盛岡広域 エリア

いわて

IWATE TRAVEL GUIDE
［旅ガイド］

米NYタイムズ紙選出
2023年「行くべき52か所」#2
盛岡

黄金の國、いわて。

見て・感じて・体験する

温泉

湯っこでリフレッシュ

松川温泉 A-3
身体を温める白濁の湯
松川渓谷沿いに並ぶ3軒の温泉宿は、どれも個性的。源泉掛け流しの乳白色の湯が優しく心身を温めてくれます。雪見風呂も格別です。
■八幡平市観光協会　TEL 0195-78-3500

新安比温泉 静流閣 B-2
美人の湯と評判の強塩泉
太古の地殻変動などで地中に閉じ込められた海水が源泉。塩分濃度が海水の約2倍という、全国有数の強塩泉。美人の湯として評判です。
■八幡平市叺田43-1　TEL 0195-72-2110

八幡平温泉郷 B-3
岩手山を望むマグマの湯
源泉は、松川地熱発電所の蒸気を利用した「マグマの湯」。岩手山や八幡平へのトレッキングの拠点として、ドライブの立ち寄り湯としても便利です。
■八幡平市観光協会　TEL 0195-78-3500

安比温泉 A-2
身体に優しい癒しの温泉
安比高原でたっぷり遊んだあとは、温泉でリフレッシュ。「白樺の湯」や「あずみの湯」などがあります。
■八幡平市観光協会　TEL 0195-78-3500

盛岡つなぎ温泉 B-4
レジャーも充実、くつろぎの温泉郷
眼前に御所湖が広がる、盛岡の奥座敷。四季折々の風景を楽しみながら、良質な湯を楽しむことができます。
■盛岡つなぎ温泉観光協会　TEL 019-689-2109

網張温泉 A-3
岩手山麓にある千年の名湯
1300年の歴史を誇る名湯。青みがかった白濁した硫黄泉で、露天風呂から足湯までそろっています。紅葉の季節はもちろん、雪見風呂もおすすめです。
■しずくいし観光協会 TEL 019-692-5138

鶯宿温泉 A-4
ウグイスが傷を癒やした名湯
豊富な湯量を誇り、ホテルから湯治場まで、個性豊かな宿がそろっています。公園には足湯があるので、散策途中に気軽に立ち寄ってみてはいかがですか。
■しずくいし観光協会　TEL 019-692-5138

大自然を味わう山奥の秘湯

藤七温泉 彩雲荘 A-3
東北最高地にある温泉宿
東北一標高の高い位置にある温泉宿。秘湯として知られ、泉質の良さとともに、岩手山を眺めながら入る露天風呂が有名です。
■八幡平市松尾寄木　TEL 090-1495-0950
※営業期間／5月上旬～11月上旬(冬季休業)

国見温泉 A-3
全国的にも珍しい緑の湯
秋田県との県境にある山間の温泉。源泉は透明ですが、湯船の湯色は翡翠色と珍しく、硫黄泉と炭酸水素塩泉のふたつの泉質を持っています。
■しずくいし観光協会　TEL 019-692-5138
※営業期間／5月中旬～11月上旬(冬季休業)

見て・感じて・体験する

スキー

パウダースノーを満喫

安比高原スキー場 A-2
アスピリンスノーと圧雪バーンの異なる爽快さを楽しめるビッグザレンデ。スノーシューを履いて森を歩く体験プログラムも人気。
■八幡平市安比高原
TEL 0195-73-5010(代)

岩手高原スノーパーク B-3
盛岡にから近く、ビギナーからエキスパートまで楽しめるとあって、幅広い年齢層が訪れます。小学生以下はリフト無料の特典もあり。
■雫石町長山岩手山
TEL 019-693-4000

八幡平リゾートパノラマスキー場 B-3 下倉スキー場 A-3
パノラマスキー場は初心者やファミリーにも人気。下倉スキー場は、斜面変化と上質なアスピリンスノーが堪能できると評判です。
■八幡平市松尾寄木1-509-1
TEL 0195-78-4111(代)

雫石スキー場 A-3
ホテルに隣接したスキー場。1993年に世界アルペンが開催され、国内屈指の本格的な滑降コースを持っています。
■雫石町高倉温泉
TEL 019-693-1114

網張温泉スキー場 A-3
変化のある滑りを存分に楽しめるコース。麓には「千年の名湯」で知られる網張温泉があるので、アフタースキーは温泉でのんびりと。
■雫石町長山小松倉14-3
TEL 019-693-2211

見て・感じて・体験する

散策

四季の移ろいを感じる

小岩井農場の牛たちと国指定重要文化財 B-3
岩手山山麓に広がる小岩井農場には2,000頭を超える牛たちが飼育され、緑豊かな環境が広がっています。築100年を超える古い牛舎などの建造物と共に小岩井農場ならではの風景を楽しめます。
■小岩井農場　TEL 019-692-4321

