下北を歩こう!

下北ウォーキング フィールドマップ



下北地域県民局地域整備部

尻屋埼灯台


3 大間地区
P5, 6
大間崎
大間
大間町役場
279
338
蛇浦
奥戸
易国間
風間浦村役場
はまなすライン
桑畑
4 下風呂地区
P7, 8
下風呂
風呂温泉
甲
はまなすライン
木野部峠
釣屋浜
二枚橋
二枚橋バイパス（建設中）
大
市役所大畑庁舎
大間町
風間浦村
三界平山
346
材木
原田
2 佐井地区
P3, 4
佐井
佐井村役場
目滝山
318
流家戸山
336
大滝山
563
大石八森
574
隧岳
781
願掛岩
矢越
磯谷
未舗装道
284
あすなろライン
白土山
407
5 薬研地区
P9,10
奥薬研温泉
薬研温泉
薬研
曽古部山
298
4
1 仏ヶ浦地区
P1-3
仏ヶ浦
牛滝
がんかけ公園
福浦
穴澗山
334
長後
佐井村
荒沢山
672
鍋掛山
503
46
横山
484
石山
504
福浦
丸山
543
大作山
776
縫道石山
626
仏ヶ浦
湯野川
湯野川温泉
朝比奈山
874
恐山
宇曽利山湖
4
174
円山
807
袴腰山
622
黒滝山
456
屏風山
628
丸山
511
天ヶ森
418
牛滝
畑
253
大尽山
828
小尽山
513
障子山
863
釜臥山展望台
釜臥山
878
おおみなと
野平
川内ダム
小尽山
430
338
新山
483
かわうち湖
縫道石
道の駅　かわうち湖
（野平高原交流センター）
大湊
大湊Ⅱ期バイパス
（建設中）
8 川内地区
P17,18
川内川渓谷遊歩道
かわうちまりんぴーち
焼山
385
アンド山
646
秋山
631
城ヶ沢
流汗台
338
八部岳
598
天狗森
536
46
角違
人切山
459
川内
二股山
431
田野沢
戸沢
源藤城
道の駅　わきのさわ
（リフレッシュセンター鱈の里）
檜川
宿野部
338
蛎崎
ガンケ山
304
脇野沢
九艘泊
市役所脇野沢庁舎
9 脇野沢地区
P19,20
175
牛ノ首岬
鯛島

下北を歩こう!

下北ウォーキング フィールドマップ

さわやかな風、雄大な景色、
歴史や風土に思いをはせながら、
素敵な下北半島を歩きましょう。

日本海は太平洋より約45cm水位が高いので、津軽海峡は常に早い海流が流れています。海峡に面した北通り地域からは間近に北海道を望むことができます。

一方、陸奥湾に面したむつ市川内町、脇野沢村は静かな天国の海岸線と言っても過言では無い穏やかな海越しに、八甲田連峰や岩木山を見ることができます。

仏ヶ浦を擁する佐井村からは、津軽半島が望めます。特に海峡に沈む夕日は素敵です。

東通村からは雄大で荒々しい太平洋と水平線が望めます。

このように、下北半島はその地形により、地域毎に様々な景色を望むことができる我が国でも希有な地域です。

海岸部から山間部に入れば、恐山や宇曽利山湖、薬研渓流、川内川渓谷、かわうち湖など四季折々に変化する自然の妙を体験することができます。一方、市街地を流れる田名部川、新田名部川沿いの遊歩道からは、山頂に自衛隊レーダー基地を冠する釜臥山を見ることができ、大湊では自衛隊艦船を間近に見ることができます。



下北半島は、素晴らしい景観や風土を有しています。
このウォーキングフィールドマップを片手にぜひ下北半島を歩いてみましょう。

仏ヶ浦（ほとけがうら）

1 地区



仏ヶ浦は福浦と牛滝の間、約1.5kmの海岸線に緑色の凝灰岩が浸食によって大小様々な奇岩怪石が連続し、異次元空間を体感できます。

仏ヶ浦は奇岩が連続する景観もさることながら、打ち寄せる波を、波と同じ目線で楽しめる数少ない場所です。突きでた岩場で海に向かい絶叫している観光客の姿を度々見ます。




仏ヶ浦展望台



① 仏ヶ浦船乗場


② 階段(木製)


