

## 歴史観光コンテンツリスト

No.	コンテンツ名	概要
1	根城	根城は、建武元年(1334年)に南部師行(なんぶもろゆき)により築城された城である。 寛永4年(1627年)に領地替えにより使われなくなるまでの約300年間、八戸地方の中心であった。 根城跡は、昭和16年に国史跡に指定された。 その後、昭和53年から約11年間掛けて、発掘調査及び整備事業が進められた。 史跡の主要部分は、平成6年10月「史跡 根城の広場」として公園化されており、本丸跡には、発掘調査の成果をもとに、安土桃山時代の根城の様子が復原整備されている。
2	櫛引八幡宮	南部氏の加護を受け「南部一の宮」として現在に至る。 現在の社殿は南部重直が慶安元年(1648)に建立したものである。 境内の国宝館には、国宝の「赤糸織鎧兜」が所蔵されており、これは別名「菊一文字の鎧兜」と呼ばれ、奈良・春日大社の鎧兜と現存甲冑の双壁をなすと言われている。
3	八戸城	現在の八戸市内丸に位置し、根城(八戸)南部氏が拠点としていた八戸根城とは全く別個の城郭である。 南部師行が八戸根城を築くのとほぼ同時に根城南部氏2代政長の三男・信助が根城の支城として築いたのが始まりとされ、築城時期・館の位置・規模については不明である。
4	いか	全国1位の水揚げ量を誇るイカの街八戸では、スルメイカやマイカを中心に料理の種類も豊富で、イカポンポン焼き、イカごろ煮など100種を超えるレシピがある。 特に新鮮なイカの身とワタで作る「塩辛」はオススメ。横丁などではイカ焼きやイカ刺しを堪能できる。
5	ウニ	青森県で漁獲されるウニは、キタムラサキウニとエゾバフンウニの2種である。 キタムラサキウニは癖が少なく、後味がサッパリしています。 エゾバフンウニは、旨味が濃厚で後味も強く残ります。
6	サバ	ある期間に八戸港に水揚げされたさばはm「八戸前沖さば」としてブランドがつけられている。 「八戸前沖さば」の中でも特に大型のさばのことを「銀鯖」ブランドとして認定している。
7	騎馬打球	現在、全国に3か所しか残っていない伝統武芸「騎馬打毬」。 そのひとつが、八戸の加賀美流騎馬打毬で、青森県無形民俗文化財に指定されている。 紅白2組で4騎ずつの武士が、馬上で先端に網のついた毬杖を持ち、毬を味方の毬門に投げこみ点数を競う。
8	八幡馬	青森県八戸市を中心とする南部地方に、古くからある郷土玩具のひとつである。 木工および塗り物業を営んでいた一人の木工師が、余暇を見て造った木彫りの馬が今日の八幡馬の元祖といわれている。
9	八戸三社大祭	八戸三社大祭は、神明宮・おがみ神社・長者山新羅神社の神輿行列に附祭として氏子の山車がお供をする豊作加護、報恩のまつりである。 享保六年(1721)におがみ神社が神輿行列を仕立て、長者山のお社に渡御したことに始まったとされる。 「山車」の形態も、最初は有力な商人が店先に人形を飾っていたものが、やがて屋台に載せて神社行列にお供をするようになり、大きさ、からくり操作など時代の流れの中で徐々に現在の形へと移り変わってきた。 7月31日に前夜祭を行い、8月1日～4日まで実施されている。
10	種差海岸(トレッキング)	天然の芝生が波打際まで敷き詰められた海岸線。 北側には、海岸線を探勝できる遊歩道が約5.2km続き、「日本の遊歩道百選」にも選ばれている。 約400種にも及ぶ山野草が、春から秋にかけて咲き乱れ、小道からは奇岩の絶景が望める。

No.	コンテンツ名	概要
11	新田城	新井田川と松館川が合流する地点の北、八戸沖積平野を望む新井田川右岸に位置し、小高い台地先端部を利用して築城されている。城主は新田氏で、その初代は根城南部氏5代政長の第二子政持である。
12	燕嶋神社	弁財天をまつり、商売繁盛、漁業安全の守り神として古くから信仰を集めてきた燕嶋神社。燕島の「燕(かぶ)」と「株」が同じ読みであることから、株価と人望の「かぶ」が上がるご利益があるといわれる「かぶあがりひょうたん御守」が人気である。
13	南宗寺	寛文6年(1666)、八戸藩初代藩主の南部直房が、盛岡藩初代藩主の父・利直の菩提を弔うために建立した。以降、八戸南部氏の菩提寺として、八戸藩歴代藩主とその家族が葬られており、八戸藩ゆかりの歴史資料が数多く伝わっている。
14	合掌土偶	風張遺跡の縄文時代後期後半(約3,500年前)の竪穴式住居跡から出土したもので、座った状態で合掌する姿勢の土偶の完形品は国内唯一であることとあわせ、出土状態が明らかであるなど学術的価値の極めて高い土偶である。子孫の繁栄や自然の恵みに対する再生を願って製作、使用されたものと考えられている。平成21年、正式に国宝に指定され、現在は、是川縄文館に所蔵されてある。
15	赤糸威鎧	茜染めの組糸で黒漆塗の小札を威した赤糸威であり、打出しの金具には鍍金で八重菊弁である奈良菊文を施している。また、鍬形台、吹返、大袖の八重菊枝文に力強い「一」の字の飾金物が置かれているため「菊一文字の鎧」とも呼ばれている。
16	白糸威褰取鎧	この鎧は、大袖、草摺などを紫、黄、萌黄、紅糸などで褰取して白糸で威し、白色を基調とした絵章の唐獅子牡丹文に、金具類を鍍銀しているところから、「卯の花威」ともよばれている。根城南部家7代の南部信光が、南朝の後村上天皇から拝領したものと伝えられ、南北朝時代を代表する端正で上品な鎧である。
17	せんべい汁	肉や魚、野菜やきのこなどでダシを取った汁の中に、汁物専用の「おつゆせんべい」を割り入れ、煮込んで仕上げる。美味しいダシ汁が沁み込んだせんべいのツルツル、モチモチした独特の食感が特徴である。また、「八戸せんべい汁研究所」という組織が存在し、B-1グランプリの生みの親とされ、2012年11月「第7回B-1グランプリin北九州」では悲願のゴールドグランプリを獲得した。
18	いちご煮	ウニとアワビを贅沢に使用した潮汁「いちご煮」は、八戸地方に古くから伝わる代表的な磯料理である。魚介類の豊富な八戸地方の中でも晴れの膳の一番のご馳走であり、現在も愛され続けている贅沢な料理である。
19	館鼻朝市	港町・八戸の広大な岸壁に、毎週日曜日の早朝にだけ出現する巨大朝市。全長800メートルにわたって300店以上の屋台が立ち並び、その規模は全国有数。イカやサバなど八戸自慢の鮮魚や干物の海産物、採りたての野菜や果物、手づくりの総菜から雑貨まで、ありとあらゆるものが並ぶ。
20	鶴子まんじゅう	青森県の三八地方で古くから多くの人に親しまれてきた八戸の伝統和菓子である。南部藩の紋章、「向い鶴」に由来している。こしあんを、黒糖を使用した皮で包み、焼き上げ、仕上げに落雁粉のそぼろをまぶした、懐かしい風味のお菓子である。

