



あなたには、
もう一つの実家があります。

津軽の温かい家庭料理、のんびり岩木山を見ながら身体をいやしてください。個々に宿泊の相談を受けます。お帰り際、あなたに「行ってらっしゃい」と言いたい。

宿泊 **食事** **体験** 宿泊人数：最大7人
(8人以上の場合は相談ください)

農林漁業体験民宿 らんちの店 ホッと庵・円山

五所川原市大字神山字境山26-15
TEL：0173-29-3345
営業期間／年末年始休み(不定休)

主な宿泊プラン	料金/1人
素泊まり	5,000円
1泊2食 (体験内容は問い合わせください)	8,000円～

(3日前まで要予約)



津軽の四季を体験し
郷土料理を味わってみませんか

我家に宿泊していただき、地元の米や野菜、魚を食べ農家の生活を楽しんで帰って欲しいです。また、農作業用の大型機械なども見学して行ってね！

宿泊 **体験** 部屋数：1部屋
宿泊人数：4名まで

ファーム白戸

五所川原市大字七ツ館字鶴ヶ沼188
TEL：0173-28-2323
090-4316-8239
営業期間／年末年始休み(不定休)

主な宿泊プラン	料金/1人
素泊	5,000円
1泊2食付	8,000円

(3日前まで要予約)



立佞武多の館から徒歩5分
ゆったりとした和室で
のんびりすごせます

1日1組限定、1棟貸の民宿です。食事の提供はしていませんが、徒歩圏内に飲食店が多くあります。キッチン及び食器等を自由にお使いいただけるの自炊も可能です。また、新型コロナウイルス感染症予防対策で空気清浄機等を設置しています。

宿泊 部屋数：1部屋
宿泊人数：10名まで

ホワイトハウス

五所川原市錦町1-5
TEL：090-4315-3446
営業期間／通年

主な宿泊プラン	料金/1人
素泊まり	7,000円

(7日前まで要予約)



津軽に親しみながら
津軽のりんごを育ててみませんか

津軽の真中五所川原の里山です。岩木山に見守られ太陽と水と大地と私達の愛情で美味しいりんごが育っています。そんな自然につかりりんご体験をしてみませんか。又農家民宿もできます。

体験 **宿泊** 部屋数：2部屋
宿泊人数：4名まで

ときどきりんご園

五所川原市神山字山越1-8
TEL：0173-29-3936
営業期間／4月～12月(定休日なし)
営業時間／午前 10:30～ 午後 2:30～

主な体験内容	1回当たり人数	所要時間	料金/1人
りんご花摘み、 実すくり、りんごもぎ	2人～ 10人	1時間	1,200円

(2日前まで要予約)



ゆったり、のんびり、すごしてみ
てください！なにか発見あるかも。

手作り窯でピザ作り体験、おなかいっぱい食べて！そばには小川が流れ、7/25前後の夕暮れはホタルが飛び交う。ハスカップ、レッドカラントなど木の実もいっぱい、トッピングもいろいろ。とにかく楽しい一日にしてほしい！

体験

ゆうあファーム

五所川原市松野木字松ヶ枝5-1
TEL：080-5554-0691
営業期間／5月～10月(営業日、日曜日と祭日)
営業時間／11:00～

主な体験内容	1回当たり人数	所要時間	料金/1人
野外で石釜ピザ作り	5人～20人	2時間位	2,000円

※体験は1日一組限定です。(7日前まで要予約)



手打ちそば体験

地元産のキタワセソバを使用。
ひきたて、打ちたて、ゆでたての感動を味わってほしい。(子どもから大人まで)

体験

川倉ふれあいセンター

五所川原市金木町川倉宇田野95-2
TEL：0173-52-4577
営業期間／通年(定休日無し)
営業時間／お昼頃(要相談)

主な体験内容	1回当たり人数	所要時間	料金/1人
そば打ち体験	10人～40人	1時間30分	1,500円

※10人未満の場合はご相談ください。(7日前まで要予約)



