります。
●受入期間／通年
●体験可能時間／10:00～15:00(冬期は10:00～14:00)
●体験人数／5～25名
●料金／ハンカチ1枚900円、バンダナ1枚1,500円、
レーヨンストール1枚2,000円
●問い合わせ／090-5181-4681 ※要予約

青森市 中世の館

MAP C-2

■住所／〒038-1311 青森市浪岡大字浪岡字岡田43
■TEL／0172-62-1020

北日本中世史の舞台「浪岡城」と昔のくらしを知る（60分）

約430年前の落城後、畑や水田として使われてきた浪岡城跡から発掘された貴重な遺産(武器、食膳具、宗教具、化粧具など)を観覧します。江戸時代末期の建築[旧坪田家住宅]および民具、農具を通して現代までの農家の生活を知ることができます。
●受入期間／通年
●体験可能時間／9:00～17:00
●体験人数／最大100名
●料金／大人・大学生(18才以上)210円、高校生110円

※20名以上、大人110円、高校生60円 ※月曜日、毎月第3日曜日休館(月曜日が祝日の場合は翌日)※ガイドは事前予約が必要です。

八甲田ロープウェー

MAP C-3

十和田湖・奥入瀬溪流・八甲田の自然を観察する [P16参照]



青森県営浅虫水族館

MAP C-3

■住所／〒039-3501 青森市大字浅虫字馬場山1-25
■TEL／017-752-3377

青森県の海についてレクチャー（10～15分）

青森県の海や水産業についてのレクチャーを行います。
●受入期間／平日(GW・お盆除く)
●体験可能時間／要相談
●体験人数／要相談
●料金／入館料のみ ※要事前予約(2週間前まで)

津軽海峡フェリー

MAP C-2

■住所／〒041-0821 函館市港町3丁目19-2
■TEL／0138-62-7630(営業部)

大公開！フェリーのひみつ！（15～40分）

船内の見学(操舵室(ブリッジ)等)をする事で、フェリーの重要性の理解を深めます。
●受入期間／通年
●体験可能時間／要問い合わせ
●体験人数／要問い合わせ
●料金／無料

浅虫温泉観光協会

MAP C-3

青森の祭り ねぶた・ねぶたを学ぶ [P10参照]

浅虫ねぶた運行体験（約90分） [P10参照]

跳人・囃子方・曳き手に分かれて、ねぶた運行を体験します。天候等により屋外で運行ができない場合、ホテル内でねぶた囃子の演奏を聴いた後、跳人体験を行います。
●体験可能施設／下記4施設
●料金／50,000円＋200円×人数
●体験人数／50名～
●受入期間／5月～9月
●体験期間／18:30～20:00

津軽三味線鑑賞（30分）

津軽三味線演奏をご鑑賞頂きます。
●体験可能施設／南部屋・海扇閣
●料金／44,000円～
●体験人数／最大250名
●受入期間／通年
●体験期間／17:00～20:00

泊まる

MAP C-3

南部屋・海扇閣

■客室数／89室 ■住所／〒039-3501 青森市浅虫字蛸谷31
■TEL／017-752-4411

泊まる

MAP C-3

絶景の宿 浅虫さくら観光ホテル

■客室数／46室 ■住所／〒039-3501 青森市浅虫字坂本51-1
■TEL／017-752-3355

泊まる

MAP C-3

ホテル秋田屋

■客室数／34室 ■住所／〒039-3501 青森市浅虫字蛸谷293-12
■TEL／017-752-3239

泊まる

MAP C-3

辰巳館

■客室数／26室 ■住所／〒039-3501 青森市浅虫字山下281
■TEL／017-752-2222

弘前・黒石周辺

MAP C-2

津軽藩ねぶた村

■住所／〒036-8332 弘前市亀甲町61
■TEL／0172-39-1511

津軽の伝統芸能:津軽三味線を学ぶ [P12参照]

津軽焼粘土細工（120分） A

粘土を好みの形の器に仕上げます。その後は職人が素焼・本焼きを行い、約2ヶ月後に送付します。

津軽焼絵付け（60分） B

素焼きした湯のみ茶碗に絵付けをします。その後は職人が本焼きを行い、約1ヵ月後に送付します。

祈願木地だるま（60分） C

白木のだるまに顔と「合格祈願」などの願い事を書き入れ、彩色します。

吊りごま絵付け（60～90分） D

白木の吊りごまで回し方を練習した後、色付けし好きな言葉を描き入れます。

津軽天然藍染（90分） E

天明・寛政の頃からの建物と設備を使って藍染を体験します。

弘前こけし絵付け（60分） F

白木のこけしの顔を墨書きし、胴は染料で模様を描きます。

金魚ねぶた絵付け（90分） G

金魚ねぶたに墨書き、ロウ書きし、最後に色付けして完成させます。

津軽凧（絵付90分／制作3時間30分） H

下絵を用いて和紙に凧絵を描きます。制作の場合は、ヒバの骨に絵を貼りつけます。

壁かけ扇ねぶた（90分） I

下絵の描かれている扇形の和紙に墨書き、ロウ書き、彩色して完成させます。

津軽塗研ぎ出し（75～90分） J

箸やスプーン、手鏡など漆を重ね塗りしてある素材を研ぎ出し、模様を揃えます。その後は職人が仕上げ、2週間後に送付します。

津軽こぎん刺し（120分） K

麻布に木綿糸を刺して模様を縫いこみ、コースターを作製します。

下川原焼鳩笛（60分） L

素焼きして白塗りを施した鳩笛を好きな色で彩色し、完成させます。

りんご土鈴絵付け（60分） M

素焼のりんご形の土鈴に色付けします。

縄文土鈴絵付け（60分） N

素焼の遮光器土偶を模した土鈴に色付けします。

	受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
A	通年	7:00～20:00	～350名	1,400円
B	通年	7:00～20:00	～350名	1,200円
C	通年	7:00～20:00	～350名	1,400円
D	通年	7:00～20:00	～350名	1,200円
E	通年(木曜休みの場合あり)	9:00～17:00	～25名	1,400円
F	通年	7:00～20:00	～350名	1,400円
G	通年	7:00～20:00	～350名	1,400円
H	通年	7:00～20:00	～350名	絵付1,200円制作2,200円
I	通年	7:00～20:00	～350名	1,800円
J	通年	9:00～17:00	～70名	2,200～3,800円
K	通年	9:00～17:00	10～40名	1,400円
L	通年	7:00～20:00	～350名	1,400円
M	通年	7:00～20:00	～350名	1,400円
N	通年	7:00～20:00	20名以上は要相談	1,400円

※他の対応や、宿泊施設への出張も行うので、お問い合わせ下さい。

津軽天然藍染 川崎染工場

MAP C-2

■住所／〒036-8332 弘前市亀甲町69-1
■TEL／0172-35-6552

津軽天然藍染（60分～）

天然藍染についての説明のあと、ハンカチを染めます。乾燥後すぐに持ち帰ることができます。
●受入期間／通年
●体験可能時間／9:00～16:00
●体験人数／15名／1回
●料金／1,100円
※時間・人数等、相談に応じます。予約制

弘前こぎん研究所

MAP C-2

■住所／〒036-8216 弘前市大字在府町61
■TEL／0172-32-0595

こぎん刺しの歴史と制作（90分）

こぎん刺しの歴史についての説明を聞き、コースターを製作します。
●受入期間／通年(花見、ねぶたの時期を除く)
●体験可能時間／9:00～16:00
●体験人数／5～10名
●料金／2,000円 ※事前打合せが必要

弘前観光ボランティアガイドの会

MAP C-2

■住所／〒036-8588 弘前市大字下白銀町2-1(弘前観光コンベンション協会内)
■TEL／0172-35-3131

弘前公園案内ガイド（90～120分）

たくさん秘密が眠る弘前城。400年以上の歴史や美しく咲き誇る桜の秘密を地元ガイドがご案内します。
●受入期間／通年
(さくらまつり・ねぶたまつり・お盆期間・年末年始除く)
●体験可能時間／9:00～16:00
●体験人数／ガイド1名につき最大10名
●料金／お問合せください。※要予約

弘前観光コンベンション協会

MAP C-2

■住所／〒036-8588 弘前市下白銀町2ー1
■TEL／0172-35-3131

弘前市禅林街「坐禅体験」（60分）

全国的にも珍しい曹洞宗33寺院が並び、弘前市の禅林街で約60分間にわたって坐禅を体験します。(要予約)
●受入期間／5月～11月
(さくらまつり・ねぶたまつり・お盆・彼岸期間・土日祝除く)
●体験可能時間／9:00～16:00
●体験人数／5名～
●料金／450円～(記念品付き) ※詳しくはお問合せください。
※人数に応じて、複数の寺院に分かれて対応。
※体験寺院は当協会が調整。(指定は不可)

多田工房

MAP C-2

■住所／〒036-8217 弘前市大字茂森町112
■TEL／0172-35-6768

津軽三味線体験と見学（30分）

津軽三味線の体験と演奏鑑賞ができます。
●受入期間／不定
●体験可能時間／13:00～16:30
●体験人数／4名迄
●料金／2,500円
※要予約

弘前・黒石周辺

45

46

弘前市りんご公園

MAP C-2

りんご産業を学ぶ [P26参照]



浄土宗誓願寺

MAP C-2

■住所／〒036-8364 弘前市新町247
■TEL／0172-34-5532

誓願寺の歴史の説明
誓願寺が建立された歴史的意義を理解し、弘前藩との深い関わりを認識し、歴史の奥深さと楽しさを味わってもらいます。
●受入期間／5月～10月
●体験可能時間／10:00～15:00
●体験人数／最大50名
●料金／お志を賽銭箱に入れていただく

森の中の果樹園

MAP C-2

■住所／〒036-1202 弘前市大字十面沢字嚮426
■TEL／0172-93-3089

農作業体験（所要時間は要相談）
広大な園内で、季節に応じた農作業体験をします。
●受入期間／5月～10月
●体験可能時間／9:00～17:00
●体験人数／5～50名
●料金／3時間1,500円
※その時季収穫の果物をプレゼントします（収穫がないときは後日送付）

星と森のロマントピア

MAP C-2

■客室・コテージ数／17室・12棟
■住所／〒036-1505 弘前市大字水木在家字桜井113-2
■TEL／0172-84-2288

星空観測と星の不思議（50分）
普段何気なく見ている星空を「星の動き」を中心に、星の観察～天体望遠鏡での星の観察や、星空早見の製作～北斗星の不思議を体験します。
●受入期間／通年
●体験可能時間／13:00～22:00
●体験人数／最大50名
●料金／A.星座早見盤 300円 B.星座ランタン 400円
※宿泊者以外の方は別途入館料が必要です。

郷土料理調理体験（90分）
郷土の鍋料理をロマントピア風にアレンジ（オリジナル）し、実際に調理します。鍋は、けの汁料理と津軽鍋料理のどちらかを選べます。
●受入期間／5月上旬～10月下旬
●体験可能時間／10:00～15:00
●体験人数／10～100名
●料金／1,760円
※要予約（一週間前）

