

IV

地域別情報

本県は、東青地域、中南地域、三八地域、西北地域、上北地域、下北地域の6つの地域で構成され、地域ごとに産業や風土など様々な特色がある。

ここでは、地域の産業構造の比較やその特長を紹介するとともに、地域別の主な指標について掲載する。

地域県民局管内図

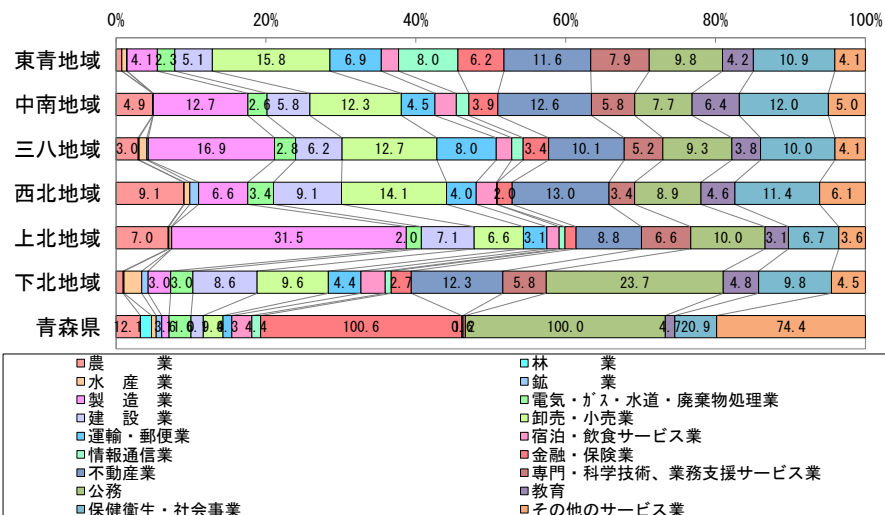


1 地域別の産業構造

各地域の域内総生産について、経済活動別に構成割合を見ると、上北地域を除いた5地域で第3次産業の割合が7割を超えており、特に、東青地域・下北地域では8割超と高くなっている。(図1)

他地域との比較では、総生産額の推計上、持家の帰属家賃の影響が大きい「不動産業」を除くと、東青地域・西北地域は「卸売・小売業」、中南地域・三八地域・上北地域は「製造業」、下北地域は「公務」が大きな割合を占めている。

図1 地域別の域内総生産（2018年度）



※ 税等を控除していないため、合計は100%を超える。 資料：県企画政策部「平成30年度市町村民経済計算」

※ 産業分類

第1次産業：農業、林業、水産業

第2次産業：鉱業、製造業、建設業

第3次産業：電気・ガス・水道・廃棄物処理業、卸売・小売業、

運輸・郵便業、宿泊・飲食サービス業、情報通信業、金融・保険業

不動産業、専門・科学技術・業務支援サービス業、公務、教育、

保健衛生・社会事業、その他のサービス業

※ 持家の帰属家賃…持家の住宅から得られるサービスに相当する価値を見積もり、これを住宅費用とみなした場合に支払われるであろう家賃のこと。実際には金銭の受払を伴わない。

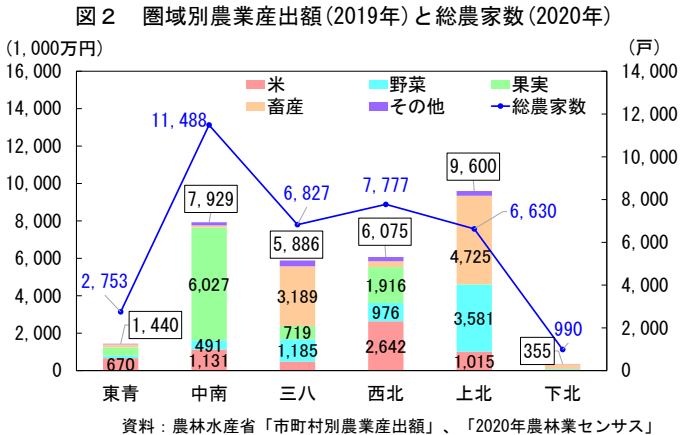
2 産業別に見る地域の特長

(1) 農業の盛んな中南・西北・上北地域

2019年の農業産出額は上北地域が最も高くなっており、県全体の約30%を占める。上北地域・三八地域は畜産や野菜、中南地域はりんごを中心とした果実、西北地域は米が多いなど、地域ごとに特長がある。

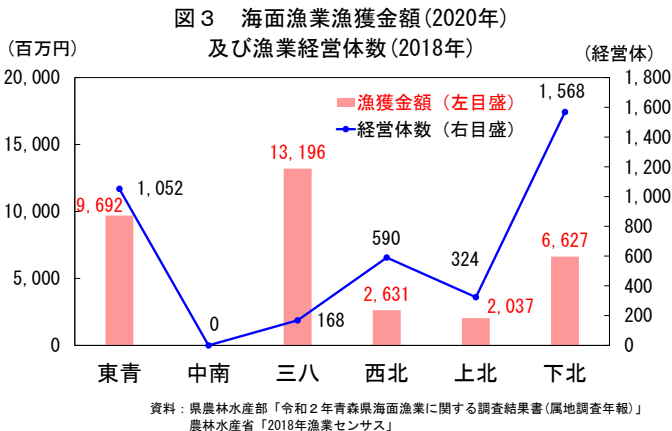
総農家数は中南地域が最も多く、次いで西北地域、三八地域の順となっている。

(図2)



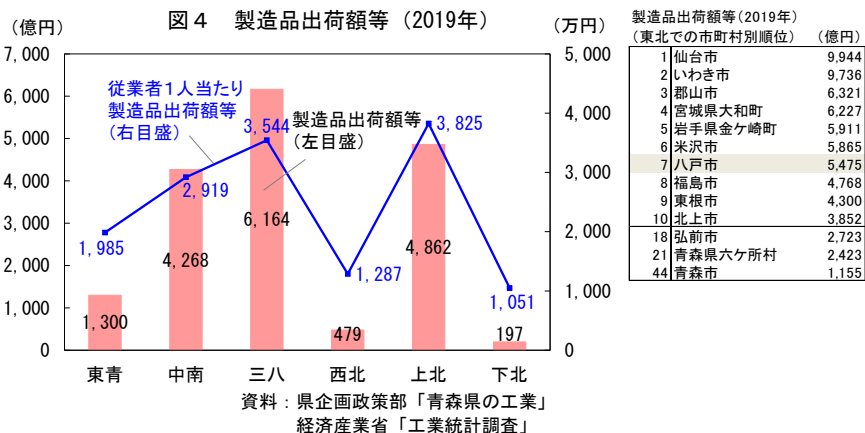
(2) 水産業の盛んな三八・東青・下北地域

2020年の海面漁業漁獲金額は、八戸港を擁する三八地域が約132億円と最も高くなったが、2019年の約144億円からは約8.3%の減となった。大規模経営体が多い三八地域は下北、東青地域と比べて漁業経営体数は少なくなっている。(図3)