No.	コンテンツ名	概要
21	糠塚きゅうり	八戸市糠塚地区で江戸時代から作られている伝統野菜である。 太さは、大きいもので一般的なきゅうりの3倍に当たる直径7cm、重さは約500グラムにもなる。 昔懐かしいパリパリした食感や、ほのかな苦みが一般的なきゅうりとの違いである。
22	みろく横丁	「やあんせ市」そして「おんで市」から成る「みろく横丁」には、店舗は色々あり、 寿司屋、魚の炭火串焼き屋、田子牛を食べられるお店、いちご煮、生ウニ丼、せんべい汁、八戸ラーメン、南部そばなど色々楽しめる。 その他、サンドウィッチやクレープなども販売されている。
23	八食センター	鮮魚、乾物をはじめ精肉、野菜、お菓子、地酒など約60店の専門店が、軒を連ねている。 飲食店も充実しており、「厨スタジアム」では、回転寿司、丼ぶり物、持ち帰り寿司、お弁当のお店などがある。 「味横丁」では、八戸ラーメンや、そば、うどんなど、八戸の食をまるごと味わえる。 また、買った魚を炭火焼きで食べる事ができる「七輪村」もある。
24	屋形船	八戸港を遊覧する屋形船の畳敷きの船内では、食事を楽しむことも可能である。 旬の新鮮な魚介類や農産物、揚げたて天ぷら、陸奥男山や陸奥八仙など八戸の地酒を、心ゆくまで味わえる。 また、船上景観を楽しめる乗船だけのコースも人気。海側から見る八戸の港と工場夜景は必見である。
25	流鏝馬	馬に乗り、走りながら鏝矢で的を射る行事であり、八戸市にある櫛引八幡宮において、神事興行として境内の馬場で行われ続けてきた。 始まりは南部師行が神社への手当てや祭事を再興した際に、領内安全・子孫繁昌・武運長久の祈りを込めて奉納したとされている。
26	安藤昌益(医者・思想家)	江戸時代中期、八戸で医者を生業としながら、革新的な思想をひらいた安藤昌益。 自然と人間とが調和する社会を目指した彼の思想は、現代にも通じるもので、世界初のエコロジストともいわれている。 八戸市には安藤昌益資料館がある。
27	はっち	八戸地域の資源を大事に想いながら、まちの新しい魅力を創り出す観光交流施設。
28	マチニワ	2018年7月にオープンした「八戸まちなか広場 マチニワ」では光・緑・水などの自然を感じられる透明感あふれる空間として、市民の活動や交流の場として利用されている。
29	新むつ旅館	幕末の頃から遊郭のあった小中野地区。 明治31年創業の遊郭「新陸奥楼」が、戦後旅館に転業したもの。 正確には、芸者もいる「貸し座敷業」という業態であった。 かつての遊郭街を偲ばせる二階建ての木造建築は、国の有形登録文化財に指定されている。 気さくな女将が、当時の台帳を見ながら、いろんなはなしを聞くことができる。
30	義経伝説	源義経が、実は平泉から密かに脱出して海路八戸に入り、北海道、樺太、モンゴルへと移って、成吉思汗(チンギス・ハーン)になったという伝説。 八戸に上陸した義経は現在の高館に住んだといわれている。 その時、この宮に義経が持参した毘沙門天の像を八幡の神に合せ奉ったともいわれ、また家来と共に奉納した大般若経の写経と経箱が現在も奉られている。

No.	コンテンツ名	概要
31	南郷の山楽校	100年の歴史を持つ増田小中学校が閉校となり、体験交流施設として生まれ変わったのが「山の楽校」。郷土料理づくりやものづくりを体験しながら、地元の方々と交流できる。
32	七崎神社	ならさきじんじゃ。 3本の大きな杉は八戸市指定天然記念物である。 また3組の狛犬がいる。
33	櫛引城	櫛引八幡宮の南方約2km、馬淵川右岸に位置する。城地は標高60mあり、西側は馬淵川の断崖、東・南・北の三面は堀である。 このうち南・北の堀は自然の谷をりょうしたものである。 城の起源は明らかでないが櫛引氏が代々居館している。 櫛引氏は南部氏の一族で南部光行四男宗朝の子孫と称している。
34	三嶋神社	本殿は八戸南部2代当主・直政公が建立。 毎年7月6日・7日に開催される三嶋神社春例祭には出店が立ち並び、多くのお参り客でにぎわう。 周辺には「源氏圈内(げんじかこいない)」という地名があり、平泉から落ち延びてきた源義経を地元の住民がかくまったという伝説が残っている。
35	月山神社	八戸公園こどもの国近くにある神社。
36	小田八幡宮	平安時代、鎮守府将軍に任命された源頼義が陸奥国を治めるために建てられたと伝えられる。 源義経が平泉から落ち延びたと言われる「義経北行伝説」の残る神社で、この一帯は義経が稲の作り方を教え、小さな田を拓いたことから「小田(こた)」と命名されたという伝説がある。 また、義経一行が写経したとされる「大般若経」や、義経が鞍馬から持参したとされる「毘沙門天像」が保管されている。
37	三八城神社	創建は元禄2年(1689)、八戸藩2代藩主南部直政が八戸城内に甲斐源氏の祖とされる新羅三郎義光の分霊を勧請したのが始まりと伝えられている。
38	大慈寺(松館)(糠塚)	根城南部氏の菩提寺。 大慈寺は松館の地に根城南部九代長経を開基殿として開山したが、寛永4(1627)盛岡南部初代利直の命により伊達領との境を守るために根城南部は岩手県遠野へ国替えになり、大慈寺も共に遠野へ移ってしまった。 その後八戸の城下町が整備され発展するにつれ松館は遠くて不便だということで四世の明岩幡察和尚は糠塚(現在地)に宿寺を建てた。 さらに十六世の文要和尚は、天保年間の初めの頃、現在の地に大慈寺を建て、本寺を松館から糠塚へ移すこととした。 松館は檀家の関係もあり、末寺としてそのまま残すこととした。
39	長者山	延宝6年(1678)に八戸藩2代藩主南部直政が、領内の守護を祈願して建てたのが始まり。 本殿・拝殿は細部の彫刻などに江戸時代の特徴がよく表現されているとして、県の重宝にも指定されている。 毎年2月17日には八戸の冬の郷土芸能「八戸えんぶり」の奉納舞が行われることで有名である。 また、8月の八戸三社大祭ではおがみ神社より神輿の渡御が行われ、8月2日には全国に3例しか現存しない貴重な騎馬打毬の一つ「加賀美流騎馬打毬」が行われる。
40	対泉院(飢饉)	根城南部氏の一族、新井田氏のゆかりの寺として江戸時代に造られた曹洞宗の寺院。山門は文化8年(1811)以前に建立されといわれ、山門前にある餓死萬霊等供養塔(がしばんれいとうくようとう)と戒壇石が天明の大飢饉の様子を今に伝えている。 院内の池では、毎年8月末頃になると、古代のハスである大賀ハスが咲き、訪れる人びとの目を楽しませている。

