rakra（ラ・クラ）×八戸

大人のための北東北エリアマガジン ラ・クラ特別編集
Hachinohe Travel Guide Book
Take Free

八戸満喫旅



食のパラダイス 八戸美味探訪

種差海岸

これほど多様性に富んだ場所はあるのだろうか。
波打ち際まで広がる天然の芝生、穏やかな砂浜と荒々しい岩礁、
色とりどりの高山植物に海浜植物、乱舞するウミネコ。
歩けば歩くほど、はかり知れない自然の力を感じる。
潮風を感じながら、種差散策を始めよう。

朝市

時には食の宝庫、時には活気ある商店街、
時には知人の集まるサロン。
八戸の朝は、さまざまな顔をもっている。
早起きして朝を楽しみ、そして一日が始まる。
これが、八戸のライフスタイル。









食のパラダイス 八戸美味探訪

北の港町には、とっておきの美味がそろっている。
八戸で味わってみたい食のあれこれ。
さあ、食のパラダイス「八戸」へ――。













横丁

日が暮れると、路地の赤提灯に明りがともる。
それを待ちかねたかのように人々が集まり、
あちらこちらから乾杯の声が聴こえてくる。
ここは横丁という名の大人の迷宮。
八戸のディープな夜の始まりだ。



八戸の美味

八戸の一番の魅力、
それは豊かな海と厳しい気候が育む食文化。
旨みたっぷり自慢の魚介や、あの有名ご当地グルメまで
心ゆくまで、おあがりやぁんせ。



「全国ご当地どんぶり選手権」で2年連続のグランプリを獲得した「八戸前沖銀サバトロづけ丼」。

トロに負けないおいしさ 全国の食通が認める味

八戸前沖さば

八戸沖では、秋になると急激に海水温が下がり、冷たい海でたっぷりと脂肪を蓄えた大型のサバが漁獲される。その身は肉厚ジューシーで、市場や飲食関係者から「日本一脂ののったサバ」と評されることも。

サバ料理専門店「サバの駅」では、サバの旨みがストレートに伝わる串焼きやしめサバ、サバだしのせんべい汁など多彩なサバ料理を味わうことができる。



八戸前沖さばの旨味を体現する「さばの串焼き」。

サバの駅
- 八戸市大字六日町12　大松ビル1F
- TEL 0178-24-3839
- 営業時間／17:00～24:00(23:30L.O.)
- 定休日／日曜、年末年始（連休の場合は月曜休み）



イカの水揚げ日本一！ その食べ方は多彩

イカ

イカの水揚げ日本一を誇る八戸。年間を通じて水揚げされるが、夏から冬にかけての近海イカの時期になると、夕方に水揚げされたばかりのイカが「夕獲れイカ」としてその日のうちに飲食店で提供される。

横丁にある居酒屋「おかげさん」では、新鮮な夕獲れイカの刺身を、イカのワタを加えた醤油で味わう「PM イカ」が人気。そのほか、「イカゴロ鉄板焼き」や「せんべいピザ」も評判。八戸でさまざまなイカ料理をご賞味あれ。



「おかげさん」の人気メニュー「イカゴロ鉄板焼き」。身を食べ終わった後にご飯を入れて混ぜ合わせた特製リゾットは至福の味。

おかげさん ●八戸市大字鷹匠小路 1 ●TEL 0178-45-0415 ●営業時間／ 17:30 ～ 23:00 ●定休日／日曜、月曜が祝日の場合も休み



「らぷらざ亭」の「八戸せんべい汁」は、鳥と魚の塩だし汁。キンキンと桜姫鶏のおいしさを引き立てる。お酒を飲んだ後の〆に最高。

南部せんべいを煮込む？
もちもちの食感がクセになる

八戸せんべい汁

ご当地グルメブームの火付け役にもなった、八戸地方を代表する郷土料理。鶏だしなどの鍋汁の中に、専用の南部せんべい（おつゆせんべい）を割り入れ煮込んだもの。食べごろは、パスタでいうアルデンテ!?

着町のらぷらざ亭
- 八戸市大字六日町13
- TEL 0178-72-5587
- 営業時間／17:00～24:00
- 定休日／無休

豪快な浜料理
磯の恵みを吸い物に

いちご煮

もとは漁師たちの豪快な浜料理。夏の味覚であるウニとアワビを煮込んだ贅沢な潮汁だ。その名の由来は、椀に盛りつけたとき、乳白色の汁の中にあるウニが「朝もやの中に霞む野いちご」のように見えるからだとか。

南部民芸料理 蔵
- 八戸市大字十三日町28 花眞ビル1F
- TEL 0178-22-1027
- 営業時間／17:00～23:00
- 定休日／不定





磯の香りがそのまま伝わってくる「いちご煮」。青じそが潮汁のアクセントとなっている。

八戸の海の魅力を凝縮
新たな冬の風物詩

八戸ブイヤベース

毎年２月～３月、八戸港に水揚げされた魚介を４種類以上使った「八戸ブイヤベース」が八戸市内のホテル・レストランで提供される「八戸ブイヤベースフェスタ」。八戸の海の恵みと、各店が創意工夫を凝らした〆の一皿をご賞味あれ。

八戸ブイヤベースフェスタ公式ウェブサイト
http://www.hhrp.jp/hbb/



八戸流は二度おいしい！ 魚介類を味わった後は、スープを活かした各店オリジナルの〆の一皿を楽しめる。

八食（はっしょく）センターで八戸の食をはしごご

色とりどりの食材が並ぶ食のテーマパーク。
八戸の食を楽しむなら「八食センター」ははずせない。



1


2


3



ランチは、
人気の「海鮮丼」を

八食センター

八戸市大字河原木字神才22-2
TEL 0178-28-9311
営業時間／市場棟9:00～18:00、味横丁9:00～18:00
厨スタジアム9:00～21:00
定休日／水曜 ※繁忙期・祝日は臨時営業

七厘村

TEL 0178-29-4451
営業時間／9:00～18:00※最終受付17:00
定休日／水曜

八戸駅からの「八食100円バス」、
中心街からの「八食200円以下バス」が便利

何でもそろう市場で八戸を味わい尽くす

八戸の食を楽しむなら、立ち寄りたいのが「八食センター」。「なんでも揃うでっかい市場」のキャッチフレーズ通り、八戸港のみならず全国から集まった新鮮な魚介はもちろん、地物の野菜や八戸地方のブランド牛・倉石牛、東北各地の銘酒に南部せんべいを始めとするおみやげなど、文字通り何でもそろう、八戸の「食のテーマパーク」だ。

全長170メートルのビッグストリートに軒を並べる約60店舗を見てまわるだけでも楽しい。個性的な店主たちとのやりとりも醍醐味だ。

新鮮食材をその場で焼いて食べる喜び

八食センターの本領は、何といっても食材の豊富さと活きのよさにある。

その食材をダイレクトに味わうことができるのが「七厘村」である。ここでは、市場内で買った魚介や肉を炭火で焼いて食べられるのが魅力で、八食センターを訪れる観光客の定番スポットとなっている。食材を用意すれば、手ぶらでもOK。

七厘の上に貝、魚、肉、野菜と食材をのせていき、貝から磯の香りが立ってきたら、醤油を数滴。香ばしい匂いが食欲をそそる。熱いところをハフハフしながら味わうと、口の中に旨みがジワッと広がってくる。自分で焼いて楽しい、食べておいしい、八戸の食のテーマパークを心ゆくまで楽しんでほしい。

1. 店で買った魚介を「七厘村で焼いて食べる」と伝えると、食べやすいように捌いてくれる。2. 巨大なタコなどめずらしい魚介も。3. 季節の新鮮な魚介がそろう。宅配便で自宅へ送ることも可能。4. 惣菜店もあり、夕食のおかずとして買っていく人も多い。5. おみやげに、八戸せんべい汁Tシャツ「せT」はいかが。6. 1杯ずつドリップで淹れてくれるコーヒー店。7. 八戸の地酒をはじめ、東北の銘酒を幅広くセレクト。8. 各メーカーの南部せんべいが勢ぞろい。種類の多さに驚き。9. パッケージはイカの姿をした民芸菓子処しんぼりの活活いかせんべい。10. 炭火焼きを楽しめる「七厘村」。予約をしてから、食材を買いに行こう。11、12. 市場ならではの食材を買ってすぐに焼いて味わう、ライブ感を楽しめる。



10


12


11




4


7


5


8


6


9



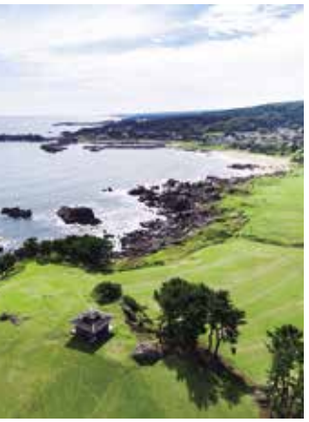
「八食カレー」

「八食」センターにちなんだ「八色」のカレー。8色の正体はリンゴ、ニンジン、トウモロコシ、カシス&アピオス、ホウレンソウ、トマト、ニンニク、ゴボウ。青森県産の食材をふんだんに使用したインパクトのあるカレー。

rakra×八戸
contents

八戸満喫旅







02 八戸の1日 ■朝市 ■種差海岸 ■横丁

05 特集 1
食のパラダイス
八戸美味探訪
八戸の美味／八食センターで八戸の食をはしご／八戸酒蔵めぐり

12 特集 2
八戸×旅人類 吉田類責任編集［大人の旅情報誌］
横丁編

16 八戸のディープな夜を満喫
八戸横丁ガイド

18 早起きして出かけたい
館鼻岸壁朝市／平日の朝は、陸奥湊駅前朝市で

22 市街地から30分の楽園
種差海岸散策／種差海岸グルメ

28 八戸観光のターミナル
はちのへ中心街まち歩き

32 八戸の歴史と出会う
国宝巡礼の旅

34 北国の厳しい風土と人々の祈り
祭りを楽しむ「八戸三社大祭」「八戸えんぶり」

40 四季を感じるスローライフ
南郷で里山を満喫

42 八戸旅がより思い出深くなる
自分へあの人への八戸みやげ

44 宿泊施設のご案内　46 八戸市全域マップ　47 八戸市へのアクセス

掲載店舗の情報は、2021年2月28日現在のものです。
営業時間や金額などが変更になる場合があります。
新型コロナウイルス感染症の影響により、内容に一部変更がある場合がございます。ご了承ください。
ご来訪の際には、マスクの着用、手指消毒など、感染症対策へのご協力をお願いいたします。