③ 遊歩道のあずまや



神のわざ
鬼の手造り　仏うた※
人の世ならぬ　所なりけり　（大町桂月）
※うた　アイヌ語のオタ(浜)が転訛したもの


④ スロープ階段


⑤ 遊歩道のベンチ

仏ヶ浦遊歩道

仏ヶ浦遊歩道は急勾配の坂道が続きます。
途中のベンチやあずまやで休憩しながら、
足元に注意してお歩きください。





牛滝（うしたき）

仏ヶ浦の奇岩は、牛滝から連続しています。
牛滝の遊覧船から降りたら直売所「まだぁ～る」でするめとビールで一服しましょう。




神明宮への坂道

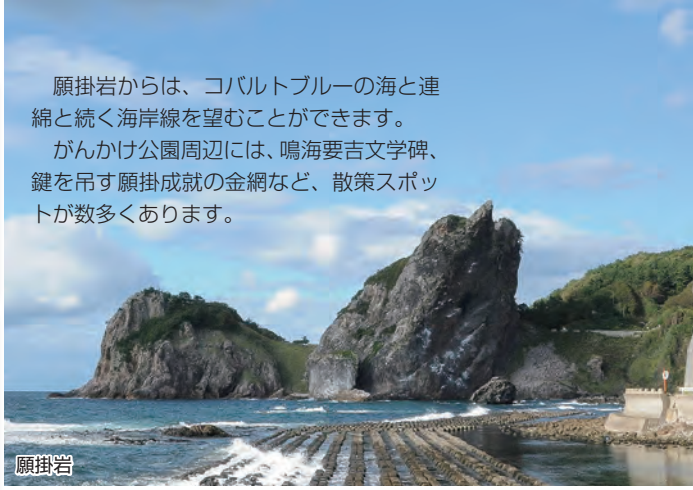

神明宮隣の鳥居


牛滝漁港

がんかけ公園



願掛岩からは、コバルトブルーの海と連綿と続く海岸線を望むことができます。
がんかけ公園周辺には、鳴海要吉文学碑、鍵を吊す願掛成就の金網など、散策スポットが数多くあります。







福浦（ふくうら）

歌舞伎で有名な福浦。名物の福浦のウニ丼の後は、福浦漁港の巨大な防波堤、迫り来る迫力満点の岩山を楽しみましょう。福浦から見る縫道石山も素晴らしい。







名物ウニ丼、海鮮丼

三上剛太郎生家

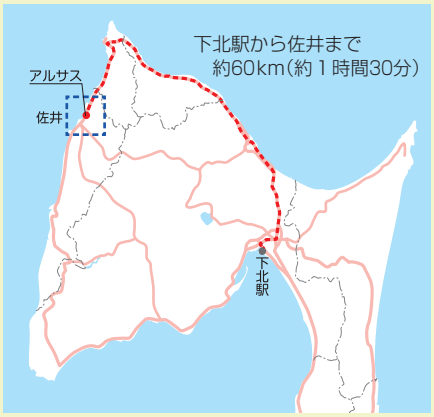
日露戦争中、軍医として従軍した黒溝台の戦闘で全滅の危機に瀕しながらも、「手縫いの赤十字旗」を掲げて敵味方問わず多くの負傷兵を救った三上剛太郎医師の功績を讃え生家を展示館として開放しています。アルサス前の小路を進むと赤十字旗が街角にあり、辿っていくと約300mで着きます。(佐井まちなか歩きボランティアガイドによるサービスがあります。☎0175-38-4515 佐井村観光協会)







佐井地区2



佐井本村は、津軽海峡に面し、南から牛滝、仏ヶ浦、福浦、長後、磯谷、願掛岩、矢越の北に位置し、北前船の拠点湊として栄えました。佐井村の観光等情報発信の拠点アルサス２階には「佐井村海峡ミュウジアム」があり、佐井村の歴史や箭根森八幡宮の山車などが多数展示されていて、アイヌ様式の絹織物蝦夷錦などもあります。

また、近くの三上剛太郎生家は、日露戦争で軍医として満州へ渡った際、全滅の危機に瀕しながらも「手縫いの赤十字旗」を掲げて敵味方問わず多くの負傷兵の命を救った三上剛太郎医師の功績を讃え、生家を無料で見学できるようにしています。

佐井のウニは下北半島の中でも特に有名で、美味、廉価です。最近では北海道からも佐井のウニ丼を目当てに多くの観光客が訪れるようになりました。

箭根森八幡宮

1062年、源頼義の勧請。頼義が尻屋に住む悪鬼を討伐するため八幡神に祈願したところ、７日目のお祈りをしているとき、あたり一面にわかに暗くなり悪鬼が現れ躍りかかってきました。

多くの兵士がたちまち悪鬼に踏みにじられたとき、七里崎の杉の梢に１羽の白鳩が飛び上がったかと思う間に、白衣の神が人の形で現れ、神変の弓に神矢をつがい、引いて放つと鏑矢の音が海に響き、矢は雲に飛び入ったかと思うと悪鬼の額のまっただ中を射通しました。