(3) 製造業を支える三八・上北地域

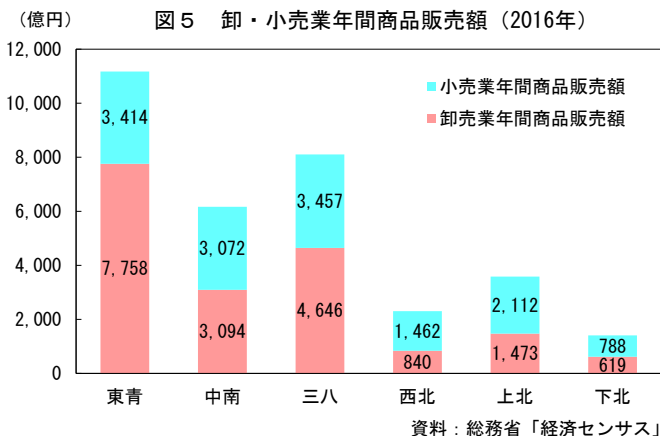
2019年の製造品出荷額等は、八戸市での食料品、飼料、紙パルプ、鉄鋼などの出荷額が多い三八地域が6,164億円と最も高く、県全体の約35.7%を占めている。従業者1人当たりについては、上北地域が最も高い水準となっている。(図4)



(4) 商業の中心地・東青地域

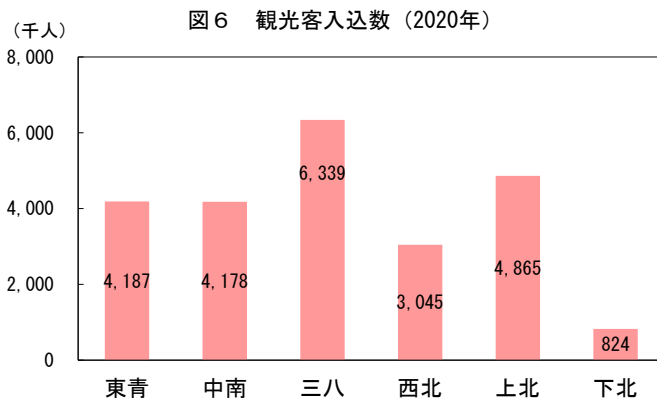
2016年の小売業・卸売業年間商品販売額をみると、東青地域が最も多く、このうち青森市が占める割合は約98.5%となっている。

三八地域に占める八戸市の割合は約92.7%、中南地域に占める弘前市の割合は約79.9%であり、青森市、八戸市、弘前市に商業機能が集中していることがわかる。(図5)



(5) 観光客が多く訪れる三八・中南地域

2020年の県の観光客入込数は23,438千人と、新型コロナウイルス感染症の影響により、前年度より大幅に減少（-33.9%）している。地域別では、三八地域が2010年から10年連続で入込数が最多となっている。（図6）

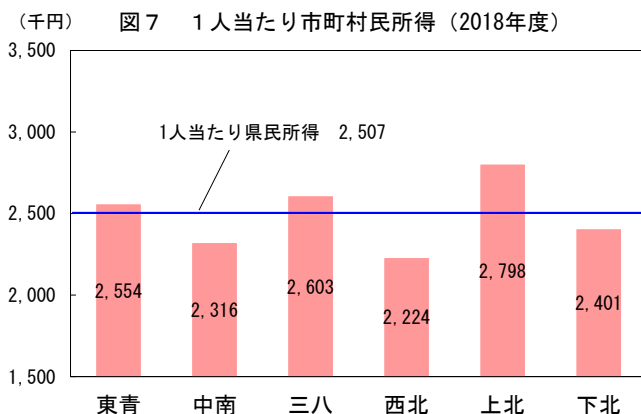


資料：県観光国際戦略局「青森県観光入込客統計」

(6) 1人当たり市町村民所得の高い上北地域

2018年度の市町村民経済計算における1人当たり市町村民所得は、六ヶ所村、東通村、おいらせ町、西目屋村、八戸市の順に高くなっている。

地域別では上北地域の2,798千円が最も高く、次いで三八地域2,603千円、東青地域2,554千円となっている。（図7）

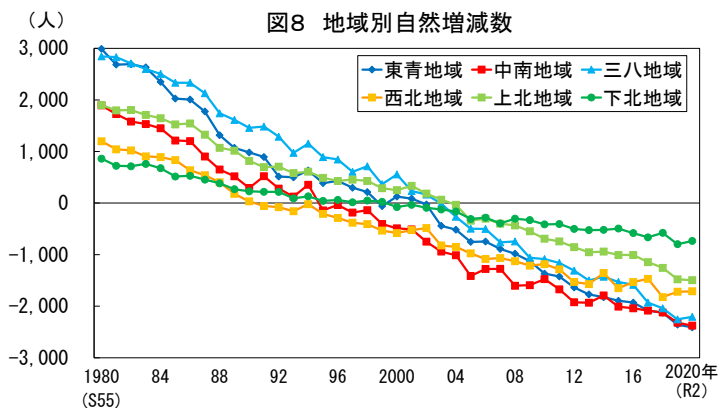


資料：県企画政策部「平成30年度市町村民経済計算」

(7) 各地域の人口動態

<自然動態>

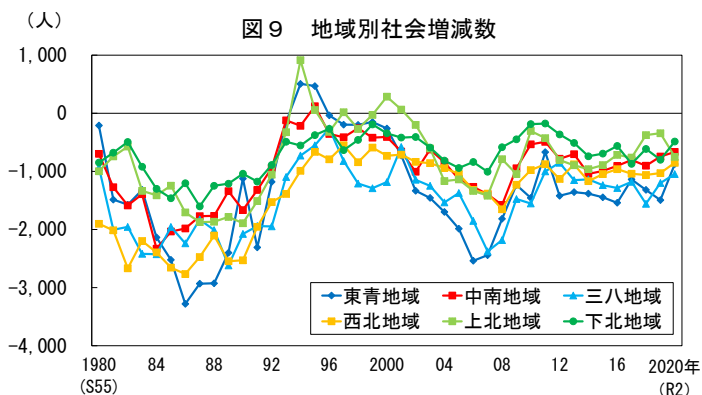
自然動態（出生数－死亡数）は、西北地域が他地域に先駆けて1991年から自然減に転じた。全県的に自然減に転じたのは1999年であったが、三八地域は2003年、上北地域は2004年と、比較的遅い段階で自然減となり、その後は、全ての地域において自然減が続いている。（図8）



資料：県企画政策部「青森県の推計人口年報」

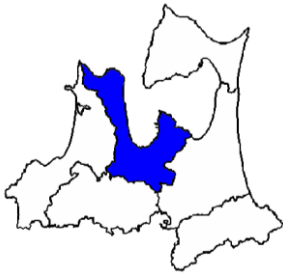
(8) 各地域の社会動態

社会動態（転入者数－転出者数）では、特に東青地域や上北地域において年ごとに大きな変化が見られ、経済情勢等による影響を大きく受けているものと考えられる。三八、西北、下北地域では1980年以降一貫して、2002年以降は全ての地域において社会減が続いている。（図9）



