

西目屋の春

春と冬が共存している3月頃、白神山地ではカタクリ・フキノトウなど早春の山菜が芽吹き始める。白神山地の春から秋は山菜の宝庫。例えば、“こごみ”は湿った腐葉土に群生し、丸くかがみ込むように生え、こごんでいる様子から名付けられたとか。程よいヌメリが特徴で、茹で上げると鮮やかな緑色になる。さらに、正式名称ウワバミソウのミズはシャキシャキとした歯ごたえのクセの無い味の山菜。青森県では広く親しまれ、収穫の時期になると子どもと一緒に家族で皮をむいている風景をよく目にする。“ミズの漬け物”や、茹でて水にさらしたフキノトウ（ばっけ）をみじん切りにし、油で炒め砂糖・みりん・味噌で味付けした“ばっけ味噌”は、津軽人のごはんのお供でお袋の味。



世界遺産白神山地を水源とする岩木川の上流部は「目屋溪」と呼ばれ、県内でも屈指の名勝地として語られています。そんな「目屋溪」を散策しながら、忘れかけていた人と自然の深い繋がりに思いを馳せてみませんか。大らかな自然の中で村の人達との温かいふれあい、地場の食べ物はきっとあなたをリフレッシュしてくれます。

春  
夏

西目屋の夏

西目屋には山も田も畑もあるため、実は食料の豊富な村だった。そこで、人々は米やリンゴ作りの他に蕎麦の栽培も行っていた。ただ、畑仕事は主に女性の仕事なので女性はいつも忙しい。夏蕎麦は毎年、5～6月に種を蒔き、8～9月に収穫を行う。風味豊かな西目屋産の蕎麦粉を使った「白神そば」は喉ごしが良くミネラルが豊富。また蕎麦として食べるだけでなく、弘前の老舗の和菓子屋のお菓子の原料としても使われている。素朴で可憐な蕎麦の花、静かに豊かに流れる西目屋の川・・・西目屋のすべての自然は人々に憩いと癒しと滋養を与えてくれている。



弘前逍遙  
〈企画〉ふれ～ふれ～ファミリー 弘前逍遙倶楽部  
〒036-8102 弘前市小比内1-8-1 【TEL&FAX】0172-26-1202  
[e-mail] furefami20@yahoo.co.jp  
http://www.fure2family.com/  
このパンフレットは青森県の白神ビジネスチャレンジ事業費補助金の助成を受けて作成しました。

西目屋と弘前の銘品

**Beechにしめや**  
白神山地の「うまい！」が詰まった施設。白神山地の恵みの多彩さを一年じゅう、目で、舌で感じる事ができる。山菜、しらかみそば、りんご、オリジナルジェラートなどなど。目移りしたら、お気軽にオススメ品を聞いてみよう。「全部がオススメです!」  
●住所/中津軽郡西目屋村田代字神田219-1  
●TEL/0172-85-2855  
●定休日/無  
●営業時間/9:00～17:00 (冬期間9:00～16:00)



**開雲堂**  
藩政時代から西目屋村と交流のあった弘前市。「開雲堂」は弘前で創業130年余の和菓子の老舗。明治39年に創製した「朧中」は、弘前藩祖・津軽為信公没後300年の際、弘前藩の旗印である「卍」を使用することを許可されたお菓子（白あんをベースに小豆粒を散らした朧中）。  
●住所/弘前市土手町83  
●TEL/0172-32-2354  
●営業時間/9:00～18:00  
●定休日/火曜日、元旦（年末年始、さくら祭期間、お盆は無休）



**BLESS**  
ブナの木は「森のダム」と呼ばれるほど水分が多く、建築材などの加工品には向かないとされてきた。そのブナを有効活用するために、ブナの木を薄いテープ状にし幾層にも巻いて立体的に作られた製品BUNACO（ブナコ）が生まれた。木材を無駄なく加工した曲線美豊かな製品は、そのデザインの優秀性・品質・安全性から、今や世界中から注目されている。  
●住所/弘前市土手町100-1 もりやビル2F  
●TEL/0172-39-2040  
●営業時間/10:30～19:00  
●定休日/不定休



**しかないせんべい**  
大正15年創業の老舗の煎餅店。新鮮なリンゴの果肉を中に入れ焼き上げた「らぶる」や、生のリンゴの色と香りをそのまま煎餅にした「こあき」は、リンゴの生産日本一を誇る青森県ならではのお菓子。また、山の恵みをふんだんに使った「白神のさんぼ道『ずっと!』」は、新しい白神のお菓子として注目されている。  
●住所/弘前市新寺町32  
●TEL/0172-32-6876  
●営業時間/9:00～19:00  
●定休日/無