「津軽笛（横笛）」製作と演奏体験（50～70分）
津軽伝統の横笛「津軽笛」を塩ビパイプでひとり一本製作し、作った後は音出しにチャレンジします。
●受入期間／通年
●体験可能時間／10:00～19:00
●体験人数／8～50名
●料金／1,250円

Country Bread 野風パン

MAP C-2

■住所／〒036-1343 弘前市百沢字東岩山1205-2
■TEL／0172-83-2020

天然酵母パン焼き体験 石窯焼きピザ焼き体験（120分）
天然酵母のパン生地を棒に巻きつけて炭火で焼き上げるパンづくり。石窯でのピザづくり。どちらもスープといっしょに試食します。
●受入期間／4月～10月
（月曜定休※月曜が祝祭日の場合は振替）
●体験可能時間／9:00～17:00
●体験人数／5～50名
●料金／パン作り1,430円 ピザ作り1,980円

弘前里山ツーリズム

MAP C-2

■住所／〒036-1341 弘前市大字宮地字川添77-4
■TEL／0172-82-1055

ふれあって感動する～農作業体験と農家民泊～ [P28参照]

農作業体験アクティブ・ラーニング（60～360分）
学生が主体的に課題を見つけ解決策を考える農作業体験です。季節により、りんごの受粉、花摘、実摘、収穫体験、獄きみの収穫、野菜（じゃがいも、枝豆、カシス、ブルーベリー、いちご）、果実（ぶどう、さくらんぼ、柿、梨等）の収穫、アップルパイ作り、フラワーアレンジの体験を行います。
●受入期間／4～11月
●体験可能時間／9:00～16:00
●体験人数／2～50名
●料金／1時間あたり1名1,000円
※昼食（レストラン）及び弁当の手配が可能（農作業体験付農業民泊。最大30名）

岩木山観光りんご園

MAP C-2

■住所／〒036-1343 弘前市大字百沢字寺沢120-3
■TEL／0172-83-2746

各種果物の作業体験（1～5時間）
りんごの花への人工授粉や文字入れ体験、ももの摘花・収穫など、果物の作業体験ができ、帰りは果物のお土産が付きます。
●受入期間／8月中旬～11月上旬
●体験可能時間／9:00～15:00
●体験人数／5～100名
●料金／参加人数×1,500円
※要予約で手づくり弁当を準備（20名より）。

津軽ゆめりんごファーム

MAP C-2

■住所／〒036-8243 弘前市小沢字山崎44-4
■TEL／0172-87-6089

季節の果物狩り体験（60分） A
「青森県特別栽培農産物」認定の化学肥料を一切使用しない畑での収穫が楽しめます。
●6月下旬～7月上旬／さくらんぼ狩り
●7月中旬～8月中旬／ブルーベリー狩り
●8月中旬～9月上旬／もも狩り
●9月中旬～11月上旬／りんご狩り
※その年の気候ですれることがあります。（お問合せ下さい）

りんご畑で季節の農作業体験（3時間） B
季節ごとに行われるりんご畑での農作業体験（一人あたり消費税別途）

	受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
A	6月下旬～11月上旬	10:00～16:00	1～40名	600円～
B	5月～11月	10:00～16:00	1～50名	2,000円

※料金についてはお問合せ下さい。

くろいし・ふるさと・りんご村

MAP C-2

■住所／〒036-0411 黒石市温湯字派15-4
■TEL／0172-54-8210

水清く、あずましの里で農業・農家民泊体験
りんごの栽培（摘花・摘果・収穫等）、野菜の栽培・収穫などの農作業体験を行います。石窯ピザづくり・藍染体験、ねぶた祭りへの参加、よされ踊りなど地域文化に触れる生活体験を行います。
●受入期間／通年
●体験可能時間／要相談
●体験人数／5～20名
●料金／8,400円（1泊2食）

大鰐温泉スキー場

MAP D-2

■住所／〒038-0221 大鰐町大字虹貝字清川48-1
■TEL／0172-49-1023・090-2799-1776（担当:中島）

スキー体験とスノートrekking（1～5時間）
八甲田山、岩木山、世界遺産の白神山地と津軽平野が一望に見える絶景を眺めながらのロングクルージングとスキー体験。スノーシューによるトレッキングツアーが体験できます。
●受入期間／12月下旬～3月中旬
●体験可能時間／9:00～16:00
●体験人数／3～400名
●料金／インストラクター1名につき17,600円～
※大鰐温泉名物のモヤシ栽培やシャモロックの飼育見学、炭焼き・木工加工体験と組み合わせることが可能。事前学習については要問合せ

青森ワイナリーホテル

MAP D-2

■客室数／172室
■住所／〒038-0223 大鰐町大字島田字滝ノ沢100-9
■TEL／0172-48-2881

テーブルマナー（90分）
フランス料理フルコースで当ホテルグランシェフによるテーブルマナーを体験します。
●受入期間／通年 ●体験可能時間／12:00～20:00
●体験人数／10～120名
●料金／宿泊代金+1,100円

ホテル客室ベッドメイク研修（40～60分）
ホテル客室のベッドメイクや清掃などを職場体験します。
●受入期間／通年
●体験可能時間／宿泊翌日の9:00～11:00
●体験人数／10～50名
●料金／550円

ねぶた跳人体験（30分）
地域伝統文化の歴史を体験し、人との繋がりを学び故郷への関心を深めます。
●受入期間／通年
●体験可能時間／19:00～21:00
●体験人数／30～100名
●料金／330円
※屋外にて開催

板柳町ふるさとセンター

MAP C-2

■コテージ数／6棟（定員40名）
■住所／〒038-3690 板柳町大字福野田字本泉34-6
■TEL／0172-72-1500

りんご産業を学ぶ [P26参照]

ミニトマト収穫体験（15分）
温泉熱を利用した温室内で、水耕栽培のミニトマトを収穫します。
●受入期間／3月～6月
●体験可能時間／9:00～16:00
●料金／200円
※予約不可（先着順）
※生育・作業状況により臨時休業する場合がございます。

津軽・ほっとステイネットワーク

MAP C-2

ふれあって感動する～農作業体験と農家民泊～ [P28参照]

農業生産法人（株）グリーンファーム農家蔵

MAP C-2

■住所／〒036-0202 平川市金屋中松元88-1
■TEL／0172-88-5039

ふれあって感動する～農作業体験と農家民泊～ [P28参照]

ねぶた祭り農業・農村丸ごと感動体験ファームステイ（2泊） A
農作業全般（りんご・野菜・花栽培及び収穫など）、共同調理や地域文化の継承などの生活体験と、地域のねぶた運行に参加します。

蔵・農家庭園ウォッチング&さくらんぼ収穫体験（3時間） B
国の有形文化財の蔵並を見ながら、農家庭園を散策し、さくらんぼの収穫をします。収穫したさくらんぼのお土産付です。

蔵・農家庭園ウォッチング&りんご収穫体験（3時間） C
国の有形文化財の蔵並を見ながら、農家庭園を散策し、りんごの収穫をします。収穫したりんごのお土産付です。

	受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
A	8月1日～4日	終日	2～200名	要相談
B	7月上旬	9:00～16:00	20名	要相談
C	10月上旬～11月上旬	9:00～16:00	20名	要相談

ATREX

■住所／〒036-0102 平川市光城2-12 シティハイムエトワール202
■TEL／090-4623-0064

猿賀公園 宝探し（90～120分）

チーム対抗で謎を解き明かし、制限時間内に隠された宝を見つけ出すプログラムです。チームワーク、意思決定能力、行動力、発想力が養われます。
●受入期間／4～11月
●体験可能時間／8:30～16:30
●体験人数／5～250名
●料金／要相談

弘前公園 宝探し（120分）

上記と同様のプログラムです。
●受入期間／5月中旬～11月23日（園内まつり期間は除く）
●体験可能時間／9:00～16:30
●体験人数／5～250名
●料金／要相談
●申込／弘前観光コンベンション協会（0172-35-3131）

津軽伝承工芸館

■住所／〒036-0412 黒石市袋富山65-1
■TEL／0172-59-5300

 津軽の伝統芸能：津軽三味線を学ぶ【P12参照】

 津軽塗工房（60分） A

あらかじめ重ね塗りしておいた箸を研ぎ出して仕上げます。

 こけし絵付け（60分） B

津軽こけしの絵付け体験や、こけしのペン立て、こけしの孫の手などに絵付けします。

 郷土芸能体験（40～90分） C

日本三大流し踊りの「黒石よされ踊り」の体験や、津軽三味線、津軽民謡の鑑賞を行います。

	受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
A	通年	9:00～17:00	2～120名	1,500円
B	通年	9:00～17:00	2～120名	1,500円
C	通年	9:00～17:00	30～80名	1,100円～2,200円

青森県産業技術センター りんご研究所

 りんご産業を学ぶ【P26参照】

田舎館村埋蔵文化財センター

 世界文化遺産「縄文の歴史」を学ぶ【P6参照】

遊稲の館

■住所／〒038-1112 田舎館村大字垂柳字長田47
■TEL／0172-58-4689

 ミニリース作り体験

古代米の稲穂で作ったリースに、古代米染めの生地を使った装飾品などを飾りつけます。
●受入期間／通年 ●体験可能時間／10:00～15:00
●体験人数／5～30名 ●料金／500円

おもり
コト・モノ
語り

日本一、
弘前公園のソメイヨシノ

桜の名所として名高い弘前公園。春には、52種、約2,600本の桜が咲き誇ります。三の丸にあるソメイヨシノは幹の周りが5.37mと日本最大で、推定樹齢100年以上の巨樹の桜が満開となった姿は圧巻です。弘前公園のソメイヨシノの歴史は、明治15年（1882）に1,000本のソメイヨシノが植栽されたのが始まりとされています。



いにしえの街並みが残る
黒石の「こみせ」

藩政時代から続く「こみせ」の通りには、造り酒屋や蔵、国の重要文化財の商家や登録記念物の庭などが並び、三段の望楼の上に警鐘台が設置された消防屯所が、大正時代から大切に使われています。

このまちでは、やきそばに「つゆ」をかけた「黒石つゆやきそば」が50年以上も地元の味として愛されています。



奥津軽・白神山地周辺

立佞武多の館

 青森の祭り：ねぶた・ねぶたを学ぶ【P10参照】

太宰治記念館「斜陽館」

 青森の偉人を学ぶ【P24参照】

青函トンネル記念館

■住所／〒030-1711 外ヶ浜町字三厩龍浜99
■TEL／0174-38-2301

 青函トンネル「体験坑道」（60～90分）

展示ホールでは、様々な資料と立体モデルで学び、ケーブルカーに乗って、海面下140m地点の海底トンネルへ。実際にトンネル工事に使われた作業坑などを、見て世界に誇る大事業の足りを学びます。
●受入期間／4月下旬～11月上旬
●体験可能時間／9:00～16:30
●体験人数／20～40名
●料金／20名以上1人1,200円
※ケーブルカー運行は時刻表があり予約所要相談。
※記念館内にレストラン完備。40名までの団体昼食が可能。