資料：県企画政策部「青森県の推計人口年報」

3 地域の現状



東青地域

	人口（人）	世帯数	面積（km ² ）
青森市	276,339	137,018	824.61
平内町	10,572	4,882	217.09
今別町	2,454	1,389	125.27
蓬田村	2,677	1,145	80.84
外ヶ浜町	5,664	2,804	230.30
合計	297,706	147,238	1,478.11

資料：総務省（人口・世帯数, 2021年4月1日現在, 住民基本台帳）
国土地理院（面積, 2021年10月1日現在）

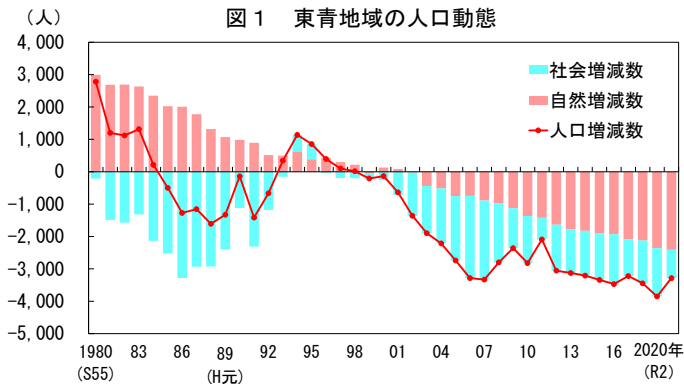
地点	平均気温 (°C)	最高気温 (°C)	最低気温 (°C)	日照時間 (時間)	降水量 (mm)	降雪量 (cm)
青森						
平年値	10.7	27.8	-3.5	1,589.2	1,350.7	567
2021	11.5	34.2	-7.9	1,785.7	1,382.5	488

※平年値：1991～2020年の累年平均値

資料：気象庁

■人口動態

自然動態は、2002年以降減少が続いており、減少幅が年々拡大している。社会動態は、2013年以降減少幅が拡大傾向にあるものの、2019年の-1,493人から2020年は-874人と減少幅が縮小した。（図1）

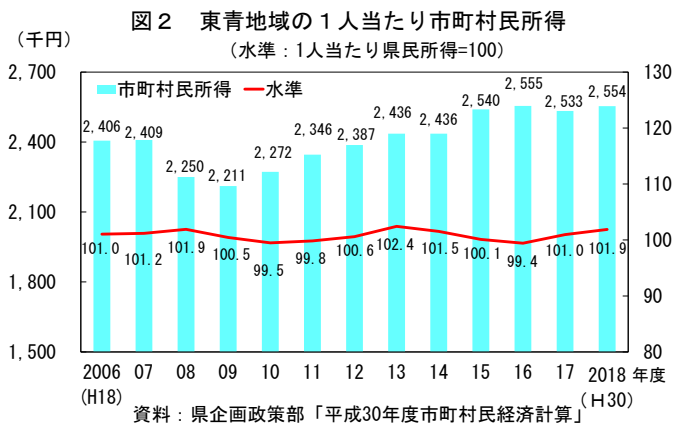


資料：県企画政策部「青森県の推計人口年報」

■ 1人当たり市町村民所得

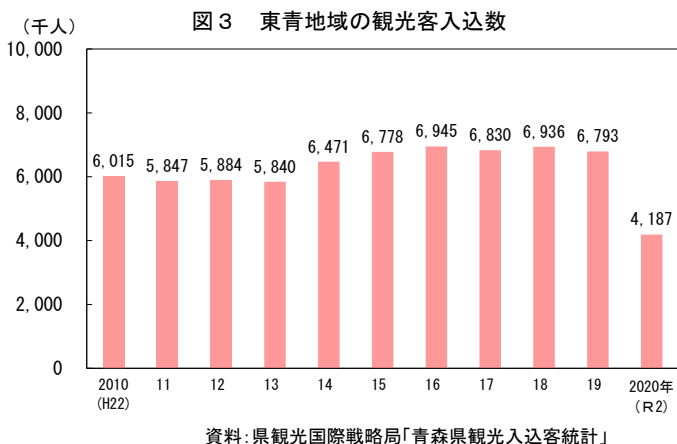
1人当たり市町村民所得は、2010年度以降は概ね増加傾向にある。

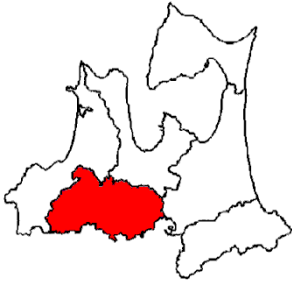
また、1人当たり県民所得に対する1人当たり市町村民所得の水準は、県と同程度の水準を概ね横ばいで推移している。(図2)



■ 観光客入込数

観光客入込数は、2014年以降600万人以上で推移していたが、2020年は、新型コロナウイルス感染症の影響により、年間約419万人まで減少した。(図3)





中南地域

	人口（人）	世帯数	面積（km ² ）
弘前市	167,061	80,187	524.20
黒石市	32,327	13,838	217.05
平川市	30,616	12,120	346.01
西目屋村	1,317	554	246.02
藤崎町	14,761	6,123	37.29
大鰐町	9,106	4,174	163.43
田舎館村	7,639	2,833	22.35
合計	262,827	119,829	1,556.35

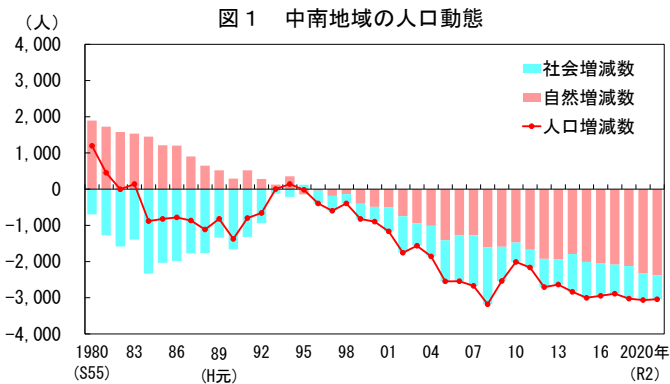
資料：総務省（人口・世帯数, 2021年4月1日現在, 住民基本台帳）
国土地理院（面積, 2021年10月1日現在）

地点	平均気温 (°C)	最高気温 (°C)	最低気温 (°C)	日照時間 (時間)	降水量 (mm)	降雪量 (cm)
弘前						
平年値	10.6	28.8	-4.6	1,585.1	1,255.3	679
2021	11.3	35.6	-11.0	1,664.0	1,201.5	334