西目屋村の温泉

**大白温泉(たいはくおんせん)**  
西目屋村から岩木山方面に向かう途中にある、源泉掛け流しの公衆温泉施設。内湯はやや茶色またはモスグリーン、露天はやや黄味がかったオレンジ系というカラフルな温泉。特筆すべきは、「つるつる」「すべすべ」した湯触り感で、女性に嬉しい温泉♪  
●住所/中津軽郡西目屋村大字白沢字白沢口1-1  
●TEL/0172-85-3311  
●営業時間/10:00～21:00  
●定休日/無  
●料金/350円  
○泉質/ナトリウム塩化物泉



村いちの湯(むらいちのゆ)

西目屋役場から岩木川沿いに目屋溪を過ぎた所にある「グリーンパークもりのいずみ」の中にある温泉。施設は滞在型宿泊施設であるが、浴室は日帰り入浴施設として利用できる。温泉はほとんど無色透明で、カルシウムを多く含む塩気の濃い食塩泉。  
●住所/中津軽郡西目屋村大字村市字稲葉213-1  
●TEL/0172-85-3113  
●営業時間/9:00～21:00  
●定休日/無  
●料金/350円  
○泉質/ナトリウム・カルシウム塩化物泉



全天候型!楽しい西目屋の施設

**白神山地ビジターセンター**  
ブナの一生、ブナ林の生態系など、白神山地が世界遺産になった理由を学ぶことができる。前庭の展示林では実際にブナを見て、触れることもできる。雨の日には「樹幹流」も見られるかも。白神の森への第一歩として、悪天候時の立ち寄り施設としてオススメ。  
●住所/中津軽郡西目屋村 田代字神田61-1  
●TEL/0172-85-2810  
●休館日/4月～12月 第2月曜日(祝日の場合は翌日) ※8月は第4月曜日 1月～3月 毎週月曜日と木曜日(祝日の場合は翌日) 年末年始 12月29日～1月3日  
●入館料/無料(大型映像観覧は大人200円、子ども100円)  
●開館時間/ 4月1日～10月31日 午前8時30分～午後5時 11月1日～3月31日 午前9時～午後4時30分



西目屋の秋

白神の山に囲まれた西目屋は秋になると、赤や黄色など色とりどりの木々に埋もれる。藩政時代から、白神山地の木々は弘前の人々の生活を支える燃料として利用され昭和40年代頃まで、西目屋の山間部で生活する人々は、山の木を伐採・運搬し、炭をつくり町に売りに行き生計を立てていた。炭焼きは、山から木を運び出して、木を切りそろえ、焼いている火を調節し、炭俵を作って詰めて売りに行くなど、多くの労働力が必要だった。そこで、炭作りは女性や子どもも含めた家族総ぐるみの作業となり、特に炭俵を担いで町まで売りに行くのは女性の仕事だった。



秋  
冬

西目屋の冬

藩政時代、麻しか着ることができなかった農民は、藍染の麻布に白い糸で織り目にそって手刺して補強・保温して日常着としていた。この手刺しがこぎん刺しで、主に冬の西目屋の女性の仕事だった。実用性を求めていたこぎん刺しはやがてファッションとなり、こぎん刺しの技が巧みな女性は嫁のもらい手が多かったそう。こぎん刺しは、地域によって特徴があり、西目屋村で刺されていた。“西こぎん”は麻布の目が緻密で模様も細かいのが特徴で、炭俵など重たい荷物を背負うために、補強のため肩に縞模様を配していた。  
※写真は西こぎんの模様



# 白神山地・目屋溪コース

～自然の恵みあふれる里山の暮らし～

ガイドツアーの内容

- 集合場所/ブナの里 白神館 \*天候などにより変更・中止になる場合がございますので、ご了承下さい。
- 開催日……4月～10月までの毎日(毎回1～4名)
  - 時間……14:00～16:00(自家用車での移動が基本となります。)
  - 料金……ひとり2,000円(保険料、おやつ代、白神館のお土産割引券付)
  - 申し込み・お問い合わせ先  
ブナの里 白神館 ☎0172-85-3011 実施日の3日前まで

岩谷観世音の下の岩木川  
岩谷観世音の下を流れる岩木川は水量が豊富、川の水色は青や緑に、一日に何回も変化する幻想的な光景が広がる。マイナスイオンを体いっぱい浴びるチャンス!