食のパラダイス
八戸美味探訪

八戸酒蔵めぐり

美味をさらに引き立てる、八戸のうまい酒。
藩政時代創業のふたつの老舗酒蔵が、
現在でも品質の高い酒をつくり続けている。



若き蔵人が醸す酒

八戸酒造

創業は安永4年(1775)。大正年間に建設された蔵や主屋など6つの建造物が文化庁登録有形文化財に指定されている。代表名柄は「陸奥男山」「陸奥八仙」。



- 八戸市大字湊町字本町9
- TEL 0178-33-1171
- 蔵見学について
- ■見学時間／10:00～16:00
（最終受付15:00要事前予約）
- 定休日／土・日曜
（冬期は土曜も営業）
- ■料金／無料(試飲は500円)

八戸酒類八鶴工場

創業は天明6年(1786)。南部杜氏による伝統技法を受け継ぎつつも、新たな酒造りにも挑戦している。代表名柄は「八鶴」。

- 八戸市八日町1 ●TEL 0178-43-0010
- 営業時間／8:00～17:00
- 定休日／土・日曜、祝日
- 蔵見学について
- ■見学時間／9:00～16:00
（完全予約制・30～40分 ※作業・概況の都合上、見学不可の場合もあり）
- ■料金／無料



五感で醸すうまし酒



南部の誇るうまし酒 若手が醸す次代の酒

南部杜氏と名水の存在によって酒造りが盛んな八戸では、現在でもふたつの老舗酒蔵がうまい酒をつくり続けている。

ひとつは、中心街にある「八戸酒類八鶴工場」。代表銘柄は、八戸地方を長く治めた南部氏の家紋「向かい鶴」と、八戸の「八」から命名された「八鶴」。日本画家・横山大観の筆によるラベルに恥じない、高い技術力と品質が評価されている。

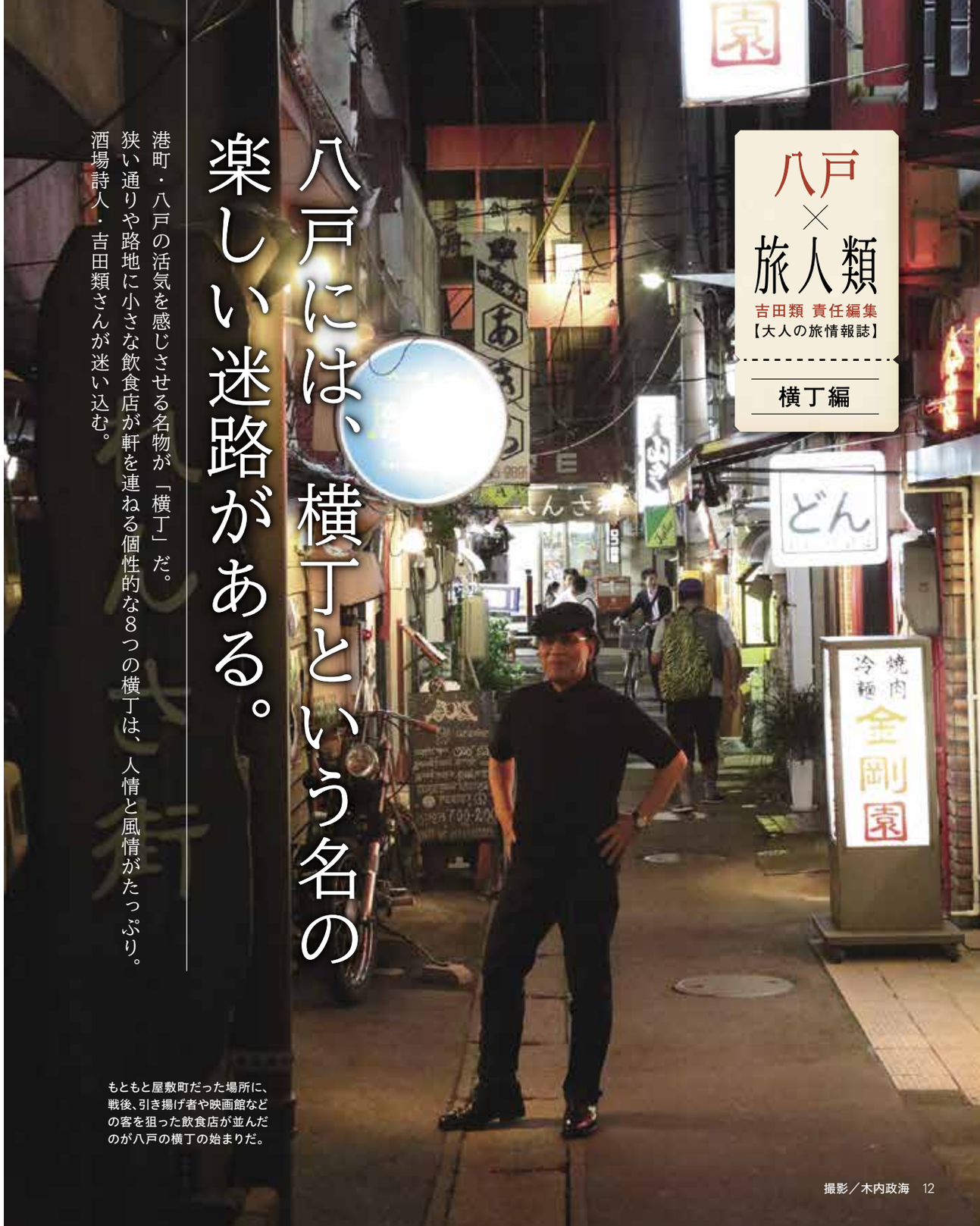
もうひとつは、大正時代建設の重厚な蔵を持つ湊町の「八戸酒造」。漁師の晩酌酒「陸奥男山」や、華やかな香りが女性にも人気の「陸奥八仙」を若い蔵人が醸し、近年ファンを増やしている。

ふたつの酒蔵は見学可能（予約制）。蔵の中に広がる酒の香りが、八戸の酒づくりの歴史を感じさせてくれる。



八戸には、横丁という名の楽しい迷路がある。

港町・八戸の活気を感じさせる名物が「横丁」だ。狭い通りや路地に小さな飲食店が軒を連ねる個性的な8つの横丁は、人情と風情がたっぷり。酒場詩人・吉田類さんが迷い込む。



もともと屋敷町だった場所に、戦後、引き揚げ者や映画館などの客を狙った飲食店が並んだのが八戸の横丁の始まりだ。

撮影／木内政海　12



手前が看板料理の「がっぱり焼き」。味噌ホルモンの香りが食欲を刺激する。

食べ慣れた物同士の組み合わせがこれほどうまいとは。

「ハーモニカ横町」は、八戸の中でも特に歴史が古い横丁の1つで、発祥は昭和20年代。小さな店舗がハーモニカのリードのように並んでいたことが名前の由来だ。

その中にある『DA介（だすけ）』は市川亮一さん、雪子さん夫妻が切り盛りする、6人も入ればいっぱいになりそうな小さな店。まずは看板にある「がっぱり焼き」を注文する。カウンターにはガスコンロと鉄製の鍋がセットされ、そこに味噌ホルモンやキャベツなどを〝がっぱり〟（たくさん）盛って焼き始めた。これは豪快。程よくしんなりとしたキャベツの食感が絶妙だ。

これも食べてみて、と出されたのは、南部せんべいを皿代わりにして水煮缶のサバをのせた「サバせんべい皿」。「八戸の人は南部せんべいの凹面に何でものせて食べるんですよ」と亮一さん。「初めて食べました。食べ慣れた物同士のこの組み合わせがこれほどうまいとは新発見です」と、類さんもすっかり気に入ってしまった。



南部せんべいに水煮缶のサバをのせる。これほど簡単で酒が進む肴があるだろうか。



味噌ホルモン、キャベツ、キムチ、豆腐などが鉄鍋の上に山盛り。香りが食欲を刺激する。

DA介（だすけ）

戸を開けると看板やポスターなどが隙間なく雑然と飾られた不思議な空間。店名は「〜だから」という意味の南部弁「〜だすけ」が由来。

青森県八戸市岩泉町11-2
ハーモニカ横町
TEL.0178-73-1314
18:30〜24:00　日曜休
JR「本八戸」駅より徒歩12分



店を立ち上げてから、長横町れんさ街にたどり着くまでの苦労話に耳を傾ける。

目の前で揚げる串揚げは、地酒との相性抜群。

長横町は南北約300mの商店街。江戸時代からある古い町名で、東北有数の歓楽街としても知られる。その表通りから横枝のように延びるのが「長横町れんさ街」だ。昭和20年代、映画館の脇の路地に鎖をつなぐように飲食店が並んだことから「れんさ街」と呼ばれた。

その中で、たたずまいに引かれて類さんが訪れたのは『串わ』。みろく横丁で創業し、歴史あるれんさ街に移転する夢を実現した一軒である。店長の長根弘和さんが目の前で揚げる串揚げが名物だ。「これはぜひ塩で食べてください。こちらはソースで」と、一つ一つの最高の食べ方を教えてくれた。

串わ

ヘルシーな油で揚げた串揚げが名物の店。さまざまな食材が、カウンターの目の前で次々と揚げられていくのを見るのも楽しい。

青森県八戸市長横町18 れんさ街15
TEL.090-4507-2166
17:00～24:00　月曜休
JR「本八戸」駅より徒歩12分


サバは串揚げにしてもうまい。


岩手県から八戸に遊びに来たという女性たちが来店。お互いの旅のエピソードを語り合った。

質の良い脂をたっぷり蓄えたサバの役者ぶりに、脱帽。

八戸市内には、何日町といった日付のような町名が多い。これは江戸時代に周辺の農産物や海産物を路上で商う市が開かれた日を表しているという説がある。中心街に位置する「三日町」と「六日町」をまたいでつくられた屋台村は、三と六から「みろく横丁」と名付けられた。