※平年値：1991～2020年の累年平均値
資料：気象庁

■人口動態

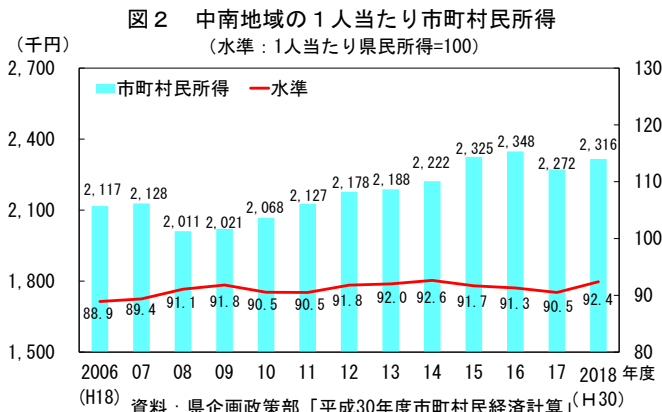
自然動態は、1995年以降減少が続いており、減少幅も拡大傾向にある。社会動態は2014年以降の減少幅は概ね横ばいで推移している。（図1）



■ 1人当たり市町村民所得

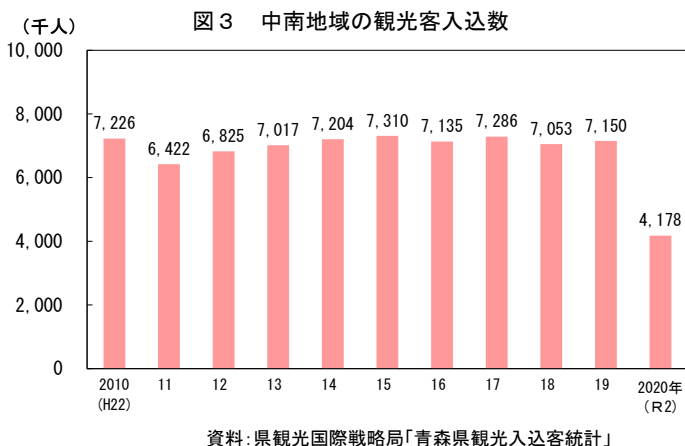
1人当たり市町村民所得は、2009年度から増加傾向にあり、2017年度は減少に転じたが、2018年度は再び上昇した。

また、1人当たり県民所得に対する1人当たり市町村民所得の水準は、2009年度以降はほぼ横ばいの状況にある。(図2)

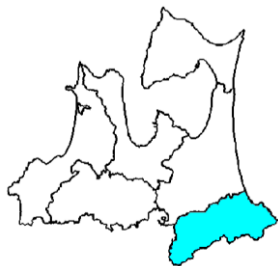


■ 観光客入込数

観光客入込数は、東日本大震災以降横ばいであったが、新型コロナウイルス感染症の影響により、2020年は年間約418万人まで減少した。(図3)



三八地域



	人口（人）	世帯数	面積（km ² ）
八戸市	224,617	109,555	305.56
三戸町	9,596	4,212	151.79
五戸町	16,571	7,010	177.67
田子町	5,222	2,134	241.98
南部町	17,480	7,499	153.12
階上町	13,122	5,979	94.00
新郷村	2,335	915	150.77
合計	288,943	137,304	1,274.89

資料：総務省（人口・世帯数、2021年4月1日現在、住民基本台帳）
国土地理院（面積、2021年10月1日現在）

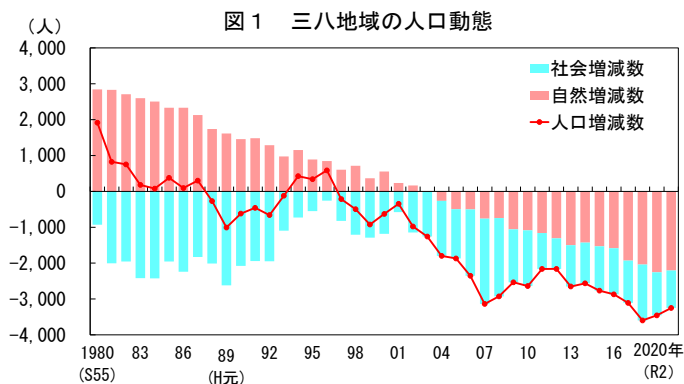
地点	平均気温 (°C)	最高気温 (°C)	最低気温 (°C)	日照時間 (時間)	降水量 (mm)	降雪量 (cm)
八戸						
平年値	10.5	26.5	-3.9	1,844.3	1,045.1	134
2021	11.3	33.7	-11.7	2,006.2	1,012.5	112

※平年値：1991～2020年の累年平均値
資料：気象庁

■人口動態

自然動態は、2003年に減少に転じて以降、減少幅が拡大傾向にある。社会動態は、2018年の-1,557人から2020年の-1,045人まで減少幅が縮小している。

(図1)

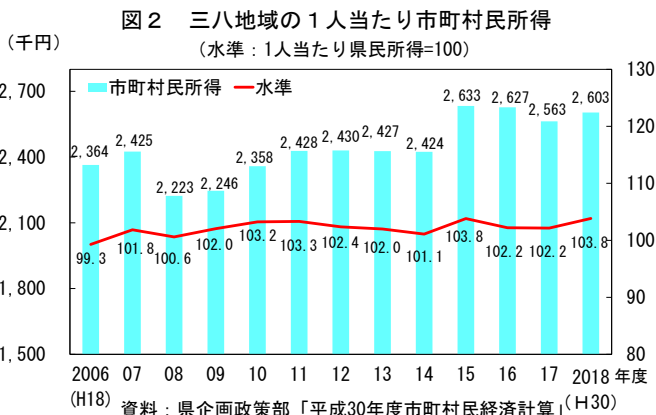


資料：県企画政策部「青森県の推計人口年報」

■ 1人当たり市町村民所得

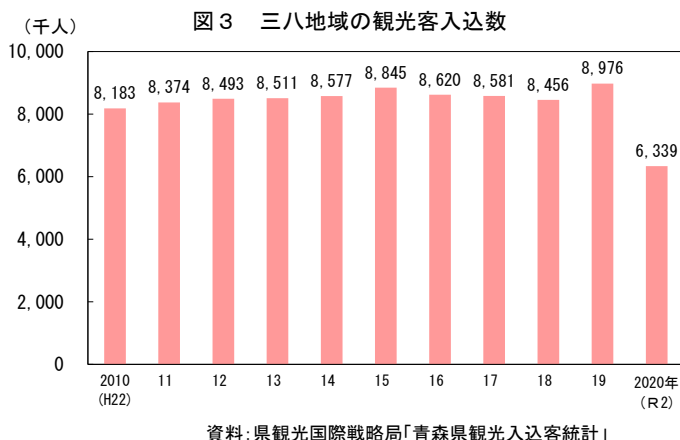
1人当たり市町村民所得は、やや落ち込みが見られる年度もあるものの、ほぼ横ばいで推移している。

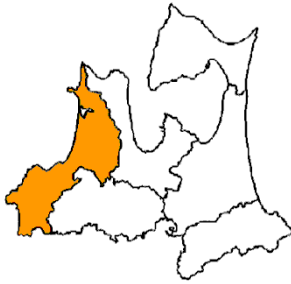
また、1人当たり県民所得に対する1人当たり市町村民所得水準については、県をやや超える水準を概ね横ばいで推移している。(図2)



■ 観光客入込数

観光客入込数は概ね横ばい傾向であったが、新型コロナウイルス感染症の影響により、年間約634万人まで減少した。(図3)





