

青函圈周遊導覽手冊

青森・弘前・八戸・函館

擁有許多魅力的青函圈。

在周遊中探索新的旅程。

青函圈是指青森市、弘前市、八戸市、函館市的四座城市，
乘著北海道新幹線的開幕，我們打造許多充滿當地特有文化魅力的觀光行程。
由於北海道新幹線的開通，使得津輕海峽相隔著的青函圈四城市變得近在眉睫，

青森縣與道南區所組成的青函圈也呈現全新風貌。

四市各自擁有的文化、歷史魅力資源。

在北海道新幹線開幕後，

您可藉其周遊此四市，展開青函圈的豐富之旅。

四市政府共同希望能藉由新幹線開幕的契機，

將青函圈之旅的魅力傳達給更多人知道，

為此發行了以巡禮青函圈全新風貌為主題的

「青函圈周遊導覽手冊 青森・弘前・八戸・函館」。

四市政府竭誠地歡迎您，

造訪我們引以為傲的各地名勝古蹟，體驗各城市的文化觀光魅力。

請您務必親臨於此。

四市政府再次竭誠歡迎您的到來。

歡迎洽詢

青森

繁體網址：
https://www.atca.info/atca_language/index_tc.html

聯絡方式：
（公社）青森觀光會議協會
青森市新町1丁目2-18（青森商工會議所會館4樓）
TEL：+81-17-723-7211（無中文服務）
E-MAIL：info@atca.info（無中文服務）

弘前

繁體網址：
<https://www.hirosaki-kanko.or.jp/tcn/>

聯絡方式：
弘前市立觀光館
TEL：+81-172-37-5501（無中文服務）
E-MAIL：htcb07@jomon.ne.jp（無中文服務）

八戸

繁體網址：
<https://hachinohe-kanko.com/tw/>

聯絡方式：
（一財）VISIT八戸
TEL：+81-178-70-1110（無中文服務）
E-MAIL：info@visithachinohe.or.jp（無中文服務）

函館

繁體網址：
<https://www.hakodate.travel/cht/>

聯絡方式：
函館市外國人觀光聯絡中心
TEL：+81-138-23-5440（有英文服務）
線上洽詢
<https://www.hakodate.travel/cht/contact-cht.html>



青函圈觀光都市會議



Hokkaido Railway Company Series H5
圖片提供：JR北海道

與青函圈來一場美麗的邂逅吧！

北海道新幹線「隼 (Hayabusa) 號」、「疾風 (Hayate) 號」13 個往返班次。

隼號 (HAYABUSA)	東京~新函館北斗間 10班次	疾風號 (HAYATE)	盛岡~新函館北斗間 1班次
	仙台~新函館北斗間 1班次		新青森~新函館北斗間 1班次



搭乘國際線轉乘 JAL、ANA 國內線時，可享各航空公司的優惠票價。

JAL Japan Explorer Pass

ANA Experience JAPAN Fare

青森機場國內線

札幌-青森 (45分)	1天5班
東京-青森 (75分)	1天6班
名古屋-青森 (80分)	1天4班
大阪-青森 (90分)	1天6班

函館機場國內線

札幌-函館 (40分)	1天8班
奧尻-函館 (30分)	1天1班
東京-函館 (80分)	1天8班
名古屋-函館 (90分)	1天2班
大阪-函館 (100分)	1天2班

※截至2019年9月之訊息

★使用鐵路的相關優惠資訊★

JR東日本·北海道的鐵路周遊券

以訪日外國旅行者為對象，周遊券是作為 JR 東日本、JR 北海道的共同商品發售，能在札幌、函館、包含新千歲機場的北海道的地區及包含東北地方的東日本地區，自由搭乘新幹線及特急列車。
www.jreasthokkaido.com/tc/

有效期間/販售價格

從發行日起的 14 天內任意選擇 6 天有效 (可靈活運用 6 天)
※國外發售的發行日為兌換周遊券的當天，國內發售的發行日為發售日。

國外發售	成人 ¥26,900	兒童 ¥13,450
國內發售	成人 ¥27,930	兒童 ¥13,960

適用範圍

自由搭乘自由區域內的 JR 北海道線、JR 東日本線 (包含 BRT)、伊豆急行線全線、東京單軌電車全線、青森鐵道線、IGR 岩手銀河鐵道線全線及仙台機場鐵道線全線的特急 (包含新幹線)/急行列車/普通列車的普通車廂指定席以及自由席。另外，除可自由搭乘東武互相直通特急「日光號」、「SPACIA 日光號」、「鬼怒川號」、「SPACIA 鬼怒川號」等特急列車普通車廂外，也可搭乘東武鐵道線的「下今市~東武日光/鬼怒川溫泉間」的普通列車。
※無法搭乘道南 ISARIBI 鐵道及函館市電 (函館路面電車)。

購買、兌換處

【JR 北海道地區】

- JR 外籍旅客服務處/札幌站、新千歲機場站
- 車站/新函館北斗站、登別站 ●JR 旅行中心 (Twinkle Plaza) /札幌站、函館站

【JR 東日本地區】

- JR 東日本旅行服務中心/成田機場站、機場第 2 大樓站、東京單軌電車羽田機場國際線大樓站、東京站、新宿站 ●車站/成田機場、機場第 2 大樓
- 旅行服務中心/橫濱站、水戶站、福島站、仙台站、山形站、盛岡站、八戶站、青森站、秋田站、品川站*、涉谷站*、池袋站 (西口)*、上野站*
- ※標記為僅有發售服務 ●資訊中心 (以下地點僅提供兌換服務)/品川站、涉谷站、新宿站 (東口)、池袋站、上野站 (中央口)、仙台機場鐵道線仙台機場站「JR 東日本鐵路周遊券兌換窗口」

日本鐵路通票

日本鐵路通票是由 JR 集團的 6 間公司協力共同提供的通票，是能夠利用鐵路玩遍全日本的環遊旅行，價格卻十分優惠的票券。
www.japanrailpass.net/zh/

有效期間/販售價格

從開始使用通票日起，連續 7 天、14 天、21 天內有效
※開始使用日為換票日起，能選擇 1 個月內喜歡的日子使用。

種類	綠色車廂用		普通車廂用	
	成人	兒童	成人	兒童
7 天內	¥39,600	¥19,800	¥29,650	¥14,820
14 天內	¥64,120	¥32,060	¥47,250	¥23,620
21 天內	¥83,390	¥41,690	¥60,450	¥30,220

適用範圍

●JR 集團全線-新幹線 (「希望」號「瑞穗」號 (皆包含自由座) 除外)、特急列車、急行列車、快速列車、普通列車及 BRT (有一部分列車無法使用)。
●東京單軌電車 ●青森鐵道 [青森-八戶間] ●IR 石川鐵道 [金澤-津幡間] ●愛之風富山鐵道 [富山-高岡間] ※能搭乘「青森鐵道」、「IR 石川鐵道」、「愛之風富山鐵道」之情形有限。詳細請至官方網站確認。
●JR 巴士各公司的當地路線 (部分當地路線除外。能夠搭乘的路線有可能變更)。
※關於 JR 巴士各公司的高速巴士路線區間，為無法搭乘。
●JR 西日本宮島渡輪 [宮島-宮島口] ※無法搭乘 JR 九州高速船的博多-釜山 (韓國) 噴射水翼船。
※無法搭乘道南 ISARIBI 鐵道及函館市電 (函館路面電車)。

購買、兌換處

於發售「日本鐵路通票」等適合訪日外國旅行者的商品的國外旅行公司、旅行社等販售。入境日本後，請以兌換證兌換通票。無法在位於 JR 主要車站內的日本鐵路通票換票處購買。※日本鐵路通票無法於日本國內購買。

單軌電車的相關注意事項

- JR 路線的適用範圍內，有範圍以外的列車及需另外支付費用的服務。
- 搭乘民營鐵路時，必須支付搭乘各區間份的車票或費用。
- 關於其他詳細資訊，請至官方網站確認，或直接洽詢 JR 各公司。

至函館市的交通資訊
Access to Hakodate

非常厲害!! 北海道新幹線

以北海道豐饒的大地為意象的車輛外裝設計，內部裝潢則以雪的結晶及愛奴圖騰搭配溫暖的車廂內部。超豪華車廂「Gran Class」，在放鬆愜意的空間內設有功能豐富的座椅及服務，讓乘客能夠充分享受鐵路的奢華旅行時光。

青森

AOMORI



八甲田楓葉

每年的10月您可以在八甲田欣賞到櫟木、楓樹等多種色彩美麗的楓葉。搭上單程約10分鐘的纜車，眺望眼前一片橙色的絕景。從山頂公園站開始漫步於「八甲田葫蘆路線」，沿途可欣賞許多高山植物和廣闊濕地，可選擇適合您的30分鐘或是60分鐘路線，是老少咸宜的放鬆休閒行程。
(楓葉時期：9月下旬~10月)

地址：青森市大字荒川字寒水澤1-12
交通：從JR青森站搭乘開往十和田湖(休屋)的JR巴士約80分鐘「纜車站前」下車
歡迎洽詢：八甲田纜車
TEL：+81-17-738-0343 (無中文服務)