その入口に隣接するビルの1階にある『サバの駅』。店名からも分かるように、八戸前沖で獲れたサバ料理の専門店だ。

「八戸のサバはなぜおいしいんですか?」と尋ねる類さんに、「この辺りの海は餌が豊富で、秋になると海水温が急激に下がります。そのおかげで、質の良い脂をたっぷり蓄えたサバが獲れるんです」と調理長の田中和男さん。味噌煮や〆サバといった定番から、まるで生ハムのような食感の味噌〆や棒寿司の天ぷらなどの創作料理まで、身や脂のうまさを極限まで引き出す工夫が満載。サバの役者ぶりに脱帽する類さんだった。


銀サバを炭火で焼き上げた串焼きや珍しい味噌〆など、専門店ならではのサバ料理。

「八戸の海が育んだ美味ですね。もう3軒目だけれど、お酒がますますおいしい」と絶好調。



サバの駅

「八戸前沖さば」を使った料理の専門店。ここでしか味わえないさまざまな調理の工夫が、サバのうまさを最大限に引き出す。

青森県八戸市六日町12 大松ビル1F
TEL.0178-24-3839
17:00～24:00 (L.O.23:20)
日曜休、年末年始
JR「本八戸」駅より徒歩12分



大人の旅情報誌
「旅人類」vol.3の
記事を再編集しました。

八戸のディープな夜を満喫
八戸横丁ガイド

狭い路地に店が立ち並び、映画のセットのような昭和の風情を醸し出す八戸の横丁。じっくりと腰を据えるもよし、店自慢の料理と1杯の酒を楽しんだら、次の店へとはしごしていくのもよし。楽しみ方はあなたしだい。



八戸最古の横丁



たぬき小路

昭和20年代前半に誕生した横丁。北海道随一の歓楽街・札幌「狸小路」のようなにぎわいになるようにと願って名付けられたとか。昔ながらの店が多く、地元の人の憩いの場となっている。

個性的な店がそろう



長横町れんさ街

長横町に面してU字型になっている横丁。映画館(現在は閉館)脇の横丁に鎖をつなぐように飲食店が並んだことから「れんさ街」と呼ばれるように。老舗バーや寿司店、焼肉店など、個性的な店がそろう。



人が多く、明るい通り



ロー丁れんさ街

藩政時代に一時牢屋が置かれたため「ロー丁(ちょう)」という地名が残る横丁。長横町れんさ街とつながる位置にあったことから「ロー丁れんさ街」呼ばれるようになった。開放的で親しみやすい店が多い。

横町らしい懐かしさ



ハーモニカ横町

ハーモニカのリードのように店舗が並んでいたことから名付けられた。小料理や居酒屋に混じって、エスニック料理店なども並ぶため、横丁らしい懐かしさとともに多国籍ムードも感じられる。

昭和のぬくもり



八戸昭和通り

平成14年(2002)、愛称のなかった長横町の飲食街に「昭和のぬくもりが感じられるように」との想いを込めて命名されて誕生。通りが広くおおらかな雰囲気の横丁に、個性的な店が立ち並ぶ。

大人のムード漂う通り



五番街

昭和30年代から続く横丁。大ヒットしたアメリカ映画「五番街の出来事」にちなんで名付けられた。昼でも薄暗く、横丁らしい大人のムードが漂っている。隠れ家的な店が多い。

みろくと交差する横丁



花小路

みろく横丁と東西に交差する横丁。花の咲き誇る路地となることを願い「花小路」と名付けられた。昼は野菜や惣菜などを販売する「花横市場」が開催される。みろく横丁とダブルで楽しみたい。

横丁ビギナーも安心!



八戸屋台村みろく横丁

観光客やビジネス客でも入りやすい、オープンな雰囲気の横丁。三日町と六日町の間にあるので「みろく」。26の固定屋台がひしめき、地元客と肩を寄せ合いながらわいわい飲めるのが魅力だ。

早起きして出かけたい

館鼻岸壁朝市

朝市から始まる八戸の朝。
毎週日曜日の巨大朝市「館鼻岸壁朝市」は、
夜明け前から人びとの活気がみなぎっている。
日本で一番〝ホット〟な朝市に、早起きして出かけよう。



日曜の朝に出現する カオスな朝市

日曜の夜明け前、広大な港の岸壁に明かりがともる。日が昇るにつれて客が増えていき、午前6時には歩くのが困難なほどの人の波になる。そして、そのにぎわいが嘘だったかのように、午前9時にはふだんの岸壁に戻っていく。八戸港の館鼻岸壁に日曜の朝にだけ出現する「館鼻岸壁朝市」は、約800メートルにわたって300以上の店が立ち並び、毎週数万人が足を運ぶ日本最大級の朝市だ。朝市の盛んな八戸市内において、2004年から始まったこの新しい朝市は、2011年の東日本大震災による津波で岸壁が被災しながらもたくましく復活し、今なおにぎわいが増し続けている。

新鮮な魚介、野菜、山菜、果物など朝市らしい売り物はもちろん、焼きたてのパン、鍋物、ラーメンなどの食事系、魚の炭火焼、揚げ物をはじめとするバラエティ豊かな惣菜、専門店のコーヒー、さらには刃物やミシンなどの朝市らしからぬ品物を扱う店も。押し寄せる買い物客に紛れて朝市ほぼ公認キャラクター「イカドン」が練り歩き、雰囲気はまさに〝カオス〟。訪れる人びとも、買い物にいそしんだり、朝食をとったり、知人と談笑したりと、朝の特別な時間を思い思いに過ごしている。

人気店も多く、目移りしていると売り切れてしまうことも。さまざまな売り物を吟味しながら、日本でいちばん盛り上がっている八戸の朝を楽しみたい。





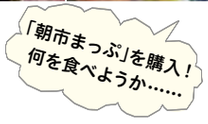












館鼻岸壁朝市（湊日曜朝市会）

- 八戸市新湊館鼻岸壁　● TEL 080-5734-3251
- 開催日／3月中旬～12月の毎週日曜
  ※5月上旬うみねこマラソン開催日は休み
- 開催時間／日の出～9時頃

平日の朝は、陸奥湊駅前朝市で


陸奥湊の朝は早い。


駅前のイサバのカッチャ（魚売りのお母さん）像。


魚菜市場を中心ににぎわう駅前通り。


焼きウニは夏の贅沢。

陸奥湊駅前朝市

- 八戸市大字湊町久保 陸奥湊駅前
- TEL 0178-33-6151（八戸市営魚菜小売市場）
- 営業時間／3:00～12:00
- 定休日／日曜・年始

※駐車場は陸奥湊駅前通りの有料駐車場を利用。

陸奥湊駅前朝市で「朝めし」

市場価格の魚介でオリジナル定食

戦後から八戸の台所として親しまれ、市民や市場関係者などでにぎわう「陸奥湊駅前朝市」。その中心施設「八戸市営魚菜小売市場」では、市場の雰囲気の中で食べる「朝めし」が人気。ウニや筋子、イカ、ヒラメ、マグロなど、ずらりと並ぶ新鮮な魚介や惣菜のなかから好きなものを選び、カウンターでご飯や味噌汁を購入して自分だけのオリジナル定食に。





八戸市営魚菜小売市場

- 八戸市大字湊町字久保38-1
- TEL 0178-33-6151
- 営業時間／3:00～昼頃（朝食5:00～10:00）
  ※各店舗により異なる
- 休場日／日曜、第2土曜、1月1日・2日
  令和3年度、工事の為一時閉鎖、工事期間中は仮店舗へ移転し営業予定

陸奥湊名物

みなと食堂の「平目漬け丼」

繊細な甘みを贅沢に

丼に敷き詰められたヒラメの切り身、その上の黄身とワサビがのった見た目も美しい丼。ヒラメに黄身を絡めて食べると、トロッとした優しい味。口中に繊細な甘みが広がる。

- 八戸市大字湊町字久保45-1
- TEL 0178-35-2295
- 営業時間／6:00～15:00（14:30 L.O.）
- 定休日／日曜


「平目漬け丼」

ヒラメと卵黄とごはんを混ぜて、豪快に食べよう！

港町の居酒屋で晩酌

がんこおやじ

夕獲れイカと地酒で乾杯！

夏から冬にかけ、夕方に水揚げされたイカをその日のうちに食べられる「夕獲れイカ」は、港町・八戸ならではの味覚。新鮮な魚介や焼き鳥とともに味わいたいのが地元の酒蔵の地酒「陸奥八仙」。限定酒が並ぶこともあるので、要チェック！

- 八戸市大字湊町本町1-1
- TEL 0178-33-3538
- 営業時間／17:00～25:00　● 定休日／月曜





夕獲れイカを肴に地酒「八仙」を堪能

日曜朝市循環バス「いさば号」

中心街と館鼻岸壁朝市を循環するバスで、八戸の朝を便利に楽しもう。



運行日　4月～12月中旬の毎週日曜
「うみねこマラソン」開催日は運休

運行経路

十三日町（中心街） → 柳町 湊山手通り朝市 → 館鼻漁港前 館鼻岸壁朝市 → 六日町（中心街）

運賃　大人100円、子ども50円

問合わせ／八戸市交通部運輸管理課 TEL 0178-25-5141


八戸をぐれっと（全部）見渡せるぐれっとタワーみなと


朝焼けと漁船の風景は撮影スポットとして人気


駅前の顔出し看板 あなたもカッチャに！


八戸港を遊覧する屋形船。海側から見る八戸港と工場夜景は必見！


「陸奥八仙」「陸奥男山」が有名な老舗酒蔵「八戸酒造」


八戸名物 早朝営業の銭湯


館鼻岸壁朝市を闊歩する朝市ほぼ公認ゆるキャラ「イカドン」

日本最大級の朝市

館鼻岸壁朝市コレクション！

何でもあり!?
館鼻岸壁朝市で見つけた
あれこれ


ジャンボサイズの田楽。


幼虫の形のグミも人気。


魚網を活用した垢すり網。


テントの隣でライブ演奏！


伝統野菜・糠塚きゅうりも並ぶ。


焼きたてホカホカのチヂミ。

市街地から30分の楽園

種差海岸散策

市街地からほど近い場所に、多彩な景観が広がる「種差海岸」。
空を覆いつくすウミネコの群れ、緑色の絨毯のような海沿いの芝生、
可憐な海浜植物・高山植物の数々がおもてなし。
変化に富んだ風光明媚な海岸を五感で満喫しよう。