頼義は神助を感謝し、そこに石清水八幡宮をまつりました。その辺りに矢の根石が沢山あったため箭根森八幡宮と呼ばれています。その時の矢が越えた岬が矢越、海に漂った浜が磯矢（磯谷）、頼義が戦勝を感謝し兜を安置した所が甲岩（風間浦村）、血に染まった太刀を洗った川が赤川（大畑）、鬼の府があった所が木野部（大畑）というように、頼義の鬼退治に因む地名が数多く残されています。

毎年９月14、15、16日に行われる祭礼は1696年に始まったとされ、その様式、山車、調度品、囃子方など北前船によって入ってきた京都風のもので祇園祭に似ており、県の無形文化財に指定されています。


津軽海峡文化館「アルサス」

大間（おおま） 3地区



本州最北端に位置する大間町は、津軽海峡を隔てて函館市まで35km、対岸の汐首岬まで17.5kmで北海道が間近に望めます。津軽海峡フェリー大函丸で90分です。このため、昔から函館の病院へ通院する等市民生活にも函館と大いに関わってきました。このように大間湊は昔から地の利を活かした港町として発展してきました。

一方、大間町には大間牧という一大放牧地があり、江戸時代の以前から牧畜と漁業、交易で栄えてきました。近年ではすっかり大間のまぐろが有名になり、夏から初冬にかけて様々なイベントが催されています。

大間町では天妃（てんぴ）様信仰が存し、大陸との交流が伺えます。フェリー埠頭からマグロのモニュメントがある本州最北端の記念碑まで3.5km。海を眺めながら散策してみましょう。

フェリーターミナル内に吊されている触れるマグロのレプリカも人気です。




名物まぐろ丼




マグロのレプリカ（フェリーターミナル内）



まぐろモニュメントまでウォーキングのスタート。



海沿いの道を進みます。







北海道が間近に見えます。



海鮮丼も人気（モニュメント前の食堂にて）



下風呂（しもふろ）4地区



下風呂温泉は、のどかな温泉場の雰囲気を有しています。地元でも新湯派、大湯派という泉質の支持者が多くいて、異なった泉質を楽しむことができます。新湯と大湯を結ぶ切り通しの道は風情があります。大間町まで計画された幻の下北鉄道の鉄道橋跡に、遊歩道、足湯、駅舎、レール等を配したメモリアルロードからは下風呂温泉全景や津軽海峡の雄大な景色を楽しめます。

メモリアルロードを下った先に、いさりび公園があります。公園内には井上靖文学碑や、渡米前に下風呂温泉に滞在した新島襄の記念碑など下風呂温泉の歴史を知ることができます。特に新島襄は、八重の桜で有名になった会津藩士の娘八重と結婚し、同志社大学を創設しました。この縁から、今でも同大学の合宿が下風呂温泉で行われるなど深い交流が続いています。

烏賊様（いかさま）レース会場をはじめ、多くのホテルや旅館が建ち並ぶ下風呂温泉を是非散策して下さい。メモリアルロードへ行く際は、坂の上の公民館駐車場をご利用下さい。


「大湯」の源泉


海峡いさりび公園


海峡いさりび公園




新島襄寄港記念碑


メモリアルロード


メモリアルロード内足湯





下風呂は坂の町。坂にはそれぞれ名称があり、看板が立てられています。
（左）「大湯」近くの湯つなぎ坂　　（右）ガードをくぐる若がえりの坂




易国間海岸


メモリアルロードから見える下風呂温泉街

水産物荷捌き施設
風間浦郵便局
風間浦消防団第2分団屯所
下風呂漁業協同組合
風間浦村活イカ備蓄センター
烏賊様レース場
大畑・田名部→
150m
源泉
青い森信用金庫 ATM
おおぎや旅館
ホテルニュー下風呂
ホテルニュー下風呂別館「汐彩」
下風呂観光ホテル三浦屋
長谷旅館
新湯橋
旅館さつき荘
いでゆ坂
あさの食堂
食事処美波
若がえりの坂
鉄道アーチ橋入口
120m
鉄道アーチ橋メモリアルロード
足湯
下風呂公民館
さが旅館
まるほん旅館
民宿鈴木
新湯川
公衆浴場「大湯」
70m
100m
源泉
自由寺
湯つなぎ坂
浄土寺
民宿菅原
かどや旅館
佐々木旅館
つぼた旅館
公衆浴場「新湯」
稲荷神社
源泉