津軽三味線会館

■住所／〒037-0202 五所川原市金木町朝日山189-3
■TEL／0173-54-1616

 津軽の伝統芸能：津軽三味線を学ぶ【P12参照】

金山焼『陶芸教室 ちゅうばち』

■住所／〒037-0011 五所川原市金山字千代鶴107-4
■TEL／080-8488-2485 ※予約制不定休

 金山焼 ひもづくり陶芸体験（90分）

粘土を紐状に積上げて作る本格的な金山焼陶芸体験。やきものの原点とも言える薪窯で焼き上げる、焼締めの技法を使った金山焼を作ります。
●受付期間／通年
●体験可能時間／応相談（通常10:00～15:00）
●体験人数／1回あたり1～80名
●料金／一般1,550円 中学生まで1,200円（発送費100円増）

 金山焼 お皿づくり陶芸体験（45分）

短時間でも本格的な金山焼のお皿が作れる団体旅行向けコース。伸ばした粘土に型で模様を付け個性を出します。人気です。
●受付期間／通年
●体験可能時間／応相談（通常10:00～15:00）
●体験人数／1回あたり1～80名
●料金／一般1,550円 中学生まで1,200円（発送費100円増）

おもり
コト・モノ
語り

青森を北限とする動植物

青森はさまざまな動植物の北限になっており、保存活動も進められています。季節によっては、旅行中に目にすることができるかもしれません。

青森県内のホテル

ホテルはもともとは暖かい地域を好みますが、青森県ではゲンジボタル、ヘイケボタルなど全部で9種・1亜種が観察されており、このうちの5種・1亜種が青森県を北限としています。横浜町では、地元の住民等で作る「よこはまホテル村」を中心に、北限のホテルを守る運動が進められています。

一般社団法人かなぎ元気村

■住所／〒037-0207 五所川原市金木町蒔田桑元39-2
■TEL／0173-52-2882

 うんべい作り（90分）

昔から津軽地方に伝わる郷土のお菓子「うんべい」の作り方を学ぶ
●受入期間／通年※要予約
●体験可能時間／10:00～16:00
●体験人数／人数は要相談
●料金／1,650円

 ひばリース作り（90分）

日本三大美林の一つである、金木特産の青森ひばの鉋屑を使って、縄をない、季節の飾をあしらったリースを作る。
●受入期間／通年※要予約
●体験可能時間／10:00～16:00
●体験人数／要相談
●料金／1,650円

津軽鉄道株式会社

■住所／〒037-0063 五所川原市字大町39
■TEL／0173-34-2148

 乗車と改札体験

季節ごとに運行しているイベント列車のストーブ列車（12～3月）、風鈴列車（7～8月）、鈴虫列車（9～10月中旬）に乗車。津軽五所川原駅で乗車前もしくは降車後に改札体験ができます。
※上記期間以外は通常列車となります。
●受入期間／通年 ※要予約
●体験可能時間／乗車は要相談
改札体験は9:00～16:00（月～金曜日の約30分）
●体験人数／要相談
●料金／通常運賃もしくは団体運賃
※改札体験は無料

中泊活ハマクラブ（小泊漁協内）

■住所／〒037-0542 北津軽郡中泊町大字小泊字大山長根128
■TEL／0173-64-2641

 津軽海峡メバル網外し体験ツアー（120分）

中泊町の特産品、高級魚ウスメバル「津軽海峡メバル」を食べて、学べて、体験できるツアーです。刺し網漁を行う6月中旬～8月下旬までの旬の時期に開催し、市場や製氷庫を見学、メバル料理の試食、メバル網外し体験ができます。
●受入期間／6～8月末
●体験可能時間／19:00～21:00
●体験人数／最大20名
●料金／2,000円

つがる市木造亀ヶ岡考古資料室（縄文館）

■住所／〒038-3283 つがる市木造館岡屏風山195
■TEL／0173-45-3450

 世界文化遺産「縄文の歴史」を学ぶ【P6参照】

 陶芸教室（90分）

亀ヶ岡遺跡の現地で、陶芸及び縄文土器等制作体験をします。
●受入期間／通年
●体験可能時間／9:30～15:00
●体験人数／10～100名
●料金／2,000円 ※料金は人数により割引もあります。
※作品は1ヶ月ほどかけて焼成し、発送します。

あじがさわ白神山地トレッキングガイド

 世界自然遺産「白神山地」を学ぶ【P8参照】

長谷川自然牧場

■住所／〒038-2701 鰐ヶ沢町大字北浮田町字今須前田30
■TEL／0173-72-6579



飼育動物の卵集めやエサやりなど生産現場の作業体験を行います。お土産や試食会もあります。
●受入期間／通年 ●体験可能時間／10:00～16:00
●料金／1,000円



自分の手で白神こだま酵母を使用したパンと牧場産の熟成豚肉を使ったソーセージを作りスープ付きで食事します。命の源を頂く実感を感じていただきます。
●受入期間／通年 ●体験人数／3～40名
●体験可能時間／10:00～16:00
●料金／1,500円～2,000円

NPO法人 白神自然学校ーツ森校

■住所／〒038-2723 西津軽郡鰐ヶ沢町大字ーツ森町字上禿88-2
■TEL／0173-82-7057



白神山地の世界遺産周辺の杉林に広葉樹のブナ等を植林して混合林をつくり、世界遺産のブナ林の保護に尽力する体験をします。
●受入期間／6・7月～9・10月 ●体験可能時間／10:00～15:00
●体験人数／7～最大80名 ●料金／1,320円



白神山地の世界遺産の核心部分を近場で体験。素晴らしいブナ巨木の中を歩くトレッキングを体験できます。
●受入期間／5月～11月頃 ●体験可能時間／10:00～12:00
●体験人数／7～最大120名 ●料金／990円



白神自然学校遊々の森で、杉の木の除伐体験を通し林業の役割を学びます。
●受入期間／4月～11月頃 ●体験可能時間／9:30～12:00
●体験人数／7～120名 ●料金／550円



津軽藩発祥の祖と言われる大浦光信公が館を構えた「光信公の館」周辺を散策しながら、津軽平野を静定し、今日の繁栄の礎となった歴史を学びます。
●受入期間／5～10月 ●体験可能時間／9:00～12:00
●体験人数／20～100名 ●料金／550円



約6kmの山道を歩き、種里城の資料見学をします。津軽藩がどういう経緯で統一されたか、その淵源を知る古道探検で、北国の津軽の歴史を楽しく学びます。
●受入期間／4月中旬～10月下旬
●体験可能時間／8:30～12:00
●体験人数／7～最大30名 ●料金／1,650円

泊まる



アオーネ白神十二湖

■客室・コテージ数／10室・17棟
■住所／〒038-2206 深浦町大字松神字下浜松14
■TEL／0173-77-3311



世界自然遺産「白神山地」を学ぶ [P8参照]



青森の雪とふれあい、冬を楽しむ [P18参照]

泊まる



ブナの里 白神館

■客室数／27室
■住所／〒036-1411 西目屋村大字田代字神田60-1
■TEL／0172-85-3011



青森の雪とふれあい、冬を楽しむ [P18参照]

ブナコ西目屋工場

■住所／〒036-1411 西目屋村大字田代字稲元196
■TEL／0172-88-6730



プチブナコ製作体験プログラム (90分)
・ブナコ製品の製造工程をそれぞれの工程について解説を聞きながら工場見学をします。
・直径15cmサイズの材料を使用し、小物入れを作ります。(成形作業、のり付け作業)
●受入期間／通年 ※不定休 ●体験可能時間／9:30～15:30
●体験人数／10～30名 ●料金／2,970円
※対象:小学3年生以上。 ※要予約
※このプログラムでは、仕上げ塗装を各自の判断で行います。(授業やご自宅で塗装作業をして完成。)
※小物入れは、当日お持ち帰りになります。

道の駅 津軽白神 (津軽白神ツアー)

■住所／〒036-1411 中津軽郡西目屋村大字田代字神田219-1
■TEL／0172-85-3315



水陸両用バス「ニシメヤ・ダムレイクツアー」(60分)
北東北では唯一の水陸両用バスに乗りし、津軽白神湖(津軽ダム)の湖面を周遊しながら、大自然を体で感じることができます。(バスガイドによる案内付。)
●受入期間／4月下旬～10月31日
●体験可能時間／9:30～15:40 ※1日4便
●体験人数／38名(状況によっては、席数制限あり)
●料金／高校生1,500円 中学生1,000円 小学生800円
●運休日/毎週水曜日、その他法定点検日などホームページでご確認ください。
※要予約



白神山地ビジターセンター

■住所／〒036-1411 西目屋村大字田代字神田61-1
■TEL／0172-85-2810



世界自然遺産「白神山地」を学ぶ [P8参照]



白神山地の成り立ちを体験
白神山地ビジターセンターを中心に、白神山地の誕生から生物・植物の営みを学びます。3つのインタープリテーションプログラムの中から幾つかのメニューを組み合わせ、独自のプログラムを組むことができます。

1. ビジターセンターインタープリテーション

主に白神山地ビジターセンター館内で行います。

フィールド	所要時間	テーマ	対象
展示ホール	60分	自然観察・くらし	小学生以上
映像ホール	35分	自然観察・くらし	小学校高学年以上
会議室	60～120分	ディスカッション	小学校高学年以上
工作室	60～120分	木工教室等	小学校高学年以上
展示林		自然観察	小学生以上

2. トレッキングインタープリテーション

既設の散策道をトレッキングしながら行います。

フィールド	所要時間	テーマ	対象
ブナ林散策道	60～120分	自然観察・環境・世界自然遺産	小3以上
ブナ巨木ふれあいの径	90分	自然観察・環境・世界自然遺産	小3以上

3. インタープリテーションフィールド

白神山地ビジターセンターが管理する遊々の森で行います。(大型バス直行不可)

フィールド	所要時間	テーマ	対象
ネイチャーゲーム	60～120分	自然観察・白神山地の環境	小学生以上

※どのようにも組み合わせることが可能です。内容によっては、対象学年が変わることもありますので、事前にご相談下さい。

- 受入期間／通年(ただし屋外は5月上旬～10月上旬)
- 体験可能時間／4月～10月8:30～17:00、11月～3月9:00～16:30
- 体験人数／20～200名 ●料金／要相談

アクアグリーンビレッジANMON



世界自然遺産「白神山地」を学ぶ [P8参照]



青森の雪とふれあい、冬を楽しむ [P18参照]

(有)ヒーリングエコツアーPROガイド エコ・遊

■住所／〒036-8155 弘前市中野2丁目3-6(事務所)
■TEL／0172-36-2785



自然体験ウォーキング (90～180分)
白神山地を専門の自然解説員と歩き、自然界の構造が「命のバトンタッチ」のテーマパークであることを学びます。日本人の生活の原点を考えることで、今後の人間と自然のかかわりを学びます。
●受入期間／5月～10月 ●体験可能時間／9:00～15:00
●体験人数／解説員1名で10名前後 ※受入人数要相談
●料金／解説員1名・1～3時間20,000円



救急法講習 (120分)
都市型災害等を含め、日常生活の中で発生し得る緊急時の応急手当を学びます。
●受入期間／通年 ●体験可能時間／9:00～15:00
※雨天時対応プログラム