葦毛崎展望台

西洋の古城のようなファンタジックな趣のある展望台で、太平洋を一望できる。種差天然芝生地まで続く遊歩道の起点でもあり、特に隣接する中須賀までの一帯は花の見どころとしても知られる。

人と自然が織りなす唯一無二の絶景

青森県八戸市から宮城県石巻市までの3県にまたがる三陸復興国立公園の北端「種差海岸」。

種差海岸には650種を超える植物が自生し、初夏から秋にかけて花々が咲き誇る「花の渚」とも呼ばれる。夏に吹く冷たく湿った海風「ヤマセ」や冬の厳しい気候、岩礁・砂浜・芝生地などの複雑な地形が、種差海岸の独特な植生を育んできた。その素晴らしさは、鳥瞰図絵師・吉田初三郎や日本画家・東山魁夷などの文人墨客に愛され、種差にまつわる多くの作品が残されている。

ウミネコの繁殖地・蕪島や、眺望と花々が美しい葦毛崎展望台、海沿いの天然芝生地など、全長約12キロの海岸線に唯一無二の見どころが散りばめられている。自然歩道「みちのく潮風トレイル」に沿っての散策、遊覧バスなどと組み合わせて巡るのもおすすめだ。



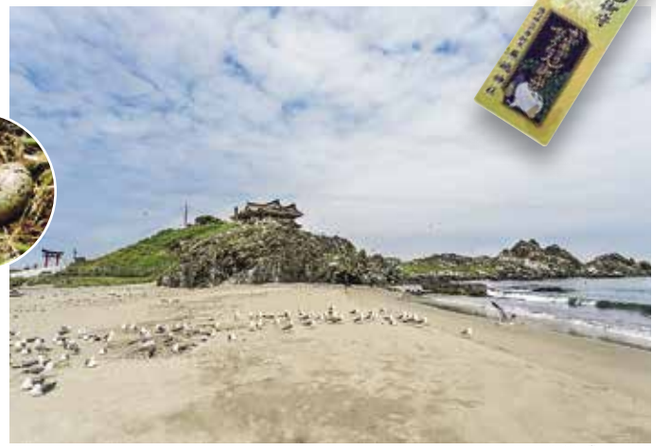


5月になるとウミネコの産卵が始まり、6月にはヒナが誕生。ヒナは50日程度で親鳥と同じ大きさになり、8月には島を飛び立っていく。



八戸港の美しい目印 鮫角灯台

1938年に建造された灯台。眼下に広がる太平洋を全身で感じられる、種差海岸屈指のビュースポット。日本の灯台50選のひとつであり、毎年一般開放も行われている。



「かぶあがりひょうたん御守」が人気



ウミネコが舞うパワースポット 蕪島

3月から8月頃にかけ、ウミネコが繁殖のために飛来し、その様子を間近で観察できる国内唯一の場所。その数は3〜4万羽にのぼり、島がウミネコに覆い尽くされるほど。頂に鎮座する「蕪嶋神社」は、人望・資産の〝かぶあがり〟のご利益があるとして信仰を集めている。



ウミネコは蕪嶋神社の弁財天のお使い

種差海岸は、❶ハマヒルガオ、❷スカシユリ、❸ハマギクなどの海浜植物や、ニッコウキスゲ（写真下）などの高山植物の両方が自生する珍しい場所。

●種差海岸の開花時期／ハマヒルガオ5〜8月、スカシユリ・ニッコウキスゲ6〜8月、ハマギク9〜10月





花咲き乱れる美しい岩礁地帯 中須賀

葦毛崎展望台から遊歩道沿いに歩いて数分の岩礁地帯。初夏には遊歩道の海側に海浜植物が、陸側に高山植物が咲き誇り、花々の競演を楽しむことができる。「花の渚」種差海岸を代表するスポット。



貴重な「鳴砂」の浜 大須賀海岸

散歩できる砂浜としては北東北で最大規模の美しい砂浜。歩くとキュッキュッと音がする「鳴砂」は、不純物の少ないきれいな砂の証といわれ、全国的にも貴重なスポット。

海と芝生のコントラスト。稀有な風景を楽しむ

種差天然芝生地周辺



馬の背に乗って眺める
種差海岸の風景は格別！





波打ち際まで広がる緑の絨毯

種差天然芝生地

種差海岸を代表する景勝地で、険しい岩礁と海、そして天然の芝生の美しいコントラストは、まるでスコットランドの海岸のような異国情緒を感じさせる。自然のパワーを感じながら芝生の上でヨガを楽しむ「種差朝ヨガ」や、馬の放牧が行われていたかつての種差の姿を思い起こさせる「種差海岸乗馬体験」など、さまざまなアクティビティも実施。

ガイドと一緒に歩こう

Guide Natures Time
田向紘平さん



見晴らしのいい、花の海岸線

種差海岸には、海岸性の植物だけでなく、高山や里山などに咲く花の種類がとにかく多いです。そんな種差海岸の魅力をご案内します。新鮮な魚介と合わせて楽しんでください。

● **Guide Natures Time**（ガイド ネイチャーズ タイム）
TEL 0178-79-4903

種差海岸で活動するガイドの情報については、種差海岸インフォメーションセンターまで問い合わせください。 ● TEL 0178-51-8500





「白岩」など景勝スポットも。

歴史ある松並木

淀の松原

樹齢100年を超えるといわれる松林で、木々の間から望む海や岩場が美しい。

種差海岸グルメ

歩き疲れた…… 小腹もすいた……。
そんなときは、グルメスポットで休憩タイム。
種差ならではの食で満腹、満足！

Awabi Pasta



アワビたっぷり贅沢パスタ

素潜り漁師の店主が獲ってくる新鮮なアワビを使った贅沢な一品。これでもかと入ったコリコリのアワビに、焦がしバターの風味が効いている。5～8月限定メニューの「うにパスタ」もおすすめ。
※うにパスタ（5月15日～ 8月中・要問合せ）

ガーデンレストラン・フェザント
● 八戸市大字鮫町字小舟渡平3-4 ● TEL 0178-32-3557
● 営業時間／11:00～16:00(L015:00)※夜は予約のみ営業
● 定休日／金曜日
幼児、子供はランチ不可。



葦毛崎展望台のふもとにある売店「ホロンバイル」では絶景とスイーツをセットで楽しめる。

Soft Cream



断崖絶壁の行列スイーツ

誰が呼んだか、青森三大ソフトクリームのひとつといわれる「ホロンバイル」のソフトクリーム。おいしさの秘密は、コクのある生クリーム。葦毛崎展望台の絶景を眺めながら食べるソフトは格別。

ホロンバイル
● 八戸市大字鮫町字先祖ケ久保10-3
● TEL 0178-33-2222
● 営業時間／9:00～17:00頃(夏季は19:00まで)
● 定休日／1月1日

ミルクの香りが口の中に広がる「まきば（ワッフル）」。

Uni Don

あなたはうに丼派？ 生うに丼派？

三陸夏の味覚を代表するウニ。種差海岸には、鮮度にこだわったウニ料理を出す店が多い。八戸で「うに丼」といったら、たっぷりの蒸ウニを卵でとじたもの。これは、ウニのおいしさを1年中味わうために生まれた名物料理だ。旬の時期にはもちろん「生うに丼」を堪能したい。



松家は「うに丼（卵とじ）」発祥の店。刺身などがついている。

和風食事処 松家
● 八戸市大字鮫町字棚久保14交番前
● TEL 0178-38-2428
● 営業時間／夏季10:00～18:00、冬季10:00～17:00
● 定休日／不定休



波光食堂の「生うに丼」。「磯ラーメン」もおすすめ。

波光食堂
● 八戸市大字鮫町字棚久保 14
● TEL 0178-38-2433
● 営業時間／夏季11:00～18:00（18:00以降、予約のみ可）、冬季11:00～17:00（17:00以降、予約のみ可）
● 定休日／12月31日～1月3日

Iso Ramen

磯の香りを堪能

種差海岸に来たら一度は磯ラーメンを食べておきたい。海抜0メートルの絶景食堂「小舟渡」の「磯らーめん」は、煮干でスープをとった塩味。エビやホタテ、ウニなどがのり、魚介の旨みが詰まっている。

海席料理処 小舟渡
● 八戸市大字鮫町字小舟渡平10
● TEL 0178-33-3824
● 営業時間／11:00～15:00（LO14:30）
● 定休日／月曜（祝日の場合は翌日）



海を間近に見ながら味わう「磯らーめん」。

みちのく潮風トレイルで種差海岸を楽しむ

トレイルとは「歩くための道」のこと。八戸市の蕪島から福島県相馬市までの約１０００キロを結ぶ「みちのく潮風トレイル」に沿って、変化に富んだ種差海岸の絶景をかみしめながら、じっくり歩くのがおすすめだ。

もっと気軽に種差海岸を楽しむなら、種差海岸の主な見どころに停車する遊覧バス「うみねこ号」やＪＲ八戸線を組み合わせて巡ると、種差散策がぐっと便利に。

海のまち・八戸の魅力を楽しく学ぶ



八戸市水産科学館 マリエント

ウミネコやイカをはじめ、八戸の海に関わる知識をたっぷりと紹介。リニューアルした地球深部探査船「ちきゅう」の情報コーナーで、VR体験やクイズに挑戦しよう。

- 八戸市大字鮫町字下松苗場14-33
- TEL 0178-33-7800
- 営業時間／9:00～17:00（7月～8月は18:00まで）
- 定休日／無休（臨時休館あり）

種差海岸を感じる体験プログラムも実施



種差海岸 インフォメーションセンター

種差天然芝生地の目の前にある施設で、種差海岸と階上地域の成り立ちや植生、地形などを学ぶことができる。館内から大きな窓越しに天然芝生地を眺めてひと息入れよう。

- 八戸市大字鮫町字棚久保14-167
- TEL 0178-51-8500
- 営業時間／9:00～17:00（12月～3月は16:00まで）
- 定休日／12月29日～1月1日