弘前城和弘前公園的櫻花

弘前城是由統一津輕地區的津輕家在1611年完成的。現存的天守閣則重建於1811年。2015年的夏季，因為維修石牆，將它暫時搬遷至現地點。號稱是日本櫻花規模第一的弘前公園內，除了染井吉野櫻以外，垂枝櫻、八重櫻等約52種、共2600株的櫻花樹爭芳鬥艷。落花繽紛的時節，在西護城河的櫻花隧道中划船，觀賞倒映在水面的櫻花，宛如戲劇般的美景，點燈後的夜間櫻花更是嫵媚動人，令人驚艷。
(弘前櫻花祭 / 通常舉辦時期：4月23日~5月5日)

地址：弘前市下白銀町1 弘前公園
交通：從JR弘前站搭乘100日圓的接駁巴士約17分鐘在「市役所前」下車
歡迎洽詢：弘前市觀光館
TEL：+81-172-37-5501 (無中文服務)

八甲田的樹冰



八甲田一年四季展現著各種豐富風情。生長在山坡上的馬氏冷杉，隨著冰雪的碰撞逐漸變大，最終變成被稱為「雪怪」的樹冰。
(樹冰時期：1月~2月)

國家歷史遺跡 浪岡城遺跡

據說浪岡城是於1460年左右，由南北朝時代幫助過醍醐天皇的北畠親房、顯家的子孫所建造而成，為青森縣首座被指定為國家歷史遺跡的城堡遺跡，也是有名的賞櫻勝地。

地址：青森市浪岡大字浪岡字五所14-1
交通：從JR浪岡站徒步15分鐘
歡迎洽詢：浪岡城遺跡洽詢處
TEL：+81-172-62-0363 (無中文服務)



岩木山的楓葉

從綠色的山腳開始，楓葉逐漸將岩木山染紅，這是9月下旬才能見到的美景。而當楓葉擴散到山腳下時，也是初雪覆蓋山頂的時節。岩木山麓的秋季，由火焰般的楓葉、山頂的白雪以及針葉樹的綠交織而成，每天都以不同面貌呈現。
(楓葉時期：9月下旬~10月中旬)

地點：岩木山麓通邊
交通：從JR弘前站搭乘弘南巴士約1小時30分鐘
歡迎洽詢：岩木山觀光協會
TEL：+81-172-83-3000 (無中文服務)



津輕岩木SKYLINE



全長約10公里，擁有69處彎道的收費道路。穿梭於優美的山毛櫸林間，不時能觀賞到的景色，更是美不勝收。

推薦景點

青森 弘前 八戶 函館



實地造訪才能切身感受到規模宏大的魅力
青函圈各具特色的四季美景
享受專屬自己的感動

八戶

HACHINOHE



三陸復興國立公園 種差海岸

從青森縣至宮城縣太平洋側250公里的美麗海岸線，是三陸復興國立公園的北大門。與大海連成一線的天然草地，其北側的人行道被評選為日本的百選旅遊步道之一。透過松林小徑，可以觀賞到奇岩怪石構成的美景。每年的4月到10月，能在種差海岸露營享受自然美景。此外，您可以在「葦毛崎展望台」等觀景景點，盡賞太平洋和種差海岸的全景。

地址：八戶市大字敷町棚久保14-167
交通：從JR八戶線種差海岸站徒步3分鐘
歡迎洽詢：種差海岸資訊中心
TEL：+81-178-51-8500 (無中文服務)



五稜郭公園的櫻花

為戊辰戰爭最後戰役「箱館戰爭」之舞台的國家特別史蹟五稜郭遺跡是日本最後內戰「箱館戰爭」的戰場，也是賞櫻的勝地。城郭約種植有1600株的櫻花，滿開時期將星形的城郭全染成櫻花的色彩。(開花期間：4月下旬~5月上旬)
公園中央部分，將「箱館奉行所」恢復原狀，作為在開港後開拓蝦夷地(當時對北海道的稱呼)或行使外交的辦事處，「箱館奉行所」在高聳的松木圍牆下，能感受到江戶時代末期的歷史氣息。而從「五稜郭塔」可以眺望整座五稜郭的全景。

地址：函館市五稜郭町44
交通：從JR函館站前搭乘往湯川行駛的市電車至「五稜郭公園前」站下車，徒步約15分鐘
從函館巴士「JR函館站」至「五稜郭公園入口」下車，徒步約10分鐘
歡迎洽詢：函館市住宅都市設施公社 花與綠課
TEL：+81-138-40-3605 (無中文服務)

函館

HAKODATE

陸奥潮風自然步道



從八戶市的蕪島延伸至福島縣相馬市，全長約1000公里的自然步道。可依個人的步行速度，挑選喜好的地點前往散步遊覽。2019年6月全線開通。

南鄉 青葉湖的紅葉

青葉湖是因建造「世増水壩」所形成的人工湖。傳說歷史人物平重盛曾經逃亡到建造水壩時被淹沒的村落中，因他帶來的笛子叫「青葉笛」而取名叫青葉湖。除了從湖岸兩側所設置的展望台上，可以看到四季變化的風景外，亦可乘坐秋季運行的遊覽船，悠閒的欣賞青葉湖的楓葉。
(楓葉時期：10月下旬~11月上旬)

地址：八戶市南鄉島守
交通：從市區中心部搭車約40分鐘
歡迎洽詢：南鄉觀光協會
TEL：+81-80-1800-8918 (無中文服務)



元町坡巡禮

大三坂坡道上的七度杜樹、教堂牆壁上的常青藤、舊英國領事館的巨大楓樹等，隨著秋色漸濃，函館各個坡道也添增許多鮮豔的色彩。每天顏色漸紅的樹葉和飄蕩著復古氣息的建築映著坡道盡頭的海灣，引令無數人為此美景而著迷。不妨拿起手中的相機，漫步在街上找尋您的那份美麗風景。
(楓葉時期：10月中旬~11月上旬)

地點：函館市元町
交通：搭乘市電車到「十字街」站或「末廣町」站，徒步至元町區
歡迎洽詢：函館市觀光部觀光誘致課
TEL：+81-138-21-3323 (無中文服務)



函館夜景漁火



鳥賊漁船上的漁火朦朧地搖曳在海面和夜空之間，夢幻般的景色讓人不禁感嘆「鳥賊城」的稱呼真是名不虛傳。

青森

AOMORI



青森睡魔祭

於1980年被指定為日本國家重要無形民俗文化財產之青森睡魔祭，是以火為主題的日本代表性狂歡慶典，每年夏天8月2日開始為期六天，吸引著國內外眾多的遊客前來參觀。最後一天在白天的街道上，夜晚伴隨著煙火盛會在海面上舉行。青森市區有一個叫做睡魔之家Wa Rasse的設施，常年介紹睡魔相關內容，除了展有4座大型睡魔彩車之外，還能夠進行節慶舞蹈（跳人）體驗等各種體驗活動。

活動期間：8月2日~7日
會場：青森市中心街
交通：從JR青森站徒步8分鐘
歡迎洽詢：(公社)青森觀光會議協會
TEL：+81-17-723-7211 (無中文服務)

青函聯絡船 紀念號八甲田丸



約23年的歲月中，連接本州與北海道的連絡船，1988年結束其使命後，於1990年停靠至現今的位置，作為資料館向民眾開放。

三內丸山遺跡中心

約5900年~4200年前繩文時代大規模村落的遺跡。透過被復原的建築物與大量展示品，可讓您體會到繩文時代的生活情況。



地址：青森市三內丸山305
交通：從JR青森站搭乘開往三內丸山遺跡的市營巴士（所需時間約30分鐘）
或從JR新青森站搭乘市區觀光循環巴士睡魔號約20分鐘
歡迎洽詢：三內丸山遺跡中心
TEL：+81-17-766-8282 (無中文服務)



津輕三味線

津輕三味線的特徵是演奏者可以像打擊樂器一樣用琴拔敲出琴紙演奏。弘前餃子村除了欣賞三味線現場演奏之外，還可以體驗演奏，親身感受三味線不同的音色。市區還有可以邊吃當地鄉土料理，近距離欣賞津輕三味線的居酒屋。強而有力的音色振奮人心、令人陶醉。

■津輕藩餃子村
地址：弘前市龜甲町61
歡迎洽詢：津輕藩餃子村
TEL：+81-172-39-1511 (無中文服務)
URL：津輕藩餃子村
http://www.neputamura.com/
(日文網頁)

■津輕三味線居酒屋
地點：弘前市內(依各店有所不同)
歡迎洽詢：弘前市立觀光館
TEL：+81-172-37-5501 (無中文服務)

弘前

HIROSAKI

津輕藩餃子村

除了展示著實物大小的弘前餃子，還可欣賞太鼓、津輕三味線的現場演奏。此外，還可進行製作金魚餃子、津輕地區傳統工藝品的體驗與參觀。另備有各種禮品，供您選購。



地址：弘前市龜甲町61
交通：從JR弘前站搭乘巴士約15分鐘「龜甲町角」下車
歡迎洽詢：津輕藩餃子村
TEL：+81-172-39-1511 (無中文服務)