緊急ザイルワーク (30～120分)
さまざまなロープの結び方などを学びます。
●受入期間／通年 ●体験可能時間／9:00～15:00
※雨天時対応プログラム

白神マタギ舎

■住所／〒036-1411 西目屋村大字田代神田104-35
■TEL／0172-85-2628



白神山地自然観察トレッキング (120分～)
白神山地の自然のしくみと、人と自然の関わりを学びます。
●受入期間／5月末～10月末 ●体験可能時間／8:00～16:00
●体験人数／40名まで ●料金／要相談
※事前学習としてガイドの講話も可能です。

小説「津軽」の像記念館

■住所／〒037-0511 中泊町小泊字砂山1080-1
■TEL／0173-64-3588



記念館見学
小説「津軽」が誕生するまでの経緯や子守りタケと太宰の出会いについて知ることができます。
●受入期間／通年
(4～9月無休、10～3月毎週月・火休館、年末年始休館)
※祝日と重なる場合はその翌日
●見学可能時間／9:00～16:30(11月～3月は16:00)
●見学人数／30名まで
●料金／小・中学生50円(40円)、高校生100円(80円)、一般200円(180円)
※()内は20名以上の料金

十和田・八戸周辺

手づくり村 鯉艸郷

■住所／〒034-0106 十和田市深持字鳥ヶ森2-10
■TEL／0176-27-2516



新聞紙エコバック作り (60分) A
新聞紙を折ってのりではりつけてエコバックを作ります。



そば打ち体験 (120分) B
石うすで挽いたそば粉を使用して「水まわし・こね・のし・切る」を体験し、試食します。



ブルーベリー摘み取り体験 (60分) C
色々な種類のブルーベリーを摘み取り、採って食べます。



ピザ作り体験 (60分) D
県産の米粉入りピザ生地をのぼして季節の食材をトッピングし、石がまで焼いたピザを試食します。

	受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
A	5月～10月	9:00～16:00	2～8名	500円
B	5月～10月	9:00～17:00	4～24名	1,500～2,000円
C	7月上旬～7月下旬	9:00～17:00	1～50名	500円
D	5月～10月	11:00～14:00	2～24名	1,500円

道の駅とわだ・とわだぴあ

■住所／〒034-0051 十和田市大字伝法寺字平窪37-2
■TEL／0176-20-8700(直通)



南部裂織体験 (60分)
匠工房内で南部裂織の卓布(20×25cm)を機織します。
●受入期間／通年(月曜休館) ●受付時間／10:00～14:30
●体験時間／10:00～16:00
●体験人数／要相談 ●料金／1名2,500円
※3名様以上の場合は1週間前までに要予約

十和田乗馬倶楽部

■住所／〒034-0001 十和田市大字三本木字佐井幅115-2
■TEL／0176-26-2945



乗馬体験 (60～120分)
体験内容
・乗馬の技術を学ぶ(乗馬体験)
・馬を世話することを学ぶ(エサやり、ブラッシング体験)
・馬の性質、歴史について学ぶ(テキストを使用しての講義)
●受入期間／通年 ●体験可能時間／10:00～15:00
●体験人数／15～120名 ●料金／500円
※雨天時は乗馬体験に代えて、施設見学やレザークラフト体験を実施

十和田農業体験連絡協議会

ふれあって感動する～農作業体験と農家民泊～ [P30参照]

十和田市現代美術館

青森で芸術を学ぶ [P22参照]

高森山パークゴルフ場

■住所／〒034-0106 十和田市深持梅山1-268
■TEL／0176-20-6100



パークゴルフ体験 (60～120分)
十和田市を一望できる広大な敷地に広がる日本パークゴルフ協会公認の起伏に富んだコース(4コース全36ホール)を体験します。
●受入期間／4月下旬～11月末日 ●体験可能時間／8:00～17:30
●体験人数／最大100名 ●料金／小・中学生200円、高校生以上510円(20人以上の団体料金は2割引) ※用具貸出料300円

奥入瀬溪流温泉スキー場

MAP C-3

■住所／〒034-0303 十和田市大字法量字焼山64-122
■TEL／0176-74-2008

 **スキー体験**
雄大な八甲田連峰を一望できます。ロケーション抜群のスキー場で、初心者から上級者までレベルに合わせてスキーやスノーボードを楽しめます。
●受入期間／12月中旬～3月下旬
●体験可能時間／9:00～22:00
●体験人数／最大400名
●料金／1日券 中学生以上 2,720円 小学生以下 2,200円
半日券 中学生以上 1,570円 小学生以下 1,150円
ナイター券 中学生以上 1,570円 小学生以下 830円

十和田ビジターセンター

MAP C-3

■住所／〒018-5501 十和田市大字奥瀬字十和田湖畔休屋486
■TEL／0176-75-2368

 **奥入瀬溪流自然観察トレッキング（180分）**
奥入瀬溪流は、十和田湖からあふれ出た水によって形成されたU字型の渓谷で、長さは14km。十和田八幡平国立公園の特別保護区内であり、特別名勝及び天然記念物にも指定されています。美しい奥入瀬溪流の自然を観察しながら、銚子大滝～石ヶ戸（約7キロ）をトレッキングします。
●受付期間／4月中旬～11月上旬
●体験可能時間／9:00～15:00
●体験人数／5～40名（ガイド1人につき10人）
●料金／教育旅行生の場合、ガイド1人につき20,000円

※小雨決行。雨合羽等をご用意ください。
※天候により、トレッキングは中止になる場合があります。雨天の場合、ビジターセンターの見学や館内解説を受けることができますので、ご相談ください。

奥入瀬溪流館

MAP C-3

■住所／〒034-0301 十和田市大字奥瀬字栃久保183
■TEL／0176-74-1233

 **奥入瀬溪流館 見学（30分）**
奥入瀬に関する歴史や動植物の生態系を学べるジオラマ等があります。
●受入期間／通年
●見学可能時間／4月中旬～11月中旬9:00～17:30（17:30閉館）
※冬季は9:00～16:30（16:30閉館）
●見学人数／最大40名
●料金／無料

奥入瀬モスボールパーク

MAP C-3

■住所／〒034-0303 十和田市法量字焼山64-195
■TEL／080-2165-7454

 **こけ玉作り体験（40分）**
苔を丸めて「小さな奥入瀬」を表現します。どなたでも簡単に作ることができます。
●受入期間／5～11月
●体験可能時間／9:00～16:00（16:00閉館）
●体験人数／最大40名
●料金／2,000円～（材料費・講師料込み）

 **奥入瀬ひょうたんランプ制作体験（60分）**
ひょうたんに穴をあけてランプを制作します。穴のデザインは「奥入瀬で眺められる苔」を題材としています。
●受入期間／5～11月
●体験可能時間／9:00～16:00（16:00閉館）
●体験人数／最大40名
●料金／5,000円～（材料費・講師料込み）

奥入瀬湧水館

MAP C-3

■住所／〒034-0301 十和田市大字奥瀬字栃久保182
■TEL／0176-74-1212

 **奥入瀬源流水製造見学（30分）**
奥入瀬源流水の製造ラインを見学します。
●受入期間／通年
●見学可能時間／9:00～16:30
●見学人数／最大30名
●料金／無料

 **溪流足ストサイクル楽チャリ体験（4時間）**
奥入瀬溪流（約14km）の自然を間近に体感しながら電動自転車で楽々と散策できます。
●受入期間／4月～11月
●体験可能時間／8:30～16:30
●体験人数／最大20名（※要予約）
●料金／電動アシスト付 4時間2,000円～
シティサイクル 4時間1,000円～

十和田湖遊覧船

MAP D-3

 **十和田湖・奥入瀬溪流・八甲田の自然を観察する** 【P16参照】



十和田バラ焼きゼミナール

MAP C-3

■住所／〒034-0082 十和田市西二番町7-4
■TEL／0176-25-7758

 **十和田バラ焼きでラビアンローズ**
十和田バラ焼きゼミナール指導のもと、街おこしの概念を学び、バラ焼き調理を体験します。
●受入期間／通年
●体験可能時間／11:00～13:00
●体験人数／40～300名
●料金／1,500円～
●体験場所／サン・ロイヤルとわだ

※司バラ焼き大衆食堂にて少人数でも実施可。

十和田市馬事公苑 駒っこランド

MAP C-3

■住所／〒034-0106 十和田市大字深持字梅山1-1
■TEL／0176-26-2100（称徳館）0176-20-6022（駒っこ牧場）

 **称徳館 観覧（20～45分）**
馬の文化を知ることができます。
●受入期間／通年 ※休苑日：月曜日（祝日の場合翌日）、年末年始
●体験可能時間／9:00～16:30（最終入館16:00）
●体験人数／解説・語りべ希望の場合50名程度まで
●料金／一般310円（250円）、高校・大学生105円（84円）、中学生以下無料

 **駒っこ牧場（10～60分）**
乗馬（ひき馬）、馬車（冬は馬そり）、にんじんあげなどを体験できます。
●受入期間／同上
●体験可能時間／10:00～15:00
●体験人数／体験乗馬・馬車：50名、にんじんあげは何名でも可
●料金／体験乗馬・馬車：こども（小学生以下）500円（400円）おとな（中学生以上）700円（650円）にんじんあげ：1カップ100円

※自由行動にて苑内散策（遊具で遊ぶ、植物観察、昆虫採集など）も可能です。（8:30～18:00 11月～3月は17:00まで）
※料金（ ）内は団体割引料金となります。称徳館は20名以上、牧場に関しては事前にご相談下さい。

八甲田パノラマパークゴルフ場

MAP C-3

■住所／〒034-0303 十和田市大字法量字焼山64-458
■TEL／0176-74-2277

 **パークゴルフ体験（60～120分）**
雄大な八甲田連峰を一望できるロケーション抜群のパークゴルフ場で、コミュニティスポーツ「パークゴルフ」を体験します。
●受入期間／4月下旬～11月中旬
●体験可能時間／8:30～17:00
●体験人数／最大100名
●料金／小・中学生210円、高校生・一般520円、用具貸出料310円（20名以上は2割引き）

寺山修司記念館

MAP C-4

 **青森の偉人を学ぶ** 【P24参照】

十和田湖ふ化場

MAP D-3

■住所／〒018-5511 秋田県鹿角郡小坂町十和田湖字生出
■TEL／0176-75-2353

 **十和田湖ふ化場見学（30～60分）**
魚が住めないと言われた十和田湖で、22年間の苦勞の末、ひめますのふ化放流に成功した和井内貞行の歴史とふ化場の作業を学びます。
●受入期間／4月～11月
●見学可能時間／9:30～14:30
●見学人数／1～30名
●料金／無料
●事前予約が必要です。