芝生の目の前のカフェでひと休み

海カフェたねさし（種差海岸休憩所）

種差海岸インフォメーションセンターに隣接するカフェ。名物のサバを使ったメニューや種差にちなんだスイーツも魅力的。景色を眺めながらゆっくりと過ごすことができる。

- 八戸市大字鮫町字棚久保14-167
- TEL／0178-32-7175
- 営業時間／9:00～17:00（12月～3月は16:00まで）
- 定休日／12月29日～1月1日



「海カフェたねさし」の人気メニュー「サバサンド」。窓の外を眺めながら味わおう。

乗り物で楽しむ種差海岸

船　バス

種差海岸遊覧バス「うみねこ号」

JR鮫駅～JR種差海岸駅間を運行。種差海岸の主な見どころに停車するので、車内からも種差の絶景を楽しむことができる。

- 運行期間／4月1日～11月中旬は毎日、11月中旬～3月は土・日曜、祝日
- 料金／大人100円、子ども50円
- 問合せ／八戸市交通部運輸管理課（TEL 0178-25-5141）

観光遊覧船 はやぶさⅡ

蕪島近くの漁港から出航し、八戸港を40分かけて周遊。ウミネコとのふれあいも楽しめる。

- 運行期間／4月中旬～10月
- 料金／大人1,400円、子ども700円
- 問合せ／八戸通船（TEL 090-7332-9515[11:00～15:00]）



バーベキューが楽しめる蕪島プロムナード公園



蕪島物産販売施設 かぶーにゃ



ウミネコと楽しむ蕪島海氷浴場



青と緑の世界を見守る鮫角灯台



世界に1枚、オリジナルデザインの“ポケモンマンホール”



芦毛崎展望台から太平洋を一望



鳴砂で知られる大須賀海岸



中須賀で楽しむ海と高原の花々



海鳥のフンで白くなった白岩



緑と青のコラボ種差天然芝生地



“地球は丸い”高岩展望台を実感



津波で流出後に返還された奇跡の鳥居





東山魁夷「道」の標柱



東山魁夷の「道」のモチーフになった地

ウミネコ観察のスポット蕪島休憩所

八戸観光のターミナル

はちのへ中心街まち歩き

藩政時代から政治・経済の中心だった八戸市中心街。
現在でもビジネス街・ショッピングエリアとして、
日々、多くの人々が行き交っている。
「はっち」を起点に、まちの見どころを探しに行こう。



八戸観光の玄関口

八戸ポータルミュージアム はっち

八戸の「これまで」と「今」を知ることができる情報発信基地。ここで情報収集して八戸観光に出かけよう。ボランティアガイドによる館内案内もおすすめだ。

- 八戸市大字三日町11-1 ● TEL 0178-22-8228
- 営業時間／9:00～21:00
  （テナントの営業時間は店舗による）
- 休館日／第2火曜（祝日の場合はその翌日）、
  12月31日・1月1日
- 入館料／無料

❶1階「はっちひろば」にある、法霊神楽をモチーフにしたからくり時計。正時には8体の獅子頭が歯を打ち鳴らす。

❷館内には地元作家によるさまざまな作品を展示。豊作を祈願する冬の郷土芸能「八戸えんぶり」をモチーフにしたものも。

❸街なかの庭をイメージした「八戸まちなか広場マチニワ」。広々としたフリースペースは、ちょっと休憩するのに便利。

❹ガラスの屋根から光がふりそそぐシンボルオブジェ「水の樹」。1時間ごとに水が奏でる音色で時刻を教えてくれる。







八戸観光の起点 街なかがおもしろい！

商業施設やホテルが立ち並び、横丁などの飲食店も充実している八戸市中心街。散策を楽しむなら、まずは八戸ポータルミュージアム「はっち」に立ち寄ろう。各階では歴史や文化、産業など八戸の魅力を学ぶことができ、道路向かいの「八戸まちなか広場マチニワ」では、市民の交流の場として、多彩なイベントを開催。いわば、八戸のさまざまな魅力を〝つまみ食い〟ができる場所だ。

周辺には、「本のまち八戸」ならではのスポットや、藩政時代からの歴史を伝える文化財も。素通りするのはもったいない。

「本のまち八戸」の拠点



県産材でできた「本の塔」。内側にある書棚には、「(人生について)どう生きるか」をテーマにした本が並べられている。

八戸ブックセンター

八戸市が運営する全国的にも珍しい書店。ゆったりとした雰囲気の館内にはテーマごとに幅広いジャンルの本が並んでおり、ドリンク片手にさまざまな本と出会うことができる。

- 八戸市大字六日町16-2
  Garden Terrace1階
- TEL　0178-20-8368
- 営業時間／10:00～20:00
- 定休日／火曜
  （祝日の場合はその次の平日）、年末年始



並んでいる本はすべて自由に手に取って読むことができ、気に入ったものは、もちろん購入することも可能。

伝統に新しい風



郷土玩具の八幡馬、南部裂織の小物、地元の窯元・八戸焼など、八戸・青森を中心とした職人やクリエイターのさまざまな作品が並ぶ。

カネイリミュージアムショップ

「はっち」の1階にあり、北東北の伝統工芸品やデザイン雑貨、青森県産の食品や飲料を取り扱うショップ。八戸ゆかりのデザイナーとコラボした「八幡馬」や「南部裂織」などのオリジナル商品も人気だ。

- 八戸市大字三日町11-1
  八戸ポータルミュージアムはっち1階
- TEL 0178-20-9661
- 営業時間／10:00～19:00
- 定休日／はっちの休館日に準ずる



「えんぶり」や「合掌土偶」などをモチーフにしたオリジナルの手ぬぐいは、おみやげとしても人気。

新聞×カフェ×和食



各地の新聞や雑誌を読みながら、喫茶や食事が楽しめる。



八戸前沖さばの唐揚を挟んだ「サバーガー」。

俵屋&しんぶんカフェ

全国の地方紙15紙をそろえるカフェコーナーに、八戸前沖さば料理が魅力の寿司・和食店「俵屋」を併設するユニークな店。時間やシーンに応じてさまざまな使い方ができる。

- 八戸市城下1-3-18 ● TEL 0178-51-6767
- 営業時間／ランチ11:00～15:00(LO14:30)、
  ディナー17:00～21:00(LO20:30)
- 定休日／月曜（祝日の場合はその翌日）

※営業時間が変更になる場合あり。

観光モデルコースを紹介

VISITはちのへホームページでは、八戸観光を楽しめるモデルコースを多数掲載。



(一財)VISITはちのへ

- TEL 0178-70-1110
- 問合せ時間／8:30～17:15
  （土・日曜、祝日休み）

地元の人に愛される「まちの味」

鯛焼きとおでんの店

⑮あんどう鯛焼き店



飾らない素朴なおいしさが、気軽なおやつとして親しまれている。店内には数席ながらイートインスペースも。

● 八戸市大字八日町3 ● TEL 0178-22-3080
● 営業時間／10:30～17:00 ● 定休日／土・日曜、祝日

青果店直営のパーラー

⑯フルーツパーラーおだわら



老舗青果店直営とあって、フルーツたっぷりのパフェやケーキ、フルーツランチが人気。なかでも旬の果物を使った「シーズンパフェ」は見逃せない。

● 八戸市内丸3-4-3 ● TEL 0178-24-5873
● 営業時間／月～土曜9:30～19:30(パフェLO17:00)、日曜・祝日9:30～19:00(パフェLO17:00) ● 定休日／無休

懐かしの八戸らーめん

⑰味のめん匠



煮干しと鶏ガラのあっさりしょうゆ味のスープに、自家製のちぢれ麺が特徴の「八戸らーめん」が人気の店。みろく横丁に店を構えており、〆ラーメンとしてもおすすめだ。

● 八戸市大字六日町10-1 みろく横丁内 ● TEL 080-6011-8866
● 営業時間／11:00～14:30、18:00～深1:00 ● 定休日／月曜



八戸の歴史と出会う

国宝巡礼の旅

掌を合わせた祈りの土偶と、技巧の粋を極めた鎧兜。
八戸は、青森が誇る3つの国宝すべてに出会うことができる場所。
国宝から始まる歴史のロマンを巡る旅はいかが。

国宝を訪ねて歴史ロマンにふれる

青森県が誇る3つの国宝。実は、そのすべてを八戸市内で見ることができる。

掌を合わせたような独特なポーズが印象的な「合掌土偶」。繁栄した縄文時代の八戸において、祈りの姿勢や女性の出産の様子のようにも見えるこの土偶は、どのような思いを込めてつくられたのだろうか。

また、豪華な装飾と色鮮やかな糸が目を引く鎧は、八戸の礎を築いた根城南部氏が総鎮守である櫛引八幡宮に納めたもの。菊一文字の鎧として有名な「赤糸威鎧」と、南北朝時代を代表する「白糸威褄取鎧」。当時の技巧の粋を集めた二領の鎧兜からは、南部氏の隆盛と気品が感じられる。

3つの国宝を〝巡礼〟して、八戸の歴史を彩る縄文と南部のロマンを体感してほしい。

縄文人は何を祈っているのか

国宝
「合掌土偶」



約3500年前、縄文時代後期の土偶。膝を立て、手を合わせた姿は、子孫繁栄などさまざまな願いへの祈りを感じさせる。ほかの土偶には見られない姿であること、良い状態で発見されたこと、当時の風俗を考える上で価値が高いことから、2009年に国宝に指定された。