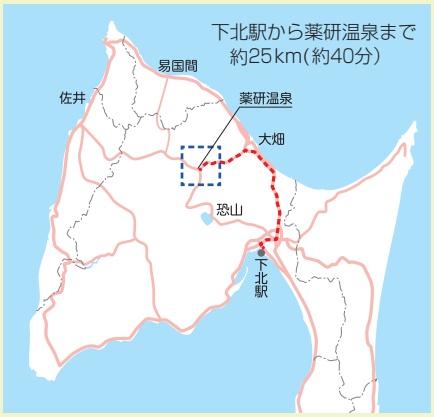

稲荷神社



公衆浴場「大湯」


「大湯」から浄土寺へ向かう切通し

薬研 5 地区



薬研は一般的には、漢方薬をすり潰す道具で、細い溝に薬を入れ丸い円盤状のものですり潰す道具です。その形に似ていることから、薬研と言われるようになったと言い伝えられています。

薬研渓流は、大畑川が下北半島の中心部の山岳地帯を削り取り、大滝など雄大で素晴らしい景色を創り出しています。圧倒的水流と岩や木々が織りなす景観を是非見て下さい。

無料で入浴できるかっぱの湯、夫婦かっぱの湯など多くの憩いの施設を有し、昔のトロッコのレールを残した遊歩道や、トンネル、吊り橋など多様な散策スポットがあります。

薬研からは、恐山、佐井村、易国間などへ抜ける道路があり、まさしく半島の中心部と実感できます。ぜひ、きれいな水と深い森、清々しい空気を楽しみながら散策しましょう。



サイメイ沢橋

奥薬研橋


乙女橋(つり橋)


トンネル


夫婦かっぱの湯


全国各地から送られた植樹記念碑とレール散歩道


奥薬研修景公園レストハウス


足湯（修景公園）


ホテルニュー薬研前




紅葉の薬研渓流

清々しい空気と圧倒的水流にしばし時間の経つのを忘れてしまいます。



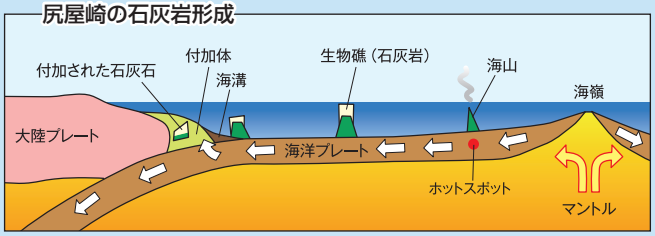
尻屋崎（しりやざき）
6 地区



尻屋崎は下北半島の北東端に位置し、灯台を境に津軽海峡と太平洋に面しています。日本海と太平洋の水位差が45cmあるため、尻屋崎沖は津軽海峡の出口として怒濤渦巻く激流で昔から船の墓場と恐れられていました。このため、1876（明治９）年、東北地方最初の灯台が設置され現存しています（高さ32.8m）。

尻屋崎は石灰岩等堆積岩で形成されています。太平洋の底に積もったプランクトン等のカルシウムが太平洋プレートの移動により日本海溝に落ち込み、プレートの表面の地層だけが日本の陸地に押されて付加されたと考えられています。

立待島、草石付近ではチャート※が褶曲している様子が見られます。藤石崎付近では、石灰石やチャートが波の力で浸食されて穴があいた岩を見ることができます。





※チャート
４千ｍ以上の海底に植物動物のカルシウムが沈殿堆積し水圧を受けた極めて硬い石。俗称火打石、あぶら石という。浅い海底に堆積したカルシウムは石灰石になり、石灰石がマグマの熱で再結晶したものが大理石。