最勝院五重塔



一根釘子也未使用建造於江戶時代，號稱東北地區第一美塔。被指定為國家重要文化財。

推薦的文化・歷史

青森 弘前 八戶 函館



豐富的慶典活動為北國短暫的夏季和漫長的冬季增添色彩
各地獨特的城市景觀 相距不遠卻完全不同
歡迎您親身體驗青函圈的歷史與文化

八戶

HACHINOHE



八戶三社大祭

300年的歷史與傳統的八戶三社大祭，被指定為聯合國教科文組織無形文化遺產的祭典。每年7月31日至8月4日，27台豪華絢麗的彩繪車讓八戶的夏天更加火熱。三社是指尾上神社、長者山新羅神社、神明宮三大神社。神與隊伍後面緊接著彩繪車向前行進，神樂、巫女、虎舞、獅子舞等讓觀眾大飽眼福。前夜祭(7月31日)和後夜祭(8月4日)全部彩繪車排列在中心街上，並打上燈光供遊客觀賞。8月1日、3日可以看到神與隊伍與彩繪車一起行進，8月2日有彩繪車夜間行進。

活動期間：7月31日~8月4日
會場：八戶市中心街
交通：從JR八戶線本八戶站徒步10分鐘。
從JR八戶站乘車或巴士約20分鐘
歡迎洽詢：(一財)VISIT八戶
TEL：+81-178-70-1110 (無中文服務)

八戶預祝豐收舞(Enburi)

被指定為日本的國家重要無形民俗文化財產，八戶地區呼喚春季到來的民間藝術。為了祈禱豐收，被稱作太夫的舞者帶著模仿馬頭做的華麗黑漆帽，大動作地搖擺頭部是這個舞蹈的特點。無蹈間歇還有孩子們可愛的祝福表演，讓觀眾感到非常地開心。每年都有30多組舞者參加這個活動，吸引著25萬遊客前來觀賞。



活動期間：2月17日~20日
會場：八戶市中心街 市廳前市民廣場 更上閣等
交通：從JR八戶線本八戶站徒步約10分鐘
歡迎洽詢：(一財)VISIT八戶
TEL：+81-178-70-1110 (無中文服務)

櫛引八幡宮



為南部氏總鎮所的櫛引八幡宮，內展有國寶「赤絲威鎧」、「白絲威襖取鎧」。

西部地區的街景

做為最早開放港口的五個城市之一，吸取多國文化的建築風格構成了獨特的街道景色。同一個地區裡有哈里斯特斯東正教堂等教會群、舊函館公會堂、金森倉庫群等主要觀光景點，其周圍還有許多和洋參半的歷史建築。



地點：函館市元町等
歡迎洽詢：函館市觀光部觀光誘致課
TEL：+81-138-21-3323 (無中文服務)



函館 Christmas Fantasy (夢幻聖誕)

始於1998年函館冬季代表性的活動。最大的看點是聳立在紅色倉庫群前，海面上高達20米的巨大聖誕樹(幸福杉樹)，聖誕樹是函館姐妹城市-加拿大哈利法克斯市所贈與的。在這個時期每天都會舉行盛大的點燈儀式，15萬盞彩色霓虹燈照亮了港區，同時以巨大聖誕樹為背景進行煙花晚會等，更增添了浪漫的氣氛。大街兩旁的美食攤位鱗次櫛比，為旅客提供熱騰騰的美味湯品。



活動期間：12月1日~12月25日
會場：函館市末廣町 金森紅色倉庫群週邊
交通：從JR函館站徒步約10分鐘，或是搭乘市電車至「十字街」下車徒步約5分鐘
歡迎洽詢：函館市Christmas Fantasy實行委員會
(一社 函館國際觀光會議協會內)
TEL：+81-138-27-3535 (無中文服務)

函館

HAKODATE

日本最古老的水泥電線杆



這根水泥電線杆製造於大正12年(1923年)，是日本最古老的。函館也是日本最早開放港口的城市，有許多日本最古老和第一事物呢。

青森

AOMORI



小魚乾拉麵

青森縣拉麵的特色是使用小魚乾熬煮的高湯以醬油調味後搭配細麵食用。第二次世界大戰後，由於小魚乾取得較為容易，大眾食堂以及小攤販都開始販賣此種風味的拉麵，因深受大眾喜愛而一直延續到現在。小魚乾拉麵經過了一點一滴長時間的進化，衍生出多種不同風味，請盡情享用只有這裡才能品嚐的好味道。

青森拉麵協會
<http://aomori-ramen.com/shop/list/> (日文網頁)
津輕拉麵小魚乾協會
<http://niboshikai.com/> (日文網頁)

白神魚

源於世界自然遺產白神山地的山毛櫸林，含有豐富礦物質的清泉流入青森縣日本海（津輕西海岸），孕育出多種類的水生物，是日本數一數二的優良漁場。從這富饒的海洋中捕獲的各種海鮮，被直接運送至弘前市。在弘前市及近郊約18家餐飲店，將新鮮的白神海鮮烹製成日本料理、壽司、法式、南洋料理等，供人們享用。2019年度以鬼頭刀、虎魚、馬面鰐、飛魚等平常在市場上極為罕見的魚種以及在源於白神山地的清流中培育的金香魚、伊富魚等鮮為人知的高級魚為對象，開始集中進貨。

歡迎洽詢：白神魚普及實行委員會 (TEKUTEKU編輯部內)
TEL: +81-172-31-2136 (無中文服務)
白神魚 <http://shirakaminosakana.com/> (日文網頁)

弘前

HIROSAKI



弘前Igamenchi

用菜刀拍打魷魚腕足，加入時令蔬菜，然後混入麵粉，製成形後，用油炸或燒烤而成的便為「Igamenchi」。不浪費任何一點食材，這也是結合津輕弘前人的智慧與愛所製成的一道家庭料理。



在以蘋果聞名日本的青森，弘前的蘋果產量也是首屈一指的。市區內約40家左右的店舖可以吃到道地風味的**蘋果派**。



凝聚了味噌的風味
與貝肉的鮮美
「味噌貝殼燒」

海鮮蓋飯

購入餐券後，以餐卷換購米飯，再從市場裡30多家商店裡，挑選自己所喜愛的新鮮食材鋪在米飯上，自制的原創蓋飯就完成囉！

歡迎洽詢：青森魚菜中心
TEL: +81-17-763-0085 (無中文服務)
古川市場 <https://nokkedon.jp>
(設英文、簡體中文、韓文服務)



推薦美食

青森 弘前 八戶 函館



只有這裡才能體驗到的料理
來到這裡不可錯過的美食
結合地方人文風情所創造出的「當地美味逸品」

八戶

HACHINOHE



八戶煎餅湯

從江戶時代後期開始興起的八戶代表性鄉土料理。在使用肉、魚及野菜等熬煮的風味高湯中加入特製的「湯汁煎餅」。吸飽湯汁的煎餅口感獨特、富有彈性。基本有醬油味的雞肉高湯、鹽味的魚高湯，味噌口味的馬肉高湯等多種組合。

歡迎洽詢：(一財) VISIT八戶
TEL: +81-178-70-1110 (無中文服務)
八戶煎餅湯研究所
<http://senbei-jiru.com/> (日文網頁)

海鮮蓋飯

說到函館美食就會想到一次能品嚐多種海鮮的海鮮蓋飯。新鮮美味的原因是日本海的暖流和太平洋的寒流交匯，使函館擁有整年具有豐富漁獲的漁場。6月解除捕撈禁令後，就可以吃到透明帶有嚼勁的大烏賊、日本最高品質的戶井鮭魚，還有只住在礁石上超級肥美的真鮭魚等函館特色美味海鮮。函館早市有「蓋飯橫丁市場」等多種可享用海鮮蓋飯的店舖。

歡迎洽詢：函館早市協同組合連合會
TEL: +81-120-858-313 (無中文服務)
函館早市
<http://www.hakodate-asaichi.com/> (日文網頁)

函館

HAKODATE



函館鹽味拉麵

清爽、清徹的湯頭是函館鹽味拉麵的特色。「北海道三大拉麵」分別為札幌味噌拉麵、旭川醬油拉麵、函館鹽味拉麵。現今，函館市內約有150家拉麵店，雖說各家都有各自的獨特風味，共同點是都花了不少功夫熬出清徹透亮的湯頭。也許這就是函館鹽味拉麵百吃不厭的秘訣。

函館市觀光資訊官方網站 Travel Hakodate
<https://www.hakodate.travel/cht/>



清爽的湯頭和細彎麵條
海膽、扇貝、蝦等海鮮極盡奢華的
「磯拉麵」

八戶前沖青花魚

「八戶前沖青花魚」是指八戶前沖青花魚品牌推廣協會經過測量脂肪含量及重量，在認定期間內於三陸洋面以北的日本近海八戶港所捕撈的青花魚。八戶前沖是本州最北部的漁場，入秋後水溫急劇下降，豐富的魚餌使青花魚囤積大量肥美的脂肪，在這期間八戶海面捕撈的青花魚，被公認是日本第一肥美的青花魚。

時期：9月~12月左右
歡迎洽詢：八戶前沖青花魚品牌推廣協會
(八戶商工會議所內)
TEL: +81-178-43-5111 (無中文服務)
青花魚之站 <http://www.hachinohe-sabanoeki.com/>
(日文網頁)



2017年所誕生的新當地美食。
由與函館緣分深厚的俄國而命名的
「函館香烤皮羅什基」
在市內10間麵包店內可品嚐到。

青函圈周遊 建議行程

周遊建議行程 [選擇周遊之旅]
推薦的春 & 夏之旅



八戶 HACHINOHE

JR八戶站

●搭乘JR線約30分鐘

也推薦您巡迴於種差海岸觀光景點的遊覽巴士「海貓號」!