岩谷観世音の岩木川

神秘的森へのトビラ

吊り橋の向こう側には、いつもはサル除けのために閉められているトビラ。ここを開けて一歩踏み出せば、そこは太古の昔から続く森の精の秘密の空間。森の精が逃げ出してしまわないように、トビラはきちんと締め出て入りてね。

100%自然の森  
歩道にはウッドチップが敷き詰められている。

炭焼き小屋・マタギ小屋

切り通し跡

ゴール

岩谷観世音

岩谷観世音への道  
岩谷観世音へは急な階段を下って向かうので、足下に注意しましょう。手すりや岩肌をしっかりつかまって、足を滑らせないようにね。

鷹ノ巣

鷹ノ巣(対岸から)  
鷹は西目屋村に吉凶を告げる鳥として大事にされていた。鷹はこの岩肌で卵を産み、ヒナを育てている。ヒナが巣立つ6月末頃までは静かに見守ってね。

猫  
東目屋から奉納された猫。猫は昔から人気者だった!猫も「神使」と呼ばれて祀られる神社もある。人間と縁の深い動物(猫も馬も)も植物も大事にすれば、どんな神様だって人間を守ってくれる。きつと。

見返り坂

見返り坂  
別名、オナゴ(女)坂。なだらかで長い坂道を女性の包容力・やさしさに例えたのがネーミングの由来。坂の途中で振り返れば、美しい岩木山の姿にほっと一息。菅江真澄も絶賛!

西目屋村中央公民館

館内には、砂子瀬・川原平地区の歴史や文化、生活の様子などを展示している「奥目屋風土回廊」のコーナーがある。再現されたマタギ小屋や、当時の奥目屋の暮らしを支えた道具や生活用品も数多く展示しており、白神山地の里山の暮らしや歴史を学ぶことができる。  
●住所/中津軽郡西目屋村大字田代字稲元143  
●電話/0172-85-2858



熊野宮

この神社には龍水様、山の神様、稲荷様、尾太鉦山の山の神様などが祀られ、村の人々の生活を丸ごと守ってくれていた。狛犬一対と熊狒犬?一対も祀られている。またこの神社付近では、村で一番最初に色とりどりの山野草が花を咲かせる。たくさんのお神様の御利益かも。  
●住所/中津軽郡西目屋村大字田代字神田220



白神山地ビジターセンター

世界遺産白神山地の玄関・西目屋村にあるブナと生態系との関わりを学ぶことのできる施設。映像体験ホールの巨大スクリーンに映し出される白神山地の四季の変化は、見る人の心に自然の美しさや素晴らしさを伝えてくれる。ブナをはじめとする白神山地の動植物の静かな命の営みは、自然環境保全の大切さを教えてくれる。  
●住所/中津軽郡西目屋村田代字神田61-1  
●TEL/0172-85-2810  
●休館日/4月～12月 第2月曜日(祝日の場合は翌日)※8月は第4月曜日  
1月～3月 毎週月曜日と木曜日(祝日の場合は翌日)  
年末年始 12月29日～1月3日  
●入館料/無料(大型映像観覧は大人200円、子ども100円)  
●開館時間/4月1日～10月31日8:30～17:00  
11月1日～3月31日9:00～16:30



Beechにしめや

白神山地の麓・西目屋村にある産直施設。季節毎にたくさんのお土産品を取り扱っており、特に、春の山菜(ミズ)、秋のきのこ(さもだし)がご当地ならではの逸品。館内にあるレストランでは、西目屋産の蕎麦粉を使った風味新鮮な「しらかみそば」がオススメ。  
●住所/中津軽郡西目屋村大字田代字神田219-1  
●TEL/0172-85-2855  
●定休日/無  
●営業時間/9:00～17:00(冬期間9:00～16:00)



Honeycomb BeFavo (Beechにしめや内)

白神山地で採れたハチミツをその場でいただく、ちょっと贅沢なスイーツショップ。Beechにしめやの入口にあるおしゃれな店内には、カフェペースのほか、ハチミツや登山グッズの販売コーナーもある。  
●住所/中津軽郡西目屋村大字田代字神田219-1  
●TEL/080-2837-4580  
●定休日/不定休  
●営業時間/10:00～16:00(季節によって変更あり)



カフェ・ルーラル

西目屋の隠れ家カフェ。店内は各作家のギャラリーも兼ねた落ち着いた雰囲気のあるお洒落な空間。野菜ソムリエのオーナーが地元の食材を使って作る食事やスイーツを、ゆったりとした空気の中でいただくと、からだも心もリフレッシュできそう。  
●住所/中津軽郡西目屋村大字田代字神田166-3  
●TEL/0172-85-2213  
●営業時間/10:30～16:00 L.O.15:30  
ランチは10:30～14:00  
●定休日/火曜日と水曜日



