

静冈的高中生和
「怦然心动」海报 /
鲇泽高中SBP研究会



鲮泽高中SBP研究会,是个深入研究地域资源,致力于活用地域资源制作商品的商业研究会。在2019年10月的全国高中生SBP交流博览会上有縁和滨松学艺高中(静冈县滨松市)的学生们共同合作,一起从事「地域的魅力推广活动」。一起在鲮泽町散步拍照,思考文案,制作了以「怦然心动♡计划」为题的海报。每天上下学经过的车站和当地的大海等,不加装饰的高中生的想法就投影在这样的日常风景中。把自己最喜爱的鲮泽町的魅力传达出去!让更多人了解这里,光临这里,使地域变得更有活力!希望这个意念能传达给更多人。

咨询联系

■ 鲛泽观光咨询处

☎0173-72-7000

■一般社团法人鰐澤観光協会

☎0173-72-5004

官网 <http://www.ajigasawa.info>

■ 鯉澤町政策推進課観光商工処

☎0173-72-2111

官网 <http://www.town.ajigasawa.lg.jp>

■ 鰺泽町观光网页「去鰺泽吗?(AJI-IKU)」

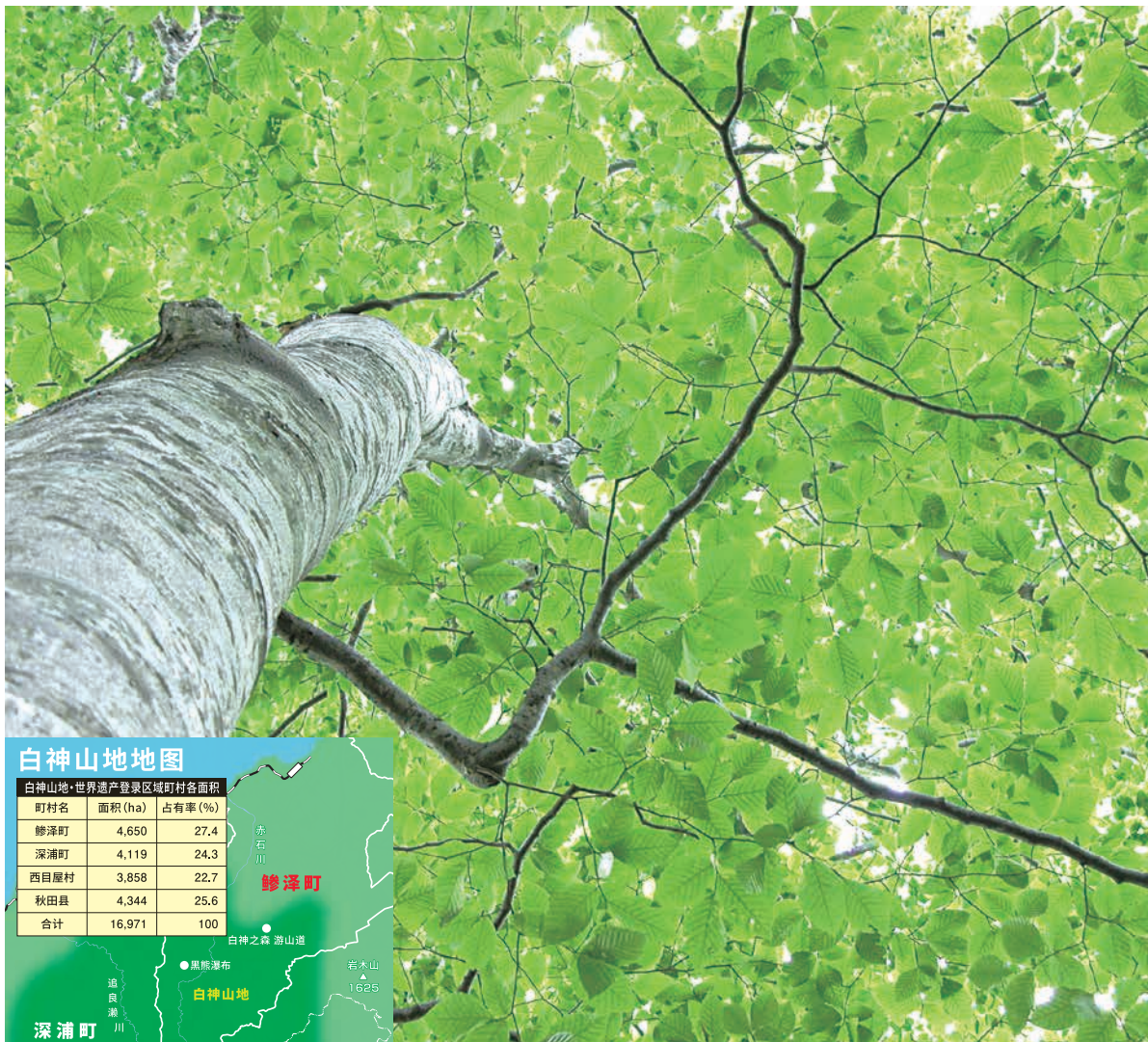
官网 <http://www.ajiiku.jp>

2022.9 [简体字]



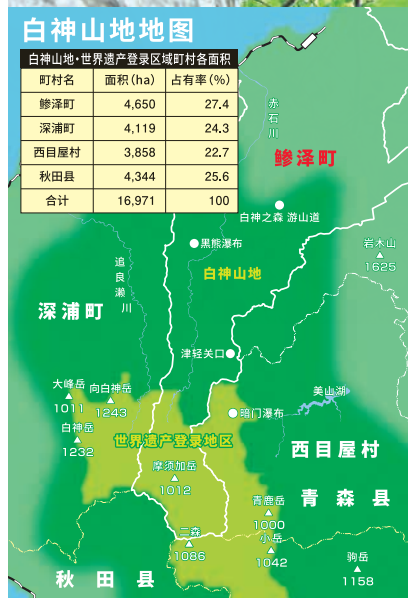
鰻ヶ沢

Welcome guide Book



白神山地地图

町村名	面积 (ha)	占有率 (%)
鯉ヶ沢町	4,650	27.4
深浦町	4,119	24.3
西目屋村	3,858	22.7
秋田县	4,344	25.6
合计	16,971	100



世界自然遗产「白神山地」