西北地域

	人口（人）	世帯数	面積（km ² ）
五所川原市	52,823	25,588	404.20
つがる市	31,111	13,574	253.55
鱒ヶ沢町	9,373	4,492	343.08
深浦町	7,674	3,644	488.90
板柳町	13,109	5,455	41.88
鶴田町	12,408	5,405	46.43
中泊町	10,478	5,068	216.34
合計	136,976	63,226	1,794.38

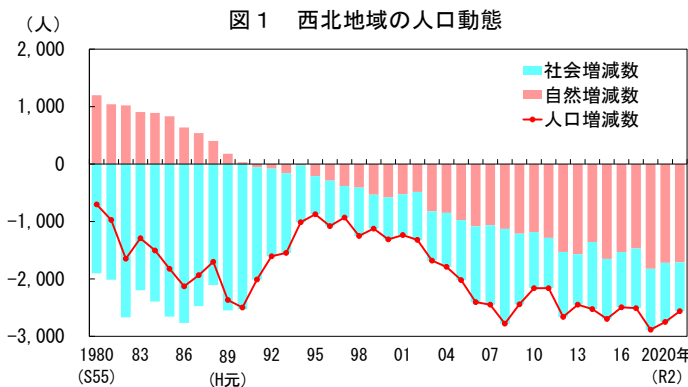
資料：総務省（人口・世帯数, 2021年4月1日現在, 住民基本台帳）
国土地理院（面積, 2021年10月1日現在）

地点	平均気温 (°C)	最高気温 (°C)	最低気温 (°C)	日照時間 (時間)	降水量 (mm)	降雪量 (cm)
五所川原						
平年値	10.6	28.2	-4.2	1,497.4	1,280.4	543
2021	11.5	35.9	-9.2	1,646.1	1,194.0	299

※平年値：1991～2020年の累年平均値
資料：気象庁

■人口動態

自然動態は、県内で最も早い1991年に減少に転じており、これ以降、年々減少幅が拡大する傾向にある。社会動態は2009年以降の減少幅は概ね横ばいで推移している。（図1）

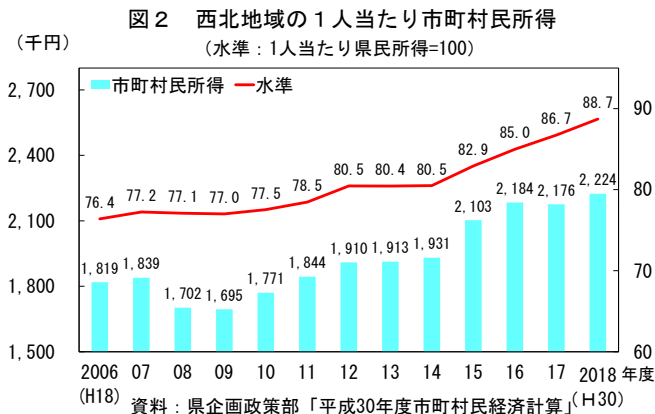


資料：県企画政策部「青森県の推計人口年報」

■ 1人当たり市町村民所得

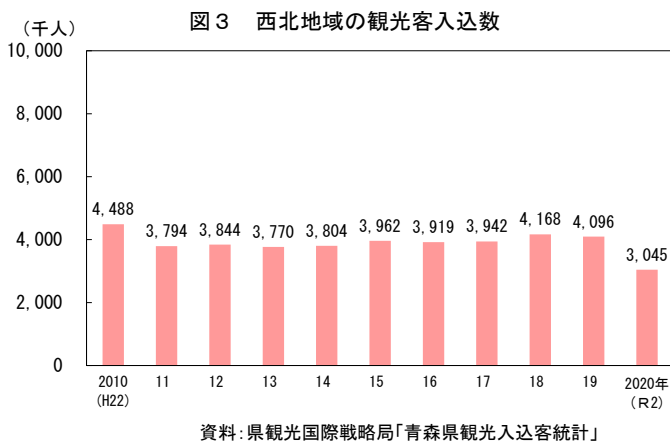
1人当たり市町村民所得は、2010年度から増加傾向にある。

また、1人当たり県民所得に対する1人当たり市町村民所得水準は他地域と比較して低い水準となっているものの、近年その差は縮小が続いている。(図2)

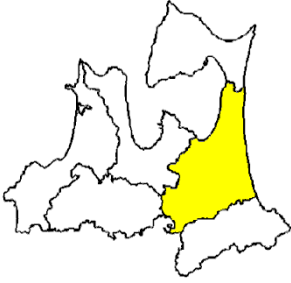


■ 観光客入込数

観光客入込数は、微増傾向で推移していたが、2020年は、新型コロナウイルス感染症の影響により、年間約305万人まで減少した。(図3)



上北地域



	人口（人）	世帯数	面積（km ² ）
十和田市	59,963	27,877	725.65
三沢市	38,816	19,358	119.87
野辺地町	12,812	6,461	81.68
七戸町	14,994	6,806	337.23
六戸町	10,947	4,552	83.89
横浜町	4,351	2,113	126.38
東北町	17,027	7,291	326.50
六ヶ所村	10,099	4,946	252.68
おいらせ町	25,240	10,606	71.96
合計	194,249	90,010	2,125.84

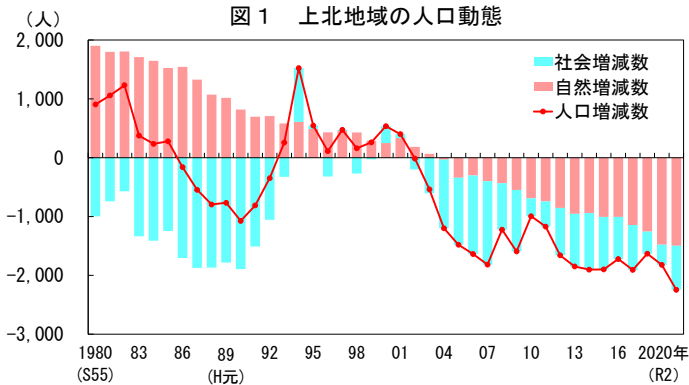
資料：総務省（人口・世帯数、2021年4月1日現在、住民基本台帳）
国土地理院（面積、2021年10月1日現在）

地点	平均気温 （℃）	最高気温 （℃）	最低気温 （℃）	日照時間 （時間）	降水量 （mm）	降雪量 （cm）
十和田						
平年値	9.8	26.7	-6.2	1,755.1	1,031.1	395
2021	10.6	34.5	-20.1	1,580.8	911.0	233