1日1組限定、8人定員のお宿

グループでの会議、宿泊などにおすすめします。語りへの宿、津軽の歴史に思いをはせ昔つこを語ります。

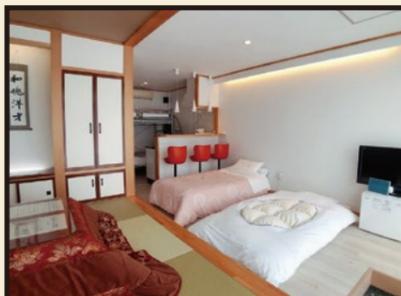
宿泊 **体験** **食事** 部屋数：1部屋
宿泊人数：8人まで

農家民宿 天馬

五所川原市広田字榊森9-4
TEL：090-4884-7815
営業期間／通年

主な宿泊プラン	料金/1人
1泊2食付き	8,000円～

(3日前まで要予約)



【個性的でお得】
一人旅・友人・カップル・家族・
学生旅行グループ対応

全8施設15部屋最大63名まで宿泊可能。旅行会社併設で県内体験各種(自然、伝統、文化、食など)手配可能。日常のようで非日常な素朴な田舎暮らしを体験しませんか？

宿泊 **体験** 部屋数：8施設15部屋
宿泊人数：最大63名

民泊宿屋 PittINN(ピットイン)

五所川原市みどり町4-46
TEL：050-7118-6505
https://pittinn.com/
営業期間／通年(年中無休)
営業時間／7:00～19:00

主な宿泊プラン	料金/1人
宿泊日とお部屋タイプで異なります 各種キャンペーン利用でお得なプラン 多数ご用意	1,999円 ～8,999円



太宰治ゆかりの古民家
かなぎ元気村「かだるべえ」

作家太宰治の生家津島家と深い関わりがある築150年の茅葺き古民家で田舎暮らし体験をお楽しみいただけます。体験メニューは豊富で、裏庭で手ぶらキャンプもお楽しみいただけます。また、文蔵庫では太宰治や地域の歴史文化を展示解説しています。

宿泊 **食事** **体験** 部屋数：和室10畳2間
宿泊人数：2名～10名まで

かなぎ元気村 「かだるべえ」

五所川原市金木町時田桑元39-2
TEL：0173-52-2882
https://kanagi-genkimura.org
営業期間／通年(不定休)

主な宿泊プラン	料金/1人
1グループ(2名～10名)限定の宿泊	
1泊2食付き	9,900円～
キャンピング1泊夕食付	9,900円～



農業を使わずに栽培した
自家製野菜を使用した
農家レストラン

毎週変わる和風プレートと多国籍のランチプレート、その日の手伝い調味料やスイーツ、飲み物を味わえます。野菜などを直売する月1回のマルシェも開催！

食事 **直売** **体験** 座席数：20席
駐車場：有
(問い合わせください)

農家レストラン 「わらふあ～む」

五所川原市高瀬一本柳99-1
TEL：080-1695-3617
営業期間／通年(月・火・水曜日定休日 ※現在)
営業時間／11:00～14:00(ラストオーダー)

主なメニューやおすすめメニュー	料金(税抜)
週替わりの ランチプレート	A 和風プレート B 多国籍プレート
	1,000円 1,000円



粘りの強い「つくねいも」が
おすすめ！

季節ごとの新鮮な野菜を取り扱っています。おすすめは県内有数の生産であるズッキーニ(7月～10月頃)、五所川原市特産のつくねいも(11月～3月頃)です。そのほかにもお盆期間の菊花や秋から冬にかけてのりんごが好評をいただいております。

直売 駐車場：6台ほど

JAごしょつがる 農産物直売所 まるっと新鮮館

五所川原市福山字実吉73-6
TEL：0173-29-3451
営業期間／通年(定休日無し)(12/30・1/1～1/3休業)
営業時間／8:00～16:00
※夏は17:00までの期間有

主な体験内容	1回当たり人数	所要時間	料金/1人
陶芸…湯呑カップ製作	30人	1時間	1,100円
草木染…エコバック	10人	2時間	800円



学んで、遊んで、泊まれる
りんごの里

りんごのことを学び、「りんご」を素材にした物作り体験ができる。またりんごを使ったグルメが味わえるほか、コテージ、温泉、農産物直売所など併設している。

体験 **宿泊** **食事** **直売**

板柳町ふるさとセンター

板柳町大字福野田字本泉34-6
TEL：0172-72-1500
https://www.town.itayanagi.aomori.jp/tourism/furusato/
営業期間／通年(不定休)
営業時間／施設により異なります