白神山地，是由海拔100米至1200米之间的群山相连而成的地区，面积约13万公顷，跨越青森县与秋田县。在这其中，有没受到人为为开发影响，世界最大级的原生山毛榉林的其16,971公顷中心地带，在1993年12月被列入世界自然遗产。而这其中约27%就是位于鯉ヶ沢町。在白神山地，有被列为天然纪念物的黑啄木鸟及金雕等物种，孕育着丰富多样的动植物生态系。



日本瀑布百选 「黑熊瀑布」

在赤石川的支流「瀑布之泽」有着落差85m、宽15m的青森县内最大的瀑布。因为看起来像是观音合掌端坐的样子，自古以来被视为宗教圣地。从停车场到瀑布徒步需15分钟，随着穿越山毛榉、水槭、连香树等植物所形成的隧道，运气不错的话能遇见栖息在白神山地的野鸟们。在「瀑布之泽」，有12个大大小小的瀑布，可从其修建好的健行步道观赏「黑熊瀑布」(第1)。

■期间／5月下旬～11月上旬



险峻的溪流之美 赤石溪流

作为白神山地源流的清流赤石川，是香鱼、山女鱼、红点鲑等鱼种的宝库。特别是这里的香鱼被称为「金香鱼」，每年7月1日的解禁日时都有大批来自县内外的钓客为此造访。另外，从沿着溪流的赤石溪流线公路，能欣赏四季更迭的美景，还有「青岩瞭望所」等名胜风景，能充分享受新绿及红叶等四季更迭的溪流之美。



金香鱼



香鱼之乡

白神山地的水

以优异的保水力著称、被称为「天然水库」的山毛榉林。将世界自然遗产白神山地山毛榉林中孕育而成的清澈泉水，以日本国内最早的非加热製法罐装成瓶装水。



Café 水与咖啡

使用白神山的水冲泡的咖啡



国家史迹 种里城迹光信公宅邸

是由自南部下久慈到种里城的大浦光信公所建造的种里城迹。继承光信公遗愿的第五代信公，完成了统一津轻的大业，因此被称为奠定津轻藩基础的始祖。除了光信公的铜像外，陵寝静静的占据一方，每年5月～6月时，更是有为津轻藩纹徽的约800株牡丹花争艳绽放。