幕末南部藩歴史文化遺産の象徴「幻の穴堰」

MAP C-3

■住所／〒034-0001 十和田市大字三本木字倉手79
■TEL／0176-26-2755

 **来て見て触れて！幕末南部藩の感動のドラマ、壮大な歴史のロマン探訪の世界へ。**
風雲急をつげた幕末から現代までの「水の里」の歴史と文化に関する解説を中心に、南部土方衆掘削工事遺跡の見学、生々しい手堀工事の痕跡や幽玄の世界を「潜入」体験。2021年から、三本木原開拓と直接間接に係わる「渋沢栄一、津田梅子、北里柴三郎」に関する特別解説や「台湾と根っこでつながる青森県」等の説明も盛り込んでいます。
人呼んで「幻の穴堰」探検で幕末へタイムスリップ！
●受入期間／通年（月曜日休坑）
●体験可能時間／9:00～16:00
●予約制
●大人500円（団体400円）、小学生200円（団体100円）

青森県立三沢航空科学館

MAP C-4

■住所／〒033-0022 三沢市三沢字北山158
■TEL／0176-50-7777

 **科学実験工房によるワークショップ（30～60分）**
科学原理を利用した工作を実施します。
●受入期間／5月開始予定
●体験可能時間／9:00～17:00（入館は16:30まで）
●体験人数／最大50名程度
（ただしメニューにより人数調整の場合がございます）
●料金／50～300円程度
（メニューによって工作材料費が異なります）

 **サイエンスショー（30～60分）**
身近な科学現象をテーマにした実験ショーを行います。
●受入期間／通年
●体験可能時間／毎日9:00～17:00（入館は16:30まで）
●体験人数／最大50名程度（人数多数の場合は別途ご相談ください）

※ワークショップ、サイエンスショーは団体でご来館される方を対象に2週間前までに申し込みいただければ、開催日・開催時間・テーマは調整可能
メニューはホームページをご覧ください。

 **通常展示（航空ゾーン、科学ゾーン、宇宙ゾーン）（60～120分）**
「航空ゾーン」では、青森県にかかわりのある航空機・航空史を紹介。「科学ゾーン」「宇宙ゾーン」では様々な体験型展示を通じ、航空に関する科学技術や宇宙に関する知識を深めることができる。
●受入期間／通年
●体験可能時間／9:00～17:00（入館は16:30まで）
●体験人数／～300名程度（多数の場合は別途ご相談ください）
●料金／中学生以下無料、高校生300円（240円）
※（ ）内は20名以上の団体料金。

エネルギーと科学について学ぶ 【P20参照】

小川原湖カヤックラボ

MAP C-4

■住所／〒033-0022三沢市三沢淋代平116-2858
小川原湖観光センター レークピア1階
■TEL／080-6023-7191・080-6591-6586

 **小川原湖アクティビティ体験（60分）**
青森県最大の湖・小川原湖でのカヤック体験。浅瀬なので初めてでも安心して楽しめます。ガイドインストラクターとともにカヤックや冬は氷上ウォークやトレッキングも楽しめます。
●受入期間／通年（氷上ウォーキングやトレッキング）
通年（カヤック）5～10月
●体験可能時間／10:00～16:00
●体験人数／1～30名
●料金／小学生1,500円 高校生2,000円

柴崎地区健康レクリエーション施設

■住所／〒039-3177 上北郡野辺地町字柴崎10-5
■TEL／0175-64-7952

野外活動体験
バーベキュー施設及びキャンプ場を完備しているので、自炊活動や催し物を行うのに最適です。
晴天の夜空は、まるで星降る丘のように星に手が届きそうです。
●受入期間／4月下旬～10月末
●体験可能時間／9:00～翌10:00
●体験人数／50名～100名程度
●料金／バーベキュー施設 炉1基あたり300円/時間
キャンプ場 テント1張あたり600円/日

東八甲田ローズカントリー

■住所／〒039-2500 七戸町字山館25-1
■TEL／0176-62-5400((一社)東八甲田ローズカントリー)

ローズガーデンガイドツアー (1時間)
ガイドの案内でガーデンを巡った後は、バラの摘み取り体験(5本)。最後は、ハーブティを飲みながらのバラ談義が人気。
●受入期間／6月中旬～10月上旬(要予約)
●体験可能時間／10:30、14:00の2回
●料金／3,000円／1名(子ども2,000円／1名)

宿泊交流施設「かだれ天間林」

■住所／〒039-2781 七戸町字花松林ノ根35-1
■TEL／0176-68-2116(七戸町役場農林課)

かだれ田舎体験 (30分～)
稲刈りやにんにく、りんご等の農業体験やダッチオープン料理、そばうち等の食文化体験が体験できます。
●受入期間／各収穫時期等(2週間前まで要予約)
通年(要予約)
●体験可能時間／9:00～16:00
●体験人数／4～50名 ●料金／要相談
※施設内宿泊可能。

七戸町立鷹山宇一記念美術館

■住所／〒039-2501 七戸町字荒熊内67-94
■TEL／0176-62-5858

NANBU SENBEI de Culture (南部煎餅ストラップ作り) (90分)
紙粘土に色を付け、装飾し、本物そっくりの南部せんべいに形作り、ストラップに加工します。
●受入期間／通年 ●体験可能時間／10:00～16:00
●体験人数／5～30名 ●料金／500円
※10日前までにご予約下さい。

EMA de culture(絵馬を学び作ろう) (90分)
絵馬の誕生、庶民信仰とは何か正しい知識を学び、工房にて絵馬の制作を行います。
●受入期間／通年 ●体験可能時間／10:00～16:00
●体験人数／5～30名 ●料金／500円
※10日前までにご予約下さい。

七戸町文化ガイドの会

■住所／〒039-2501 七戸町字荒熊内67-997 道の駅しちのへ道路・観光情報館内
■TEL／0176-62-2137(七戸町商工観光課内)

「中世の城下町しちのへ」を歩こう (90～120分)
中世の城下町七戸で鎌倉時代からの城跡を中心とした歴史的文化遺産や古い町並みをガイドの案内で巡ります。
●受入期間／4月～11月 ●体験可能時間／9:00～15:00
●体験人数／～60名程度 ●料金／無料
※2週間前までにご予約下さい。

東北町立小川原湖公園

人と自然の共生を考える [P14参照]

旧南部縦貫鉄道 七戸駅

■住所／〒039-2512 七戸町字笹田48-1
■TEL／0176-58-7109((一社)しちのへ観光協会)

レールバス見学
1962年～1997年まで野辺地駅と七戸駅を結んでいた「南部縦貫鉄道レールバス」。その車両がファンの熱意で旧七戸駅に保存・一般公開されています。
●受入期間／通年 土・日・連休限定
●見学可能時間／10:00～16:00
●見学人数／1～40名程度 ●料金／無料
※平日の見学要相談。2月の土日見学は事前予約。

カワヨグリーン牧場

■住所／〒039-2151 おいらせ町向山5-3331
■TEL／0178-56-4111

手作りクラフト体験 (約60分) A
ウッドクラフト・ワールクラフト・リースづくりなど、世界にたったひとつのオリジナル作品を作ります。

手づくり食べもの体験 (60～120分) B
新鮮な牧場産の材料を使って、棒パンづくり・バターづくり・アイスクリームづくり・ソーセージづくりなどが楽しめます。

パークゴルフ (180分) C
うし・ひつじ・うま・うさぎの4コース、全36ホール。広い芝地で自然を満喫しながら初心者でも楽しめます。

	受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
A	4月～11月	9:00～16:30	10～40名	800円～
B	4月～11月	9:00～16:30	15名～	600円～2,000円
C	4月～11月	9:00～17:00	20～80名	500円

※要予約

おいらせ阿光坊古墳館

■住所／〒039-2165 上北郡おいらせ町阿光坊107-4
■TEL／0178-20-0405

古代ものづくり体験・講座 (約90分)
勾玉づくり・土器づくり等を体験します。
歴史講座と企画展等も開催します。
●受入期間／一部期間限定
●体験可能時間／9:00～17:00
●体験人数／規定なし
●料金／展示室観覧料 一般210円、高校・大学生100円、小学生50円(入館無料)
※15名以上で、展示室観覧料の団体割引あり。

泊まる 南部町農林漁業体験実習館チェリウス

■客室数／13室
■住所／〒039-0501 南部町大字上名久井字大沢民山23-141
■TEL／0178-76-1001

北のフルーツパーラー in 南部町 (60～120分)
※フルーツ狩りなしの場合、60分
農園でフルーツ狩り(旬のフルーツ試食、収穫)をして、その収穫したフルーツでマイ・スイーツを作り、その場で味わう体験メニュー。
●受入期間／通年※冬期間は、フルーツ狩り利用不可の場合あり
●体験可能時間／10:00～15:00
●体験人数／10名～
●料金／大人2,000円+フルーツ狩り料金
小学生以下1,500円+フルーツ狩り料金
●申込締切／10日前

(株)ACプロモート

■住所／〒031-0841 八戸市大字鮫町字棚久保14番地124
■TEL／0178-38-8420

人と自然の共生を考える [P14参照]

種差海岸

■お問い合わせ先／(株)ACプロモート
■住所／〒031-0841 八戸市鮫町字棚久保14番地124
■TEL／0178-38-8420

磯の生物観察 (120～180分)
種差漁港にて岩場にすむ生物の様子にふれ、生物の不思議と自然の大切さを知ること、生命を尊重する心を育みます。
●受入期間／4～10月 ●体験可能時間／9:00～17:00
●体験人数／最大100名
※50名以上の場合は2グループに分かれて体験。
●料金／2,000円
参加人数により変動するため事前に相談願います。
※雨天時は近隣の会場に移動し室内にてレクチャーを行います。

地元の漁師さんから学び漁師鍋体験 ～一次産業の大切さと自然からの恵み～ (120～150分)
種差漁港の漁師さんから、漁に関する講義や震災の津波の話などを聞き、一次産業や自然の脅威を学びます。その後は魚介を使って作った漁師鍋を食べます。
●受入期間／通年 ●体験可能時間／9:00～14:00
●体験人数／最大100名
●料金／2,500円～
参加人数により変動するため事前に相談願います。
※雨天時は近隣の会場に移動し室内にてレクチャーを行います。

種差海岸の動物(ウミネコ)、植物観察 (180分程度)
ガイドの案内により種差海岸を散策。種差海岸遊歩道における海浜植物・高山植物の観察や、無島でのウミネコ観察・保護の取り組み学習が可能です。
●受入期間／2月下旬～10月
(無島でのウミネコ観察は3月上旬～8月)
●体験可能時間／9:00～17:00
●体験人数／最大100名※50名以上の場合は2グループに分かれて体験。
●料金／2,000円
参加人数により変動するため事前に相談願います。
※雨天時は近隣の会場に移動し室内にてレクチャーを行います。

種差海岸で星座ウォッチング (60～90分)
講師から星座や星の解説を受けた後、天体望遠鏡などを用いて星や星座の観察をし、地球をとりまく宇宙の構造や季節との関係について知識を深めます。
体験ではキャンプファイヤー等も行います。(マシュマロや食べ物付き)
●受入期間／通年 ●体験可能時間／日没～1時間程度
●体験人数／最大50名 ●料金／2,500円

地元の人と一緒に種差海岸の保全活動 (120分)
種差海岸の人が手を加えて景観と生態系を維持してきたという経緯から、市民による環境保全が成功した例として、一緒に草刈を行い保全活動の重要性を学びます。
●受入期間／4月～11月
●体験可能時間／9:00～17:00
●体験人数／最大100名※50名以上の場合は2グループに分かれて体験。
●料金／500～1,500円
参加人数により変動するため事前に相談願います。
※雨天時は近隣の会場に移動し室内にてレクチャーを行います。