尻屋崎（寒立馬放牧地）

明治９年、イギリスの建築家ブラントンによって設計された東北最古の洋式レンガ造り灯台。日本の灯台50選に選ばれています。



尻屋埼灯台

尻屋崎

約2.4 km

約350 m

約1.2 km

石野商店

ゲート開放時間内のみの営業

未舗装道

チャート

寒立馬放牧地

４月から１２月まで放牧されます。
１月から３月はアタカで越冬します。





300m

監理塔

穴あき岩

未舗装道

【ゲート開放時間】
4月1日～30日　8:00～16:00
5月1日～11月30日　7:00～17:00
※冬期間と上記時間外は閉鎖されます。



尻屋崎ビジターハウス

むつ尻屋崎線

6

←野牛

尻屋崎口

【ゲート開放時間】
4月1日～11月30日　8:40～15:45
※冬期間と上記時間外は閉鎖されます。



アタカ→

←尻労

日鉄社宅前





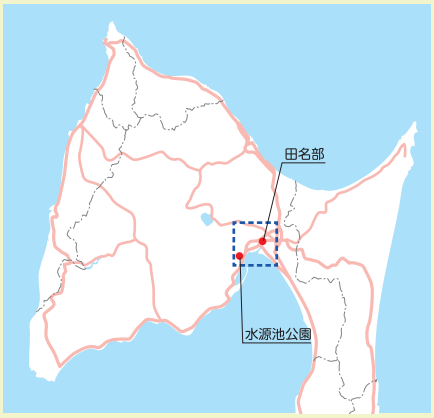


尻屋崎への西側ゲート




尻屋崎への東側ゲート

むつ 7 地区



むつ市内には人気のウォーキングコースがたくさんあります。

斗南藩士の上陸の地、史跡地、藩庁があった円通寺、徳玄寺など旧会津藩に関わる歴史や、大湊駅から艦船が間近に見える宇田八幡宮まで続く海沿いの道、スキー場からの抜群の眺め、釜臥山展望台から半島の形を一望できる絶景、田名部川沿いの遊歩道、由緒ある寺社など、むつ市の魅力を歩いてみましょう。

むつ市

東通村

関根

大畑

宮後ふれあい牧場

正一位稲荷神社

2.2km

田名部

1.0km

早掛沼

早掛レイクサイドヒルキャンプ場

早掛沼公園

大利

日名

ふれあいロード

水源三

下北変電所

むつ中

0.5km

むつ南バイパス（建設中）

尻屋

小川

むつ市墓地公園

猪股神社

2.0km

1.8km

2.5km

法浄寺

ゴルフガーデングルッペ

マエダストア

第一田名部小

P16

まさかりプラザ

むつ来さまい館

女鹿橋

むつグランドホテル

斗南温泉

赤坂稲荷神社

斗南藩史跡地

2.0km

赤坂橋

最花神社

青平川

1.4km

第二田名部小

国合同庁舎

下北文化会館

代官山公園

むつ消防署

田名部神社

むつグリーンホテル

太田橋

2.5km

技術専門校

むつ運動公園

むつ警察署

金谷公園

むつ総合病院

むつ市役所

マエダ本店

大湊橋

青森県合同庁舎

1.0km

マエダストア

ケーズデンキ

市図書館

むつ工高

1.3km

好野神社

田名部高

さとちょう

ファミリーマート さとう

みちのく銀行 むつ支店

サンデー

下北橋

アツギ東北株むつ

ユニバース

大平中

大平小

プラザホテルむつ

田名部中

マエダストア サンデー

苫生小

西松屋

4.0km

338

ウェルネスパーク

0.9km

しもきた

こばと幼稚園

約2.2km

三田内川

むつ大橋

はまなすライン

下北自動車学校

三田内沼

あかがわ

ホンダオートむつ

約2.0km

第三田名部小

カッタイ池

原牧場

JA斗南丘酪農

山辺沢沼

むつ南バイパス（建設中）

八忠池

葛西池

みちのくコカコーラボトリングむつ

二枚橋溜池

大曲

ローソン

一里小屋池

奥内

三沢

279

かなやさわ

新田名部



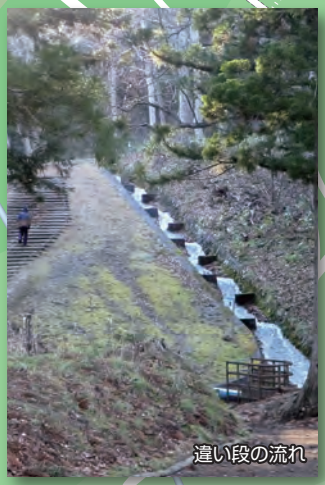
むつ市のシンボル釜臥山（かまぶせやま）



新田名部川沿いの遊歩道

水源池公園（すいげんちこうえん）


日本最古のアーチダム


違い段の流れ


クマの石像

水源池公園にある日本初のアーチ式ダムの正式名称は「大湊第一水源池堰堤」。釜臥山（878.6m）を源流とする宇田川を堰止め、明治42（1909）年、海軍専用水道として終戦まで使用されました。昭和21（1946）年に大湊町へ引き継がれ昭和51（1976）年まで上水道として活用されました。宇田川だけの水量では足りなかったため、近くの大近川、三本松川からも導水していました。公園内はアーチ式ダムの上流部が宇田川ゾーンで、石と水が見事に調和した日本庭園を形成しています。右岸の違い段の流れや、サル、イノシシ、クマ、ウサギ、白鳥の石像などが配され荘厳な中にもユーモラスさを加えています。大湊バイパスの海側には花壇や野外ステージ、錨のモニュメント、安渡館、海望館など多くの施設があります。また、国道338号を渡れば北洋館があります。見事なレンガ造りの建物内は博物館になっており、戦前戦後の貴重な資料等を無料で見ることができます。戦前には人口10万人を誇った大湊町の当時の写真等むつ市が海軍と共に歩んできた歴史を知ることができます。