盛岡市内桜巡り B-3
石割桜や、盛岡城跡公園、高松の池、米内浄水場など、盛岡市内には桜の名所が数多くあります。それぞれ趣があり、目を楽しませてくれます。
■盛岡観光コンベンション協会
TEL 019-604-3305

八幡平の紅葉 A-3
八幡平アスピーテラインから八幡平山頂、八幡平樹海ラインを巡るドライブコースは、秋がおすすめ。山々が赤や黄色に色づき、見応えたっぷり。また、安比高原のブナ二次林もおすすめです。
■八幡平市観光協会　TEL 0195-78-3500

冬はスノートレッキング A-2
日本有数のスノーリゾートである八幡平では、スノーシューを履いて雪原や森を歩くスノーシュー体験も人気。時には動物の足跡や姿を見かけることもあります。
■八幡平市観光協会　TEL 0195-78-3500

つくり手の顔が見える おみやげ

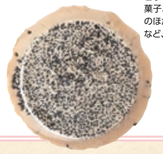
地ビール
岩手県は日本一のホップの生産地。盛岡広域エリアには、地ビールでは全国でも有数の出荷量を誇るメーカーをはじめ、素材や製法にこだわった醸造所があり、それぞれ個性豊かな地ビールが造られています。

盛岡三大麺
わんこそば、盛岡冷麺、盛岡じゃじゃ麺を家庭でもいかがですか。

南部鉄器
17世紀からの歴史がある伝統工芸品。鉄瓶をはじめ、フライパンや鍋などの普段使いの製品も増えています。

安比塗
八幡平市安代地区に伝わる漆器。ていねいに使い込むほど、美しい光沢に。定番の椀のほか、箸や皿など種類も豊富です。

ご当地ワインとハードサイダー
岩手県はワインの生産量が全国第5位。盛岡広域エリアでもヤマブドウやリンゴを材料にしたものや、自分たちが育てた葡萄でつくるワインなど特徴のあるワインづくりが行われています。また、リンゴを材料としたハードサイダーも造られています。



南部煎餅
岩手に古くから伝わる郷土菓子。定番のゴマや落花生のほか、昆油やいか、りんごなど、味も豊富です。

各地の地酒
盛岡広域エリアには、9つの酒蔵があり、良質な水と米で各酒蔵によるこだわりの酒づくりが行われています。

盛岡広域 エリア

岩手

旅ガイド
Iwate Travel Guide

©わんこきょうだいとふっち

八幡平ドラゴンアイ（八幡平）

黄金の國、いわて。

岩手県盛岡広域振興局
TEL.019-629-6512

Morioka

盛岡市
城下町の歴史と風情を感じる

1 盛岡城跡公園 B-3
春は桜の名所。秋になると見事な紅葉が見られます。落葉で地面が絨毯のように赤や黄色の葉で覆われます。■盛岡市内丸1-37

2 岩手銀行赤レンガ館 B-3
東京駅を手がけた辰野金吾・葛西萬司建築事務所が設計して明治44年(1911)に建てられました。国指定の重要文化財。多目的ホールの展示や、資料の展示が行われています。
■盛岡市中ノ橋通1-2-20　TEL 019-622-1236

3 もりおか歴史文化館 B-3
もりおか歴史文化館1階では、盛岡秋まつりの山車やチャグチャグ馬こ、盛岡さんさ踊りについて紹介。2階では、盛岡藩の歴史や南部藩の資料を展示しています。
■盛岡市内丸1-50　TEL 019-681-2100

うまいもの 食

4 福田パン
盛岡のソウルフードとも言われる「福田パン」。大きなコッペパンにあんやジャムなど、お好みの具を目の前でサンドしてくれます。
■盛岡市長田町12-11
TEL 019-622-5896

盛岡三大麺
わんこそば、盛岡冷麺、盛岡じゃじゃ麺。味も食べ方も異なる盛岡三大麺を食べ比べてみてはいかがですか。

◎紅葉に彩られた城下町を散策する（所要時間／2時間15分）

start ! → JR東北新幹線・東北本線「盛岡駅」 → 盛岡中心市街地周遊バス「でんでんむし」（まわり約6分） → 盛岡城跡公園（徒歩約1分） → もりおか歴史文化館（徒歩約1分） → 岩手銀行赤レンガ館（徒歩約7分） → 盛岡三大麺（外観のみ）

盛岡城跡公園 約30分滞在 ／ もりおか歴史文化館 約30分滞在 ／ 岩手銀行赤レンガ館 外観のみ ／ 盛岡三大麺 約1時間滞在 ／ 市内で 約1時間滞在

Hachimantai

八幡平市
岩手の大自然を満喫する

5 桜と雪の回廊 A-3
4月中旬開通の八幡平アスピーテラインで見られる「雪の回廊」。同時期、麓では桜が満開。岩手山を背景に立つ上坊牧野の一本桜など見応えのある桜ばかり。「雪の回廊」と桜が同時期に見られる全国的にも珍しい地域です。
■八幡平市観光協会　TEL 0195-78-3500