- 开馆日／5月1日～10月31日的周五・六・日
- 开馆时间／9:00～17:00 (9月起缩短至16:30)
- 入场费／成人300日元、高中生220日元、小学生・初中生150日元
- 联系咨询／鯉澤町教育委员会 ☎0173-72-2111

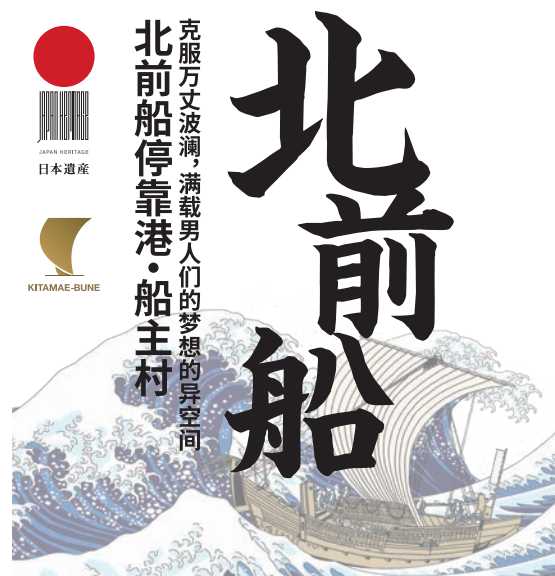


光信公陵寝

大永6年(1526)10月8日逝世的光信公，根据遗言穿着盔甲，佩戴太刀，在腰间系上法螺，以朝向异卦(东南)方向的站姿直接被下葬。



津轻藩始祖 大浦光信公



白八幡宫大祭

因为北前船而从京阪地区传入，有300年以上历史的祭典。汲取京都祇园祭的流程，神与渡御，山车，传统艺能等上方(京阪地区)文化的风情，都能在这里找到影子。县指定・町指定文化财产。4年举办一次。



复原后北前型弁才船(大型木造帆船)
「Michinoku号」(野边地町所有)

在2017年被认定为「日本遗产」！ 北前船

身为津轻藩的御用港口而曾经繁荣的鯉澤。作为西回航线的停靠港而热闹起来，来自大阪，北陆地方的北前船的相互来往，在经济、文化等方面受到许多恩惠。在白八幡宫供奉着的船绘马，正向现今的人们传达着当时港口的样子。



白八幡宫绘马



尾崎酒造酒藏

江户时代自福井县移居过来，以北前船运送水产品时用来堆放存货的仓库。从万延元年(1860)开始，作为青森县西海岸唯一的酒窖，现在还继续使用着。



鲸饼(村上屋)

因为北前船而自京都传入的「鲸饼」。原料非常简单，只有白米・糯米・红豆・砂糖，可以享受其Q弹的口感及高雅的味道。



古曲 鯉澤甚句

因为北前船而从秋田・北陆地区传入的盆踊。町指定文化财产。





钓香鱼(赤石川)



日本海的夕阳



岩木山和油菜花



Nagisa桥



晚霞余晖的渔港



鯉泽渔港和岩木山



横越赤石川的铁桥和Resort白神临时快速列车

开动啰!来尝尝新鲜, 来自白神的恩惠!

有山、有河、有海的鯉泽,四季都能品尝山珍海味。以竹笋、鳞蛇草、菇类等山菜为首,还有在白神山地的清流中成长的香鱼、哲罗鱼,以及真鲷、比目鱼之外,冬天有长枪乌贼;夏天有鱿鱼;秋天有鲑鱼等为餐桌增添色彩。季节性的风景「鱿鱼窗帘」,更是充满美食的鯉泽的代表。



鱿鱼窗帘



烤鱿鱼



赤石川的「金香鱼」

赤石川的清流中孕育的金灿灿的香鱼。镇上养殖成功后,将鱼苗放入县内各地的河流。除了用炭火做盐烤和味噌田乐烧之外,wluka(盐腌内脏)和lzushi(发酵熟成的鱼肉)也能在这里品尝。



哲罗鱼盖饭

梦幻之鱼「哲罗鱼」

哲罗鱼,是目前只有在北海道的一部份地区才有的梦幻之鱼。镇上的养殖场利用白神山地的清流,来从事哲罗鱼的养殖。被称作「河中的鲑鱼」的哲罗鱼,不只能做成生鱼片或烤鱼,在西式料理中也常使用。在鯉泽町内的餐厅里,可以沾着这里的原创酱汁来品尝。现在哲罗鱼盖饭很受欢迎。

■提供店(需预约) / 熊之汤温泉、Secchan的体验之家、居酒屋儿雷也、1091 (Iregui)

■提供店(随时) / Drive In 汐风
■提供店(要预约) / GRAND MER山海庄酒店、(格兰德山海庄酒店) 鯉泽温泉水军旅馆、Rockwood Hotel & Spa、割烹 水天閣、居酒屋儿雷也

说起鯉泽就少不了他们! 鯉泽的人们!