達者村ホームステイ連絡協議会

■住所／〒039-0592 南部町大字平字広場28-1
■TEL／0178-38-5961

ふれあって感動する ～農業体験と民家民泊～ [P30参照]

農業体験学習と農家民泊 (半日～2泊3日)
受入会員の自宅に宿泊し、農家の田んぼや畑でその時期に合わせた農作業(稲作、果樹、野菜)を体験します。また、受入会員と一緒に自分たちの食事の調理体験も行います。
●受入期間／通年
●体験可能時間／8:30～17:00
●体験人数／4～100名
●料金／要相談
※日程の組立て等、学校側の相談に応じますので、お問い合わせください。

八戸ポータルミュージアム はっち

■住所／〒031-0032 八戸市三日町11-1
■TEL／0178-22-8228
■休館日／毎週火曜日(祝日の場合その翌日)、12月31日及び1月1日

凝縮された八戸を体験 館内見学 (60分)
八戸の歴史、自然、文化、産業のほか、市民作家による多彩な八戸の地域資源の紹介展示などについて館内を案内しながらガイドがレクチャーします。
●受入期間／通年(休館日除く)
●見学可能時間／9:00～17:00
●見学人数／人数は要相談
●料金／無料

八戸市美術館

青森で芸術を学ぶ [P22参照]

YSアリーナ八戸(八戸市長根屋内スケート場)

■住所／〒031-0073 八戸市大字売市字奥遊下3
■TEL／0178-43-9544

国際規格のスピードスケートリンクで滑走体験 (90～120分)
インストラクターが滑り方をレクチャーします。
・施設見学
・準備体操、スケート靴の履き方を学んだ後、滑走体験
・整氷車をバックに記念撮影
●受入期間／7月下旬～3月上旬
●体験人数／要相談
●体験可能時間／9:00～16:00
●料金／要相談

史跡根城の広場

MAP D-4

■住所／〒039-1166 八戸市根城字根城47
■TEL／0178-41-1726

 **ボランティアガイドと歩く復原された中世の城「根城」(60～90分)**
南北朝時代から約300年間八戸地方を治めていた根城南部氏の城跡「根城」。本丸内には安土桃山時代の姿そのままに、主殿や馬屋・工房などが復原されており、ガイドと回ることです正月行事の様子や当時の生活用具、城の中の暮らしを体感できます。
●受入期間／通年 ※要事前予約
●体験可能時間／10:00～15:00
●体験人数／1～60名
●料金(施設入場料)ガイドは無料／小・中学生 団体料金30円(20名以上) 高・大学生 団体料金80円(20名以上)
※八戸市博物館でも予約受付します(0178-44-8111)

 **えんぶりミニミニ烏帽子作り(60分)**
八戸の郷土芸能「えんぶり」で使う、馬の頭を象ったとされる鮮やかな烏帽子を台座付きのミニサイズで作ります。
●受入期間／通年 ※要事前予約
●体験可能時間／9:00～16:00
●体験人数／1～10名
●料金／800円

 **八幡馬の絵付け<クラシックコース>(30分)**
八戸の代表的な民芸品「八幡馬」を華やかな千代紙や絵の具を使って絵付けします。
●受入期間／通年 ※要事前予約
●体験可能時間／9:00～16:00
●体験人数／1～10名
●料金／1,500円

 **八幡馬の絵付け<アレンジ(デコ)コース>(90分)**
現代風にアレンジした白く小さな「八幡馬」にスワロフスキーやペンで鮮やかな絵付け、飾り付けを行い、かわいらしい八幡馬を作ります。
●受入期間／通年 ※要事前予約
●体験可能時間／9:00～16:00
●体験人数／1～10名



あおもり
コト・モノ
語り

青森を北限とする動植物

青森はさまざまな動植物の北限になっており、保存活動も進められています。

季節によっては、旅行中に目にすることができるかもしれません。

平内町の椿

平内町の椿山に咲く椿は、自生する椿としては北限にあり、国の天然記念物に指定されています。1万数千本のヤブツバキが、毎年5月上旬から6月にかけて山全体を真紅に染めます。

鯉ヶ沢町の天然杉

日本最北端の天然杉の生息地として知られるのが、鯉ヶ沢町の「矢倉山スギ遺伝資源保存林」。樹齢約250年の杉の巨木が見るものを圧倒します。

八戸市埋蔵文化財センター 是川縄文館

MAP D-4

■住所／〒031-0023 八戸市大字是川字横山1
■TEL／0178-38-9511
■観覧料／小・中学生無料 高校生150円(20名以上80円)
 **勾玉作り(60分)**
滑石を削ったり磨いたりして勾玉を作ります。
●受入期間／通年
●体験可能時間／9:30～15:00
●体験人数／～48名
●料金／300円(観覧料別途)
※要予約(2週間前)。詳しくは是川縄文館へお問合せ下さい。

 **火起こし(15分)**
マイギリ式で火起こしを体験します。
●受入期間／通年
●体験可能時間／9:30～15:00
●体験人数／要相談
●料金／無料(観覧料別途)
※要予約(2週間前)。詳しくは是川縄文館へお問合せ下さい。

ユートリー

MAP D-4

■住所／〒039-1102 八戸市一番町1-9-22
■TEL／0178-27-2227
 **南部菱刺体験(120分) A**
麻の布に木綿糸を刺し込む「菱刺し」を体験します。
 **南部裂織体験(90～120分) B**
細く裂いた布をはた織り機で織り込む南部地方の伝統工芸を体験します。

 **手焼きせんべい体験(10～15分) C**
南部せんべいの手焼き体験。「てんぼせんべい(やわらかせんべい)」を焼きます。

	受入期間	体験可能時間	体験人数	料金
A	木・金・土曜日 第1・3水曜	10:00～13:00	1～4名	1,200円
B	日・月・火曜日 第2・4水曜	10:00～15:00	1～7名	1,200円
C	木曜日を除く毎日	11:00～15:00	1～20名	180円

※事前にご予約下さい。

櫛引八幡宮

MAP D-4

■住所／八戸市八幡字八幡丁3
■TEL／0178-27-3053
 **櫛引八幡宮散策体験(30～60分)**
境内や国宝館など神社を回りながら神主が案内します。
●受入期間／通年
●体験人数／神職一人につき30～40名まで。社務状況により職員数名で班分けの対応可
●体験可能時間／9:00～17:00
●料金／(5名以上)大人300円、高校生・中学生200円、小学生100円
※要予約

マルヨ水産(株)

MAP D-4

■住所／〒031-8504 八戸市築港街1-1-4
■TEL／0178-33-1161
 **ちくわ工場見学(60分)**
※現在受付を停止しております。事前にお問合せ下さい。
当社商品「かもめちくわ」の製造工程を見学して、焼きたてを味わいます。
●受入期間／通年 ●見学可能時間／9:00～13:00
●見学人数／10名～(要相談) ●料金／無料
※事前にご連絡下さい。

海上自衛隊八戸航空基地

MAP C-4

■住所／〒039-1180 八戸市高館
■TEL／0178-28-3011
 **基地見学ツアー**
航空機や航空管制塔、消防車等装備品などの見学をします。
●対象者／中学生から32歳(保護者の参加も可)
●受入期間／通年※業務上の都合によりお受けできないこともあります。
●見学可能時間／平日 午前10時から2時間 土日祝日 午前9時から3時間
●見学人数／2～30名程度 ●料金／無料
※申し込みについては、八戸航空基地広報室0178-28-3011(内線:2331)までお問い合わせ下さい。

八戸市水産科学館 マリエント

MAP D-4

■住所／〒031-0841 八戸市大字鮫町字下松苗場14-33
■TEL／0178-33-7800

 **深海水圧実験(20分) A**
水深1,000mの深海の世界の水圧を再現する実験。

 **デンキウナギの実験(5分) B**
デンキウナギが出した電氣を使って行う実験。

 **エサやり体験(15分) C**
熱帯魚水槽や八戸で獲れる近海の魚、淡水魚水槽の魚たちへのエサやり体験。

 **マリンレンジャーによる魚たちへの餌付け(15分) D**
大水槽にマリンレンジャー(ダイバー)が潜り、魚たちがエサを食べる様子を観察することができます。大水槽には主に八戸近海で獲れた魚やアオウミガメを展示。また、水槽の中からマリンレンジャーがお客様を水中カメラで撮影。来館記念の思い出の1枚としてマリエントホームページ「魚眼図」から自由にダウンロードできます。

 **海のふしぎBOX(15分) E**
中身の見えない箱の中に手を入れ、想像力と推理力を発揮して、中に入っている海の生き物の正体を当てて楽しめます。

 **ウミネコシアター(10～30分) F**
30分毎の上映を行っております。回毎に内容が変わります。また、希望の時間と内容での上映も可能です。

 **ガラ・ルファ(常時) G**
トルコの温泉に住むコイの仲間。通称ドクターフィッシュと呼ばれ、人の古くなった皮膚の角質層を食べることで知られています。

 **タッチ水槽(常時) H**
通年にわたり、磯の生物に触れられる体験が出来る水槽です。

 **しんかい6500に乗って深海へGO!VR体験(3分) I**
ゴーグル型装置を手に持ち、JAMSTECの有人潜水調査船「しんかい6500」から見た深海の様子を360度見ることのできるバーチャルリアリティー(VR)を体験。まるでしんかい6500へ乗っている気分を味わえます。

 **地球“ちきゅう”クイズにチャレンジしよう!(10～15分) J**
地球誕生からの歴史について、深海生物について、地球深部探査船「ちきゅう」について、展示の中から答えを探るクイズで、展示コーナーの中にあるヒントをもとに、タブレットを首にかけ選択式の問題を展示を見ながら学べる仕組み。君も地球の物知り博士になろう!