JR種差海岸站

●徒步園內

種差海岸資訊中心

一邊搭乘巴士欣賞著窗外豐富多姿的景點，一邊前往種差海岸資訊中心。種差天然草坪地的絕美景色盡收眼底。

地址：八戶市大字町棚久保14-167
營業時間：9:00~17:00 ※12/29~1/1公休
洽詢電話：+81-178-51-8500 (無中文服務)



磯拉麵

提到種差海岸，特別推薦您品嚐充滿三陸風味，使用大量海鮮所烹製而成的「磯拉麵」之美味。清爽的鹽味湯底，與細縮麵條為其特徵，除海膽與海藻外，還有貝類與鮮蝦等，以可充分享受到當地產的豪華海鮮為特長。入口瞬間，即可享盡三陸地區海鮮風味極品。



●徒步園內

JR種差海岸站

●搭乘JR線約20分鐘

JR本八戶站

●徒步10分鐘

hacchi

這裡有介紹八戶美食、自然風景、各大慶典、早市和鄉間美食的展示小屋，另有美食和工藝品商店等全年營業，隨時都可前來體驗八戶市的魅力。

地址：八戶市三日町11-1
營業時間：9:00~21:00
(12/30、1/2~3 10:00~18:00)
※每月第二個星期二(國家假日順延)、12/31、1/1公休
洽詢電話：+81-178-22-8228 (無中文服務)



●徒步2分鐘

八戶屋台村 彌勒橫丁美食街

美食文化根深蒂固的八戶市區中八條橫丁美食街各具特色，同點是人與人之間的交流。道路兩側有26個攤位，多種口味任您選擇。

歡迎洽詢：(一財) VISIT八戶
TEL: +81-178-70-1110 (無中文服務)



夜宿八戶

青森 AOMORI

JR新青森站

●搭乘JR線約6分鐘



吃鈴鈴噹冰淇淋享受短暫的夏季吧!

JR青森站

●徒步3分鐘

青函連絡船紀念號八甲田丸

日本首座鐵路聯絡船博物館。曾駛於北海道與本州以連接兩地之橋梁活躍一時的八甲田丸，停靠於原先停靠的碼頭，並對外開放展示。船內仍原封不動地保留著操舵室、機艙、車輛甲板等設施，可讓您感受當時的氣氛。

地址：青森市柳川1-112-15地先
營業時間：9:00~19:00 (11月~3月、至17:00)
TEL: +81-17-735-8150 (無中文服務)



●徒步1分鐘

A-FACTORY

設有使用100%青森縣產蘋果所特製蘋果酒工房的商業設施。館內匯集了來自縣內各地的特產品，供您選購。更推薦您一邊眺望窗外海灣美景，一邊享用館內美味餐點。

●徒步或計程車

地址：青森市柳川1-4-2
營業時間：9:00~20:00
※部分店舖除外。
TEL: +81-17-752-1890 (無中文服務)



●搭乘市營巴士約30分鐘「三內丸山遺跡前」下車

三內丸山遺跡中心

被指定為日本國家特別史跡的大規模繩文時代村落遺跡。這裏除設有志願導覽員為您進行講解外，還可參觀出土展品，以及進行「迷你土偶」與「勾玉」等製作體驗。

地址：青森市三內丸山305
營業時間：9:00~17:00 (6月~9月18:00止)
※每月第四個星期一(如遇前日，改為次日)、12/30~1/1暫停營業
門票：一般410日圓、高中生、大學生等200日圓
中學生以下免費 ※特別展、體驗項目另收費
洽詢電話：+81-17-766-8282 (無中文服務)



●搭乘市營巴士約30分鐘「青森站前」下車

青森的壽司

青森三面環海，被日本海、陸奧灣、太平洋包圍的青森不僅海鮮種類豐富，而且新鮮度也是首屈一指。若利用「青森壽司優惠券」至青森市內的壽司店享用，還可以用平價的價格，享受到定額的優惠價哦!

歡迎洽詢：青森商工會議所
TEL: +81-17-734-1311 (無中文服務)
<http://www.acci.or.jp/sushi2/index.html>



夜宿青森

弘前 HIROSAKI

JR新青森站

●搭乘JR線約40分鐘



蘋果王國弘前道地的蘋果派。來趟開心的美食之旅吧!

JR弘前站

●計程車

巡禮洋風古建築享用 法式料理一日遊

隨處可見的西洋風格的建築漂著明治、大正時期的風味，可看出弘前市對於外來文化的接受度極高，就人口比例而言，弘前是擁有最多法式餐廳的城市。計程車旅遊套裝行程--尋訪洋風古建築與弘前法式料理一日遊中，包含了門票、車資和法國餐廳的費用。



歡迎洽詢：津輕市街散步觀光推廣委員會 (弘前觀光會議協會內)
TEL: +81-172-35-3131 (無中文服務)
市街探訪 <http://machi-arukisakurane.jp/>



●徒步或計程車

智慧眼鏡導覽之旅

使用最新的數位技術(智慧眼鏡)，可觀賞到360度全景畫像同時聽取弘前城歷史介紹的導覽之旅。

地點：
出發：藤田紀念庭園
終點：弘前公園內 武德殿(北之郭)
營業時間：10:30~、14:00~ ※全年
所用時間：約70分鐘
費用：每人1000日圓(中學生以上方可參加)
對應語言：日語、英語、中文、韓語、泰語、法語
歡迎洽詢：(一財)弘前市綠色協會 藤田紀念庭園事務所
TEL: +81-172-37-5525 (無中文服務)



●徒步約15分鐘

夕陽下探險

回歸童心90分鐘的探險遊戲，夕陽西下中探尋隱藏在弘前大街小巷中的故事，適合想深入瞭解弘前的您!(需提前三天預約)



歡迎洽詢：津輕市街散步觀光推廣委員會 (弘前觀光會議協會內)
TEL: +81-172-35-3131 (無中文服務)
弘前市街探訪 <http://machi-arukisakurane.jp/>

夜宿弘前

函館 HAKODATE

JR新函館北斗站

●搭乘連列車約15分鐘

有軌電車與探訪市街的「函館時尚號」(Haikara-go)



JR函館站

●徒步1分鐘

函館早市：海鮮蓋飯

函館市地理環境優越，三面環海的景色，當地人都以新鮮海鮮為豪。從JR函館站走路只需一分鐘就能抵達函館早市，每家店舖所使用的都是新鮮的食材、大份量的蓋飯，肯定讓您食指大動。



歡迎洽詢：函館早市協同組合連合會
TEL: +81-120-858-313 (無中文服務)
<http://www.hakodate-asaiichi.com>

探訪城鎮浪漫歷史

在歷史悠久的函館市中漫步，您將會許多的新發現。洋溢著異國風情的教會群，坡道上的古民宅咖啡店，土方歲三等幕府末期將士們的足跡等，在漫步時更能感受到函館的魅力。也可以參考「函館市街探訪MAP」(26條路線)



歡迎洽詢：函館市觀光誘導課
TEL: +81-138-21-3323 (無中文服務)

函館甜品

被稱為「開港都市」的函館，從明治時期開始，就興起了許多麵包店與蛋糕店等，製作和菓子的歷史也十分悠久，甜品名店自然不少。您在旅途中發現中意的店不妨一試，品嚐美味甜品的同時，也能去除一些旅途中的疲憊感。



歡迎洽詢：函館甜品推廣協議會
TEL: +81-138-77-7491 (無中文服務)
<http://www.hakodate-sweets.com>

●搭乘函館山纜車
從十字街市電車到纜車站徒步約10分鐘，搭乘纜車到函館山頂約3分鐘

函館山夜景

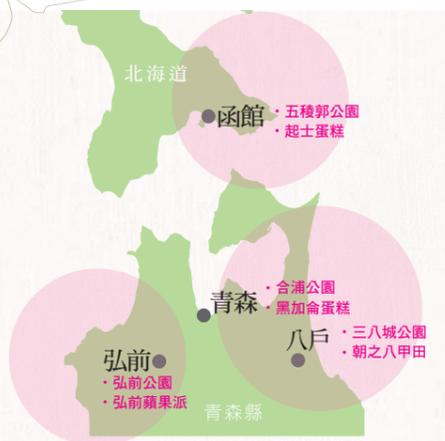
由獨特的地形與城市的燈火交織構成的夜景，享有奇跡夜景之美稱。初夏時在海霧籠罩下浪漫的「霧夜景」，夕陽余暉中由淺漸深呈現不同色調的城市風景，都值得細細品味。



營業時間：10:00~22:00 (冬季至21:00)
歡迎洽詢：函館山纜車株式會社
TEL: +81-138-23-3105 (總合案內、無中文服務)

夜宿函館

青函圈 周遊 建議行程



周遊建議行程
[選擇周遊之旅]