7 焼走り熔岩流 B-3
1723年の岩手山噴火でできた溶岩流です。北東の山腹に見られ、長さ3km、末端の幅は1.5kmにもなります。国指定特別天然記念物です。
■八幡平市笹ヶ地内　TEL 0195-78-3500(八幡平市観光協会)

うまいもの 食

6 ふうせつ花の「豆乳どぉなつ」
豆腐専門店がつくる本格スイーツ。豆乳で練り上げたドーナッツは、甘さ控えめで、サクッとした食感が特徴です。
■八幡平市保戸坂236
TEL 0195-72-8008

8 いちご狩り B-3
冬から春にかけて「彩花園」で体験できます。
■彩花園／八幡平市大更31-111-3
TEL 0195-76-4458

Shizukuishi

雫石町
冬の楽しみも見逃せない

9 網張ビジターセンター A-3
2020年12月にリニューアルオープンした館内の展示はARを活用し、岩手山など周辺の山岳情報も豊富です。四季を通じて自然散策やクラフト体験などアクティビティも充実。冬は、スノーシューハイクがおススメです。
■網張ビジターセンター　TEL 019-693-3777

10 流工房 B-3
岩手を代表する「南部鉄」と「漆」を使ったジュエリーやインテリアを製作・販売。築65年の古民家を改装した店内は温かい雰囲気に包まれています。
■雫石町長山七ツ田28-5
TEL 019-691-2340

11 雫石高倉温泉 A-3
温泉源泉に登録される温泉。独特の香りのやわらかい湯は、源泉掛け流し。露天風呂から手が届くところに池があり、開放感もたっぷりです。
■雫石町高倉温泉
雫石プリンスホテル
TEL 019-693-1114

12 雫石スキー場 A-3
変化や起伏に富んだコースが好評。4500メートルのダウンヒルコースは、滑り応えは十分です。
■雫石町高倉温泉　TEL 019-693-1114

うまいもの 食

13 松ぼっくりのジェラート
地元産の野菜や果物、松原牧場で採れた新鮮なミルクを使用。季節限定のほか、常時14種類を目指りで販売。
■雫石町長山岩手山2
TEL 019-691-5030

Kuzumaki

葛巻町
自然を丸ごと体験する

14 くずまき高原牧場 B-2
自然いっぱいのくずまき高原牧場では、酪農・牧場体験ができる体験プログラムがいっぱい。ポニーやヤギ、ラさぎなど、かわいらしい動物と触れ合うことができます。
■葛巻町葛巻40-57-176　TEL 0195-66-0555

16 上外川高原 C-3
雄大な自然を満喫できる上外川高原。岩手山、姫神山などの山並みが見渡せる絶景スポット。夕映えもすばらしい。
■葛巻町上外川

くずまき鶏
葛巻町の食材や特産品、平打ち麺「ひぼがいっと」と、岩手が誇る南部鉄器を使った新たな食文化が楽しめます。
■葛巻町葛巻5-170-2
TEL 0195-66-3000

15 森のこだま館 C-2
押し花づくりやガラスアート体験など、多くの体験プログラムが行われています（要予約）。レストランでは地元食材の料理が味わえます。
■葛巻町江刈1-95-55　TEL 019-66-2320

うまいもの 食

くずまき高原のスイーツ
くずまき高原牛乳の風味とおいしさを生かしたヨーグルトやプリン。口どけのなめらかさは格別です。
■くずまき高原牧場
TEL 0195-66-0555

Takizawa | Iwatemachi

滝沢市 / 岩手町
アートな自然空間を楽しむ

17 石神の丘美術館 B-2
岩手県初の野外展示型美術館。国内外の有名作家の作品を間近で鑑賞できます。6月下旬から7月上旬にかけてラベンダーが見頃です。
■岩手町五日市10-121-21
TEL 0195-62-1453

18 岩手町「川の駅」 B-2
北上川源泉・弓弦の泉に隣接。せせらぎでの水遊びやハスの池散策など、さまざまな楽しみ方ができます。
■岩手町御堂2-14-4

19 馬っこパーク・いわて B-3
車馬レッスン、馬の世話や体験乗馬、園内を巡るホーストレッキングなど、馬とふれあうことができる公園です。
■滝沢市砂込389-18　TEL 019-688-5290

20 岩手県滝沢森林公園・ネイチャーセンター B-3
自然のしくみを理解し、大切さを学ぶことができます。広葉樹が広がる園内には、鳥類やリス や野ラさぎなどの小動物が生息しています。
■滝沢市砂込1533-1
TEL 019-688-5522