No.	コンテンツ名	概要
41	御田屋	安政5年(1858)に、9代藩主南部信順の別邸として造営された売市の八戸南部氏庭園。
42	民俗芸能 法霊神楽	法霊山霏神社には、神社直属の神楽が存在し、現代に伝習しております。 旧藩領であった岩手県九戸地方から八戸に伝わっていた「江刺家手」という舞や奏楽を伝習し、神社直属の神楽組として組織します。 これが今に伝わる法霊神楽となった。
43	史跡根城の広場	史跡根城の主要部分は、平成6年10月「史跡 根城の広場」として公園化されており、本丸跡には、発掘調査の成果をもとに、安土桃山時代の根城の様子が復原整備されている。 主殿と呼ばれる当主が儀式を執り行った建物を中心に、工房・板蔵・納屋・馬屋などが復原されており、内部に入れば、正月の儀式の様子や、いろいろな道具類などを見ることができる。
44	南部師之	鎌倉・南北朝時代の武将。南部氏は甲斐国にルーツを持つ一族で、師行は南朝の北畠顕家に随行して八戸に移る。 最期まで南朝方に立って足利尊氏と戦い、最期は大阪で高師直に敗れて討死した。 南部師行は八戸に根城を築き、ここを拠点として北朝方と戦いを続けた。騎馬像は八戸博物館の前に建っており、隣には根城跡地が広がっている。
45	清心尼	夫と息子が相次いで亡くなったことにより、根城南部氏第21代当主となる。 南部宗家である南部利直からの再婚の命を断るため仏門に入り、清心尼と呼ばれるようになる。
46	根城の地域の由来	南部師行が、糠部郡八森に城を構えた際、南朝方の根本となる城という願いから「根城」と名付けたことが由来である。
47	三八城公園	三八城(みやぎ)は三戸郡八戸城を意味することば。 江戸時代に八戸藩の政治の中心であった八戸城の城跡が、現在公園となっている。敷地内には、展望デッキや芝生広場、築山、ひょうたん池、遊具などがあり、家族連れでも安心して過ごすことができる。 4月下旬から5月上旬になると、約50本の桜がいつせいに開花し、花見の名所となっている。
48	かやきせんべい	八戸の郷土料理「八戸せんべい汁」に用いられる鍋専用煮崩れしにくいように作られているせんべいのこと。
49	サメ	昔からサメの食文化が受け継がれている。 県内の遺跡からは、アブラツノザメやホシザメの骨が、他の食用にされていた骨と一緒に発掘されていることから、縄文時代から食用にされていたことがわかっている。 代表的な料理としては「サメのすくめ」。 「すくめ」とは、サメの頭や身などを茹でて、酢味噌と大根おろしとで和えたものである。
50	フグ	高級魚の代表格として全国で食されているトラフグ。 トラフグは青森県の日本海沿岸や太平洋沿岸でも漁獲されている。 5月には旬のとらふぐを、八戸市内の飲食店で天教する「八戸前沖ふぐ福まつり」が実施されている。

No.	コンテンツ名	概要
51	身欠ニシン	身欠にしんはニシンを半身にして乾燥させた食品である。 にしんの卵は数の子として販売され、その卵を抜いたものを三枚おろしにして、干したものを身欠きニシンと呼ぶ。
52	海産物加工品	八戸港で水揚げされた海産物は、一部八戸港近辺の加工場にて缶詰や干物等に加工されて全国に出荷されている。
53	せんべい喫茶店	毎朝4時にオープンし、9時には閉店してしまう鍛冶町にある「上館せんべい店」。 てんぼせんべいとコーヒーが人気メニュー。
54	こぶりこ	炊き立ての赤飯を南部せんべいで挟んだもの。 「せんべいサンド」とも呼ばれ、主に農作業の合間のおやつとして食べられてきたもの。
55	シロメシ(創作弁当)	中世根城の食を感じられる弁当として、出土資料や当時の文献記録等を踏まえ、株式会社GMK協力のもと八戸市博物館が開発した。 近世以降の食材は避ける、容器は九曜紋を意識した9マスの容器など細部までこだわりがある。
56	フルーツ(南郷の市川)	南郷の観光農園などではいちごやりんごなどのフルーツ狩りを楽しむことができる。
57	みしまサイダー	八戸製氷冷蔵株式会社にて生産されている八戸市の地サイダー「みしまサイダー」は、プレーンの「三島シトロン」とバナナ風味の「みしまバナナサイダー」が販売されている。
58	陸奥八仙	八戸酒造(株)にて醸造されている「陸奥八仙」は華やかな香りとさわやかな甘みの特徴。
59	八鶴	八戸酒類(株)にて醸造されている「八鶴」は、清冽な自然水と、津軽・南部の豊富な良質米を用いて南部流儀の伝統技法と五感で醸す八戸のうまし酒である。
60	八戸のワイン	南郷地区で栽培されたブドウをはちのへワイナリー会社のワイナリーにて醸造し、八戸市内で販売されている。

No.	コンテンツ名	概要
61	みなと食堂	陸奥湊駅前にあるみなと食堂では、「第1回全国丼グランプリ海鮮丼部門1位」に輝いたことのある絶品メニュー「平日漬丼」が食べられます。
62	サバ缶	八戸前沖サバを使用したサバ缶が平成30年度青森県特産品コンクールにて青森県知事賞を受賞した株式会社マルヌシの「八戸サバ缶バー」がある。
63	サバづけ丼	八戸市内にある「サバの駅」で提供している、銀鯖を使い、旨味が凝縮した部位を堪能できる漬け丼が、「八戸銀サバトロづけ丼」。「全国ご当地どんぶり選手権」で2016年、2017年と2年連続でグランプリを受賞し、殿堂入りを果たした。
64	スルメ	八戸名産の特大スルメイカを無添加にて干したスルメは、その年のスルメイカの水揚げ状況によって大きさが決まってしまうため、大きなものは一般には出回らず希少である。
65	イカ刺し	その日の午後に獲れたばかりのイカが「夕獲れイカ刺し」などとして飲食店のメニューに名を連ね、コリコリとした食感が訪れた客を楽しませてくれる。臭みのない新鮮なイカのゴロ(ワタ・臍)を入れた臍醤油で食べると格別。
66	イカ焼き	イカの姿焼きやポンポン焼きなど様々なイカ焼きがある。
67	萬栄堂	櫛引八幡宮の参道の入り口にある和菓子店。黒砂糖の蜜と青森の県南地方で採れる小麦粉で生地を作った小判型のまんじゅうに、真っ白な米粉をまぶして作られる「鶴子まんじゅう」が有名。
68	朝市文化	館鼻の朝市ではイカやサバなど八戸自慢の鮮魚や干物の海産物、採りたての野菜や果物、手づくりの総菜から雑貨まで、ありとあらゆるものが並ぶ。
69	種差芝生地(放牧場)	三陸復興国立公園・種差海岸一帯は、かつて馬の放牧地でした。海沿いに天然の芝生が広がる美しい景観は、放牧がつくり出したもの。現在では「種差海岸乗馬体験」として引馬に気軽に乗馬することができる。
70	黄綿祖行	加賀美流流鏝馬の再興者。

No.	コンテンツ名	概要
71	かたづの	中島京子による日本の小説、およびそれを原作とした里中満智子の日本の漫画。 江戸時代初期の八戸と遠野を舞台に、南部氏の一族である根城南部氏21代当主・清心尼の女城主としての生きざまを描いた歴史作品。
72	かっぱ	櫛引八幡宮の本殿の脇障子にかっぱが彫刻されている。 めどち、めどつとも呼ばれている。
73	大沢多門	明治時代、えんぶりがいかがわしい習慣であるとして禁止されたが、当時の有力者・大沢多門によって長者山新羅神社の「豊年祭」という形で復活を遂げた。
74	吉田初三郎(八戸クリニック街かどミュージアム)	現在八戸クリニック街かどミュージアムに作品が飾られている。 大正から昭和初期、まるで鳥の視点からとらえた鳥瞰図で、全国の旅行案内図を描き大活躍した人物です。 工房により制作された初三郎の鳥瞰図は、2000種類にも及ぶと考えられています。 「大正広重」と呼ばれた。
75	三浦哲郎	八戸市出身の作家。1961年『忍ぶ川』で芥川賞を受賞している。
76	羽仁もと子	八戸市出身の日本で初めての女性ジャーナリスト。 家計簿の考案者として知られており、自由学園の創立者でもある。
77	前原寅吉	八戸市の天文愛好家で、ハレー彗星の太陽面通過観測に成功した。
78	津要玄梁	八戸湊町出身の津要玄梁は、階上岳の裾野の現在の寺下に五重塔と燈明堂(海から見え灯台の役目をした)を建立した。
79	浦山太吉	八戸近代港湾開発の父と呼ばれる。 また、東北本線開通の際、八戸を通過するように主張した。
80	ブックセンター	「本のまち八戸」推進の拠点となる公共施設。