故郷大使



舞之海秀平

相扑界里身高最矮,却用「猫骗」「跳八舟」等炫丽的技巧征服了多数相扑粉丝的前小结「舞之海」先生,就是鯉泽町出身的。总能用技巧打倒大型力士的他,被称为「炫技百货」「平成的牛若丸」。目前除了担任相扑解说员外,也在体育赛事播报、现场直播等各种分野上活跃着。

特别观光大使



「Wasao」

在网上因为被介绍为憨得可爱,而一下有名起来的秋田犬「Wasao」。不只担任镇上的观光大使及观光站长,还初次登上了大荧屏,在当时非常活跃。2020年6月8日,在大家依依不舍的送别下,永远离开了我们。现在,继承了「Wasao」遗愿的Wasao家族掌上明珠「Cyome」、正继续努力带给大家欢乐!

明明都说好了是朋友
对不起啊
很狡猾吧
再一下下就好
就这样

摄影地 / Hanamasu 公园



山珍海味，伴手礼汇聚一堂 海之驿站Wando

汇聚了新鲜的海味及蔬菜、水果、加工品、伴手礼等的海之驿站Wando。这里设置了用餐区及免费休息处，在观光信息区有提供住宿、观光团、活动的信息。另外，这里还有人气最旺的秋田犬「Wasao」图案的各种商品。2楼的「鯉ヶ泽相扑馆～舞之海故乡展馆～」，有介绍相扑的传统及本地出身的力士的活跃功绩等。

■营业时间／4月～11月／9:00～18:00

12月～3月／9:00～17:00(12月31日提前到15:00闭馆)

■定休日／1月1日～3日休馆 另有其他临时休馆日 ■联系电话／☎0173-72-6661



有我们的
美味招牌特产
[津轻方言] Wando = 我们



鯉ヶ泽相扑馆 (海之驿站Wando2楼) 「舞之海故乡看台」

以鯉ヶ泽出身的前関脇綾川及被称为炫技百货的前小结舞之海为首，介绍本地出身的力士的活跃功绩及传统、文化等。除展示板及土俵外，还展示着舞之海在大相扑时代时的头发及服装、兜挡等。

■营业时间／4月～11月／9:00～17:00

12月～3月／9:00～16:00(12月31日提前到15:00闭馆)

■定休日／1月1日～3日休馆 另有其他临时休馆日

■料金／参观免费、力士cosplay服租借一人500日元



穿上圆鼓鼓的
力士服装
拍张照片留念
如何呢？

JR鯉ヶ泽站内 鯉ヶ泽町观光咨询中心

这里提供鯉ヶ泽町的观光信息，也欢迎利用脚踏车租借及保管行李的服务。

■营业时间／8:30～16:30

■定休日／4月～10月无休

11月～3月每周二・周三休馆

1月1日～3日休馆 另有其他临时休馆日

■联系电话／☎0173-72-7000



不来踩着脚踏车感受
下日本海的海风吗？

青森Spring Golf Club (罗克伍德酒店)

曾经举办过男子Regular tour的球场。在雄伟的岩木山脚下展开的战略性球场，还能遥望日本海与津轻平原的视野更是一绝。

●球场／距离：7,104Y Par72

●设备等／练习场：300Y 发球台24 休息站、5人座高尔夫球车

■联系电话／☎0173-72-1011

■期间／4月中旬～11月中旬

■官网／http://www.rockwoodhotel.com



青森Spring Ski Resort (罗克伍德酒店的春天滑雪场)

位于秀峰岩木山北面的滑雪场，积雪量・雪质都得到公认的长路线。日本海・津轻平原尽收眼底，拥有能缓缓穿越山毛榉林的初学者路线、也有最大斜度30度的陡坡等各种丰富路线是此滑雪场的魅力。