※平年値：1991～2020年の累年平均値
資料：気象庁

■人口動態

自然動態は、2004年から減少に転じ、年々減少幅が拡大している。社会動態は、2019年の-343人から2020年は-749人と減少幅が拡大した。（図1）

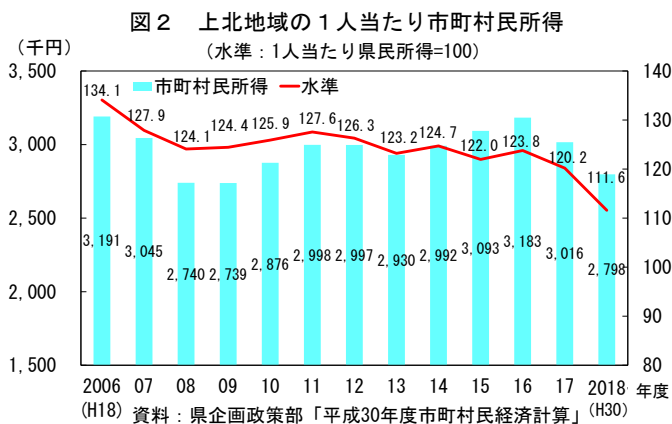


資料：県企画政策部「青森県の推計人口年報」

■ 1人当たり市町村民所得

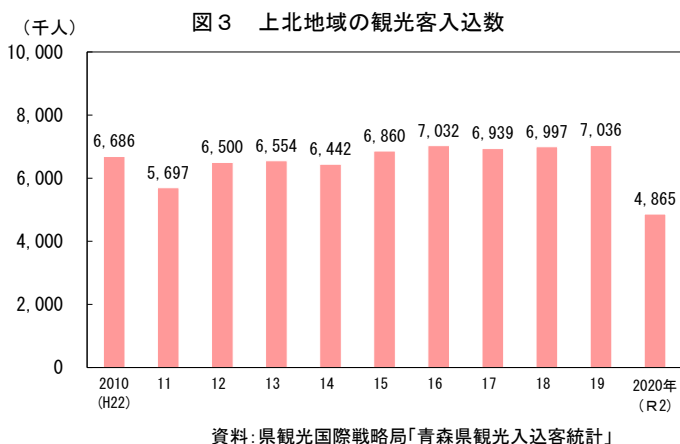
1人当たり市町村民所得は、製造業の製造品出荷額等の増加などにより大きく伸びていたが、近年は2017年度以降減少している。

また、2006年度以降すべての年度で、1人当たり県民所得に対する1人当たり市町村民所得水準が高く、これは他地域と比較して最も高い水準にあるが、2018年度は県水準との差が縮小した。(図2)

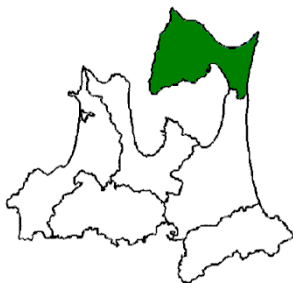


■ 観光客入込数

観光客入込数は、近年は700万人前後で推移していたが、2020年は新型コロナウイルス感染症の影響により、年間約487万人まで減少した。(図3)



下北地域



	人口（人）	世帯数	面積（km ² ）
むつ市	55,354	28,730	864.20
大間町	5,011	2,472	52.09
東通村	6,095	2,810	295.27
風間浦村	1,772	892	69.46
佐井村	1,879	921	135.05
合計	70,111	35,825	1,416.07

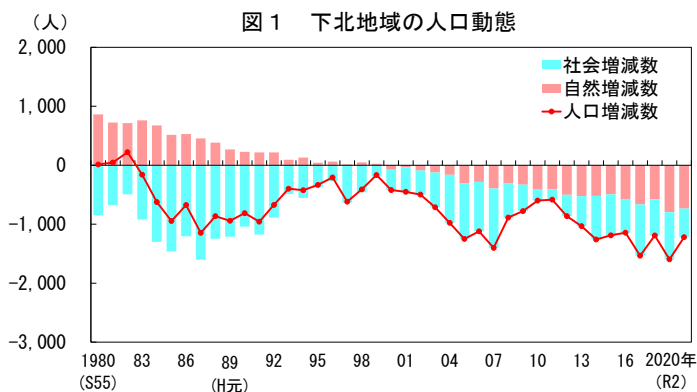
資料：総務省（人口・世帯数, 2021年4月1日現在, 住民基本台帳）
国土地理院（面積, 2021年10月1日現在）

地点	平均気温 （℃）	最高気温 （℃）	最低気温 （℃）	日照時間 （時間）	降水量 （mm）	降雪量 （cm）
むつ	9.8	25.8	-4.9	1,577.4	1,357.6	365
2021	14.5	33.3	-14.2	1,635.3	1,623.0	303

※平年値：1991～2020年の累年平均値
資料：気象庁

■人口動態

自然動態は、2000年に減少に転じ、年々減少幅が拡大する傾向にあるものの、2020年の減少幅は縮小した。社会動態についても2020年の減少幅が縮小し、自然増減数と合わせた全体の人口増減数の減少幅も縮小した。（図1）



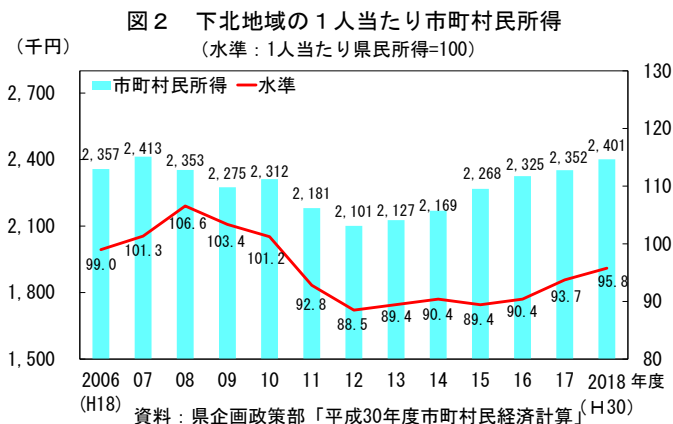
資料：県企画政策部「青森県の推計人口年報」

■ 1人当たり市町村民所得

1人当たり市町村民所得は、2013年度以降は上昇傾向である。

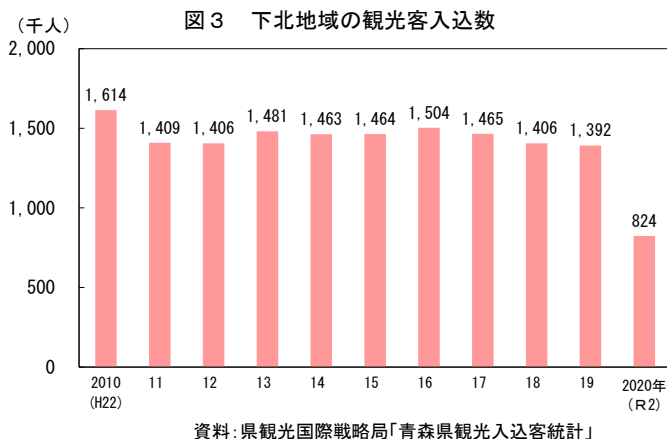
また、2011年度以降すべての年度で1人当たり県民所得に対する1人当たり市町村民所得の水準が下回っているものの、ここ数年はその差は縮小傾向にある。

(図2)



■ 観光客入込数

観光客入込数は、東日本大震災の影響で大きく落ち込み、その後2016年までは徐々に回復していたが、2017年以降緩やかに減少しており、さらには新型コロナウイルス感染症の影響により、2020年は年間約82万人まで減少した。(図3)