No.	コンテンツ名	概要
81	燕島、うみねこ	種差海岸の最北にあるひょうたん型の島で、現在は埋め立てられた陸続きとなっている。毎年3月～8月頃まで3～4万羽のウミネコが繁殖のために飛来し、産卵～孵化の様子を間近で見られる貴重な場所から国指定天然記念物に指定されている。ウミネコは燕嶋神社に奉あられる弁財天の使いとして信仰を集めている。
82	八戸キャニオン(産学観光)	全国で唯一海面下を採掘している露天掘りの石灰岩鉱山で、最深部は-170mにも達し、日本一空が遠い場所としても有名である。現在も採掘が行われており、鉱山展望台から様子を望むことができる。(11:45～12:30は採掘場発破のため立入禁止で見学不可)
83	八戸セメント(100年の歴史)	1918年(大正7年)創業の八戸セメント(日出セメント)株式会社は創業100年の長い歴史を持つ。
84	YSアリーナ八戸	令和元年9月29日にオープンした長根屋内スケート場(YSアリーナ八戸)には、400メートルスピードスケートリンクのほか、中地(人工芝コート、多目的コート)やトレーニング室、会議室などを備えており、国内外の大会が開催されるとともに、コンサートやコンベンションなどのイベント会場としても利用できる。
85	是川遺跡	八戸市の南東部に広がる縄文時代の遺跡で、国の史跡にしてされている。付近の八戸市縄文学習館や是川縄文館では出土品の展示や体験学習が行える。
86	葦毛崎展望台	岬の先端部にある展望台。幕末時代には異国の船を監視するのに使われ、太平洋戦争時代は日本軍によって利用されたと言われている。現在は名勝地として人々の目を楽しませている。
87	虎舞	旧八戸藩は祭礼を行うときに、虎舞を演じるよう、鮫町にたびたび頼んでいた。虎舞には、火伏せの力、つまり、火事をおさえる力があると信じられて、人々の間に広がっていったと言われている。
88	銭湯	青森県は人口10万人当たりの公衆浴場数が日本一であり、中でも八戸市は30数軒もの銭湯が営業をつづける「銭湯天国」である。八戸市の銭湯の特徴は、朝が早く、早朝に漁から戻ってくる漁師たちの希望で、朝5～6時台から営業している銭湯もある。
89	浜小屋	江戸時代末期から明治時代初期に建てられた、国内唯一の茅葺の浜小屋。漁撈用具とともに国の重要有形民俗文化財に指定されている。
90	新井田川	岩手県から青森県の南部地方で特に八戸市を流れる河川。

No.	コンテンツ名	概要
91	是川縄文館	隣接する是川遺跡や風張1遺跡などを通して東北地方の優れた縄文文化を発信し、埋蔵文化財の積極的な公開活用と適切な保存管理を図る施設として建設された。常設展示室は、是川中居・風張1遺跡の発掘成果及び重要文化財となっている出土品を中心に展示し、直感的に縄文人の芸術性に触れる「縄文の美」、是川遺跡の調査研究成果を通して学習する「縄文の謎」、国宝の合掌土偶を展示する「国宝展示室」などで構成されている。
92	海鮮	海に面する八戸市では漁業が盛んであり、八戸港ではイカやサバ、ヒラメ、カレイなどがとれる。
93	南郷サマージャズフェスティバル	カッコーの森エコーランド内野外ステージに国内外から有名気鋭アーティスト達が集結し、多くのジャズファンが詰めかける。南郷の特産品を味わいながら一流アーティストの演奏を聴く、ジャズの町・南郷ならではの楽しみ。
94	八戸の地名	糠部郡を戸という言葉を使って9つの区域に分け、それぞれの区域に馬の牧場を設けていた。八戸はそのうちの一つ。
95	町名・市日名(三日町・六日町)	八戸藩が市を開く日にちを限定したことに由来する地名がある。
96	けがず	青森の方言で飢饉、凶作。
97	三戸城	南部晴政によって築かれた城で、南部氏の居城として知られている。南部重直の代に盛岡城に居城を移してからは三戸御古城と呼ばれた。城址には石垣や堀跡などの遺構が残っている。現在は城山公園として整備されており、模擬天守が築かれ「温故館」の名で歴史民俗資料館となっている。また、山麓には綱御門が復元されている。
98	三戸大神宮	元亀元年(1570)伊勢の神宮より天照皇大神の御分霊を、著木山山頂に勧請したのが創祀とされる。その後、南部藩主の崇敬殊の外篤く、武運長久の祈願所と定められた。年と共に参拝者が激増し、社殿境内に狭隘を感じた為、藩士藤枝宮内が寛永6年9月(1629)自分の館を奉納して社殿を移させた。明和元年12月(1764)南部藩御普請奉行奥山左衛門が藩命により壮麗な新社殿並神楽殿を造営、文化9年8月(1826)第38代藩主南部利済公より大神輿(現存)及御紋幕が奉納された。三戸大神宮は古くから神徒とのつながりが濃い神社として知られている。
99	川守田館	熊原河の左岸、三戸城の北西約200mにある。台地が東北方へ突き出た館としたもので、南西部には空堀が設けられていた。川守田常陸入道正応の守館で三戸城の北の固めとして重要な館であった。
100	目時城	馬淵川の左岸にあり、大館及び小館の二つの館によって形成されている。現在大館、小館の間には国道4号線が通り、大館跡には商店などが立ち並ぶ。目時館は三戸城内にも屋敷を持っていた目時筑前の館で、三戸城の南方を守る要衝であった。

No.	コンテンツ名	概要
101	観福寺(白虎隊供養碑)	会津飯森山の白虎隊の供養塔よりも古い、日本最古の白虎隊の石碑がある。
102	佐瀧本邸・別邸	酒類雑貨商の店舗および住居別棟として、青森県三戸町に建設されたもので、現在も店舗・住居として使用されている。それぞれ国の登録有形文化財となっている。
103	富田歯科医院	大正時代の銀行の建物を利用している。
104	三戸せんべい	青森県南部地方から岩手県で食べられる「南部せんべい」のなかでも、三戸せんべいはサクッと軽い口当たりが特徴。ベーシックな薄ゴマせんべいのほか、ジュネ(エゴマ)やエビが入っていたり、辛いものがあったりと、各店舗オリジナルのせんべいが販売されている。
105	小山田せんべい	三戸町中心部近くの小さな2階がある建物で、100年以上にわたって南部せんべいを作り続けている小山田せんべい店。1917年にお店をオープンし、当時は1つずつ鑄鉄製の型で手焼きの南部せんべいを作っていました。1936年にお店は手動の焼き機を設置し、それ以来ずっと新鮮な南部せんべいを焼いて続けている。
106	住谷野	南部九牧の一つ。 三戸町に存在したとされる。
107	磨墨	1184年の宇治川の戦いで先陣を争った源頼朝の馬。 三戸産であったとされる。
108	唐馬の碑	馬種改良に関心があった八代将軍吉宗から盛岡藩に下賜されたペルシャ産の馬。 盛岡藩九牧の一つ住谷野(三戸代官所管内)に放たれ、春砂(ペルシャ)と呼ばれ種馬に用いられたが、9歳で死に御野馬別当石新右衛門(号は玉葉)は唐馬(外国産の馬)追善のため、馬頭観世尊としてまつり、追喜の句2句を添えて建碑した。
109	馬場のぼる	三戸町出身の絵本作家。 シリーズ絵本「11ひきのねこ」の作者であり、「ねこ」のラッピングバスや公園のベンチに猫の足跡を施すなど「絵本のまちづくり」を推進している。
110	鏡里	三戸町出身の第42代横綱。