●路线／全长3.4km 共14条路线 ●吊椅・缆车／5种

●设备等／附设旅馆、餐厅

■联系电话／☎0173-72-1011

■期间／12月中旬～4月初旬

■官网／http://www.rockwoodhotel.com



请全身尽情 接触自然吧！ 鯉ヶ泽SUP体验

SUP(立式划桨)体验是一种不管在河・湖・海、只要有水的地方就能享受的户外活动。可以从河川划到出海、锻炼躯干的瑜伽等，玩法非常多元。

■期间／6月～9月

■联系电话／GOOD ADVENTURE ☎090-4848-1916



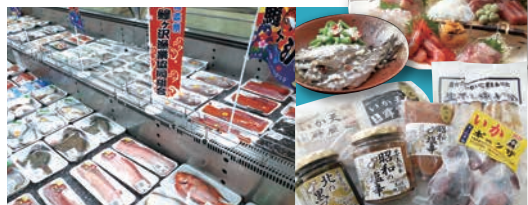
摄影地／大高山综合公园

「努力的谎言」

「喂，你还喜欢吗？」
「当然不喜欢啦！」
「冲动就这样回答了
可是我的心意没有变
因为还是那么的…」



丰富的水产品



哈密瓜和西瓜



大米



苹果



岩木山麓芦笋

新当地盖饭

鯉ヶ沢当地盖饭 「鯉ヶ沢比目鱼盖饭」

几乎全年都能捕获的鯉ヶ沢产比目鱼,是注入了白神山地清流的日本海所孕育出的逸品。用最高级的比目鱼奢侈地直接放入酱料腌渍,在白米饭上铺上满满鱼肉后就是名产「鯉ヶ沢比目鱼盖饭」。各店家都有其各自的独传秘方酱料,用来制作美味的盖饭。



比目鱼盖饭

鯉ヶ沢是哈密瓜和西瓜的著名产地

地处面对日本海位置的鯉ヶ沢町,因为有很多砂质的农地,有着适合栽培哈密瓜和西瓜的土壤。冷暖温差大的气候以及来自日本海的海洋矿物质,乘着风碰到岩木山后而降落,并注入在山脚下的农地,所以能种出高糖度又美味的哈密瓜和西瓜。请一定要尝尝我们引以为傲的哈密瓜和西瓜!



长谷川农园
H.GreenWork
长谷川贵辉先生



特产品在「故乡纳税」也能购买。



故乡Choice



故乡指南



乐天故乡纳税

在「auPAY故乡纳税」「故乡Premium」「SAISON的故乡纳税」也能购买。

乳制品

人、动物和自然的调和 治愈牧场

长谷川自然牧场

不使用一般的浓厚饲料,而是使用自家调制的发酵饲料来饲养,并将通常为6个月的饲养期间,延长到10个月而产出的自然成熟猪,油脂带有甜味、口味层次丰富且鲜美多汁。自然放养的鸡蛋,则具有新鲜弹力及口味香醇的特征。

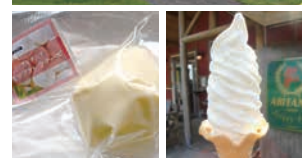


■联系方式 / ☎0173-72-6579

ABITANIA 奶酪牧场

以在大自然中悠闲地放养的乳牛,所榨出的牛奶制作的浓厚冰激凌和冰品很受欢迎。酸奶和莫扎瑞拉奶酪也是绝品。在牧场内的咖啡厅可以品尝到。

很美味哟~!



■联系方式 / Café MilMu
☎0173-72-1727

甜点・小吃

鯉ヶ沢当地美食!

现在来介绍最受鯉ヶ沢镇民们喜爱的秘密甜点&小吃。用年糕包着蛋糕的就是和菓子老店「Yamazaki」卖的「大福蛋糕」;鯉ヶ沢的人们从小时候啃着的就是「章鱼烧西海」所卖的「鸡肉棒」;「菓子工房TATUYA」所卖的「香蕉船」则是用绵密湿软的海绵蛋糕,加上满满的生奶油更是一绝!