うまいもの 食

岩手短角和牛セシーナ
希少種岩手短角和牛の「旬」を閉じ込め、1年以上かけてじっくり熟成させた唯一無二の牛肉の生ハムです。
■岩手町大字川口5-9-1
肉のふかや
TEL 019-68-7383

Shiwa | Yahaba

矢巾町
一日かけてまわりたいまち

21 南昌山 B-4
矢巾町のシンボルの存在。夏のひまわり畑や、南昌トンネル付近の紅葉は見応えがあります。
■矢巾町大字煙山

23 ラ・フランス温泉館 B-4
果樹山の麓にある温泉館。泉質は、「美人の湯」といわれるアルカリ性単純温泉。和風と洋風の大浴場があり、心と体をいやしてくれます。
■紫波町小屋敷字新在家90
TEL 019-673-8555

25 オガールプラザ B-4
都市と農村の暮らしを「愛し」ることがテーマの官民複合施設。図書館のほか、産直や飲食店、クリニックが入居します。周辺にはスポーツ施設、宿泊施設など魅力と特色の ある施設が並びます。
■紫波町紫波中央駅前2-3-3
TEL 019-601-5222

うまいもの 食

22 YAHABAR（ヤハバル）
矢幅駅東口から徒歩2分。和食、弘食、韓食、焼肉、焼き鳥、大判焼きなどの店舗が軒を並べています。最夜営業店あり。
■矢巾町駅南1-1-22
TEL 019-697-6885

24 紫波フルーツパーク B-4
フルーツ狩りやビザづくり、そば打ちなど様々な体験が行えるほか、原料のブドウの栽培から醸造、熟成にいたるまで、すべてに手間をかけたこだわりの「自園自醸ワイン紫波」を生産販売しています。
■紫波町高山字松原1-1-1　TEL 019-676-5301

◎桜と雪の回廊を楽しむ（所要時間／4時間5分）

start ! → 東北自動車道「西根インターチェンジ」 → いちご狩り（彩花園） → 焼走り熔岩流 → 上坊牧野（ひとぼうまきの）の一本桜 → 八幡平アスピーテライン（雪の回廊） → 八幡平山頂

東北自動車道 約10分 ／ いちご狩り 約40分滞在 ／ 焼走り熔岩流 約30分滞在 ／ 上坊牧野の一本桜 約10分滞在 ／ 八幡平山頂 約1時間30分滞在

◎雪と温泉！ 冬の岩手山麓を巡る（所要時間／6時間55分）

start ! → 東北自動車道「盛岡インターチェンジ」 → 流工房 → 網張ビジターセンター → 松ぼっくり → 雫石高倉温泉 雫石スキー場

東北自動車道 約40分 ／ 流工房 約30分滞在 ／ 網張ビジターセンター 約40分滞在 ／ 松ぼっくり 約15分滞在 ／ 雫石高倉温泉 雫石スキー場 約4時間滞在

◎夏の高原で自然体験を満喫（所要時間／4時間25分）

start ! → JR東北新幹線・いわて沼宮内駅 → 隣接駅 → くずまき高原牧場 → 上外川高原 → グリーンテージ → 森のこだま館

JR東北新幹線・いわて沼宮内駅 約20分滞在 ／ くずまき高原牧場 約1時間滞在 ／ 上外川高原 約30分滞在 ／ グリーンテージ 約1時間滞在 ／ 森のこだま館 約30分滞在

◎初夏の風景を楽しむドライブコース（所要時間／4時間30分）

start ! → 東北自動車道「滝沢インターチェンジ」 → 馬っこパーク・いわて → 滝沢森林公園・ネイチャーセンター → 道の駅石神の丘（石神の丘美術館・散策） → 肉のふかや → 岩手町「川の駅」

東北自動車道 約10分 ／ 馬っこパーク・いわて 約1時間滞在 ／ 滝沢森林公園・ネイチャーセンター 約30分滞在 ／ 道の駅石神の丘 約1時間滞在 ／ 肉のふかや 約8分 ／ 岩手町「川の駅」 約15分滞在 ／ 約30分滞在

◎志波三山の夏風景を堪能する（所要時間／6時間15分）

start ! → JR東北本線「矢幅駅」 → ひまわり畑（紫波山公園南口） → オガールプラザ → 紫波フルーツパーク → ラ・フランス温泉館 → ヤハバル

JR東北本線「矢幅駅」 約10分 ／ ひまわり畑（紫波山公園南口） 約30分滞在 ／ オガールプラザ 約10分 ／ 約3分滞在 ／ 紫波フルーツパーク 約1時間滞在 ／ 約25分 ／ ラ・フランス温泉館 約1時間滞在 ／ 約10分 ／ ヤハバル 約2時間滞在