No.	コンテンツ名	概要
111	龍川寺	三戸町指定文化財である「旧三戸城表門」がある。
112	法泉寺	南部家の菩提寺の1つで境内には南部経直(南部家直、兵六郎、大膳経貞)の墓碑が建立されている。 28代南部重直公より三戸城搦手門を賜ったとされている。
113	野瀬観音	代々管理している工藤家は、藩主より観音堂の管理と「かぎかけ」の役を命じられる。 当時この野瀬は九戸、八戸、三戸を結ぶ街道の要所として、関所のような役割を果たしており、「かぎかけ」とは関守のことであると考えられている。 観音堂の厨子の周囲は黒い花札で囲まれており「刈田堂(カルタ堂)」とも呼ばれ、俗に「バクチの神様」としても親しまれている。 また、パワースポットとして注目されている。
114	駕籠立場	奥州街道の主要地点になっており、蓑ヶ坂(みのがさか)を登りきったところにあり眺望絶景である。 明治天皇ご巡幸の折、ご休憩地。
115	関根の松	南部藩御野馬別当一戸五右衛門の屋敷跡であるが、このマツは慶長年間(1596～)に岩手県一戸村から三戸へ引越してきた五右衛門の祖先、 一戸兵部綱定という人が藩主から賜った盆栽松だったという。
116	擬宝珠	南部家27代利直が、元和9年(1623)三戸町を流れる熊原川の木金橋にとりつけさせ擬宝珠。木金橋は黄金橋のあて字である。 南北朝期、南部家12代政行が京都において春に鳴いた鹿の声を歌伏にしたので、 ときの帝から国許の川に加茂川の擬宝珠を写し用いる勅許を得たとの古事が伝えられている。 三戸町立歴史民俗資料館に収蔵されている。
117	三戸城の石垣	2019年9月に三戸城本丸跡より石垣の一部が発見された。 石垣は地表から約1メートルの場所から見つかри、南北方向に5.8メートル、高さ1.6メートルの範囲に石があった。
118	ジョミ	ジョミとはガマズミ100%の天然果実飲料のこと。 ガマズミは晩秋に紅く実り、天然のクエン酸やリンゴ酸を豊富に含み、ビタミンCはレモンの2倍もある。 疲労回復、胃潰瘍の予防、廊下の防止、美肌効果、整腸作用、消化促進、コレステロールの抑制、血糖値の抑制などに効果的。
119	小野寺醸造元	三戸町城山公園の近くに会社を構える小野寺醸造元では、みそやしょうゆ、健康飲料のジョミを醸造している。
120	きんかもち	もちにした小麦粉にクルミ味噌を入れてゆであげたもの。 おやつとしても作られるが、昔から盆の16日に仏壇に上げ仏様を供養する習慣があったと言われている。

No.	コンテンツ名	概要
121	松原せんべい	南部藩・三戸地方に昔から伝わる「さんのへ煎餅」を今も変わることなく一枚一枚丁寧に、しかも絶妙の焼き加減でつくり続ける松原煎餅店。看板商品の「白せんべい」は、カロリーも低めでうすくサクサクしているのでお年寄りの方にも人気がある。また、この「白せんべい」は鍋物などの後に入れるうどんの変わりに、割って入れたりして食べても美味である。
122	せんべいアイス	薄さが特徴の三戸せんべいに、卵を使用していないアイスを挟んだ人気の商品である。バニラ、イチゴ、チョコ、抹茶、ラムレーズンの5種類のフレーバーがある。
123	川ガニ	三戸町の割烹白山では、川ガニをひつつみ(すいとん)にした「川ガニすいとん」が食べられている。川ガニを、身も甲羅も全て叩いてだしをとり、すいとんと食べる。
124	斗内獅子舞	旧暦正月16日(2月末ごろ)、白旗神社と修験良覚坊の墓前で獅子舞を奉納の後、集落の各家を門打ちする。新築祝いに頼まれて家固めもする。
125	三戸の松尾さん	三戸には「松尾」姓が多い。
126	泉山遺跡	三戸町の存在する縄文時代の遺跡。
127	城山公園	三戸城の城跡に広がる城山公園には、春には1,600本の桜が咲く花見の名所です。園内には天守閣を模した三戸城温故館や三戸町立歴史民俗資料館があります。
128	三戸望郷大橋	橋の長さ400mのエクストラードード橋で、中央径間200mはPCエクストラードード工法による橋では世界最大級を誇る。広域農道の延長として、三戸広域の農産物の物流を円滑にすることはもとより、眼下を流れる馬淵川の清流と、色彩あざやかな三戸町の四季の風景を一望することができる。
129	11ぴきのねこ	馬場のぼるによる絵本シリーズであり、とらねこたいしょうが10ぴきのねこたちを引き連れて、11ぴきのねこで力を合わせて怪魚を捕まえる物語である。
130	レトロな街並み	三戸の市街は町役場を中心に南は同心町から北は久慈町の約3kmに宿場町の面影を残している。奥州街道にかさなる町の通称名にも城下町の名残を見ることができる。北端の久慈町から六日町にかけて伝統的な佇まいの旅籠建築や商家が多く見られる。

No.	コンテンツ名	概要
131	南部家霊屋・墓所	<p>○南部利康霊屋 27代藩主利直が四男利康の夭逝を悼み寛永9年(1632年)に創建された。 桃山様式を色濃く受け継ぐ、豪華絢爛な建物で方二間、入母屋造り、柿葺きの他、各所には極彩色の絵が施されている。三光寺にある。</p> <p>○南部信直の墓屋 南部信直は、南部家中興の祖といわれる第26代当主であり、田子城、三戸城を居城とし、九戸の乱の後は九戸城を福岡城と改め南部氏の本城とした。 慶長4年(1599)、行年54歳で死去している。</p> <p>○南部安信の墓(宝篋印塔) 南部氏の城館である聖寿寺館(本三戸城)の館域にある南部23代安信の墓で、室町時代後期に造立され、南部氏歴代の宝篋印塔のうち最古のものと考えられる。</p>
132	聖寿寺館跡 (本三戸城)	<p>青森県南東部、奥州街道と鹿角街道の合流点付近、馬淵川沿いの交通の要衝に立地する、南部氏本宗家の室町時代から戦国時代の本拠地である。 南部氏は甲斐源氏の支流で、南北朝期に勢力を伸張し、戦国時代に東北北部地方に覇をとなえ、東北地方を代表する武士団とされている。 盛岡藩の史書では、聖寿寺館は14世紀末頃から南部氏の本拠地とされていましたが、1539年(天文8)に家中の内紛によって焼亡したとされ、 創建期の記録もほとんどが伝承となってしまった。 しかし町内には現在でも南部氏に関連する城館や藩主の墓、霊廟などの文化財が良好な状態で遺されているため、 これら貴重な文化財の調査研究、並びに保存・活用を努め、失われた中世南部氏の歴史解明を目的として発掘調査他、 専門的な調査が行われてきた。</p>
133	剣吉館	<p>青森県三戸郡南部町剣吉に所在した日本の城。 八戸根城と三戸城の中間に位置し、馬淵川の東側の丘陵に東西70m×南北100mの規模で、館は大館と小古館の二つに分かれている。 現在跡地は、大館は剣吉小学校校地となっている。</p>
134	阿房宮	<p>南部町の気候が適したことから盛んに栽培され、主要産地となった。 目にも鮮やかな黄色のしっかりとした花びらは、苦みはなく花の香りとともに甘み、独特な歯ざわりを味わえる。 生食でも使われるが、乾燥させた干し菊が保存しやすく手軽に料理に使える。 食用菊といえば「刺身のつま」のイメージが強いが、南部町では天ぶらやお浸し、菊なますなどメイン食材として使われている。 また近年の研究により、解毒作用や健康への効果が発表されたこともあり、健康食材としても注目を浴びている。</p>
135	法光寺	<p>北条時頼が、奥州行脚の旅にのぼった時、名久井岳の山容に魅せられて名久井岳山麓に法光寺を開基した。 承陽塔(三重の塔)は日本一の大きさで、曹洞宗の東北屈指の名刹。 座禅体験も可能。</p>
136	平良ヶ崎城跡	<p>1192年(建久3)南部氏初代光行の築城とされている。 後にここを政庁とし、聖寿寺館を居城としたといわれている。 北方の高山峠から浅水を経て五戸へ通じる道と、東方の八戸へ通じる道との分岐点にあり、 交通の要所を押さえるところに立地された城館であることが、諸書に述べられている。</p>
137	法師岡城	<p>馬淵川の右岸に位置している。 北端は馬淵川、東側は急崖で谷底は一部水田である。 川に面した小高い丘陵と、谷の自然地形を巧みに利用した堅固な館である。 馬淵川流域の中で両岸の丘陵が最も近接する土地にあり、八戸と三戸間の交通の要路にもあたり、軍事的にも重要な城郭であったと推察される。 天正年間に榊引氏の一族小笠原兵部が居城し、九戸政実に加担し、九戸城に入城したため、根城城主八戸弥六郎らに攻撃を受け落城したといわれる。</p>
138	承陽塔	<p>法光寺承陽塔は、承陽大師(曹洞宗開祖、道元禅師)の遺骨を奉安するために建てられ、総高33mで、戦後に建てられた木造三重塔の中でも最大級の規模を有する。 国登録有形文化財である。</p>
139	千本松	<p>日本の名松百選の一つに数えられている。 千本松並木は県天然記念物に指定されており、法光寺の見どころのひとつでもある。</p>
140	剣吉	<p>その昔、坂上田村麻呂がこの地に立ち寄った際に「刀剣を磨くに吉(よし)」と言ったことに地名の由来がある。</p>