大福蛋糕



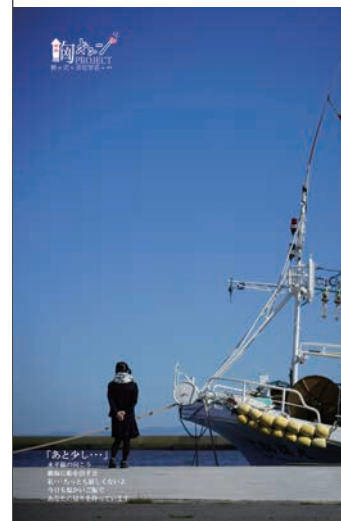
鸡肉棒



香蕉船



「再等一会儿」



水平线的那边
顶着浪出海的父亲
我:可是一点都不寂寞呢
今天也会有热乎乎的饭
等着你回家

摄影地 / 鯉ヶ沢渔港



鯉ヶ沢温泉 GRAND MER山海庄酒店 (格兰德山海庄酒店)



建在可以眺望日本海的高地上的酒店。有日式石庭风景和露天温泉及西式露天温泉，可以欣赏到沉入大海的夕阳和冬季强有力的巨浪等四季不同的日本海景。餐饮则是经验丰富的厨师为您提供严选的山珍海味。

- 联系电话 / ☎0173-72-8111
- 交通方式 / 从JR鯉ヶ沢站坐车5分钟
- 官网 / <http://www.hotel-grandmer.com/>
- 上网 / WiFi



鯉ヶ沢温泉 水军旅馆



位于人气的五能线「JR 鯉ヶ沢站」的沿线，是一家能感受到历史浪漫的木造温馨感和隐居的日式旅馆。这里的温泉，被称为化石海水的古代海水而来的珍贵天然温泉。请好好享用春夏秋冬满满季节感的山珍海味。

- 联系电话 / ☎0173-72-6511
- 交通方式 / 从JR鯉ヶ沢站坐车3分钟
- 官网 / <http://suigunnoyado.com/>
- 上网 / WiFi

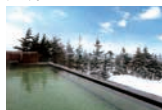


鯉ヶ沢高原温泉 Rockwood Hotel & Spa (罗克伍德Spa及酒店)



以被称为津轻富士的岩木山为背景，可以眺望津轻平原和日本海的罗克伍德 Spa 及酒店。大浴场景致超群，在被自然包围的风景中，让人身心都能沉静放松。同时设有滑雪场・高尔夫球场。

- 联系电话 / ☎0173-72-1011
- 交通方式 / 从JR鯉ヶ沢站坐车20分钟
- 官网 / <https://rockwoodhotel.com/>
- 上网 / WiFi



民宿 东洋赤羽



日本海带来的潮风，在以白神山系源流的赤石川溪流的怀抱下，有着围炉的旅馆。溪钓、海钓都非常适合。也可以按预算为您准备料理。请一定要来品尝本旅馆有名的炸岩鱼。

- 联系电话 / ☎0173-72-5371
- 交通方式 / 从JR陆奥赤石站徒步10分钟，从JR鯉ヶ沢站坐车10分钟
- 官网 / <http://toyoakabane.net/>



老板夫妻

尾野旅馆

鯉ヶ沢站前的家庭式旅馆。老板娘爽利热情的招待，简直就像回到故乡一样让人安心。



- 联系电话 / ☎0173-72-3038
- 交通方式 / 从JR鯉ヶ沢站徒步1分钟

熊之汤温泉

位于以白神山地为源流的赤石溪流沿岸的隐居旅馆。号称最后的“赤石猎人”的老板，对白神山地及溪流钓鱼非常精通，听听他有趣的故事，您也能有些新灵感。在这里可以享用山菜料理及金香鱼、山女鱼料理等乡土料理。



- 联系电话 / ☎0173-79-2518
- 交通方式 / 从JR鯉ヶ沢站坐车30分钟
- 营业期间 / 6月1日~10月30日

鯉ヶ沢野营公园 (长平青少年旅行村)

位于岩木山麓的长平高原，是一个自然环境优越的露营地。设有扎营地、木屋、小木屋，让您尽情享受真正的户外活动。另外，这里还有披萨、面包、木工、爬树体验。



- 期间 / 4月28日~10月31日
- ※小木屋为全年开放
- 联系电话 / ☎0173-72-1571

带着宠物来这里也可以，
狗狗也能住的舒服！



「擦身而过」



小时候
是两个人一起爬上去呀
不经意间转过头的那个家伙
看着那已经像个大人的侧脸
我慌忙移开视线

摄影地 / 田照田高仓神社