## 1 ブナの里 白神館(しらかみかん)

白神山地の麓の緑豊かな木々に囲まれた「白神館」の魅力は温泉とお料理。源泉掛け流しの温泉「しらかみの湯」は疲労回復、神経痛、冷え性などに効能があり、疲れを和らげてくれると評判。また白神山地の恵みである食材などを使ったお料理を堪能すれば、白神のパワーが体中に満ちてくるはず。特に、目屋の山菜を使ったお料理とマタギ飯のついた「白神山麓めし」は人気のメニュー。貸し出し電動自転車もあるので、目屋溪のサイクリングも楽しめる。

- 宿泊/和室20室/1泊2食付き8,500円～(サービス料・税込)
- 住所/中津軽郡西目屋村田代字神田60-1
- TEL/0172-85-3011
- 休館日/無



## 2 目屋溪大橋(めやけいおおはし)

世界自然遺産白神山地の玄関口に位置するこの橋は、橋長174mの3径間連続鋼バランスアーチ橋。架橋地周辺はジャパンプカヌー大会が開催されることから、ゲートのシルエットとしてふさわしいランドマークになるようデザインされたそう。  
眼下に広がる牧歌的風景は穏やかで癒し。白神山地の雄大な自然はここから始まっていく。  
●所在地/中津軽郡西目屋村田代



## 3 乳穂ヶ滝(におがたき)

屋でも木々に陽の光が遮られるため少し薄暗い小道を上ると、高さ33mの白網のような乳穂ヶ滝が見える。滝の裏側には自然洞窟に囲まれたような天然のステージがあり、不動尊が祀られている。乳穂ヶ滝は冬には白い穂のように氷結することから名付けられ、昔からの太さ、形状等によってその年の津軽の作物の豊凶が占われてきたそう。積み上げた杉葉をいづした煙や稲束の燃え具合を見ての豊凶占いが2月第3日曜に行われている。  
●所在地/中津軽郡西目屋村田代字名坪平  
●駐車場/有



## 4 見返り坂(みかえりざか)

昭和3年、当時の「弘前新聞」は1万号記念事業として、住民投票により「津軽十景」を選定した。その結果第1位は瑪邪溪(めやけい・現在の目屋溪)であった。ちなみに2位は座頭石(弘前)、3位は法峠(黒石と旧浪岡の境)、4位は弘前公園、5位は乳井(弘前)だった。その当時から、見返り坂から見渡される美しい光景は人々に愛され、菅江真澄も絵画にこのこしている。



## 5 鷹ノ巣(たかのす)・対岸から

切り立った岩肌のあちこちに見られる穴。これは鷹が巣を作っていた跡だそう。鷹ノ巣で生まれた鷹は、村の農作物を荒らすことはなく、むしろ農作物を狙う鳥や小動物を撃退したそうで、村人達に大事に守られてきた。鷹狩りに用いる鷹は北方の産が優れるとされており、弘前藩の鷹は全国でも有名だった。徳川8代将軍・吉宗に献上した鷹は西目屋出身だったのかも。  
●駐車/路肩に駐車して観察



## 6 岩谷観世音(いわやかんぜおん)

通称、岩谷観音(いわやかんのん)。赤い鳥居の側では、馬と猫の像がお出迎え。この馬はかつて西目屋と弘前を漕ぎ抜けるスピードで往復して主人に仕えた神馬だったそう。奥に進んで細い道を下り、岩木川に落ちないように岩肌をたどりながら進んでゆくと、洞窟の中にお堂がある。このお堂は神馬の霊を弔うために建てられたそう。洞窟の中のお堂・西目屋村のパワースポットはスリルも満点!  
●所在地/中津軽郡西目屋村田代字山科  
●駐車場/有



## 7 炭焼き小屋とマタギ小屋(すみやきごやとまたぎごや)

弘前藩当時城下に住む人々の生活燃料は、白神山地から切り出した薪材だった。銀山・銅山として栄えた尾太鉦山が白神山地の中にあつたが、やはり白神の薪材が使われていたそう。そして、山間地域である西目屋では、どの集落でもほとんどの人々が炭を焼いて生計をたてていた。白神山地の中には、炭焼きを行った小屋と冬の猟期にマタギ達を使ったマタギ小屋が点在していた。白神山地はまさに西目屋の人達の生業の場だった。



## 8 切り通し跡(きりとおしあと)

森の中の半円状の道路はかつて作業用に切り開かれたもの。自然林の中にぽっかりと現れ、覆い被さるような木々の緑に囲まれると、フィトンチッド・パワーを全身に浴びて身も心も浄化できそう。ここはスペシャル・パワースポット!