主な体験内容	1回当たり人数	所要時間	料金/1人
陶芸…湯呑カップ製作	30人	1時間	1,100円
草木染…エコバック	10人	2時間	800円





ミニりんご箱製作体験

釘と金槌を使用して、りんごの木箱を製作できる体験。作成した木箱は、スタンプやペンでオリジナルのデザインにすることもできます。



木のはこ屋

板柳町福野田奥田30-5 (駅前事務所内)
TEL: 0172-72-1321
https://www.kinohakoya.com/
営業期間/平日のみ(土日祝定休日)
営業時間/10:00~15:00



主な体験内容	1回当たり人数	所要時間	料金/1人
箱打ち体験	4人以上	1時間	1,500円

(14日前まで要予約)



観光ぶどう園 「収穫体験・草木染め体験」

生産量日本一を誇る町自慢「スチューベンぶどう」の収穫と草木染めを体験しよう!!



鶴田町観光協会

鶴田町大字鶴田字早瀬184番地2
TEL: 0173-22-3414
https://www.medetai-tsuruta.jp
営業期間/9月下旬~10月中旬(定休日無し)
営業時間/9:00~16:00



主な体験内容	1回当たり人数	所要時間	料金/1人
ぶどう収穫体験	1人~	要相談	500~1,500円
草木染め体験 (土・日限定)	最大6人	要相談	1,000円



果物類が充実! ぜひお越しください!

広い売場面積と豊富な品揃え。また、季節のイベントコーナーを設置しています。夏季はスイカ・メロン、秋は地元産ぶどう、りんごの販売を実施、全国発送を行っています。



道の駅つるた 鶴の里あるじゃ

鶴田町境里見176-1
TEL: 0173-22-6971
営業期間/通年(元旦のみ休業)
営業時間/8:00~17:00

駐車場:
大型10台・小型84台



田園風景で春夏秋冬を味わえる 「農家民宿☆すずれあな」

津軽平野は岩木山が美しく見えて、田園風景は春夏秋冬を味わえます。地元の食べ物を味わいながら、ゆったりとした時間をお過ごしください。270年続く家柄であり、建物は築70年、昭和の懐かしい品もあります。



農家民宿☆すずれあな

つがる市木道福原常盤25-3
TEL: 090-2365-5710
営業期間/通年(不定休)

部屋数:2部屋
宿泊人数:各3人・最大6人

主な宿泊プラン	料金/1人
1泊2食付き 素泊まり	7,150円 5,500円



つがるの大地の恵みを味わって

地元の農家さんが一生懸命作り上げた四季折々の農産物、加工品が勢ぞろい。収穫したばかりの新鮮野菜はいかがですか?ごぼうを麺に練り込んだ特産の「牛蒡めん美人」も人気です。



むらおこし拠点館 フラット

つがる市豊富町屏風山1-273
TEL: 0173-69-5215
営業期間/通年(定休日なし)
営業時間/9:00~18:00
レストラン 11:00~15:00

座席数:25席
駐車場:60台

主なメニューやおすすりメニュー	料金
麦とろ飯	750円
とろろごぼううどん	650円



つがるのオイシイモノが ここに大集合

つがる市内の農家さんが心を込めて育てた新鮮な農産物のほか、当店名物のしとぎ餅、手作りの加工品や郷土料理を数多く取りそろえております。皆様のお越しをスタッフ一同、心よりお待ちしております。



つがる市農産物直売所

つがる市柏下古川花崎112-2
TEL: 0173-25-2865
https://tsugaru-chokubai.com/
営業期間/通年(1月1日休業)
営業時間/8:00~18:00

駐車場:79台



冬のアスパラはおいしいよ! 来て!見て!食べて! アスパラの収穫体験

アスパラの収穫体験では、冬のアスパラがどうしてできるのかお話を聞いた後に自分で収穫したアスパラを炭火で焼いて食べます。



合同会社 「イネ子の畑から」

中泊町薄市字花持12-2
TEL: 090-7070-9615
営業期間/1月~3月10日くらいまで(定休日無し)
営業時間/10:00~15:00

主な体験内容	1回当たり人数	所要時間	料金/1人
冬のアスパラ収穫体験	5人~30人 <5人	約1時間	1,500円

(10日前まで要予約)



大地の恵と海の幸 奥津軽を見て感じる ご当地グルメ

青森県水揚げナンバー1の高級魚ウスマバルと中泊の大地で育まれたお米つがるロマンを使ったメバル膳がおすすめです。津軽海峡の豊富な魚介を使った水産加工物等も販売しております。



道の駅こどもり ポントマリ

中泊町大字小泊字折腰内45
TEL: 0173-27-9300
https://www.town.nakadomari.lg.jp/index.cfm/13,1141,41,50.html
営業期間/4月中旬~11月中旬(定休日なし)
営業時間/9:00~17:00
レストラン 11:00~15:00



主なメニューやおすすりメニュー	料金
中泊メバル膳	1,800円



中泊のおかあさん手づくりの 野菜の漬物がおすすめ!