櫻花與甜品的邂逅之旅

享受美景佳餚 粉紅世界！春之旅

青函圈的櫻花季在4月下旬~5月上旬在這裡可以看見許多櫻花名勝，也可以看到許多人愉快的神情。一邊欣賞眼前美麗的櫻花，一邊享受各具特色的甜品。盡情享受自由自在，絢麗浪漫的青函圈之春。

八戶 HACHINOHE	青森 AOMORI	弘前 HIROSAKI	函館 HAKODATE
<p>JR八戶站 ●搭乘JR線約10分鐘</p> <p>JR本八戶站 ●徒步約10分鐘</p>	<p>JR新青森站 ●搭乘JR線約5分鐘</p> <p>JR青森站 ●搭乘巴士約20分鐘「合浦公園前」下車 徒步約1分鐘</p>	<p>JR新青森站 ●搭乘JR線約40分鐘</p> <p>JR弘前站 ●徒步約20分鐘</p>	<p>JR新函館北斗站 ●搭乘連列車約15分鐘</p> <p>JR函館站 ●搭乘市電車約16分鐘「五稜郭公園前」下車 徒步約15分鐘</p>
<p>三八城公園 花季預測：4月下旬~5月上旬</p> <p>三八城（發音:MIYAGI）公園是八戶城遺跡設立的公園，與市政廳市民廣場、公會堂前、三八城神社集結成體的寶貴綠地，也是八戶賞櫻名所之一。</p> <p>地址：八戶市內丸1-14-49 歡迎洽詢：八戶市公園綠地課 TEL：+81-178-43-9141（無中文服務）</p> <p>●徒步約5分鐘</p>	<p>合浦公園 花季預測：4月下旬~5月上旬</p> <p>600多株櫻花盛開的旅遊景點。在櫻花盛開時期舉辦的「青森春之祭」期間，會有許多小攤參加，晚上可在紙燈籠朦朧的光亮中，欣賞夜櫻之美。</p> <p>地址：青森市合浦2-16-9 歡迎洽詢：Park maintenance Aoi-mori Groupe TEL：+81-17-741-6634（無中文服務）</p> <p>●搭乘巴士約20分鐘「青森站前」下車</p>	<p>弘前公園 花季預測：4月下旬~5月上旬</p> <p>以吉野櫻為首，還包含垂枝櫻和八重櫻等，約2600株52種品種的櫻花樹，將公園染成了粉紅色。除了花季盛開時期之外，花瓣覆蓋在環城河水面上，所形成的「花筏」美景也令人驚嘆不已。</p> <p>地址：弘前市下白銀町1 歡迎洽詢：弘前市立觀光館 TEL：+81-172-37-5501（無中文服務）</p> <p>●從市區徒步約10~15分鐘</p>	<p>五稜郭公園 花季預測：4月下旬~5月上旬</p> <p>歷史上，箱館戰爭發生地的特別史遺跡五稜郭中，大概有1600株櫻花樹，在星狀城堡上眺望盛開的櫻花是口耳相傳的美景。</p> <p>地址：函館市五稜郭町44 營業時間：自由參觀 公園中央（環城河內圍）5:00~19:00（11月~3月18:00止） 歡迎洽詢：函館市住宅都市施設公社 花與綠之課 TEL：+81-138-40-3605（無中文服務）</p> <p>●搭乘市電車約21分鐘「十字街」下車 徒步約5分鐘</p>
<p>朝之八甲田</p> <p>醇香芝士蛋糕靈感來自於早晨的八甲田風景。感受濃郁的起司醇香在口中逐漸擴散融化。</p> <p>地址：八戶市大字十三日町13 中合三春屋地下 營業時間：10:00~20:00 歡迎洽詢：Asajon（有） TEL：+81-178-20-5822（無中文服務）</p>	<p>黑加侖蛋糕</p> <p>使用日本最大的黑醋栗產地青森市產黑醋栗所製，酸甜適中的蛋糕頗具人氣。</p> <p>地址：青森市新町1-13-21 營業時間：10:00~18:30 歡迎洽詢：維也納甜點 小約翰史特勞斯 TEL：+81-17-722-1661（無中文服務）</p>	<p>弘前蘋果派</p> <p>青森蘋果生產量最多美名的「弘前」，有多許的蛋糕店、飯店、咖啡廳等，在街道上的麵包店或糕點店都能吃到正統的蘋果派風味。</p> <p>地址：弘前市區 歡迎洽詢：弘前市立觀光館 TEL：+81-172-37-5501（無中文服務）</p>	<p>起士蛋糕</p> <p>充分使用當地新鮮食材所製成的起士小蛋糕。鬆軟口感，入口即溶，如舒芙蕾般的起士小蛋糕。</p> <p>地址：函館市末廣町13-9 營業時間：9:30~19:00（依據季節有所變更） 歡迎洽詢：PASTRY SNAFFLE'S（金森洋物館內） TEL：+81-138-27-1240（無中文服務）</p>
夜宿八戶	夜宿青森	夜宿弘前	夜宿函館

青函圈 周遊 建議行程



周遊建議行程
[選擇周遊之旅]

與夏季慶典 感受當地熱情的活力之旅

令人興奮的華麗旅程 享受當地的熱情、元氣加倍

歷史傳統悠久的各種慶典活動，讓青函圈的夏季更加熱情。可以近距離體驗當地文化與當地人交流互動。一方水土孕育出當地有名溫泉及能量景點（power spot）能感受到歷史、靈魂與風俗民情的周遊之旅。

八戶 HACHINOHE	弘前 HIROSAKI	青森 AOMORI	函館 HAKODATE
<p>JR八戶站 ●搭乘JR線約10分鐘</p> <p>JR本八戶站 ●搭乘巴士約20分鐘</p>	<p>JR新青森站 ●搭乘JR線約40分鐘</p> <p>JR弘前站 ●徒步約20分鐘</p>	<p>JR新青森站 ●搭乘JR線約6分鐘</p> <p>JR青森站 ●搭乘青森鐵道約20分鐘、搭乘巴士約50分鐘</p>	<p>JR新函館北斗站 ●搭乘連列車約15分鐘</p> <p>JR函館站 ●徒步約5分鐘 ※至煙火大會的會場</p>
<p>八戶市埋藏文化財中心 是川繩文館</p> <p>透過是川遺跡或風張1遺跡的出土展示品中，可以了解到八戶的繩文文化。透過國寶展示品「合掌土偶」，讓世人賞識繩文之美及其精神。</p> <p>地址：八戶市大字是川字橫山1 營業時間：9:00~17:00（入館至16:30） ※公休：星期一、六日、彈性假日第二天 歡迎洽詢：+81-178-38-9511（無中文服務）</p> <p>●搭乘巴士約20分鐘「八戶中心街總站」下車</p>	<p>弘前餛飩祭 8月1日~8月7日</p> <p>「弘前餛飩祭（睡魔祭）」被指定為國家重要無形民俗文化財，是以扇形為特徵繪武士為主題的節日。小型餛飩，以及最大高度超過9公尺的大型餛飩，伴隨著笛鼓聲之節奏，歡快地遊行於市區。此外，全年均可體驗弘前餛飩之設施「津輕薄餛飩村」也頗具人氣。</p> <p>會場・時間：8月1日~4日（土手町行程19:00~） 8月5日、6日（站前行程19:00~） 8月7日（最後一天：土手町行程10:00~） 歡迎洽詢：弘前市立觀光館 TEL：+81-172-37-5501（無中文服務）</p> <p>●從JR弘前站搭乘巴士約45分鐘</p>	<p>淺蟲溫泉</p> <p>淺蟲溫泉有1200年以上的歷史，日本文學家樺方志功、太宰治等最愛的溫泉街。這裡也有許多觀光設施，如海水浴場、海釣公園、水族館等。</p> <p>地址：青森市大字淺蟲 歡迎洽詢：（一社）淺蟲溫泉觀光協會 TEL：+81-17-752-3250（無中文服務）</p> <p>●搭乘青森鐵道約20分鐘、搭乘巴士約50分鐘</p>	<p>函館港節 8月1日~8月5日</p> <p>函館夏季最大的慶典活動之一。列年8月1日舉行道南最大的煙火大會，在8月2日~8月3日也會舉辦「Wasshoi函館」活動，每年約2萬人巡遊函館市區。</p> <p>會場：函館港、函館站前地區、五稜郭地區 歡迎洽詢：函館港節實行委員會事務局（一社函館國際觀光會議協會） TEL：+81-138-27-3535（無中文服務）</p> <p>●搭乘市電車約30分鐘「湯之川溫泉」下車</p>
<p>八戶三社大祭 7月31日~8月4日</p> <p>具有約300年歷史與傳統，是八戶地區最大的慶典活動，被聯合國教科文組織指定為非物質文化遺產。27台具有魅力與美學、豪華絢麗的彩繪車，吸引著遊客的目光。此外，於舉辦期間以外，位於八戶站旁「YOU TREE」1樓的展廳，全年展示著三社大祭相關資料，可讓您體會到其盛況氣氛。</p> <p>會場：八戶市中心街 歡迎洽詢：（一財）VIST八戶 TEL：+81-178-70-1110（無中文服務）</p>	<p>百澤溫泉鄉</p> <p>富含鐵質的泉水稍為帶點紅色，被親切的稱呼為「熱之湯」。地下溫泉水量豐富，幾乎所有旅館都擁有自家源泉，各家溫泉美妙的差距也是百澤溫泉的魅力所在。</p> <p>地址：弘前市百澤 歡迎洽詢：岩木山觀光協會 TEL：+81-172-83-3000（無中文服務）</p>	<p>青森睡魔祭 8月2日~8月7日</p> <p>在日本每年超過約300萬人來觀賞的慶典。共有22件大型睡魔道具在市區列隊遊行，讓北國的夏天更加熱情如火。</p> <p>會場：青森市中心街 歡迎洽詢：（公社）青森觀光會議協會 TEL：+81-17-723-7211（無中文服務）</p>	<p>湯之川溫泉</p> <p>從捕撈烏賊最旺盛的夏季到秋季，夜晚透過海景房的窗戶，能望見星星點點的漁火搖曳在漆黑的夜空和海面之間。</p> <p>地址：函館市湯川町 歡迎洽詢：函館湯之川溫泉旅館協會組 TEL：+81-138-57-8988（無中文服務）</p>
夜宿八戶	夜宿弘前	夜宿青森	夜宿函館