4 地域のここが推し

東青地域のここが推し

◆「龍飛岬マツカワ」～青函トンネルからしみ出る海洋深層水で育つ「幻の魚」～



養殖の様子

マツカワガレイは、身が厚く程よく脂も乗ったおいしい魚で、刺身やお寿司で食べると最高の味わいです。漁獲量が極端に少ないため、非常に高価で、日本料理店や寿司店等で高級食材として利用されており、スーパーなどに並ぶことがほとんどないため、「幻の魚」とも言われています。



絶品の漬け丼

「龍飛岬マツカワ」は、青函トンネルの湧き水である清浄な海洋深層水を汲み上げ、かけ流しで養殖されたマツカワガレイで、年間を通して安定した水温・水質で養殖されているため、健康的で成長が良く、身の厚いことが特徴です。龍飛岬方面にお出かけの際は、是非ご賞味ください！

◆ますます賑わう青森ウォーターフロント あおもり駅前ビーチ (A-BEACH) 完成

かつて青函連絡船の発着地として多くの旅人や船員が行き交う場所だった青森ウォーターフロントが、海辺の環境再生と新たな賑わい空間の創出につながる親水空間として生まれ変わりました。

2021年7月に完成したあおもり駅前ビーチは、青森駅のすぐそば、A-FACTORY とねぶたの家ワ・ラッセに隣接し、干潟面積はサッカーコートとほぼ同じ大きさの約7000㎡です。多目的テラス等を有する賑わい施設も同時オープンしたほか、シーカヤックやミニボートなどの体験型イベントも開催されるなど、子どもから大人まで楽しめる賑わいの場となっています。ますます充実する「青森ウォーターフロント」。是非お楽しみください！



A-Factory とワ・ラッセに隣接するビーチ



ベイブリッジを望む

中南地域のここが推し

◆幻の伝承野菜！「大鰐温泉もやし」

みなさん、青森県には希少な「幻のもやし」があることをご存じでしょうか。

その名も、「大鰐温泉もやし」。一般的なもやしと大きく異なり、その特徴は何といても特殊な形状や味わいです。一般的なもやしの長さは5cm程度ですが、大鰐温泉もやしはなんとその8倍程の約40cm！そして、太さは一般的なもやしの半分以下。このギュッと細長い形状が生み出すシャキシヤキの歯ごたえと豆のうま味が絶品です。

さらに、おいしさの理由として、甘味・うま味を呈する「アラニン」というアミノ酸が、一般的な大豆もやしに比べて約3.7倍含まれていることが研究で分かっています。

そんな大鰐温泉もやしですが、歴史は古く、今から約400年前の江戸時代まで遡ります。大鰐温泉は歴代の津軽藩主の湯治場として名の通った温泉で、藩主が訪れた際は、必ず大鰐温泉もやしを献上していたんだとか。

また、冬が長く厳しい津軽地方にとって、温泉熱を利用して栽培した大鰐温泉もやしは、昔から貴重な冬野菜であり、重要な栄養源だったようです。

では、大鰐温泉もやしはどのようにして作られているのでしょうか。一般的なもやしとどのような違いがあるのでしょうか。

まず、もやしは豆から出来ている食品ですが、大鰐温泉もやしとして使われる豆の品種は「小八豆（こはちまめ）」と呼ばれる大鰐地域で何百年と引き継がれてきた伝統的な大豆に限られています。

次に、栽培方法ですが、通常のもやしは水耕栽培（土を使わず、水と液体肥料で栽培する方法）で作られるのに対し、大鰐温泉もやしは日本でもかなり珍しい、土耕栽培（土を利用して栽培する方法）で作られています。大鰐地域の栄養たっぷりの土が使われていて、完全無農薬・無化学肥料で育てられているんです。

さらに、栽培の過程では温泉水を活用しています。土の保湿、地温の調整、また、収穫に伴い土を洗い流す際など、あらゆる場面で大量の温泉水を用いており、



伝統の冬野菜「大鰐温泉もやし」



大鰐温泉もやし栽培の様子

水道水は一切使っていません。まさに、温泉地である大鰐ならではの知恵と工夫の結晶なのです。

以上の小八豆・土耕栽培・温泉水の3つの要素、そして生産者たちの熱い想いや妥協を許さないこだわりが、品質の良い「大鰐温泉もやし」を作り出す秘訣になっています。

県内でもなかなか手に入らない希少な野菜です。ぜひ大鰐町を訪れて、大鰐温泉もやしの味と食感をお確かめください。



大鰐温泉もやし特製「うまか丼」
提供：お食事処 花りんご（鰐 come 内）

◆古津軽の伝承料理を次の世代へ。「津軽あかつきの会」

冬場の津軽地方では、降雪や厳しい寒さのために作物を育てることができなかったため、春から秋にかけて収穫した畑や山の恵みを「干す」・「発酵させる」といった長期保存の方法や、それらを冬に美味しく調理する知恵が生まれ、郷土料理となっていきました。

そういった知恵をお互いに教えあう風景が昭和の中頃までは盛んに見られましたが、最近はそのような機会も少なくなりました。このままでは地域の伝承料理が失われるかもしれない、そんな危機感から立ち上がったのが、伝承料理を受け継いで次世代に伝えることを目的に結成された女性の集い、「津軽あかつきの会」です。



津軽あかつきの会メンバー

「津軽あかつきの会」では、伝承活動の一環として、季節の食材を使った伝承料理をランチで提供しています。※

お膳に並ぶたくさんのお鉢料理は、色とりどりで栄養豊富。民家で味わう懐かしい家庭料理は、おばあちゃん家に遊びに行った気分になります。慌ただしい今の時代だからこそ、先人たちの暮らしぶりに思いを馳せながら、手間暇かけて、真心こめて作られた伝承料理を味わってみませんか。



古津軽の伝承料理

※営業日は毎週木、金、土、日の 11:30～14:00。

人数は4名から受付、1食1,500円～。

下ごしらえのため4日前までの予約が必要です。

住所：青森県弘前市大字石川家岸 44-13（お問い合わせ：090-7665-8468）

三八地域のここが推し

◆全てが特別な「ごのへ三大肉」

数々の賞を受賞しブランド牛としてその名を全国に轟かせた「あおもり倉石牛」は、豊かな自然に恵まれた五戸町倉石地区で肥育される黒毛和種の中でも、高品位のものしか冠することができないブランドであり、絶賛に値するほどの霜降り肉を堪能できます。

また、市場から非常に高い評価を受けている「青森シャモロック」は、

青森県畜産試験場が20年の歳月をかけて交配した高品質な地鶏で、繊細な肉質と奥深く濃厚な味わいを特徴に持ち、あふれ出す旨味としっかりとした噛み応えが楽しめます。

さらに、五戸町の特産品として長く親しまれている「馬肉」は、桜肉と言われるゆえんでもある鮮やかな赤みが特徴で、食卓を華やかに飾る特別な一品。低カロリー・低脂肪・低コレステロール・高たんぱく質な馬肉は、栄養価が高く太りにくいことから、ヘルシーな食材として人気が高まっています。