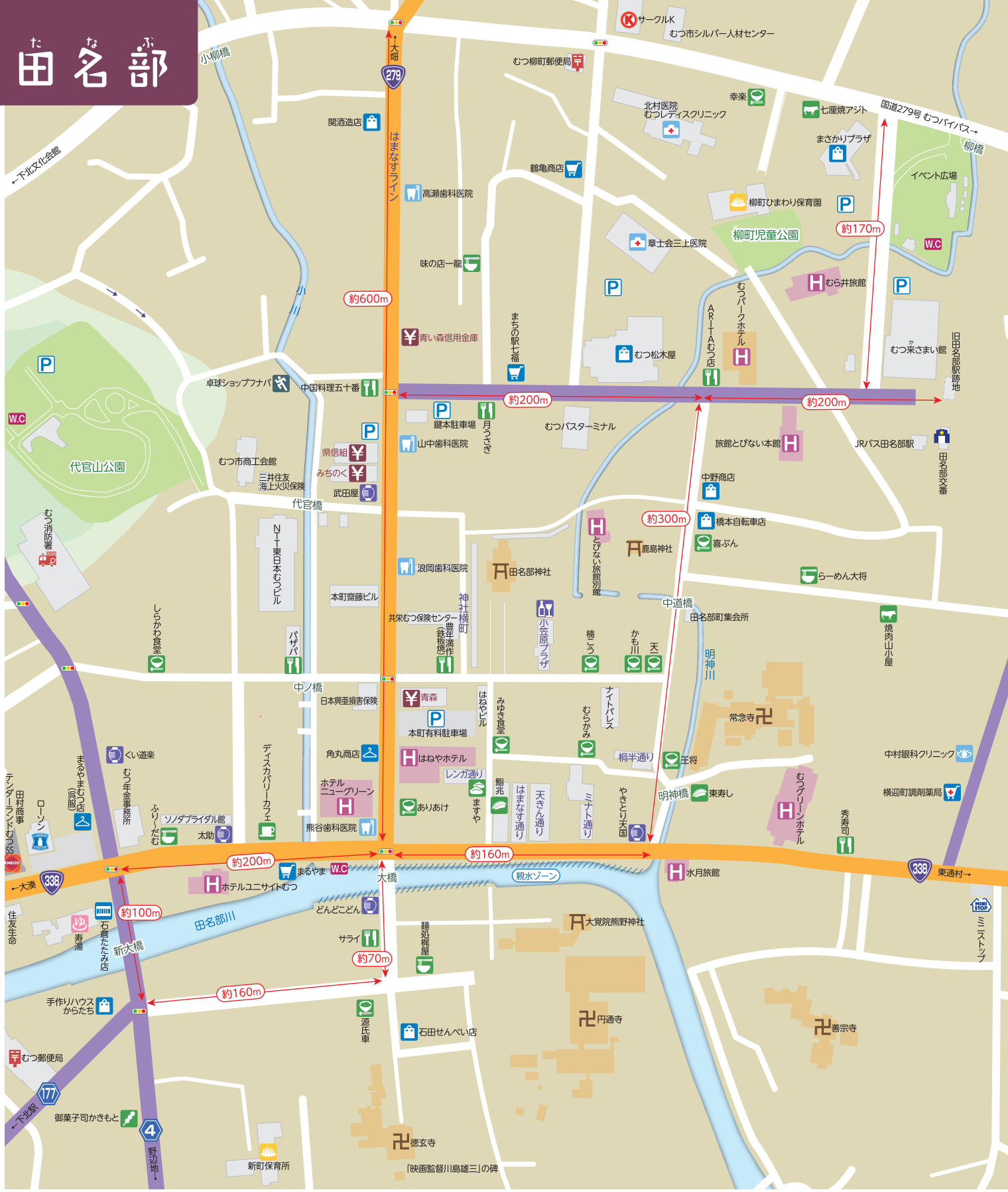

展望台「海望館」


安渡館


宇田川 水と緑の砂防ゾーン


園内花壇

田名部（たなぶ）





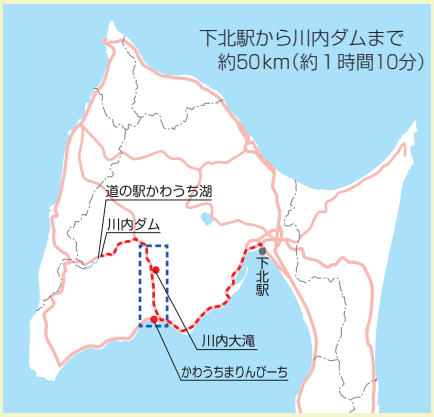
映画監督川島雄三の碑


田名部神社


常念寺


代官山公園

川内（かわうち）8地区



陸奥湾に面するむつ市川内町は、海の静穏度が良く、天国の海岸と言われています。明治以前の北前船をはじめとする船の修理は、川内町の船大工が一手に行っていたと言われています。明治になり、函館に造船所を造る必要から、川内の船大工の多くは函館へ移住しました。その後は、下北のヒバで栄えました。