青函圈周遊 建議行程

周遊建議行程 [選擇周遊之旅]
楓葉與當地新美食之旅



八戶 HACHINOHE

JR八戶站

●乘車約40分鐘

八戶的傳統工藝品之一「八幡馬」。用白色半成品制作您獨一無二的八幡馬增添樂趣！



山之樂校 (青葉湖展望交流設施)

利用已廢校的增田中小學，開設體驗文化交流設施。能夠充實體驗鄉村文化、手作蕎麥麵等，多彩多姿的田園生活。



午餐 體驗手作蕎麥麵

利用已廢校的增田中小學，開設體驗文化交流設施。能夠充實體驗鄉村文化、手作蕎麥麵等，多彩多姿的田園生活。

地址：八戶市南郷島守字北之畑6-2
營業時間：8:00~17:00
歡迎洽詢：山之樂校營運協議會
TEL：+81-178-82-2222 (無中文服務)

●乘車約10分鐘

南郷屋形船 楓葉體驗

坐小型觀光船航行青葉湖，約45分鐘的賞楓行程。



航行期間・時刻等：10月下旬~11月上旬
10:00~15:45 間隔45分鐘
地點：八戶市南郷島守
歡迎洽詢：南郷觀光協會
TEL：+81-80-1800-8918 (無中文服務)

●乘車約30分鐘

不習岳 楓葉漫步

除了主要道路之外還有許多登山步道，各處的楓葉美景都各具特色。10月下旬，面積約有一公頃的楓葉園夜間會打上燈光，景色如夢如幻。



地址：八戶市南郷島守外田山119
歡迎洽詢：市民之森綜合介紹設施
TEL：+81-178-83-2146 (無中文服務)

●乘車約40分鐘

The Best of 美食之旅

連續舉辦了30多年的美食盛典。舉辦期間您可以統一價格品嚐到各參加店舖，使用青森縣產食材限定銷售的各項美食。此外，餐後回答問卷即可參加豪華贈品抽獎活動。



地點：以八戶市為中心活動參加餐廳
活動期間：9月1日~10月31日
歡迎洽詢：八戶商工會議所
TEL：+81-178-43-5111 (無中文服務)
※所提供的價格等活動內容，有變更的可能。

夜宿八戶

青森 AOMORI

JR新青森站

●搭乘JR線約5分鐘

JR青森站

●徒步約6分鐘

有「飲一杯活三年、二杯六年、三杯長生不老」之稱的「八甲田蘆野(KAYANO)高原的長壽茶」



青森魚菜中心海鮮蓋飯

將喜歡的海鮮如，扇貝、金槍魚、比目魚、烏賊等，盛在米飯上，美味的特製海鮮蓋飯便完成了。早上7點開始營業，是最理想的早餐選擇。



地址：青森市古川1-11-16
(從JR青森站徒步約5分鐘)
營業時間：7:00~16:00
歡迎洽詢：青森魚菜中心
TEL：+81-17-763-0085 (無中文服務)

●搭乘JR巴士約80分鐘「纜車站前」下車

八甲田的楓葉

由八甲田纜車可360度全方位眺望四周山毛櫸和楓葉美景(9月下旬~10月)。9月可搭乘夜間運行的纜車，欣賞滿天星與青森市夜景。



地址：青森市大字荒川字寒水澤1-12
歡迎洽詢：八甲田纜車
TEL：+81-17-738-0343 (無中文服務)

●乘坐JR巴士約80分鐘至「青森站」下車 乘坐市營巴士約20分鐘在「縣立美術館前」下車

青森縣立美術館

長期展示與青森具有淵源的棟方志功、奈良美智、成田亨等藝術家作品。精彩傑作還有夏加爾的舞臺背景畫及奈良美智的《青森犬》等。



地址：青森市安田字近野185
活動期間：9:30~17:00
(6月~9月 9:00~18:00)
歡迎洽詢：青森縣立美術館
TEL：+81-17-783-3000 (無中文服務)

●乘坐市營巴士約20分鐘「青森站前」下車 徒步約1分鐘

睡魔之家 Wa Rasse 體驗睡魔祭

除了常設展示著實際參加過睡魔祭，震撼力十足的大型睡魔之外，還詳細介紹著睡魔祭的歷史和其魅力所在。此外，還可進行睡魔樂器、節慶舞蹈、紙貼睡魔製作等體驗。



地址：青森市安方1-1-1
時間：9:00~18:00 (5月~8月9:00~19:00)
歡迎洽詢：睡魔之家 Wa Rasse
TEL：+81-17-752-1311 (無中文服務)

夜宿青森

弘前 HIROSAKI

JR新青森站

●搭乘JR線約40分鐘

JR弘前站

●搭乘弘前巴士約17分鐘「市役所前」下車

津輕地區自古以來流傳至今的刺繡工藝品「小巾刺繡」。近年，其花紋與顏色經現代化改良，小飾物件頗具人氣。



弘前城菊花與楓葉節

在弘前城植物園內，除了有北奧羽首屈一指豪華菊花人偶之外，還有各式菊花造型展示，色彩鮮明的楓葉也能在此觀賞。



會場：弘前公園內 弘前城植物園
活動期間：10月下旬~11月上旬
歡迎洽詢：弘前市立觀光館
TEL：+81-172-37-5501 (無中文服務)

●徒步約5分鐘

手工藝品和和風咖啡廳 匠館

展示、銷售津輕塗漆器和小巾刺繡等，津輕地區各種工藝品。是一個可享用到家常午餐、日式聖代、純正刨冰等美味，以「日式和風」為主題的咖啡廳。



地址：弘前市上白銀町8
營業時間：9:00~17:00
TEL：+81-172-36-6505 (無中文服務)

●搭乘弘前巴士約20分鐘「常盤坂入口」下車 搭乘為信(TAMENOBU)號(4月~11月)「蘋果公園」下車

蘋果採收體驗

素有日本第一生產量之稱的弘前蘋果，歡迎透過遊玩、學習、觸摸、品嚐來體驗蘋果公園。這裡種植了2300顆蘋果樹，歡迎在蘋果成熟期間前來親自採收並享受美味的蘋果。



活動期間：8月1日~11月中旬
歡迎洽詢：弘前蘋果公園
TEL：+81-172-36-7439 (無中文服務)

●搭乘弘前巴士約25分鐘「HOTEL NEW CASTLE前」下車、徒步3分鐘

晚餐 KADARE橫丁

是弘前市市區的攤販聚集地。這裡有國際化且各具特色的11間餐飲店，設有80個座位的多用途大廳也可舉辦各種活動。



地址：弘前市百石町2-1
歡迎洽詢：津輕弘前屋台村株式會社
TEL：+81-172-38-2256 (無中文服務)

夜宿弘前

函館 HAKODATE

JR新函館北斗站

●搭乘連接列車約15分鐘

JR函館站

●徒步約1分鐘

適合悠閒的挑選喜歡的店家，享受和函館市民愉快互動的「大門橫丁」



函館早市海鮮蓋飯

海膽、鮭魚子、扇貝、烏賊等多種組合的豐富海鮮蓋飯，保證新鮮美味。函館早市的店家們精心挑選的新鮮食材，保證能品嚐到讓您滿意的美食。



地址：函館市若松町9-19
歡迎洽詢：函館早市協同組合連合會
TEL：+81-120-858-313 (無中文服務)

●搭乘市電車約10分鐘「末廣町」下車

元町楓葉漫步

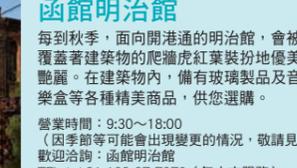
優雅的歐洲風格的建築和教會群，多色的楓葉行道樹襯托東西建築風情到復古的街道，有如油畫般的風景。



歡迎洽詢：函館市觀光部觀光誘致課
TEL：+81-138-21-3323 (無中文服務)