No.	コンテンツ名	概要
141	レクラーク	西洋なしの高級品種ゼネラル・レクラークは、とろけるような食感と、独特の味、香りで人気の果物である。本県の主産地は南部町で、近年、生産が増加し産地化が進んでいる。
142	剣吉まつり	別称:名川秋まつり。 毎年9月8日～10日までの3日間、剣吉地区を会場に開催。 お通りとお還りは、剣吉諏訪神社の神楽に続いて、鹿踊り、虎舞など郷土色豊かな芸能や、各町内から集まる山車が加わって大名行列となる。 各山車に設けられたステージで、尺八や三味線、太鼓に合わせて南部手踊りが披露される全国的にも珍しいまつりでもあり、沿道に詰めかける大勢の観客を魅了している。
143	手踊り(南部手踊り)	もともと宴会などで座興的に楽しんでいた踊り。 その踊りに女の旅芸人が、歌舞伎の見得をきる動作等を取り入れた。 「楽しむ踊り」から「見せる踊り」、つまり舞台用の踊りに創りあげたのが明治初期といわれている。
144	相内館跡	1191年(建久2)糠部に入部した南部氏初代光行が、相内観音堂に宿をとり、豪農助左衛門の屋敷を借上げ、家臣村人総出で一夜のうちに堀を巡らしたというので、一夜堀館ともいわれている。 現在確認されている郭には神明宮と民家とが立ち並んでおり、境内には当時のものと見られる土塁、東西には出入口を思わせる箇所も遺されている。
145	三光寺	建長6年に創建したと伝えられる三光寺は臨済宗の寺院である。 当時権力を握っていた南部家の2代目、南部実光が三光国師を招いての開山で、もともとは聖寿寺、東禅寺、三光庵とあったが今では三光寺のみが菩提寺として現存する。 境内には墓所をはじめ、青森県重宝の「南部利直霊屋」と国重要文化財である「南部利康霊屋」がある。
146	恵光院(長谷寺)	名久井岳の中腹に位置し、平安時代後期にこの地方で作られたとされる十一面観音像(県重宝)が安置されている。 また、永正9年(1512)に観光上人が奉納した順礼札や室町時代後期に推定される笈(ともに県有形民俗文化財)も残されている。
147	剣吉の街並み	馬淵川の川湊として栄え、南部氏の家臣が剣吉館を建てたりした。
148	門前の街並み	馬淵川沿いにある門前は川湊として栄えた。
149	北信愛	戦国～江戸時代前期の南部氏一族の武将であり、陸奥剣吉城の城主である。 天生10年南部家の家督争いで南部信直を擁立し、九戸政実と対立。 19年豊臣秀吉の軍勢をかりて政実をくだす。 のち花巻城代として盛岡藩主につかえた。
150	田中家	田中家は、戦前は軍用馬を100頭以上育てていた山持ちの豪農であった。 洋風の望楼を持つ田中家住宅主屋は、明治23年に建築された造り酒屋と洋風の消防屯所のイメージが融合した、和洋折衷の近代和風建築である。 四周に下屋庇を廻し、東面は土庇、他3面は縁を廻し、南面東寄りに切妻造の式台玄関を付ける。 棟中央に下見板張の洋風望楼を立ち上げ、周囲では際立った存在である。

No.	コンテンツ名	概要
151	村井家	村井家住宅は、木造モルタル仕上げ、鉄板葺である。 玄関庇を幾何学模様で飾り、その上部の軒線に起りをつけ、ドーマー窓を載せる。 正面妻壁は柱形を見せ、3連アーチ窓とするなど、全体はセセッション風の意匠で、街路で際立つ存在である。
152	聖寿寺館跡の発掘調査	聖寿寺館跡本体は開発による破壊が殆どなく、中世の状態が良好に保存されている。 検出された遺構は掘立柱建物跡が4棟、竪穴建物跡が38棟、堀跡等がある。 遺物のほとんどは遺構内からの出土で、日用品、武器・武具、宗教用具、茶道や香道の道具、化粧道具、文具など多種多量で、中世三戸南部氏の物心両面の豊かさがうかがわれる。
153	南部の達者米	農薬、化学肥料の使用を従来の半分以下にし、県から特別栽培認証を受けた6軒の農家が生産している。 品種はつがるロマンで、適度な粘りと甘みがある。
154	聖寿寺館で出土した大量の小麦と石臼	聖寿寺館跡の発掘調査より当時の食器や茶器、食べ物が発掘されており、史跡聖寿寺館跡案内所に一部展示されている。
155	南部太ネギ	「南部太ねぎ」は、南部町の生産者によって品種研究され、昭和39年に農林水産省に種苗登録された南部町の伝統野菜である。 最大の特長は太さと甘みであり、緑の葉の部分も柔らかく、まるごと1本食べることができる。 太いものでは白根の部分が直径3センチを超え、長さも1メートル前後まで育つ。 緑の葉の部分が長いので、その分太陽の光を吸収し糖度が増し甘くなる。
156	三戸駅前のさくら	大字大向勘吉61-3にある定食屋。
157	相内野	南部九牧の一つ。 南部町に存在したとされる。
158	久保一繁	和楽器の「達者名人」(達者村のイメージ向上活動をする名人)
159	坂本瑞男	歴史の「達者名人」(達者村のイメージ向上活動をする名人)
160	夏堀徳八志	祭りの「達者名人」(達者村のイメージ向上活動をする名人)