	受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
A	通年	9:00～17:00(6月～8月 9:00～応相談)	応相談	入館料のみ
B	通年	9:00～17:00(6月～8月 9:00～応相談)	応相談	入館料のみ
C	通年	9:00～17:00(6月～8月 9:00～18:00)	応相談	入館料のみ
D	通年	9:00～17:00(6月～8月 9:00～応相談)	応相談	入館料のみ
E	通年	9:00～17:00(6月～8月 9:00～応相談)	応相談	入館料のみ
F	通年	9:00～17:00(6月～8月 9:00～18:00)	応相談	入館料のみ
G	通年	9:00～17:00(6月～8月 9:00～18:00)	応相談	入館料のみ
H	通年	9:00～17:00(6月～8月 9:00～18:00)	応相談	入館料のみ
I	通年	9:00～17:00(6月～8月 9:00～18:00)	1回当たり2名まで	入館料のみ
J	通年	9:00～17:00(6月～8月 9:00～18:00)	1回当たり4名まで	入館料のみ

※生体の状況によりお休みする場合がございますのでご了承ください。

八戸市みなと体験学習館(みなっ知)

MAP D-4

■住所／〒031-0812 八戸市湊町字館鼻67-7(館鼻公園内)
■TEL／0178-38-0385
■休館日／毎週月曜日(月曜日が祝日・振替休日の場合は翌日) 12月29日～1月3日
湊ワイドスコープ(50分)
八戸の歴史や魅力を大型スクリーンで紹介します。また、「イサバのカッチャ」(魚売りのお母さん)と一緒に遊べるゲームやクイズもあります。
●受入期間／通年
●体験可能時間／4月～6月、9月～3月 9:00～19:00 7月～8月 9:00～21:00(日曜日のみ6:30～21:00)
●体験人数／人数制限はなし(要相談) ※ただし、ゲーム・クイズは1回につき3名まで
●料金／無料

 1F防災学習(20分)

①**津波アーカイブ**
東日本大震災当時の津波映像を見ることができます。(映像音響コンテンツ)
②**震災タイムトンネル**
地震発生から津波被害の様子、落ち着きを取り戻す町並みを約50秒の音と映像で見ることができます。(映像音響コンテンツ)
③**災害歴史年表(壁面グラフィック)、防災グッズ展示**
●受入期間／通年
●体験可能時間／4～6月、9月～3月 9:00～19:00 7月～8月 9:00～21:00(日曜日のみ6:30～21:00)
●体験人数／人数制限はなし(要相談) ●料金／無料

グリーンプラザなんごう(道の駅なんごう)

MAP D-4

■住所／〒031-0114 八戸市南郷大字中野字館野4-4
■TEL／0178-82-2902

 **そば打ち体験(90分) A**
楽しく打って旨いそばを。打ちたて、茹でたてを召し上がってください。

 **さくらんぼ収穫体験(40分) B**
南郷内の観光農園(4ヶ所)でのさくらんぼ狩りを体験します。

 **ブルーベリー収穫体験(60分) C**
南郷内の観光農園(8ヶ所)でブルーベリーを収穫体験します。

 **りんご収穫体験(40分) D** ※収穫体験は別途料金 1kg500円
南郷内の観光りんご園(1ヶ所)でりんごの収穫体験をします。

 **いちご収穫体験(40分) E**
南郷内の観光農園でいちごの収穫を体験します。

	受入期間	体験可能時間	体験人数	入 園 料
A	通年	10:00～16:00	1～20名	9名以下2,160円、10名以上1,300円
B	6月下旬～7月上旬	9:00～16:00	1～150名	小学生700円、中学生以上1,300円
C	7月中旬～8月中旬	9:00～16:00	1～150名	小学生300円、中学生以上800円
D	9月下旬～11月中旬	9:00～16:00	1～20名	小学生300円、中学生以上500円
E	1月上旬～5月下旬	9:00～16:00	1～50名	小学生1,500円、中学生以上1,800円

山の楽校MAP D-4

■住所／〒031-0202 八戸市南郷大字島守字北ノ畑6-2
■TEL／0178-82-2222

**そば打ち体験（80分） A**
地元の人が指導者となり、昔から伝承された南郷特有のそば打ちを学習します。煮上げから食べるところまで体験します。

**てんぼせんべい焼き体験（10分） B**
南部鉄器のせんべい焼き器を使用し、昔の伝統食を体験します。

	受入期間	体験可能時間	体験人数	料 金
A	通年	9:00～15:00	～40名	1,100円(小学生は800円)
B	通年	9:00～15:00	～40名	1枚100円

南の郷ツーリズム協議会MAP D-4

■住所／〒039-1101 八戸市大字尻内町字毛合清水29
(八戸市農業経営振興センター)
■TEL／0178-27-9163

**農業体験（1泊2日、2泊3日）**
受入農家に宿泊し、各農家の田畑で農作業を体験。食事も受入農家と一緒に準備します。
●受入期間／4月～10月
●体験可能時間／8:30～17:00
●体験人数／最大10名
●料金／1泊2日8,000円、2泊3日13,500円(要相談)

間木ノ平グリーンパーク ふれあい牧場MAP D-3

■住所／〒039-1801 新郷村大字戸来字雨池11-2
■TEL／0178-78-2511
火・水・木定休日。お盆期間は営業

**ポニー乗馬体験（3分/1周）**
ふれあい牧場内にある専用コースにてポニー乗馬を体験します。
●受入期間／4月下旬～11月上旬
●体験可能時間／10:00～15:00 ●料金／1名1周400円

**魚のつかみ取り体験（体験時間は要相談）**
水位が浅めの人口河川にてニジマスと岩魚のつかみ取りを体験します。取った魚は隣接する焼き場で塩焼きにできます。
●受入期間／4月下旬～11月上旬
●体験可能時間／9:00～15:00
●体験人数／1～100名
●料金／1kg(7～8匹)1,800円(体験料は無料)
※焼き場で食べる場合はセルフサービスになります。
炭も(400円/1kg)で販売しております。

はしかみグリーン・ツーリズム協議会MAP D-4

■住所／〒039-1201 階上町大字道仏字天当平1-87(階上町産業振興課内)
■TEL／0178-88-2875

**はしかみの自然満喫・農業体験（1泊2日、2泊3日）**
春の田植えから夏野菜の収穫、秋の干し柿、冬は郷土菓子の豆しとぎ作りと豆腐作り体験等、春夏秋冬に合わせた体験を楽しみ、お腹も心も満たす事が出来ます。
●受入期間／通年
●体験人数／最大15名
●料金／1泊2日1名につき8,000円～、2泊3日1名につき13,500円

さんのへホームステイ連絡協議会MAP D-4

■住所／〒039-0198 三戸町大字在府小路町43(三戸町役場農林課)
■TEL／0179-20-1155

**農業体験（1泊2日、2泊3日）**
農家に民泊し、各農家の田や畑でその時期に応じた農作業を体験します。食事の準備も受入農家と協力して行います。
●受入期間／4月～10月
●体験人数／最大40名
●料金／1泊2日1名につき8,000円～、2泊3日1名につき13,500円

青森ごのへグリーン・ツーリズム協議会MAP D-4

■住所／〒039-1513 五戸町字古館21-1(五戸町役場農林課内)
■TEL／0178-62-7960

**農業1日体験（2～4時間）**
新玉ねぎ・桃・にんにくなどの農作業体験や、りんご・しいたけなどの地元食材を使った郷土料理作りを体験します。
●受入期間／郷土料理:通年 農作業:6月～12月
●体験可能時間／9:00～13:00
●体験人数／最大30名
●料金／1,500円～

**農家民泊体験（1泊2日～2泊3日）**
農家に民泊し、その時期に応じた農作業を体験します。食事の準備も受入農家と協力して行います。
●受入期間／5月～10月
●体験人数／最大4名
●料金／1泊2日1名につき7,000円、2泊3日1名につき12,000円

たっこ・ツーリズム受入農家の会MAP D-3

■住所／〒039-0292 田子町大字田子字天神堂平81(田子町役場商工振興課内)
■TEL／0179-20-7114

**農作業・農村生活体験（1泊2日～2泊3日まで）**
にんにくをはじめ、米、りんご、枝豆、葉たばこ、ホップ、きぬさや等の農作業を農家に民泊しながら体験します。
●受入期間／5月～10月
●体験人数／最大50名
●料金／8,000円(1泊2日)～、13,500円(2泊3日)

下北半島周辺

むつ科学技術館MAP A-3

**エネルギーと科学について学ぶ** [P20参照]

下北ジオパークガイドの会MAP A-3

■住所／〒035-8686 青森県むつ市中央1-8-1
(下北ジオパークガイドの会事務局:一般社団法人 しもきたTABIあしすと内)
■TEL／0175-31-1270 ■FAX／0175-23-7960

**下北ジオパークガイドの派遣（体験時間は要相談）**
日本列島を構成する主な4つの地質を見られる下北ジオパークをフィールドに、目の前に広がる景色の成り立ちやそこに根付く生活・文化を学ぶことができます。
(希望する場所に、ジオパークガイドを派遣し、ご案内いたします)
●受入期間／通年
(ただし冬期間は立ち寄り困難な場所もございます。)
●体験可能時間／要相談
●体験人数／要相談
●料金／要相談
※交通移動手段、施設予約等の手配は学校でお願いいたします。

むつ市下北自然の家MAP A-3

■住所／〒039-4401 むつ市大畑町佐助川399
■TEL／0175-34-6151

夏季は、山の活動(黒森山登山、冒険ハイキング)や海の活動(手作りいかだ)、川の活動(雨の一粒ハイキング)、施設周辺のハイキングや野外活動(キャンプ等)。冬季は、スノーシューハイキング、そり、タイヤチューブができます。また、施設内外で自然創作活動もできます。
●受入期間／通年
●体験可能時間／要相談
●体験人数／要相談
●宿泊可能人数／館内:最大193名 25室、テントサイト2か所193名
●料金／要相談(宿泊料、食事代、教材費があります。)
※利用にあたっては、事前(1か月前)の予約が必要です。季節や天候により、できない活動もありますので、事前の打ち合わせが必要です。
※基本、団体での利用が原則ですが、主催事業等、個人での利用も可能です。

八戸屋MAP A-3

■住所／〒035-0051 むつ市新町47-3
■TEL／0175-22-3324

**手焼せんべい体験（30～90分）**
南部鉄でできた焼き型を使って、昔ながらの手焼き体験をします。
●受入期間／通年(但し繁忙期は休ませて頂く事もあります)
●体験可能時間／10:00～15:00 ●要予約
●体験人数／5～30名 ●料金／1枚120円

むつ市海と森ふれあい体験館MAP B-3

■住所／〒039-5201 むつ市川内町川内477
■TEL／0175-42-2411

**ドルフィンウォッチングinむつわん(エコ・ジオツアー)（60分）**
日本有数の野生のカマイルカの観察ポイントであるむつ湾。波おだやかなむつ湾を遊覧船でクルーズしながら、時に100頭を超えるイルカの群れや下北ジオパークの美しいジオサイトを観察します。
●受入期間／5～6月
●体験可能時間／要相談
●体験人数／要相談
●料金／中学生以上 1,830円 小学生以下 910円(船代)(団体割引あり)
●講習ガイド料／要相談
※事前にレクチャー、乗船中ガイド、事後にまとめを行います。※要予約(体験館まで)

むつ市陶芸センターMAP A-3

■住所／〒039-5201 むつ市川内町獅子畑128-1
■TEL／0175-42-2115

**陶芸体験（90分）**
むつ市(川内地区)の伝統工芸品である宇賀焼のマグカップ、湯飲みなどを実際に製作します。
●受入期間／通年(要予約・申請書提出) ●体験可能時間／9:00～16:00
●体験人数／1回16名まで ●料金／1,000円(完成品送料は着払い)

海上自衛隊大湊地方隊MAP A-3

■住所／〒035-0093 むつ市大湊町4-1
■TEL／0175-24-1111(内線2304)