函館明治館

每到秋季，面向開港通的明治館，會被覆蓋著建築物的爬牆虎紅葉裝扮地優美艷麗。在建築物內，備有玻璃製品及音樂盒等各種精美商品，供您選購。



營業時間：9:30~18:00
(因季節等可能會出現變更的情況，敬請見諒)
歡迎洽詢：函館明治館
TEL：+81-138-27-7070 (無中文服務)

●搭乘市電車約10分鐘「函館站前」下車

JR函館站

●搭乘JR函館巴士約40分鐘「香雪園」下車

函館MOMI-G節(楓葉節)

北海道唯一的國家指定文化財庭園「香雪園」，是賞楓知名景點。活動期間的夜間點燈，為楓葉增添不少浪漫風情。



活動時期：10月下旬~11月上旬
會場：函館市見晴町56
歡迎洽詢：函館市住宅都市設施公社 花與綠之課
TEL：+81-138-40-3605 (無中文服務)

夜宿函館



青函圈周遊 建議行程

[冬篇]
WINTER

周遊建議行程 [選擇周遊之旅]

冬祭溫暖之旅

函館 HAKODATE

JR新函館北斗站

●搭乘連接列車約15分鐘

JR函館站

●徒步約1分鐘

可欣賞猴子悠閒泡溫泉的可愛模樣。必遊！「猿山溫泉」



函館鹽味拉麵

函館美食代表之一。店家用心熬煮的清激高湯，獨特的口味令人齒留香。圖為「函館麵房 味彩」的鹽味拉麵，在「JR函館站店」二樓可以品嚐。



函館市觀光資訊官方網站 Travel Hakodate
https://www.hakodate.travel/cht/

●搭乘市電車約30分鐘「湯之川溫泉」下車

湯之川溫泉街

在湯之川溫泉街，不只有可以輕鬆體驗足湯，附近還有四百年歷史的湯倉神社。函館市熱帶植物園裡則有三百種以上的熱帶植物，冬天更可以近距離觀賞猴子泡在溫泉裡的可愛模樣。



歡迎洽詢：函館市觀光部觀光誘導課
TEL：+81-138-21-3323（無中文服務）

●搭乘市電車約20分鐘「五稜郭公園前」下車

五稜星之夢

五稜郭公園的星型護城河，每到夜間會點亮約2000盞燈，為星型的五稜郭增添浪漫氣息。從五稜郭塔往下俯瞰，美麗迷人的星型護城河如夢似幻。



活動時期：12月1日~2月28日
會場：函館市五稜郭町44
歡迎洽詢：五稜郭塔株式會社
TEL：+81-138-51-4785（無中文服務）

●搭乘市電車約30分鐘「末廣町」下車

HAKODATE ILLUMINATION (函館霓虹彩燈) & 夜間點燈活動

函館山下與西部地區的街道在柔和燈光的包圍下，洋溢著濃郁的異國風情。漫步在教會群的歷史建築物中，伴隨著柔和的燈光，享受夢幻般的夜晚。



活動時期：12月1日~2月28日
地點：函館市元町區
歡迎洽詢：函館冬季活動執行委員會
(一社 函館國際觀光會議協會內)
TEL：+81-138-27-3535（無中文服務）

夜宿函館

青森 AOMORI

JR新青森站

●搭乘JR線約6分鐘

JR青森站

●搭乘JR巴士約80分鐘「纜車站前」下車

熱騰騰的「鱈魚雜把湯」是用鱈魚骨、內臟和白蘿蔔等食材一起熬煮而成的火鍋料理。



八甲田雪地健行

穿上雪地行走專用的大「雪鞋」，從八甲田纜車山頂公園站出發，漫步觀賞周邊樹冰原地帶的美景。由於有嚮導的帶領，讓您可安心地享受漫步觀景的樂趣。



地址：青森市大字荒川字寒水澤1-12
歡迎洽詢：八甲田纜車
TEL：+81-17-738-0343（無中文服務）

●搭乘JR巴士約15分鐘「酸湯溫泉」下車

酸湯溫泉

有300年以上歷史的深山溫泉旅館。以檜木建造而成的大浴場面積約為160場場米(約265㎡)。在「檜木干人大浴池」裡，有冷泉、熱泉、四分六分泉、溫泉瀑布共四個浴場。



酸湯溫泉鬼面庵 生姜味噌關東煮

曾為了讓等候青函連絡船的旅客能暖暖身子，路邊小攤的老板娘在味噌中加入生姜泥而受到好評，後被廣泛流傳。現今已成為青森市一道美味的鄉土料理。



地址：青森市荒川南荒川山園有林酸湯澤50
營業時間：酸湯溫泉 7:00~17:30(當日來回)
鬼面庵 10:30~16:30
歡迎洽詢：酸湯溫泉
TEL：+81-17-738-6400(無中文服務)

●搭乘JR巴士約1小時40分鐘「青森站」下車 徒步1分鐘

青森燈會與紙燈慶典

市民們融合睡魔的製作技法，創作了和紙作品「雪人紙燈」，溫暖的光線與豔麗的色彩照亮著青森站的周邊。



活動時期：11月下旬~2月上旬
地點：JR青森站周邊
歡迎洽詢：特定非營利活動法人青森港俱樂部
(青函聯繫紀念館八甲田丸內)
TEL：+81-17-735-8150(無中文服務)

夜宿青森

弘前 HIROSAKI

JR新青森站

●搭乘JR線約40分鐘

JR弘前站

●搭乘免費接送巴士約30分鐘

弘前中央食品市場有販賣深受當地人喜愛的「秋季限定大學芋」！(販售期間為九月至隔年四月左右)



Asobe之森 岩木莊 溫泉午餐一日遊

擁有多種溫泉的人氣旅館，可眺望世界自然遺產「白神山地」及日本百大名山「岩木山」「八甲田山」等。



地址：弘前市大字百澤寺澤28-29
歡迎洽詢：Asobe之森 岩木莊
TEL：+81-172-83-2215(無中文服務)

●搭乘免費接送巴士約30分鐘、弘前市立觀光巴士站

川崎染工場 津輕天然藍染體驗

曾經營業於江戶時代的染物店，1992年時發現並修復當時所使用的工具，使其重現原貌。現今除了藍染體驗之外，也可在此購買藍染小物的商品。



地址：弘前市龜甲町63
營業時間：9:00~17:00
(冬季 9:00~16:00) / 每週四固定休息
歡迎洽詢：川崎染工場
TEL：+81-172-35-6552(無中文服務)

●徒步約10分鐘

藩主公主衣裳的換裝體驗

可體驗穿著正統的藩主服及公主服，並享拍下紀念照片留念。



地址：弘前公園內 武德殿(北之郭)
營業時間：全年9:00~16:30
※團體請洽談。
體驗費用：盔甲、打掛 1010日圓
陣羽織、藩主服、振袖、小孩(男女)500日圓
歡迎洽詢：(一財)弘前市之協會
TEL / +81-172-33-8733(無中文服務)

●徒步或搭乘計程車

白神魚

源於世界自然遺產白神山地，含有豐富礦物質的清水流入青森縣日本海(津輕西海岸)，孕育出各種海鮮直接運送到弘前市。烹製成日本料理、壽司、法式、南洋料理等，各具特色的美味供人們享用。



歡迎洽詢：白神魚普及實行委員會
(TEKUTEKU編輯部內)
TEL：+81-172-31-2136(無中文服務)
白神魚 http://shirakamosakana.com/

夜宿弘前

八戶 HACHINOHE

JR八戶站

●搭乘JR線約10分鐘

JR本八戶站

●徒步約10分鐘

「預祝豐收舞(Enburi)衣著體驗」大變身！(八戶 Portal Museum hacchi)



造酒參觀

八戶酒造展現了日本三大釀酒名家的南部杜氏造酒法。您可在此一一品嚐，尋找適合自己口味的美酒。



地址：八戶市八日町1
參觀時間：9:00~16:00
歡迎洽詢：八戶酒類株式會社
TEL：+81-178-43-0010(無中文服務)

●徒步約10分鐘

八戶煎餅湯

在風味高湯中加入特製「湯汁煎餅」的鄉土料理。吸飽湯汁的煎餅口感獨特且富有彈性，是非常美味的一道料理。



歡迎洽詢：(一財) VISIT八戶
TEL：+81-178-70-1110(無中文服務)
八戶煎餅湯研究所
http://www.senbei-jru.com/

●徒步約10分鐘

八戶預祝豐收舞 (Enburi)

被指定為國家的重要無形民俗文化財的鄉土藝術。有30組以上舞蹈團體在這城市的街道上，舞出震撼人心的豐收舞。



活動期間：2月17日~20日
(活動期間以外，可以在八戶Portal Museum「hacchi」觀賞到豐收舞的影像。)
會場：八戶市中心街 市廳前市民廣場 更上閣等
歡迎洽詢：(一財) VISIT八戶
TEL：+81-178-70-1110(無中文服務)

●搭乘市營・南部公車約15分鐘「Grand Sunpia八戶」下車

Grand Sunpia八戶 澤里溫泉

從地底下湧出的天然溫泉，具有恢復疲勞和保濕效果，共有八種不同的天然溫泉，讓您的身心倍感溫暖。



地址：八戶市東白山台1丁目1-1
營業時間：10:00~22:00(當日來回)
歡迎洽詢：Grand Sunpia八戶
TEL：+81-178-23-5151(無中文服務)