No.	コンテンツ名	概要
161	坂本サトル	南部町出身のシンガーソングライター。
162	長谷ぼたん園	隣接する恵光院の檀家一行が、総本山である奈良県桜井市の長谷寺からぼたんの苗を譲り受けたのをきっかけに、昭和54年から南部町がふるさとづくりの一環として、「町民一人一本」を合言葉に整備に取り組んできた。平成13年には環境省「かおり風景百選」に認定され、見頃となる5月下旬から6月上旬、華麗に咲き誇る大輪の華は、忙しさと雑踏の中に生きる私たちの心に癒しと潤いを与え、訪れる人々を魅了している。
163	達者村	「友～ったり、遊～つくり、農～んびり」をキャッチフレーズとし、従来から取り組んできたグリーン・ツーリズムの活動にさらに幅と深みをもたせて、地元其自然、文化、人材などを生かし、来訪者との交流を深めながら「日本一おもしろい村」を目指していこうとするもの。田舎暮らしを望む人が多いと言われる首都圏等に住む中高年の誘客を中核としており、将来的には長期滞在や定住してもらうことを目指している。県知事賞おもてなしアワード2018を受賞している。
164	福田上	南部町に存在するえんぶり組の一つ。
165	玉掛	南部町に存在するえんぶり組の一つ。
166	奥州街道	江戸の日本橋を起点に東北地方へ至る五街道のひとつで、南部町内を南北に縦断している。一部では昔のままの道が現在まで残っており、当時の人々が通った道をたどることができる。街道の周辺には国史跡聖寿寺館跡、国重要文化財南部利康霊屋など数多くの史跡・文化財・寺社などが位置し、街道を歩きながら南部藩発祥の地の歴史、風情を感じることができる。
167	りんご	青森県でも津軽地方のイメージが強いりんごであるが、南部地方もおいしいりんごの産地。木からもぎとったばかりの色鮮やかでみずみずしい味はりんごの産地ならではの贅沢。ふじ、王林、早生ふじ、ジョナゴールドなど、さまざまな品種の食べ比べも観光農園の楽しみである。
168	豆しとぎ	しとぎとは本来、神前に供えるために、もち米を蒸して少しつき、卵形に丸めたもの。米が獲れず基調だった八戸地方では、大豆(青豆、黒豆)を蒸して米粉をまぜあわせ、かまぼこ型にこねて丸めた「豆しとぎ」が主となった。五穀豊穡にかかわる神様へのお供え物として、また、農作業のおやつとして普及。本来は寒い時期の食べ物だが、最近では道の駅や産直、スーパーなどで販売され、一年を通して食べられる。
169	えんぶり	旧暦の年の初めに豊年満作を祈る民俗芸能で、「杵(えぶり)」という農具を手にもって舞ったことから、その名がついたとされ、また「えんぶり」という言葉が「動り(いぶり)」と同じ意味であるとし、「大地をゆすぶり起こす」意味が含まれているともいわれている。農耕馬を形どった烏帽子をつけた太夫と呼ばれる舞い手に、笛、太鼓、手平鉦、歌い手の15～20人で一組を編成。八戸えんぶりには近隣から30組以上のえんぶり組が参加し、競演する。凍てつく晩冬に極彩色の烏帽子を被った太夫が舞う姿は、勇壮にして華麗。南部町、階上町、五戸町では八戸えんぶりに先駆けてえんぶりが行われている。
170	さくらんぼ	青森県の産地は南部町名川地区で、県内一の生産量を誇っている。町内の観光さくらんぼ園では、さくらんぼ狩り体験が行われ、高級品種として人気の佐藤錦をはじめ、甘いさくらんぼを食べることができる。初夏の味覚、さくらんぼは「桜桃(おうとう)」とも呼ばれる。

No.	コンテンツ名	概要
171	もも	青森県では川中島白桃やあかつきなどを中心に、8月中旬からの遅出し産地として、古くから南部町など県南地方を中心に栽培されてきた。
172	こなもん文化	「コナモン」とは小麦粉、米粉、とうもろこし粉など粉をベースにした食べ物の総称である。古くからこの地方では、春から初夏にかけて太平洋沿岸に吹く冷たく湿った風「やませ」のもたらす冷害・凶作に悩まされてきた。そこで冷害に強い小麦や蕎麦、あわ・ひえなどの雑穀の栽培に力を入れ、それらを粉に挽いて食べていたことから北のコナモン文化が発達してきた。
173	田子城	田子川の右岸、比高30mの丘陵上に築かれた平山城で、人工的に作られた堀によって牛尾館(前館)と佐々木館の二郭に分けられている。北から東麓には自然の濠である田子川、南は急峻な丘陵地帯で守られた要害である。さらに牛尾館は堀によって二つに分けられ、本丸に相当する大館と小館に分けられている。
174	浅水城	浅水城跡は、戦国時代の永正年中南部二十二代政康の三男長義が築城したと伝えられている。長義の官名は「遠江守」で、五戸、浅水を知りし、禄高三千石であった。長義は寶福寺を開基し位牌や墓は同寺にあり、石碑は五輪塔である。長義の子孫南氏五代利康は寛永八年(1631年)二十四才の若さで没したので、その霊を慰めるために建てられたのが南部町の三光庵霊廟である。浅水城は利康の死没によって廃城となり、百二十年間の支配が終わった。
175	八戸-鹿角街道	三戸郡で奥州街道から分岐し、田子村、来満峠等を経て秋田県鹿角市へ至る街道である。
176	南部せんべい	八戸地方・岩手県北地方で広く食べられている「南部せんべい」。小麦粉と塩と水を混ぜて練った生地を、丸い鑄型で焼いた、素朴ながら味わい深い食べ物である。「南部せんべい」の起源は、南北朝時代、時の長慶天皇が八戸地方を訪れた際、食事に困った天皇のために、家臣が農家からそば粉とごまを手に入れ、自身の兜で焼き上げて献上したという説がある。
177	かけ(つつけ)	南部地方で親しまれてきた、そばまたは麦を使った郷土料理で、いずれかの粉を水と少しの塩を入れた生地を伸ばし、三角形に切ったものを茹で、ねぎ味噌やにんにく味噌をつけて食べる。三戸町、田子町、南部町ではつつけとも呼ばれている。
178	串もち	小麦粉や米粉を練ってから、平らな丸もちにして串に刺し、ジュネ(エゴマ)みそをつけて焼いたもの。農家のお母さんが、炭火で焼く串もちは、晴れの日の行事食でもあり、また、おやつでもあった。
179	ひつつみ	ダシのきいたしょうゆ味の汁に、うどん粉を練った具を入れて煮た料理。手で引っ張って伸ばし、食べやすい大きさにつかんで切るため、この名がついたと言われている。旬の野菜、山菜、川がになども加えた豪華なひつつみもある。
180	フルーツの里	「果樹の里(フルーツの里)」ともいわれる南部町では「さくらんぼ狩り」やももやなし、ぶどう、りんごなどの「くだもの狩り」が実施されている。

No.	コンテンツ名	概要
181	戸	糠部郡を戸という言葉を使って9つの区域に分け、それぞれの区域に馬の牧場を設けていた。一戸、二戸、三戸、五戸、六戸、七戸、八戸、九戸と存在している。
182	馬肉なべ	南部地方の郷土料理で、季節を問わず一番の人気メニューである。桜鍋は、馬肉、長ネギ、キャベツ、豆腐などを地元産の大豆を使ったみそで煮込んだものである。
183	神楽	楡引八幡宮の法霊神楽や八坂神社の田子神楽が有名である。
184	名久井岳	三戸町と南部町にまたがる標高615.4mの山。南部地方随一の霊峰としても知られ、山麓には法光寺、恵光院、野瀬観音などの由緒ある寺院がある。月山山頂には、月山神社奥殿があり、信仰の山としてあがめられている。
185	南部利直	南部利直は陸奥国盛岡藩の初代藩主である。盛岡城城下町の整備を行い、大坂冬の陣にも参陣した。またわんこそばの起源ともされている。
186	五戸代官所	盛岡南部藩28力村(三戸郡下13力村、北郡下15力村)を統轄した五戸代官所の設置年代は寛永12年(1635)ごろと推定されている。明治2年に廃止されました。現在の建物は当時の代官所の平面図を基に復元されたものである。町の文化財にも指定されている門は、文久年間(1861～1864)の建築と推定され、屋根と土台が老朽化したため修復され、現存している。
187	長慶天皇伝説	上北郡六戸町西南部に鶴喰という集落がある。この集落の南方に小高い丘があり、地元の人々は、そこを天皇山と呼んでいる。それは南北朝時代に潜辛してきたといわれる長慶天皇にまつわる悲しい伝説に端を発している。
188	家臣団城館巡り	2019年にIGRいわて銀河鉄道観光による企画にて実施された「旅する南部塾」において南部氏家臣団の城館巡りが実施された。法師岡館跡、剣吉城跡、浅水城跡、中市館跡等を2回に分けて実施された。
189	街道と城	奥州街道の周辺には聖寿寺館跡や三戸城跡などかつての居城が築城されていた。
190	寺下観音	奥州南部糠部三十三ヶ所巡礼一番札所である寺下観音。観音堂の中には、千数百年前に行基(ぎょうき)という高僧が伝えたという観音像が安置されている。境内には西国三十三ヶ所巡礼の観音様が祭られており、ここでお参りすればそのご利益も受けられると言われている。また観音堂のほか潮山神社があり、神仏混交の地として古くから霊地として近隣の人々から信仰されてきた。