■所蔵／是川縄文館



櫛引八幡宮の参道入口にある老舗「萬榮堂」の「国宝合掌土偶人形焼」。「是川縄文館」ミュージアムショップでも購入できる。

■萬榮堂
八戸市大字八幡字五日町2-9
TEL 0178-27-3017
営業時間 8:30～19:00
定休日 火曜



国宝
「白糸威褄取鎧（兜・大袖付）」

南北朝時代の代表的な鎧とされ、白糸を地糸に、紫や黄などの糸で模様が施されている。根城南部氏・南部信光が後村上天皇から拝領したものと伝えられている。

■所蔵／櫛引八幡宮

写真提供：
八戸市埋蔵文化財センター是川縄文館

八戸駅から始まる歴史散歩



ふたつの国宝を所蔵



南部一之宮 櫛引八幡宮

鎌倉時代より南部氏（青森県南部・岩手県北部）の総鎮守として信仰を集めてきた八幡宮。国宝「赤糸威鎧」「白糸威褄取鎧」を所蔵。江戸時代前期に建立された本殿には、メドツ（河童）の伝説を伝えるみごとな彫刻が施されている。

● 八戸市大字八幡字八幡丁3 ● TEL 0178-27-3053
● 拝観時間／国宝館9:00～17:00 ● 休館日／無休
● 入館料／国宝館：大人400円、中・高校生300円、小学生200円、幼児無料

国宝
「赤糸威鎧（兜・大袖付）」

鎌倉時代末期の典型的な鎧とされ、装飾の豪華さにおいて日本を代表する甲冑のひとつといわれている。大袖と兜に菊一文字の装飾があり、「菊一文字の鎧」としても有名。

■所蔵／櫛引八幡宮



櫛引八幡宮限定のお守り。国宝に指定されている鎧を刺繍したもので、右が「勝守」、左が「運気上昇守」。毎日身につけて、運気アップ！



縄文を学び、体験する



是川縄文館（八戸市埋蔵文化財センター）

是川遺跡に隣接し、市内で発掘された出土品を収蔵・展示。国宝「合掌土偶」をはじめ、縄文時代の優れた漆文化や工芸技術など、縄文の美を堪能できる。日曜は勾玉づくりなどの縄文体験コーナーも。

● 八戸市大字是川字横山1 ● TEL 0178-38-9511
● 開館時間／9:00～17:00(16:30最終入館)
● 休館日／月曜（祝日・振替休日の場合は開館）、祝日・振替休日の翌日（土・日曜、祝日の場合は開館）、年末年始（12月27日～1月4日）
● 入館料／一般250円　高校・大学生150円　小・中学生50円

日本100名城

史跡 根城の広場

南北朝時代に南朝方の武将・南部師行が築城し、八戸統治の拠点とした「根城」の安土桃山時代の姿を復原したもので、中世の平城の面影を伝える貴重な史跡。

● 八戸市大字根城字根城47 ● TEL 0178-41-1726
● 開場時間／9:00～17:00(入場は16:30まで)
● 休場日／月曜（第1月曜・祝日・振替休日の場合は開場）、祝日・振替休日の翌日（土・日曜、祝日の場合は開場）、年末年始（12月27日～1月4日）
● 入場料／一般250円、高校・大学生150円、小・中学生50円



写真提供：八戸市博物館

北国の厳しい風土と人々の祈り

祭りを楽しむ

八戸にはふたつの大きな祭りがある。
夏の「八戸三社大祭」と冬の「八戸えんぶり」。
短い夏を華麗な山車が彩る祭礼行事と、
厳しい冬に春の訪れを願う民俗芸能。
趣は異なれど、どちらにも神や自然への
畏(おそ)れと感謝が感じられる。

八戸三社大祭（はちのへさんしゃたいさい）

毎年7月31日から8月4日まで開催され、延べ100万人以上が訪れる八戸地方最大の祭り。古式ゆかしい神社行列と、豪華絢爛な山車の競演が見ものの、2016年12月、ユネスコ無形文化遺産「山・鉾・屋台行事」に登録された。

豪華絢爛 山車絵巻「八戸三社大祭」



祭礼行事の附祭が、独特な形で発達した八戸三社大祭の山車。山車には「回転」「引き出し」「せり上がり」などの仕掛けが施されており、姿を変えながら街を練り歩く。

壮麗な山車と神社行列が練り歩く

毎年7月になると、八戸の街には太鼓や笛の練習の音が響きわたり、山車小屋には深夜まで明かりがともる。ユネスコ無形文化遺産「山・鉾・屋台行事」のひとつに数えられる「八戸三社大祭」本番前の風物詩だ。

八戸三社大祭の見どころは、おがみ神社・長者山新羅神社・神明宮の三神社の神社行列と、27台の山車の合同運行。特に神話や歌舞伎を題材にした最大で幅8メートル、高さ10メートルにもなる山車は圧巻で、山車に施された仕掛けが動くたび、沿道から感嘆の声が上がる。また、歯打ちの音に心清められる法霊神楽や、虎舞のコミカルな演舞など、多彩な郷土芸能が神社行列に華を添える。

祭りが終わればもうすぐ秋。雅やかな囃子が熱狂の中にかすかな哀愁を漂わせ、八戸の短い夏はクライマックスを迎える。



加賀美流騎馬打毬

中日に長者山新羅神社に奉納される、全国でも三例が残るのみの貴重な行事。馬上で繰り広げられる、激しい毬の奪い合いが見どころ。

雅やかなお囃子が心に響く







頭をパクリ。縁起物の虎舞





❶❷❸❹山車行列

各山車組の行列には太鼓や笛、引き子など数十人が参加。子どもたちや女性の活躍も祭りを盛り上げる。

❺虎舞

三陸沿岸に多く伝わり、火伏せや航海安全にご利益がある虎舞。滑稽でアクロバティックな演舞にファンも多い。

❻神楽

神社行列には多数の神楽が参加。中でも、おがみ神社に伝わる「法霊神楽」の獅子頭「権現様」の一斉歯打ちに心が清められる。



八戸三社大祭のスケジュール

7月31日　前夜祭
18:00〜21:00
［八戸市庁前市民広場・中心街］

8月4日　後夜祭
18:00〜20:00
［八戸市庁前市民広場・中心街］

27台の山車の一斉展示は壮観。ライトアップされた山車が幻想的な雰囲気を醸し出し、昼とは異なる美しさを見せる。

8月1日　お通り
15:00〜［八戸市中心街］

8月3日　お還り
15:00〜［八戸市中心街］

多彩な郷土芸能が付き従う三神社の神社行列と、陽光にきらめく山車の合同運行。1日と3日は運行ルートが異なる。

8月2日　中日
18:00〜［八戸市中心街］

ライトアップされた山車の夜間運行。ライトを浴びながら動く山車の仕掛けが、夏の夜空を彩る。

加賀美流騎馬打毬　14:00〜16:00［長者山新羅神社］

※諸事情により変更となる場合がございます。
詳細はHPよりご覧ください。

凍てつく冬の大地を摺り、田の神を揺さぶり起こす「八戸えんぶり」



お庭えんぶり
昔は、商家や地主の土間や座敷で披露されることもあったえんぶり。その風情を再現したのが、明治から大正時代に建てられた邸宅「更上閣」で行われるお庭えんぶりである。

八戸地方に春を呼ぶ豊年祈願の郷土芸能

毎年2月17日から20日まで開催される冬の郷土芸能「八戸えんぶり」。「えんぶり」という名前は、田畑をならす農具「えぶり」に由来するといわれる。

えんぶりで目を引くのは、太夫と呼ばれる舞手が馬の頭をかたどった華やかな烏帽子を被り、頭を大きく振って舞う「摺り」。種まきから稲刈りまで稲作の一連の動作を表現したもので、独特な唄に合わせて舞うさまは神秘的な趣がある。摺りの合間に行われる、子どもたちのかわいらしい祝福芸も楽しい。

神事としての厳かな雰囲気を感じさせる「奉納摺り」、三十数組のえんぶり組が一斉に舞う迫力の「一斉摺り」、屋敷のだんな様気分で堪能できる「お庭えんぶり」など、期間中にはさまざまなえんぶり行事が行われ、市内はえんぶりムードに包まれる。



←ながえんぶり
ゆったりとした優雅な舞の「ながえんぶり」。太夫のリーダー・藤九郎の烏帽子には、真っ赤な牡丹の花や白いウツギの花が飾られている。

↑一斉摺り
奉納を終えた30数組のえんぶり組が中心街に集結し、一斉に行う舞。えんぶり行事の最大の見どころのひとつ。

どうさいえんぶり→
テンポが早く流麗な舞が特徴の「どうさいえんぶり」。どうさいえんぶりの太夫は、５色の房がついた烏帽子を被り、手にジャンギという金具のついた棒を持っている。

八戸えんぶり行事スケジュール

奉納摺り
2月17日 7:00～［長者山新羅神社］

えんぶり行列・一斉摺り
2月17日 10:00～11:20［長者まつりんぐ広場～中心街］

御前えんぶり
2月17日 12:15～［八戸市庁前市民広場］

えんぶり公演
2月17日・18日 13:00～16:00(有料)［八戸市公会堂］

史跡根城えんぶり撮影会
2月18日・19日 11:00～12:00(有料)［史跡根城の広場］

えんぶり一般公開
2月19日・20日 ❶13:00～ ❷14:00［八戸市庁前市民広場］

お庭えんぶり
2月17日～20日
❶16:00～ ❷18:00～ ❸20:00～ (有料・要予約)［更上閣］

かがり火えんぶり
2月17日～20日 ❶18:00～ ❷19:00～ ❸20:00～
［八戸市庁前市民広場］

※諸事情により変更となる場合がございます。
詳細はHPよりご覧ください。



奉納摺り
えんぶりの初日である2月17日の早朝、長者山新羅神社に奉納するえんぶり。冬の早朝の澄み切った空気の中、厳かな雰囲気に包まれる。

多彩な祝福芸
太夫の摺りの合間に行われる、おめでたい祝福芸。農作業の休憩中、松の枝を持って踊ったのが始まりと言われる「松の舞」、恵比寿様が鯛を釣り上げる様子をコミカルに演じる「えびす舞」、輪に銭が付いた銭太鼓を回しながら舞う「えんこえんこ」などバラエティ豊か。

四季を感じるスローライフ

南郷で里山を満喫

八戸市の南部に位置する南郷地区。
ありのままの自然と人々の暮らしが残る美しい里山には、
港町・八戸のもうひとつの魅力が詰まっている。
ここで日常を忘れ、のんびり過ごしてみよう。