あおもり倉石牛・青森シャモロック・馬肉

◆にんにく日本一の町が開発した「美六姫」

にんにくと言えば、田子。田子と言えば、みんなが認める国産極上になんにくの生産地。たくさんの人から喜ばれる田子町のにんにくは、冷涼な高原の気候と、この地に暮らす人々のあたたかな思いやりからできています。

そんな田子町が7年もの月日を費やし、青森県産業技術センターと開発したにんにく「美六姫」をご存じでしょうか。

「美六姫」は6片種系統で1片が大きく、香り、旨味、甘みが強いのが特長で、美しい白さを誇っています。

今後生産量を拡大し全国へその魅力を発信してい

く予定ですが、独自の選果基準をクリアした「美六姫」は希少で数量に限りがあることから、現在は田子町ガーリックセンターでのみ取り扱いしております。

田子町へお越しの際は、にんにく日本一の町が開発した特別なにんにくをぜひご賞味ください。



収穫をむかえた「美六姫」

西北地域のここが推し

◆しゃこちゃんのふるさと「亀ヶ岡石器時代遺跡」



JR五能線木造駅

ゴーグルを装着した宇宙人のような目、ふくよかな体型に片足立ちの姿。縄文時代のアイコン的存在として認知される遮光器土偶は、亀ヶ岡石器時代遺跡から発掘されました。地元では「しゃこちゃん」の愛称で親しまれ、目が7色に光る木造駅と一体化した高さ17mの巨大なモニュメントは、圧倒的な存在感があります。

遺跡にほど近い田小屋野貝塚からは「ベンケイガイ製貝輪（ブレスレット）」が出土しており、縄文人の技術と芸術性の高さをうかがい知ることができます。

つがる市役所に隣接するつがる市縄文住居展示資料館「カルコ」では、両遺跡からの出土品を中心に、縄文時代晩期の大型竪穴建物、縄文時代前期の女性人骨、遮光器土偶の精巧なレプリカなどが展示されています。また、遺跡の近くには木造亀ヶ岡考古資料室があり、漆塗り土器などの出土品が展示されています。



つがる市縄文住居展示資料館「カルコ」

縄文遺跡案内所（亀ヶ岡石器時代遺跡隣接）では、ボランティアガイド「つがる縄文遺跡案内人」が、地下に眠るロマンを案内してくれます（4月～11月、土日・祝の10時～15時）。

毎年夏休み頃に「J OMON 亀ヶ岡遺跡・田小屋野貝塚まつり」が開催され、地元高校生がガイドする田小屋野ウォークが人気を博しています。

また、地元高校生のアイデアから生まれた「しゃこちゃんケーキ」、「しゃこちゃんサブレ」は土産品として人気商品となっています。



たいま菓子店
「しゃこちゃんケーキ」

◆白神山地の清流で育つ幻の魚イトウ

イトウは体長が 2m 以上にもなるサケ科最大の魚で、冷水を好み、普段は水のきれいな川の上～中流部に生息しています。他のサケ科の魚と異なり、何年も繰り返し卵を産み、寿命は 20 年以上といわれています。以前は、青森県内でも天然のイトウが生息していましたが、現在は、北海道の一部の河川にしか生息していないとされ、釣り人たちの間で「幻の魚」と呼ばれます。

鱒ヶ沢町・深浦町では 1980 年代中頃から養殖に着手し、両町の特産となっています。

川魚特有の淡泊さにサケ類特有の上品な甘みと脂が加わった食味です。代表的な食べ方はお刺身ですが、切り身に塩、コショウ、小麦粉をまぶして焼くムニエルや、タマネギ、ピーマン、ニンジン等を加えサラダ油と酢で和えるマリネもおすすめです。両町の飲食店、宿泊施設等で提供しているほか、冷凍した押し寿司などの加工品を購入することができ、ふるさと納税の返礼品としても人気があります。



イトウの刺身

上北地域のここが推し

◆世界文化遺産「ニツ森貝塚」

七戸町にあるニツ森貝塚は、2021年7月に世界文化遺産に登録された「北海道・北東北の縄文遺跡群」の構成資産の1つです。小川原湖から西に約3.5kmの台地上に造られた、貝塚を伴う集落遺跡で、今から約5500～4000年前（縄文時代前期～中期）に縄文人が生活していたことがわかっています。

遺跡は史跡公園として公開されており、竪穴住居や貝塚の貝殻が散布している状況がご覧になれます。また、遺跡から約800m離れた場所にある「ニツ森貝塚館」では、動物の骨や実物の貝塚を剥取った断面など貝塚ならではの資料を展示しているほか、各種体験講座を開催しています。事前予約をしていたらボランティアガイドの案内を受けることもできます。ぜひ足を運んでいただき、縄文時代の人びとの暮らしに思いをはせてみませんか。



ニツ森貝塚史跡公園



ニツ森貝塚館内（常設展示室）

◆清水目ダムオートキャンプ場

清水目ダムオートキャンプ場は、清水目川上流の清水目ダムのそばに位置するキャンプ場です。谷あいのロケーションで、周囲を山に囲まれ、閑静な自然に恵まれています。静けさと季節の移り変わりを楽しめ、時を忘れて自然を感じる絶好のキャンプスポットとなっています。ぜひお越しください。

開園期間は7月から10月までとなっております。



清水目ダムオートキャンプ場

下北地域のここが推し

◆来さまい大畑桜ロード

来(か)さまい大畑桜ロードは、むつ市の中心市街地から大間方面に向かって車で30分弱、国道279号線の大畑バイパス沿いに続く桜並木です。

全長およそ8km、約1,400本にもおよぶソメイヨシノが道の両脇を彩り、曲がってもまだ桜、下ってもまだ桜が続きます。満開の桜のトンネルは走り抜ける車窓からでも十分に楽しむこと

ができ、春のドライブスポットとしてオススメです。花より団子派の皆様も、車内に団子を用意すれば気分はもう花見栈敷。ごゆっくりとはいきませんが、気分をお楽しみいただけることでしょう。

「来さまい」とは下北地域の言葉で「おいでください」を意味し、「来さまい大畑桜ロード」の名称は一般公募で選ばれました。

車窓からの満開の桜を、桜吹雪の中を駆け抜ける爽快感を味わいに来さまい！



約8kmにわたって続く桜並木

◆孤高の岩峰「縫道石山」

縫道石山(ぬいどういしやま)は、東北百名山の一つにも選ばれている標高626mの岩山です。山頂付近には、日本ではここにしかない地衣類「オオウラヒダイワタケ」が群生するなど、特色のある植物群が国の天然記念物に指定されています。

山頂付近が切り立った崖のように見える特徴的な山容は、過去には操業する漁船の目印になっていたとされていますが、現在は比較的手軽に登ることができる、登山者に人気の山となっています。

登山口からゆっくり登って約90分の山頂からは、陸奥湾、津軽海峡、晴れていれば函館山、反対側を向くと野平高原、下北西部の地形を一望でき、360度の絶景が楽しめます。登山を楽しんだ後には、下北らしい熱めの温泉で疲れを癒すのもお勧めです。下北の雄大な自然を満喫してみませんか。



山頂から望む絶景