No.	コンテンツ名	概要
191	糠部三十三ヶ所巡り	人々を救うため観音様は33の姿を持つといわれている。 それにちなんで、33の札所を巡る三十三観音巡礼というものが昔から各地で行われてきました。 岩手県北部から青森県南東部にかけての巡礼を糠部三十三観音巡礼と呼ぶ。
192	そば	「階上早生(はしかみわせ)」という在来種のそばがあり、青森県の気候風土に適し、味や香りにも定評がある。
193	ブドウ	青森県のぶどうは、りんごの次に生産量が多い果樹で、県南地方ではキャンベル・アーリが主に栽培されている。
194	ウメ	青森県は長野県とならび、全国でも有数のあんずの産地である。県内で最も多く生産されているのが、県南地域の南部町。 この地域で古くから栽培され、「八助梅」と呼ばれ親しまれているあんずが「八助(はちすけ)」である。
195	にんにく	日本一の生産量を誇り、平成25年産の出荷量は9,940tで国内出荷量の約7割を占めている。 栽培品種は、本県の気候に適した「福地ホホワイト」という系統が生産されており、 その栽培は昭和37年から田子町で本格的に始まり、水田転換政策により昭和40年代後半から全县に拡大した。 大玉で一片が大きく、身が引き締まって雪のような白さが特徴です。
196	義経なべ	義経北方伝説が数多く受け継がれている青森県。 兄の頼朝に追われた義経主従が、山中で山鳥を射て兜を鍋に鶏肉を焼き、山菜を煮て空腹を満たしたという伝説に由来している。 義経鍋は肉を焼き、野菜はスープで煮て召し上がる料理である。
197	酪農	青森県南を中心に家畜が飼育されており、大家畜(乳用牛・肉用牛)は全国中位、中小家畜(豚・鶏)は全国上位の飼育頭羽数ほこる。
198	馬刺	青森県は古くから県南を中心に馬産地として発展してきた歴史があり、一般的に馬肉が食べられてきた。 馬肉の生産量は、熊本県、福島県に次いで全国第3位である。 馬刺しはもちろん、特産のゴボウやネギと一緒にした桜鍋は絶品で、鍋の後はせんべいやうどんを入れて、最後まで楽しむことができる。
199	倉石牛	豊かな自然に恵まれた五戸町倉石で産まれた、みちのく青森の銘牛「あおもり倉石牛」。 脂身の旨さと良質な赤身、そして絶賛に値するほどの霜降肉の味と香りの絶妙なハーモニー。 適度な甘みと口の中ですとろけるまるやかさを持ちながら、大自然で育った野趣や奥深い味わいも感じられる牛肉である。
200	田子牛	品評会では、青森県初の最高賞を受賞したことがある田子牛は、 1992年に星空日本一となった和平高原などで放牧され、湧き水を飲んで育つ黒毛和種である。

No.	コンテンツ名	概要
201	酒、酒造	県土の67%を森林が占める自然に恵まれた地形で、八甲田山、岩木山、白神山地などの雪解け水が豊富であり、酒造好適米である「華吹雪」「華想い」があおもりの体表酒米として栽培されているという酒造に最適な地形である。
202	どぶろく	日本の伝統的な酒のうち、米と米麴と水を原料として発酵させただけで漉す工程を経ないお酒のことであり、県内でも酒造されている。
203	ナシ	南部町、三戸にて愛甘水や豊水などの和ナシのみでなく、オーロラなどの洋ナシが栽培され、梨狩りが楽しめる。
204	なべ物文化	八戸せんべい汁や義経なべといったなべ物料理が郷土料理として食べられている。
205	又重の牧	南部九牧の一つ。 新郷村に存在したとされる。
206	三浦牧場	数々の名馬を産出した五戸町にある馬牧場。旧母屋には、「馬描きの華陽」と称された上泉華陽によって壁やふすまに馬の一生を描いた絵など約、1,000頭が直接描かれている。製作期間は約6年を費やしたとされている。
207	南部九牧	南部藩では南部九牧と呼ばれる「野」を九つにわけた藩営牧場を開き、馬産に積極的に取り組んだ。
208	牧場	古来より馬の名産地であったこの地域一帯は馬の牧場として「戸」という名がつけられ、現在でも牧場を営んでいる酪農家もいる。
209	駒おどり	江戸時代から伝わる伝統芸能。南部九牧のうち、又重牧に放牧した馬を、秋に若者たちが野馬捕りする様子を芸能化したもので、花笠をかぶり陣羽織を着て駒の形の木杵を腰に付けた騎乗の姿で踊る。
210	漆かき道具工人	漆採取には、漆樹を痛めず良質の漆を多く採集するため、特別に発達した道具が使用されてきた。搔き手の要望に応じて一本ずつ微妙に調整して製作されている。現在、全国でも唯一の技術者が中畑氏であり、亡父(中畑長次郎氏)と2代続けて保持者として認定され、技術の保存・伝承を図っている。

No.	コンテンツ名	概要
211	馬淵川	岩手県葛巻町東部の北上高地袖山付近に源を発し南へ流れたのち北西に転じる。青森県に入り北東に向きを変え、八戸市街地を流れ八戸市大字河原木で太平洋に注ぐ。最下流部に八太郎大橋が架かり、河口付近に八戸港が位置する。
212	階上岳	種差海岸階上岳県立公園に指定されている標高470mの階上町と岩手県洋野町の境にある山。なだらかな山の形が牛が寝そべっているように見える事から「臥牛山」とも呼ばれている。また、つつじの群生地であり、観光客が多数訪れる。
213	ガイド(城の案内、インバウンド対応)	根城や聖寿寺館跡など各史跡にはボランティアガイドグループが存在し、観光客を案内している。また市民ガイド八戸協会などでは八戸市各地のガイドも請け負っている。
214	奇峰学秀	田子町の出身で、江戸時代の中期(正徳～享保)にかけて活躍した禅僧で、八戸市糠塚大慈寺などの格式の高い寺の住職を勤めた知徳の優れた高僧であった。いっぽう、彫仏の才能に恵まれ、生涯に1千体を1セットとするいわゆる千体仏を3セット3千体、そのほかに数百体の優れた仏像を制作する偉業を成し遂げた方でもある。
215	釜淵観音堂	糠部三十三観音の27番札所であり、奇峰学秀は釜淵観音堂に籠って仏像を彫り上げたとされている。
216	真清田神社	大同二年(807年)、坂上田村麻呂が建立したとの伝説がある。田子小学校の校歌の中にも歌われており、歴史のある神社として現在も親しまれている。
217	蛇沼	南部光行が糠部に入部したとき、光行を歓迎、協力したといわれる蛇沼惣左衛門の一族。
218	巨樹	市民や八戸を訪れる方々が、市内に存在する巨樹・古木やシンボルツリー等に興味をもち、訪ね歩く際のおきガイドになるように、「八戸の樹木めぐり」を刊行した。階上町では「階上町巨木めぐり」を実施したり、南部町にはイチョウの巨樹が存在する。
219	名久井岳と城のロケーション	三戸城跡や聖寿寺館跡からは名久井岳が視認できるような位置関係にあった。
220	城主	根城、三戸城、福岡城、最終的には盛岡城と領土拡張に伴って南部氏は移り住んできたが、それぞれの城の地域一帯を城主として治めていた。
221	南部重直	陸奥国盛岡藩2代当主であり、南部信直が着手した盛岡城を完成など、盛岡藩の基礎固めをした。一方で参勤交代に10日遅参し、処分を受けるということもあった。