❶夏には、山の楽校裏手の畑にひまわりとそばの花が咲き誇る。鮮やかなコントラストは必見だ。
❷ぬくもり感じる木造校舎。校内には昔の生活用具や農作業道具が展示されている。
❸体験メニューのひとつ、てんぽせんべい（餅せんべい）づくり。シンプルな塩味ともちもちの食感がくせになる。







心を和ませる日本の原風景

八戸の市街地から車で約30分。南郷地区には、のどかで美しい里山の自然とともに昔ながらの暮らしが息づいている。廃校になった校舎を活用した「山の楽校」は、そんな昔の暮らしを体験できる施設。木造の温もりがあふれる校舎で、地元の人から昔のことを昔のままに教わるのが、南郷流のおもてなし。

8月下旬には、山の楽校の裏手に200万本ものひまわりが咲く。鮮やかな花と南郷の穏やかな雰囲気に、時が経つのを忘れそう。まちの喧騒を離れ、南郷でスローライフを満喫しよう。

里山暮らしを体験

山の楽校

廃校となった増田小・中学校を利用した体験交流施設。そば打ちや味噌・豆腐作りなど、さまざまな体験メニューを用意。併設の農家レストラン（営業時間11:00～14:00）では、里山の味が堪能できる。

- 八戸市南郷大字島守字北ノ畑6-2
- TEL 0178-82-2222
- 営業時間／8:00～17:00
- 休館日／月曜（祝日の場合はその翌日）、年末年始
- 入館料／無料



新緑の眺めは格別

青葉湖

世増（よまさり）ダムの建設によって造られた人工湖で、八戸市内で一番の紅葉の名所でもある。その名は、平重盛（たいらのしげもり）がこの地に逃れてきたときに持参したといわれる「青葉の笛」の伝説に由来する。

- 八戸市南郷島守地内

湖岸の展望台からは四季折々の美しい風景が望める。特に新緑や紅葉の時期は格別だ。





フルーツの里・南郷で収穫体験！

果樹の里でもある南郷では、いちご、さくらんぼ、ブルーベリー、りんごなど、1年を通して果物の収穫体験が楽しめる。季節や状況によって受入農園が変更になるので、事前にグリーンプラザなんごうに問い合わせを。

収穫時期		
	いちご	1月上旬～5月下旬
	さくらんぼ	6月下旬～7月上旬
	ブルーベリー	7月中旬～8月中旬
	りんご	9月下旬～11月中旬

問合せ
グリーンプラザなんごう
TEL 0178-82-2902



秋には、ふじ、王林などのりんご狩りを体験。



1月上旬～5月下旬には、「ジャズ姫（とちおとめ）」の摘み取り体験ができる。

野菜も果物も新鮮

里山の幸が充実

道の駅なんごう（グリーンプラザなんごう）

特産品直売所のほか、レストランや宿泊施設を併設する南郷地区の拠点施設。「南郷サマージャズフェスティバル」が行われる野外ステージや、6000枚のレコードやCDを所蔵する「JAZZの館」も隣接。



❹産直コーナーには、フルーツやそばを始め、南郷ならではの特産品がずらりと並ぶ。
❺南郷地域の特産品・そば。そば打ち体験のほか、レストランで人気の天ぷらそばを味わうこともできる。



- 八戸市南郷大字中野字舘野4-4　● TEL 0178-82-2902
- 営業時間／ 直売所8:00～19:00(冬季8:30～18:00)　レストラン11:00～19:00
- 休館日／1月1日・2日

NANGO SUMMER JAZZ FESTIVAL



世界的名プレーヤーが南郷に集う

南郷サマージャズフェスティバル

1990年の初開催以来、回を重ねる夏の南郷の一大イベント。道の駅に隣接する「カッコーの森エコーランド」の野外ステージで開催される。世界的プレーヤーの奏でるリズムに、全国から訪れるジャズファンが体を揺らす。

南郷ジャズフェスティバル実行委員会（八戸市総合政策部南郷事務所内） TEL 0178-82-2111(代)

八戸旅がより思い出深くなる

自分へ あの人への 八戸みやげ

個性的な見どころが多い八戸は、
おみやげも個性派ぞろい。
自分で買っても楽しい、
もらってもうれしい
鉄板おみやげをラインナップ！



いちご煮

ウニとアワビのお吸い物。贈答用としてはもちろん、炊き込みご飯にして食べるのもおすすめ。

(株) 味の加久の屋
TEL 0120-34-2444



八戸せんべい汁

鍋用の南部せんべいとスープのセット。八戸を代表する郷土料理を家庭で気軽に味わえる。

(株) 味の海翁堂
TEL 0178-33-7623



八戸サバ缶バー

八戸前沖さばを使ったサバ缶シリーズ。「ゆずこしょう」「アヒージョ」など7種類の味付けが楽しめる。

株式会社マルヌシ
TEL 0178-33-1571



鯖の冷燻

全国の食通が認める八戸前沖さばを冷たい煙で燻した鯖の冷燻。良質な脂がのった身は肉厚でジューシー。

(株) ディメール
TEL 0178-45-4900

八幡馬（やわたうま）

八戸地方に伝わる郷土玩具で、日本三駒に数えられる逸品。近年はさまざまなデザインのものがつくられ、記念品としても人気。

株式会社八幡馬　TEL 0178-22-5729

八幡馬は親子馬
だから2頭で1組





八戸の地酒

青森の米、水にこだわり、醸された八戸の地酒。伝統の技で造る「八鶴」、華やかな香りが特徴の「陸奥八仙」などがある。

八戸酒類(株)八鶴工場　TEL 0178-43-0010
八戸酒造(株)　TEL 0178-33-1171



なかよし

八戸港に水揚げされた良質なイカでこだわりのチーズを挟んだ珍味。お茶請けやお酒のおつまみに最適。

花万食品(株)
TEL 0178-33-0353



鶴子まんじゅう

地粉に黒砂糖の蜜を加えまんじゅうに、米粉をまぶした素朴なお菓子。八戸を代表する銘菓。

(有) 萬榮堂
TEL 0178-27-3017



みしまサイダー

90年以上愛されてきた地サイダー。爽快感のある三島シトロンと、バナナサイダーの2種類がある。

八戸製氷冷蔵(株)
TEL 0178-33-0411



南部せんべい

小麦粉に塩を加えた生地を焼き上げた素朴なせんべい。稲作に不向きな八戸地方では古くから食べられてきた。

専門店のほか、おみやげ店等でも販売



朝の八甲田

物産展などで行列ができる大人気のチーズケーキ！なめらかでクリーミーな食感が絶品。

(有) 郷アルパジョン
TEL 0120-054-365（フリーダイヤル）

お土産を買うならここで

(一財) VISIT はちのへ［ユートリー］

- 八戸市一番町1-9-22（八戸駅直結）
- TEL 0178-70-1111
- 営業時間／10:00 ～ 18:00（おみやげショップ）
- 定休日／12月31日
- オンラインショップ／ https://youtree.shop-pro.jp/

八食センター

- 八戸市河原木字神才22-2 ● TEL 0178-28-9311
- 営業時間／9:00 ～ 18：00（市場棟）
- 定休日／水曜（祝日、繁忙期は除く）

カネイリミュージアムショップ

- 八戸市三日町11-1 八戸ポータルミュージアムはっち1F
- TEL 0178-20-9661 ● 営業時間／10:00 ～ 19：00
- 定休日／はっちの休館日に準ずる



南部菱刺し

綿糸・毛糸など多種多様の差し糸を使い、1段1段刺し綴られる。周辺の自然を表したような色鮮やかな独特の彩りが魅力的。

西野刺っ娘の会
TEL 0178-28-2886



南部裂織（なんぶさきおり）

裂いた古布を横糸とし、美しく織り上げたもの。貴重だった布を大切にし、再利用する知恵から生まれた。

八戸南部裂織工房「澄」　TEL 0178-22-8228（はっち）
八戸さき織の会　TEL 0178-62-3355（ユートリー）





Information
宿泊施設のご案内

宿泊施設のご案内

八戸市旅館ホテル協同組合(白山閣内) 0178-45-2861

ホテル

▶本八戸駅周辺 (30～31ページ参照)

1	八戸グランドホテル	0178-46-1234
2	八戸パークホテル	0178-43-1111
3	八戸プラザホテル	0178-44-3121
4	スマイルホテル八戸	0178-43-7711
5	シティパークホテル八戸	0178-45-7711
6	ホテルリバティヒル	0178-43-3831
7	ホテルイルヴィアーレ八戸	0178-46-0001
8	ホテルイルヴィアーレ八戸アネックス	0178-46-0002
9	ホテルグローバルビュー八戸	0178-46-3111
10	ホテルグローバルビュー八戸アネックス	0178-46-3113
11	ホテルセレクトイン本八戸駅前	0178-43-1800
12	グランパークホテルパネックス八戸	0178-51-8484
13	ホテルセレクトイン八戸中央	0178-24-3130
14	ホテルパールシティ八戸	0178-47-0034
15	ホテルビジネスインフジタ	0178-43-4518
16	アパホテル本八戸	0178-73-3000
17	ホテルルートイン本八戸駅前	0178-71-2511
18	スーパーホテル八戸長横町	0178-24-9000
19	スーパーホテル八戸天然温泉	0178-47-9000
20	ダイワロイネットホテル八戸	0178-73-2555
21	ホテルイマルカ八戸	0178-43-0123
22	ドーミーイン本八戸	0178-73-5489

▶八戸駅周辺

23	八戸ニューシティホテル	0178-46-0311
24	ホテルテトラ八戸	0178-27-0088
25	グランドサンピア八戸	0178-23-5151
26	ホテルメッツ八戸	0178-70-7700
27	東横イン八戸駅前	0178-27-1045
28	コンフォートホテル八戸	0178-70-4811
29	ユートリー	0178-27-2227

旅館・民宿

▶南郷

30	グリーンプラザなんごう	0178-82-2902

▶本八戸駅周辺 (30～31ページ参照)

31	山正旅館	0178-22-0029
32	第1マルユー旅館	代表 0178-45-2200
33	第2マルユー旅館	
34	第3マルユー旅館	
35	柏木旅館	0178-22-7431
36	八千代旅館	0178-22-1090
37	白山閣	0178-22-1758
38	田元館	0178-45-6565
39	パンションアットホームインン八戸	0178-73-1660