かわうちまりんぴーちは、駐車場のすぐ先が海岸となっており、海水浴で賑わいます。また、コバルトブルーの水が映える上流部の川内大滝や、川内ダム、道の駅かわうち湖など数多くの施設を有しています。

町内には由緒ある寺や、川内八幡宮など歴史を感じる寺社が数多くあります。川内川沿いや、海岸線の遊歩道をぜひ散策してみましょう。



川内ダム



道の駅かわうち湖

川内川渓谷遊歩道



「むつ市陶芸センター」では宇賀焼の体験ができます（要予約）。



宇賀焼



大滝（川内川）



かわうちまりんぴーち



あすなろ橋
八ッ橋
畑・佐井→
ふれあい温泉川内
キャンプ場
46
川内川
主要地方道川内佐井線
下戸ヶ渕橋
大滝
滝見台
セキレイ橋
大滝大明神
大滝休憩所
（大滝休憩所～あすなろ橋） 約1.3km
あじさい橋
（あじさい橋～大滝休憩所） 約2.0km


セキレイ橋


滝見台

多善寺
願乗寺
深浅神社
中島商店
本覚寺
八幡宮
泉龍寺
億念寺
陸奥川内郵便局
あたご幼稚園
大湊・田名部→
338
約180m
まちの駅かわうち
川内消防分署
トイレ・シャワー棟
西棟
海の家
艇庫
おかだ
川村商店
かわうち・まりん・びーち
海と森ふれあい体験館
シェルホール
むつ市役所川内庁舎


トイレ・シャワー棟

脇野沢（わきのさわ） 9 地区

脇野沢は、下北半島の刃の最下部に位置し、脇野沢～蟹田間のむつ湾フェリー、青森～佐井間のシィライン、仏ヶ浦への観光船「夢の平成号」といった船の拠点港です。

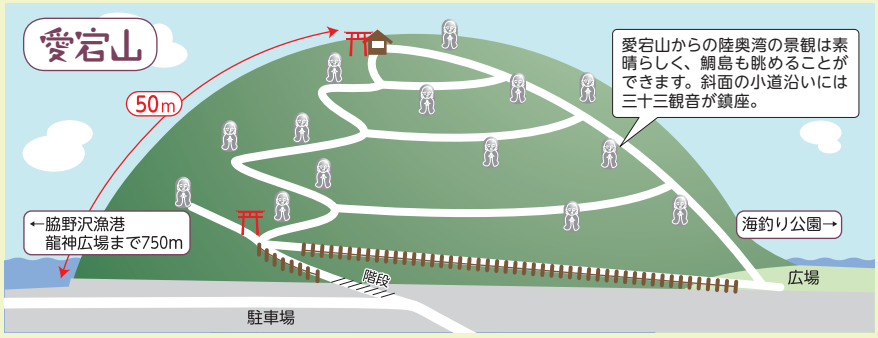
漁港の先の橋を渡ると愛宕山公園があります。山頂へは５分程度で着きますが、山頂からの景観は抜群です。脇野沢川に架かる多数の橋や、施設など一見下北以外の地に見えますし、陸奥湾を向けば、海水浴場、海釣公園、深緑色の海原など素晴らしい景色です。山頂への遊歩道には三十三観音像が配され、真夏でも海からの風に吹かれるので暑さを忘れさせてくれます。

野猿公苑、いのししの館のぼたん鍋、いわしの焼き干しなど多くの名物があります。

町中の道路の正面に赤い鳥居が見えます。脇野沢八幡宮です。小高い社の位置からは町中や海を見渡せます。八幡宮への参拝には左側道路の先にある空き地を利用して下さい。少し先に鯛島を正面に望む農村公園があります。トイレも整備されており素晴らしい景観が楽しめます。

さあ、ぜひ風薫る里脇野沢を歩いてみましょう。







愛宕山から脇野沢川を望む

愛宕山から海釣り公園を望む

八幡宮～愛宕山


龍神広場のモニュメント



八幡宮


脇野沢名物ぼたん鍋


海釣り公園


愛宕山海水浴場

八幡宮
60m
川内・むつ→
338
龍神広場
夢の平成号
ポーラスター
かもしか
600m
脇野沢漁港
正覚寺
脇野沢駐在所
悦心院
脇野沢保育園
水産加工センター
わきのさわ
種苗生産施設
脇澤寺
海峡ライン
←野平交差点
脇野沢郵便局
青森県信用組合
脇野沢
水産物荷捌施設
民宿栄屋
脇野沢橋
学校給食センター
むつ市川内町商工会
民宿シバタ
スーパーちふね
175
脇野沢漁業協同組合
平和橋
脇野沢消防分署
新渡向橋
脇野沢診療所
鮭の見える公園
桜橋
愛宕橋
50m
愛宕神社
愛宕山へはここに
駐車すると便利です。
愛宕山公園