地場の新鮮な野菜・海産物や特産物を使った加工品、また味自慢の漬物をたくさん取りそろえております。



中泊町特産物直売所 ピュア

中泊町大字八幡字日向334
TEL: 0173-57-5054
営業期間/通年(1月1日~3日休業)
営業時間/3月~10月 9:00~18:00
11月~2月 9:00~17:00

駐車場:80台



夏はメロン、秋にはりんごが 畑からまっすぐ届きます。

メロン、りんごはもちろん、採れたての新鮮な野菜、果物、また地域に残る、残していきたい加工品、漬物類や見た目にも楽しくなる手作り品などがたくさん並んでいます。



道の駅もりた アーストッ

つがる市森町床舞稚桜4-1
TEL: 0173-26-4477
営業期間/通年(1月1日休業)
営業時間/夏 9:00~18:00
冬 9:00~17:00

駐車場:
大型9台、普通110台、
身障者用2台



赤石川の豊かな水で 田植え作業を楽しむ

この一ツ森地区は、源流部を白神山地に持つ赤石川があり、その水を使った田んぼが多く水稲栽培が盛んである。多くの学生が田植えを体験する。



鱒ヶ沢白神 グリーンツーリズム推進協議会

鱒ヶ沢町大字一ツ森町字上秀88-2
TEL: 0173-82-7057
http://asgt.shirakami.gr.jp/
営業期間/通年
不定休(農繁期厳しい時もある)



主な宿泊プラン	料金/1人
1泊2食付き	6,700円



白神山地の新鮮な空気の中での 植林体験はいかが!

世界遺産、白神山地の里山で育てたブナの苗木を山に運び、緩衝地帯の外側に杉林に植林をし、自然保護・再生活動をしませんか。



NPO法人 白神自然学校一ツ森校

鱒ヶ沢町大字一ツ森町字上秀88-2
TEL: 0173-82-7057
http://school.shirakami.gr.jp/
営業期間/通年(月・火曜日定休日)
営業時間/9:00~17:00



主な体験内容	1回当たり人数	所要時間	料金/1人
ガイド	1人~7人	3時間	10,000円

(7日前まで要予約)



子供たちが思う存分
牛と触れあえる体験を提供

牛のお散歩や、エサやり、ブラッシングなどの作業を、じっくり体験できます。併設するカフェでは濃厚なソフトクリームが大人気、自家製のヨーグルトやチーズなども販売しています。



ABITANIA
ジャージーファーム

鯉ヶ沢町建石町大曲225-2
TEL: 0173-72-1618
https://m.facebook.com/cafamilmu/
営業期間/4月~11月(火曜定休日)
営業時間/9:30~16:00



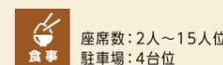
主な体験内容	所要時間	料金
作業(牛の世話)体験 乳搾り体験	30分~	お問い合わせ ください

(2日前まで要予約)



本物の漁師メシ
食べてみませんか?

漁師の御夫婦が営む、完全予約制の漁家レストランです。その季節の旬の鮮魚をふんだんに使った料理で、おもてなしします。



鶴田漁業

深浦町大字沢辺字沢辺18-1
TEL: 0173-77-2673
営業期間/通年(不定休)
営業時間/要相談

主なメニューやおすすめメニュー	料金
旬の鮮魚	1,500円

(3日前まで要予約)



親戚づきあいのような
お客さんづくりがしたい!

自家獲れ水産物を使って、シーフード・おやつ販売・水産加工販売・漁師メシのランチを提供する漁師カフェも新たに始めます。



広福丸直売所

深浦町大字関字橋沢47-20
TEL: 0173-82-0345
http://koufuku-maru.com
営業期間/4月~10月
5・6・10月(第3火・水曜日定休日)
7月~9月(毎週火曜日定休日)
営業時間/9:00~17:00



深浦町の海と山の幸を
まるごと味わおう!!