▶小中野駅周辺

40	パンションこうよう	0178-47-8787
41	旅館照本	0178-43-3212
42	高山旅館	0178-22-1971
43	新むつ旅館	0178-22-1736

▶陸奥湊駅周辺

44	八戸市水産会館	0178-31-3001
45	パンション Benkei	0178-38-7155

▶種差海岸駅周辺

46	石橋 (民宿)	0178-38-2221
47	志保 (民宿)	0178-39-3100
48	洋望荘 (民宿)	0178-38-2431

▶陸奥市川駅周辺

49	ビジネス旅館 富士	0178-28-3907

タクシー

八戸タクシー協会(ポストタクシー内)	0178-22-4159
(有) 大石タクシー	0178-45-0024
県南タクシー (株)	0178-22-1107
(有) 興産タクシー	0178-25-5301
八戸タクシー (株)	0178-22-1181
ポストタクシー (株)	0178-22-4156
文化タクシー (株)	0178-22-1000
マルイタクシー (有)	0178-33-0888
三八五交通 (株)	0178-43-0385
八戸個人タクシー協会	090-2985-5247
青都個人タクシー協会 八戸支部	090-5354-1158

レンタカー

▶八戸駅周辺

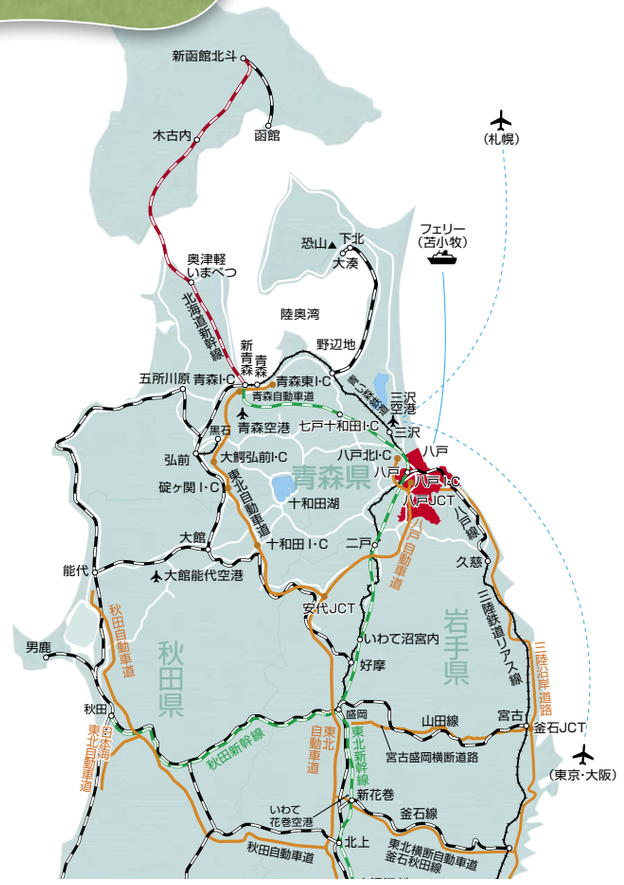
A	駅レンタカー八戸営業所	0178-27-2882
B	オリックスレンタカー八戸駅前	0178-23-5543
C	(株)トヨタレンタリース青森八戸尻内店	0178-27-0100
D	(株)トヨタレンタリース青森八戸駅東口店	0178-70-2100
E	日産レンタカー八戸駅前店	0178-23-3723
F	ニコニコレンタカー八戸駅東口店	0178-27-2024
G	ニッポンレンタカー八戸駅東口営業所	0178-23-2533
H	タイムズカーレンタル八戸駅前店	0178-70-2725

▶本八戸駅周辺

I	三八五オートリース	0178-47-0385
J	ニコニコレンタカー本八戸駅前店	0178-43-5709
K	(株)トヨタレンタリース青森八戸柏崎店	0178-43-0100
L	ニッポンレンタカー八戸城下	0178-43-8080
M	スカイレンタカー	0178-45-7007
N	ヴァンラーレンタカー	0178-38-8873

※事情により休業となっている場合がございますので、
事前にお問い合わせください。

八戸市へのアクセス



高速バス

東京	約9時間30分	八戸
仙台	約4時間30分	
盛岡	約2時間30分	

鉄道（東北・北海道新幹線）

東京	約2時間45分	八戸
大宮	約2時間20分	
仙台	約1時間10分	
盛岡	約30分	
新青森	約25分	
新函館北斗	約1時間30分	

飛行機（JAL・HAC）

東京（羽田）	約1時間20分	三沢空港
大阪（伊丹）	約1時間30分	
札幌（丘珠）	約1時間00分	

［三沢空港 (連絡バス) 約50分 八戸］

大阪（伊丹）	約1時間30分	青森空港

［青森空港 (連絡バス) 約30分 青森駅 (鉄道) 約90分 八戸］

フェリー（シルバーフェリー）

苫小牧港	約7時間30分～8時間30分（4便/日）	八戸港
室蘭港	約7時間（1便/日）	八戸港

高速道路

［東北自動車道］
川口JCT
仙台宮城IC
盛岡IC

［東北自動車道］
大鰐弘前IC
青森IC

［八戸自動車道］
八戸北IC
安代JCT
八戸JCT
八戸IC
八戸是川IC
種差海岸階上岳IC

●中心街・本八戸駅から＜陸奥湊（朝市）方面へのアクセス＞

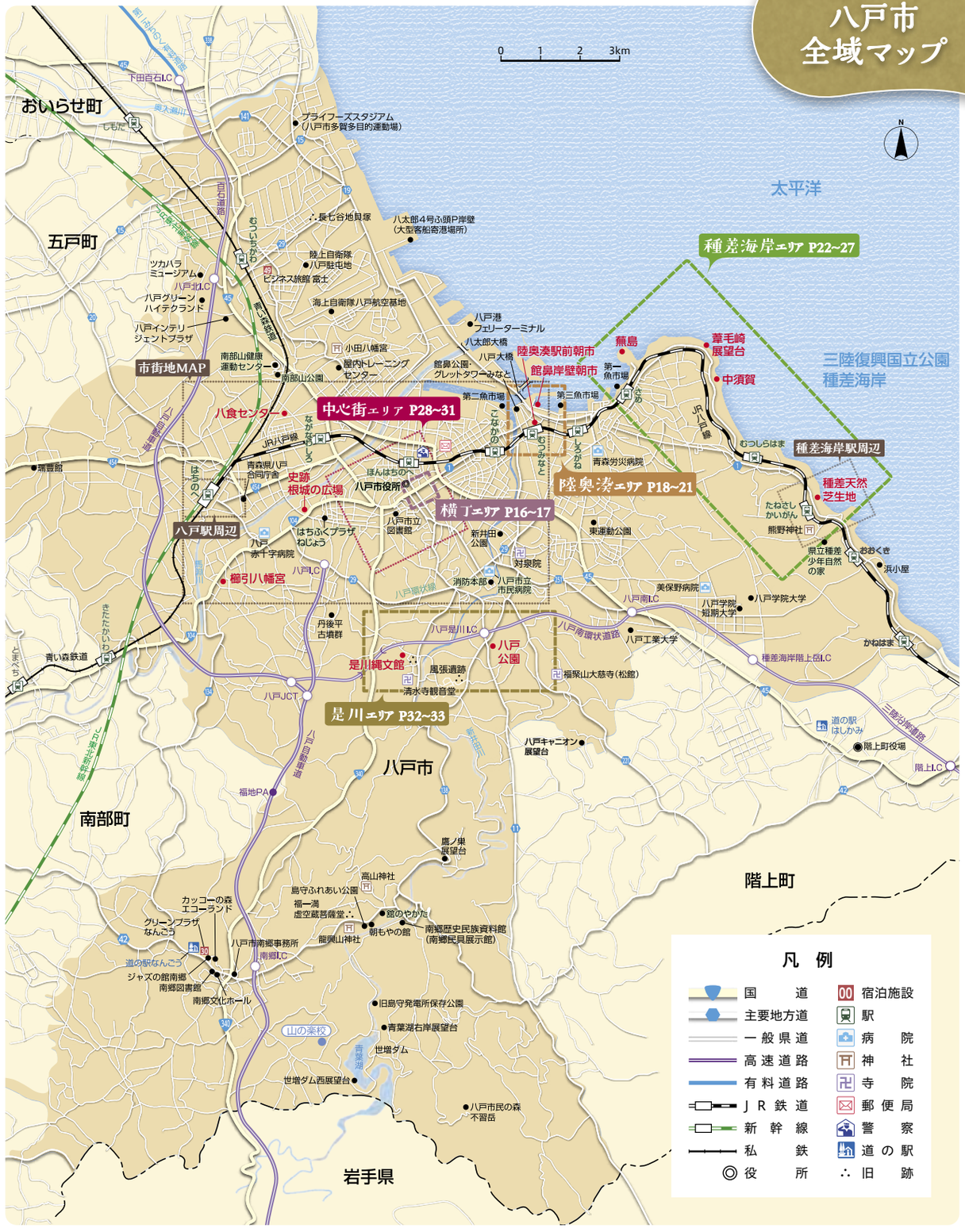
（JR八戸線）
本八戸駅
陸奥湊駅
十三日町バス停
八戸中心街ターミナル（三日町・八日町）バス停
→ 館鼻岸壁朝市・陸奥湊駅前朝市

＜蕪島・種差海岸方面へのアクセス＞

（JR八戸線）
本八戸駅
鮫駅
徒歩約10分 → 蕪島
鮫バス停（種差海岸遊覧バス） → 種差天然芝生地
種差海岸駅
徒歩約3分 → 種差天然芝生地

※詳しくは各交通機関にお問合せください。

八戸市全域マップ





ra·kra×八戸　八戸満喫旅

2017年 4月 1日初版
2021年 3月31日第四版発行　発行・問い合わせ／(一財)VISITはちのへ
〒039-1102 青森県八戸市一番町一丁目9番地22 ユートリー3階　TEL 0178-70-1110　FAX 0178-80-7348

VISITはちのへ観光物産情報サイト　https://visithachinohe.com