**海上自衛隊見学**

見学場所	時期	時間	人数
北洋館見学	要予約	要相談	1名～
護衛艦等見学	要予約	要相談	1名～
基地内見学	要予約	要相談	10名以上の団体に限る

●料金／無料 ●集合場所／「北洋館」
※上記見学において、当日の業務等で中止とさせて頂く可能性もありますので予めご了承ください。

恐山MAP A-3

■住所／〒035-0021 むつ市大字田名部字宇曾利山地内
■TEL／090-4041-7782

**恐山境内ガイドと巡る心に残る参拝と恐山信仰の歴史（60分）**
恐山境内ガイドとともに境内を一周。歴史や講れ、参拝方法などの説明を受けます。
●受入期間／5月1日～10月31日
●体験可能時間／6:00～18:00(開始時間は要相談)
●体験人数・料金／ガイド1名に付き5名まで3,000円、6～15名5,000円(別途入山料500円/人)その他30分のショートコースもあります。ご相談下さい。

むつグランドホテルホテル裂織館MAP A-3

■住所／〒035-0021 むつ市田名部字下道4
■TEL／0175-22-2464

**下北南部裂織体験（120分）**
青森の伝統工芸である南部裂織を体験します。
●受入期間／通年(毎週月曜・金曜のみ)
●体験可能時間／10:00～15:00
●体験可能人数／10名程度(要相談) ●料金／1,500円
※1～3月は冬期休館となりますが、予約での体験は受付いたしますので、お問合せください。

泊まる 民宿・小向MAP A-4

■客室数／20室
■住所／〒035-0011 むつ市大字奥内字金谷沢1-2
■TEL／0175-26-2764

**農業体験（60分）**
ジャガイモ・大豆・トウモロコシ・カボチャ・米の農作業体験をします。
●受入期間／4月～11月 ●体験可能時間／10:00～11:00
●体験人数／10～50名 ●料金／1名1,000円～

エリア別体験施設一覧

東通原子力発電所PR施設「トントゥビレッジ」 MAPA-4  エネルギーと科学について学ぶ 【P20参照】
六ヶ所村次世代エネルギーパーク MAPB-4 ■住所／〒039-3213 上北郡六ヶ所村大字鷹架字道ノ下561番地6 一般社団法人六ヶ所村観光協会 ■TEL／0175-71-3115 FAX／0175-71-3116 六ヶ所村次世代エネルギーパーク見学問合せ窓口 見学についての詳細は／インフォメーションセンター(六ヶ所村特産品販売所「六旬館」内)※電話・FAXでお問合せ下さい。 受付時間／8:30～17:00(臨時休館有)※各施設見学予約については2週間前までに六ヶ所村観光協会までご連絡ください。
六ヶ所原燃PRセンター MAPB-4 ■住所／〒039-3212 六ヶ所村大字尾駁字上尾駁2-42 ■TEL／0175-72-3101 ※ご案内をご希望の方はご相談願います。  エネルギーと科学について学ぶ 【P20参照】  放射線測定体験(20～30分) 身のまわりのさまざまな物を放射線測定器で測定します。 私たちの生活にとても身近な放射線について知ることができます。 ●受入期間／通年 ●体験可能時間／9:00～17:00 ●体験人数／最大48名 ●料金／無料
環境科学技術研究所 MAPB-4  エネルギーと科学について学ぶ 【P20参照】
むつ小川原国家石油備蓄基地 MAPA-3 ■住所／〒039-3212 上北郡六ヶ所村大字尾駁字二又525-2 ■TEL／0175-73-3111  むつ小川原国家石油備蓄基地(30分) さまざまな施設の模型やパネル、映像などでの説明コーナーがあり、役割やしくみを詳しく紹介します。 高さ24mの展望室からは、広大な原油タンク群を一望することができます。 ●受入期間／通年(平日のみ) ●見学可能時間／9:30～16:00 ●見学人数／最大40名 ●料金／無料 ※見学予約については2週間前までに六ヶ所村観光協会までご連絡ください。 TEL0175-71-3115(当面の間休止中)
むつ小川原ウィンドファーム MAPA-3 ■住所／〒039-3212 上北郡六ヶ所村大字尾駁字上尾駁72-1 ■TEL／0175-71-0441  むつ小川原ウィンドファーム(30分) 風力発電のしくみや、むつ小川原ウィンドファームの特徴を紹介する映像を見ることができます。 ●受入期間／通年(平日のみ)冬期間1月～3月条件付 ●体験可能時間／9:30～17:00 ●体験人数／最大40名 ●料金／無料 ※2023年～2025年度受入休止中

二又風力開発(株)／六ヶ所村二又風力発電所 MAPA-3 ■住所／〒039-3212 上北郡六ヶ所村大字尾駁字弥栄平1-87 ■TEL／03-3519-7250  二又風力開発(株)／六ヶ所村二又風力発電所(30分) 風力発電機の最上部(羽根のつけ根)にあるナセルを間近で見学することができます。 ●受入期間／通年(平日のみ)※毎月末29日～翌月3日まで見学不可 ●見学可能時間／10:00～15:00 ●見学人数／最大20名 ●料金／無料 ※見学予約については2週間前までに六ヶ所村観光協会までご連絡ください。 TEL0175-71-3115
国際核融合エネルギー研究センター MAPA-3 ■住所／〒039-3212 上北郡六ヶ所村大字尾駁字表館2-166 ■TEL／0175-71-6500  国際核融合エネルギー研究センター(45～120分) 太陽や恒星のような核融合エネルギーについて学ぶことができます。次世代エネルギーとしての重要な役割を担うだけに世界から注目されています。 ●受入期間／通年(平日のみ) ●見学可能時間／10:00～16:00 ●見学人数／最大20名 ●料金／無料 ※見学予約については2週間前までに六ヶ所村観光協会までご連絡ください。 TEL0175-71-3115
六趣醸造工房 太陽光発電システム MAPA-3 ■住所／〒039-3213 上北郡六ヶ所村鷹架内子内337-3 ■TEL／0175-71-3335  六趣醸造工房 太陽光発電システム(15分) 太陽光発電により作られた電力が工房内で使われていて、その一連の流れを見学することができます。 ●受入期間／通年(毎週月曜日、お盆、年末年始は休館) ●見学可能時間／10:00～15:00 ●見学人数／最大20名 ●料金／無料 ※見学予約については2週間前までに六ヶ所村観光協会までご連絡ください。 TEL0175-71-3115
エネワンソーラーパーク 六ヶ所村 MAPA-3 ■住所／〒039-3212 上北郡六ヶ所村大字尾駁字弥栄平219-2 ■TEL／03-6777-0230  エネワンソーラーパーク 六ヶ所村(15分) 敷地内には太陽光パネルを一望できる展望台があり自由に見学することができます。 ●受入期間／通年 ●見学可能時間／10:00～16:00 ●見学人数／1名～(現地説明を希望の場合は10名～) ●料金／無料 ※見学予約については2週間前までに六ヶ所村観光協会までご連絡ください。 TEL0175-71-3115

睦栄風力発電所 MAPA-3 ■住所／〒039-3215 上北郡六ヶ所村倉内字芋ヶ崎324-2 ■TEL／0175-74-3285  睦栄風力発電所(15分) 大型かつ迫力があり、県内では唯一風下にブレードを回転させ発電を行う「ダウンウィンドロータ方式」を採用した風車であり、発電効率の良いスタイリッシュな風車を見学することができます。 ●受入期間／通年(平日のみ)※冬季積雪時休館 ●見学可能時間／10:00～16:00 ●見学人数／最大20名 ●料金／無料 ※見学予約については2週間前までに六ヶ所村観光協会までご連絡ください。 TEL0175-71-3115
上北六ヶ所太陽光発電所 MAPA-3 ■住所／〒039-3212 上北郡六ヶ所村大字尾駁字上弥栄1-1 ■TEL／0175-71-3115  上北六ヶ所太陽光発電所(15分) 展望台を設置していて、太陽光パネル、石油備蓄基地や風力発電所も一望することができます。 ●受入期間／通年(12～3月は閉館) ●見学可能時間／10:00～17:00 ●見学人数／最大20名 ●料金／無料 ※見学案内なし、自由見学のみ。
青森県量子科学センター MAPA-3 ■住所／〒039-3212 上北郡六ヶ所村大字尾駁字表館2-190 ■TEL／0175-72-1270  青森県量子科学センター(45～90分) 量子科学分野の研究開発活動の内容をパネル等で説明をするほか、最先端の研究機器等を紹介します。 ●受入期間／通年(平日のみ) ●見学可能時間／9:00～17:00 ●見学人数／最大20名 ●料金／無料 ※見学予約については2週間前までに六ヶ所村観光協会までご連絡ください。 TEL0175-71-3115
ユーラス六ヶ所ソーラーパーク MAPA-3 ■住所／〒039-3213 上北郡六ヶ所村鷹架道ノ下718-4 ■TEL／03-5404-5363  ユーラス六ヶ所ソーラーパーク(30分) 見学設定は一般開放していて、太陽光パネルが一望できます。 ●受入期間／4～11月 ●見学可能時間／9:00～17:00 ●見学人数／規定なし ●料金／無料 ※見学予約については2週間前までに六ヶ所村観光協会までご連絡ください。 TEL0175-71-3115
わいどの木 MAPA-3 ■住所／〒039-4502 風間浦村大字易国間字大川目6-7 ■TEL／0175-35-2147 ※木工体験は中止となりました。店の見学は可能です。(営業時間9:00～17:00)

ヒバ開発株式会社 MAPA-3 ■住所／〒039-4601 下北郡大間町大間字大間平37-21 ■TEL／0175-37-4711  バスボム(入溶剂)等の製造体験(60分) 青森ひばの香り、効果を嗅覚、視覚、触覚で感じ、バスボムの製造体験を通じ、モノづくりの楽しさを実感します。 ●受入期間／通年 ●体験可能時間／10:00～15:00 ●体験人数／1～10名 ●料金／3,300円 ※オリジナルコースター、ストラップ、箸など相談に応じ体験メニューの組み合わせ対応可能え
津軽海峡フェリー株式会社 大間支店 MAPA-3 ■住所／〒039-4601 大間町大字大間字根田内10番地 ■TEL／0138-62-7630(営業部)  大公開!フェリーのひみつ!(15～40分) 船内の見学(操舵室(ブリッジ)等)をすることで、フェリーの重要性の理解を深めます。 ●受入期間／通年 ●見学可能時間／要問い合わせ ●見学人数／要問い合わせ ●料金／無料
フォレストパーク「森林体験館」 MAPA-3 ■住所／〒039-4711 佐井村大字佐井字大佐井川目83-1 ■TEL／0175-38-2929  木工体験(120分) 小物入れなどの木工品を製作します。 ●受入期間／通年(年末年始・水曜日休館) ●体験可能時間／9:00～17:00 ●体験人数／最大20名(要予約) ●料金／施設使用料1名100円、材料費1名500円～ ※その他、七宝焼などの体験もできます。

おもり
コト・モノ
語り

青森を北限とする動植物

青森はさまざまな動植物の北限になっており、保存活動も進められています。季節によっては、旅行中に目にすることができるかもしれません。

下北半島のニホンザル

下北半島に棲むニホンザルとその生息域は、1970年に国の天然記念物に指定されています。世界の霊長類(ゴリラ・オランウータンなど)が自然に分布する北限の地として、学術上きわめて貴重な存在となっています。

下北半島周辺

下北半島周辺

61

62