夜宿八戶

慶典活動、賞花、觀景年表

★=慶典活動 ◆=賞花、觀景

	青森市	弘前市	八戶市	函館市
4月	★青森春祭 ★青森馬拉松 ◆豬牙花(4月,淺蟲湯之島) ◆櫻花(4月下旬~5月上旬)	★弘前櫻花祭奠 ◆櫻花(4月中旬~5月上旬)	★館鼻岸壁早市(3月下旬~12月) ◆櫻花(4月下旬,三八城公園)	★函館西部地區的 BAR-GAI ◆櫻花(4月下旬~5月上旬,五稜郭・函館公園)
5月	★青森春季慶典 ★浪岡蘋果花季慶典 ◆蘋果花開(5月上旬)	★蘋果花祭典 ★蘋果酒之夜 ◆蘋果花開(5月上旬~5月中旬) ★宵宮(5月中旬~10月上旬)	★八戶黑尾鷗馬拉松全國大會 ◆油菜花(5月~6月,蕪島)	★箱館五稜郭節 ◆紫藤花(5月下旬~6月,五稜郭)
6月	★東八甲田杜娟花季 ◆杜娟花(6月上旬~中旬,東八甲田)	★古都弘前煙火大會	★島守春慶典 ◆黃花菜(6月~8月,種差海岸) ◆岩百合(6月~8月,種差海岸)	★南茅部HIROME船慶典 ◆繡球花(6月下旬~9月上旬,特拉皮斯汀女子修道院附近的市民之森) ◆玫瑰花(6月下旬~7月上旬,舊英國領事館)
7月		◆摘採蘋果體驗(8月1日~11月中旬)	★八戶七夕慶典	★函館馬拉松賽 ★市民創作函館露天劇 ★函館港煙火大會
8月	★淺蟲溫泉煙火大會 ★青森睡魔祭 ★浪岡北畠慶典 ◆摘採蘋果體驗(8月~11月)	★弘前餒饅噺祭	★八戶三社大祭 ★八戶煙火大會	★函館港節 ★函館國際民俗藝術節 ★函館國際科學節 ★湯之川溫泉煙火大會
9月	◆楓葉(9月下旬~10月)	★拜山(每年農曆8月1日)	◆濱菊(9月~10月,種差海岸)	★函館美食廣場 ★函館西部地區的 BAR-GAI
10月	★善知鳥之濱流鎗馬大會	★弘前・白神蘋果馬拉松 ★弘前城菊花和紅葉節 ◆賞楓(10月下旬~11月上旬)	◆摘採蘋果體驗(10月上旬~11月中旬) ★史跡根城慶典 ★南鄉新蕎麥麵慶典 ★青葉湖屋形船遊覽運航 ◆楓葉(10月下旬~11月上旬,南鄉)	★函館MOMI-G節(秋葉節) ◆楓葉(10月下旬~11月中旬,香雪園)
11月			★八戶菊花節	
12月	★青森燈會與紙燈慶典 ◆雪(12月~3月)	◆雪(12月~3月)	◆雪(12月下旬~3月上旬)	★Hakodate Christmas Fantasy(夢幻聖誕) ★函館霓虹彩燈(~2月) ★五稜星之夢(~2月) ◆雪(12月~3月上旬)
1月	◆八甲田的樹冰(1月~2月)			★函館港霓虹彩燈電影節
2月	★青森雪燈慶典 ★青森冬之祭	★弘前城雪燈籠祭 ★澤田蠟燭祭典 ★冬季運動岩木山	★八戶馬賽魚湯美食節 ★八戶預祝豐收舞(Enburi)	★函館美食節(暫稱)
3月	★八甲田漫步			

轉乘交通資訊 [便捷的移動套裝行程]

銷售期間、有效期間、有效區間和銷售場所等詳細的信息,請聯繫相關的連絡窗口或參閱各大網站。

青森市	弘前市
<p>青森市營巴士 一日通票 (週末假日整日無限次搭乘) 在青森市內的搭乘路線,僅限周末及國定假日有提供無限次數搭乘服務。 ○大人500日圓、小孩250日圓</p> <p>歡迎洽詢:青森市企業局交通部管理課 TEL: +81-17-726-5453 (無中文服務) http://www.city.aomori.aomori.jp/koutsu/jyousyaken/bus-card.html</p> <p>青森市區觀光循環巴士 睡魔號 途經青森站、新青森站以及市區主要觀光景點的循環行駛觀光巴士。 ○單次搭乘300日圓(小學生:150日圓) ○1日乘車券700日圓(小學生:350日圓) ○2日乘車券800日圓(小學生:400日圓) ※學齡前兒童:免費</p> <p>巴士車內、青森觀光情報中心(新青森車站內)、青森市觀光交流情報中心(青森站前)、市內主要觀光設施以及住宿設施均有販售。</p> <p>歡迎洽詢:青森觀光巴士株式會社 TEL: +81-17-739-9384 (無中文服務) http://www.aomori-kanko-bus.co.jp/topics.html</p>	<p>津輕通票 可於適用區域內自由搭乘JR東日本、弘南鐵道、津輕鐵道的普通列車(含快速列車)的普通車廂自由席與弘南巴士(路線巴士指定區內)。您可盡情環遊津輕的名勝、溫泉及觀光設施。 ※可使用的適用區域相關資訊請上官網查詢。 ○大人2100日圓、小孩(小學生)1050日圓 ○有效期間:連續2日內 ○售票地點:適用區域內、秋田縣內(東大館站、十和田南站、鹿角花輪站除外)以及深浦站、鯉澤站內的JR售票處、指定售票機設置車站、旅行服務中心(View Plaza)、主要旅行社</p> <p>歡迎洽詢:津輕通票運營協議會(9:00~17:00※僅限平日營業) TEL: +81-172-40-7017 (無中文服務) 津輕導航 http://www.tsugarunavi.jp/freepass/en (設英文服務)</p> <p>市區100日圓循環巴士 於適用區域內,無論從任何地點搭乘或下車,100日圓即可無限搭乘。 ○費用:大人100日圓、小孩50日圓 ○時間:4月~11月 10:00~18:00 12月~3月 10:00~17:00 歡迎洽詢:弘前巴士總站 TEL: +81-172-36-5061 (無中文服務) http://www.konanbus.com/</p>
<p>市區巴士300 在八戶市中心街的適用區域內使用此乘車券,一日內可無限次數搭乘。無論是市中心購物、外出、商務活動都非常方便。市營公車、南部公車、十鐵公車等路線皆可使用。大人一張300日圓、小孩150日圓,非常便宜。</p> <p>歡迎洽詢:八戶市交通部 TEL: +81-178-25-5141 (無中文服務) 歡迎洽詢:岩手縣北自動車株式會社 八戶營業所 TEL: +81-178-44-7111 (無中文服務) 歡迎洽詢:十和田觀光電鐵株式會社 八戶營業所 TEL: +81-178-43-4520 (無中文服務)</p> <p>種差海岸遊覽巴士 黑尾鷗號 為三陸復興國立公園種差海岸門戶的蕪島與最近的JR車站種差海岸站之間,僅花100日圓即可進行移動。由於在種差海岸的各主要景點均有停車,因此除了可觀賞到美麗的風景之外,若與JR八戶線及徒步旅行相結合進行巡遊的話,能更加享受種差海岸之旅的樂趣。 ○費用:大人100日圓、小孩50日圓 ○運行:4月上旬~11月中旬(每天運行) 11月中旬~3月(僅星期六、日、節假日運行) ※年末年初除外</p> <p>歡迎洽詢:八戶市交通部 TEL: +81-178-25-5141 http://www.city.hachinohe.aomori.jp/bus/index.html 觀光相關洽詢: (一財)VISIT八戶 TEL: +81-178-70-1110 (無中文服務) https://visithachinohe.com/</p>	<p>市區電車1日乘車券 市區電車・函館巴士通用1日、2日乘車券 在函館市旅遊搭乘市區電車較為方便。市區電車1日乘車券使用起來簡單方便,只需於下車時出示即可。想要深入探訪函館市的旅客,還可以購買無限次數搭乘市區電車、巴士的共同乘車券。(函館巴士無限次數乘車有區域限制,詳情請上網查詢。)</p> <p>○市區電車1日乘車券:大人600日圓、小孩300日圓 ○市區電車・函館巴士通用 1日乘車券:大人1000日圓、小孩500日圓 2日乘車券:大人1700日圓、小孩850日圓</p> <p>歡迎洽詢:函館市企業局交通部事業課 TEL: +81-138-32-1730 (無中文服務) http://www.city.hakodate.hokkaido.jp/docs/2014012100977/</p> <p>函館與近郊火車乘車券 函館與近郊(木古內町、北斗市、七飯町、鹿部町、森町)的限定範圍內,可無限搭乘JR線(普通列車普通車廂自由席)、函館巴士、函館市區電車、道南SARIBI鐵道。有1日券及2日券,提示此乘車券即可享津輕海峽渡輪運費、費用之折扣。</p> <p>歡迎洽詢:JR北海道電話詢問中心 (營業時間 6:30~22:00) TEL: +81-11-222-7111 (無中文服務) JR北海道HP http://www.jrhokkaido.co.jp/</p>