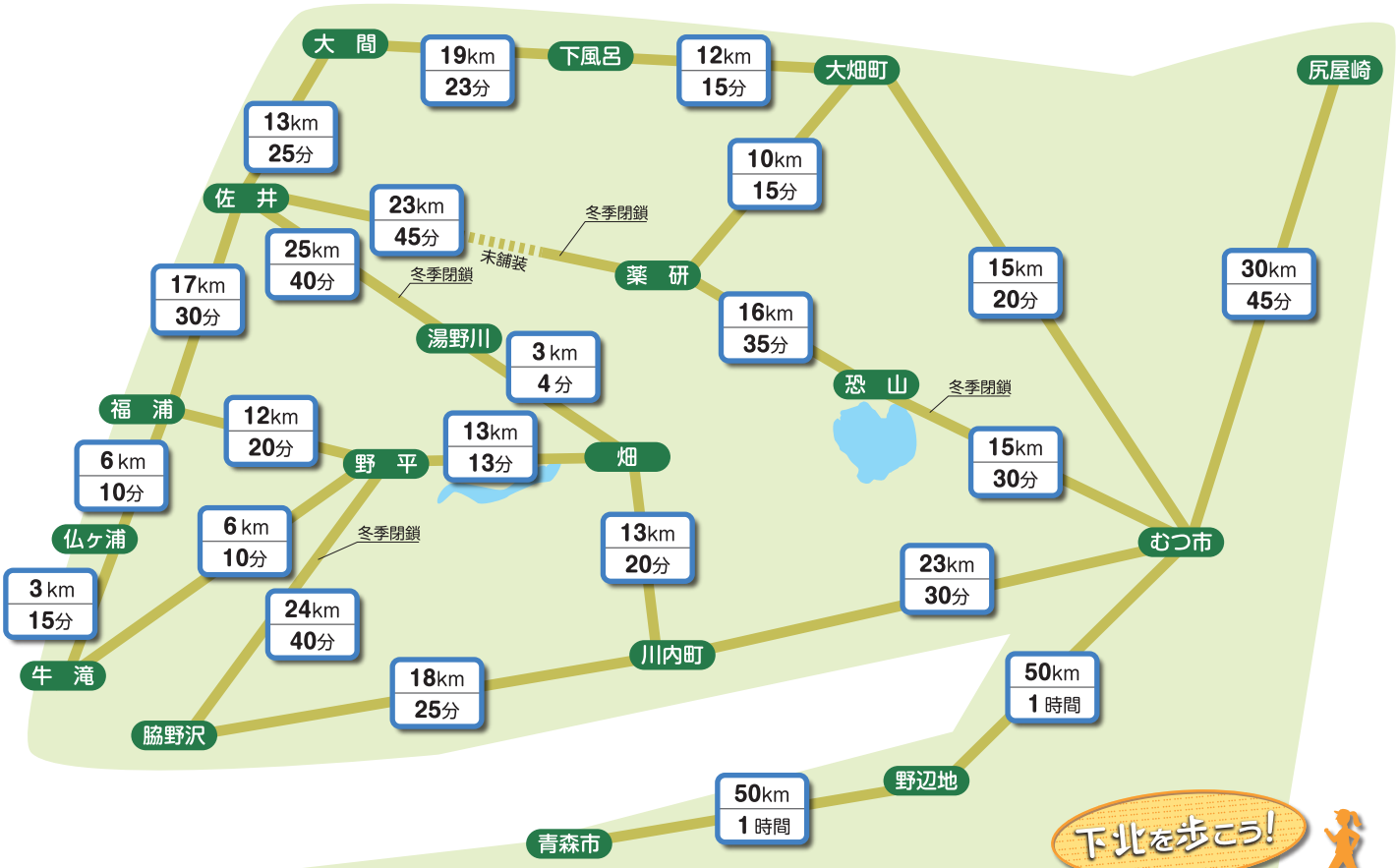

仏ヶ浦


釜臥山展望台



大間崎

下北半島の道路情報



下北地域県民局地域整備部
〒035-0073 むつ市中央一丁目１番８号
電 話（0175）22-8581(大代表)
（0175）22-1231(直　通)

下北を歩こう!
下北ウォーキング
フィールドマップ

（平成28年3月）