地元で獲れた新鮮な海産物・農産物を販売しています。他にも地元産の飯鮓(魚の加工品)や惣菜もおすすめて。特産品や土産品もごぞいます。令和3年4月1日には市場内に「まるごと市場食堂」がオープン。
(営業時間/11:00~15:30 L.O15:00、不定休)



深浦まるごと市場

深浦町大字深浦字浜町352-1
TEL: 0173-82-0315
http://fukaura-marugoto.com
営業期間/通年(年末年始休業)
営業時間/9:00~18:00
※11月~3月までは17:00まで



海のすぐそば! 魚がいっぱい!

深浦近海で獲れる海の幸、地元で育った野菜や山菜、地元のおかあさんたちが作る飯鮓や総菜など深浦の「美味しい!」が堪能できます。



道の駅ふかうら
かそせいか焼き村

深浦町風合瀬字上砂子川144-1
TEL: 0173-76-3660
営業期間/通年(12/31~1/3休業)
営業時間/9:00~18:00(12月~2月は17:00)

主なメニューやおすすめメニュー	料金
日替わり漬け丼(ヒラメ・マグロ)	800円

(※12月~3月、并類は土日、祝日のみ)



「白神山地」の麓で採れる
旬の食材を収穫・販売

十二湖駅産直コーナー「ぷらっと」は津軽国定公園「十二湖」の入り口に位置するJR五能線「十二湖駅」に併設している直売所。主に深浦町岩崎地区の生産者団体「岩崎産直友の会」の会員が生産・収穫したものを豊富に取りそろえています。



十二湖駅産直コーナー
「ぷらっと」

深浦町大字松神字下浜松33-1
TEL: 0173-77-3000
http://www.harvestmarket.jp/iwasaki/about.html
営業期間/通年(年末年始休業)
営業時間/9:00~17:00(4月~11月)
10:00~15:00(12月~3月)



なんぶの農家の暮らしを体験し、
交流を楽しむお宿

農業や化学肥料を使わず、不耕起(農地を耕さずに作物を栽培する)で、田畑とともに暮らしている佐藤夫妻が営む音水小屋。木のぬくもりを感じるお部屋で、暖炉の火を見つめながら過ごす時間が、心も体も暖めてくれます。

ゆったりとしたひと時を過ごせるカフェと、にぎやかな家族とともに、季節に応じた様々な体験ができる民宿。新鮮な野菜たっぷりのお料理も、じつにおいしい!

ずっと「農」「宿」「カフェ」がある暮らしがしたかったと語る夫妻は、訪れる人々との多世代間交流を心から楽しんでいる様子。気持ちがほっと和むようなこの場所で、のびのびと過ごしてみませんか。



農家民宿・カフェ 音水小屋

五戸町大字倉石又重字上工平16-2
TEL: 090-2796-9974
営業期間/通年(不定休)

主な宿泊プラン	料金/1人
1泊2食付き	7,000円 小学生 半額 未就学児 無料



野菜のおいしさを、めいっばい味わえるヘルシーなランチ



築50年の古民家をリノベーション。木のぬくもりが優しい



「煙のある暮らし」を求め、5年前に青森県に移住してきたオーナーの佐藤夫妻



いろいろを囲んでまったり
せんべい汁を味わおう!

約200年前、江戸時代後期の農家を復元した「ふるさとの家」。当時の人々の暮らしを感じられる茅葺き屋根の古民家で、地元野菜をたっぷり使ったせんべい汁や焼きおにぎり作りを体験できます。(見学だけの場合、毎週土曜12:30~16:30の施設開放時は予約不要で入れます。冬季は16:00まで。土曜日以外で見学や体験希望の方は、1週間前までにご連絡ください。)



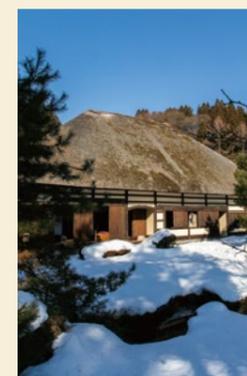
ふるさとの家

五戸町倉石又重上川原110-2
TEL: 090-2796-9974 (音水小屋)
http://www.facebook.com/gonohefurusatonoie
営業期間/通年(平日定休日)
営業時間/12:30~16:30



主な体験内容	1回当たり人数	所要時間	料金/1人
せんべい汁、焼きおにぎり作り体験	2人~8人	1時間	1,500円

(3日前まで要予約)



囲炉裏を囲んで
食べるせんべい汁
最高!!