

白神山地に 観光客の笑顔を運んで22年

平成11年の創業から現在まで観光バスによるツアーの企画催行を手掛ける傍ら、自らもバスの操縦を行う。深浦町岩崎と弘前市を結ぶ県道28号線・通称「白神ライン」を中型バスで横断する「白神ラインツアー」を企画し、世界遺産登録間もない白神山地に多くの観光客を呼び込んだ。バスツアーの他、平成29年からは県内外の観光客に人気を博すニシメヤ・ダムレイクツアー（西目屋村・津軽白神湖）において、水陸両用バスの運行業務を担う。津軽ダム建設当初よりダム湖に水上バスを走らせたいと思案していたところに村から水陸両用バス運行への協力依頼が寄せられ、実現に向けて旅客船事業の着手に奔走した。旅客船操縦に必要な小型船舶操縦二級特定免許の取得や船の運航管理など、課題を乗り越えて今日に至るまでの事を「人と人との縁のおかげ」と振り返る。三上さんは水陸両用バスについて「操縦士は着水の瞬間特に緊張している。当たり前の事だが事故なく一日を終えられるとホッとします。これからもたくさんの観光客に利用してもらえると嬉しい。」と笑顔で話す。



白神観光バス有限会社
代表取締役

みかみ とみぞう
三上 富蔵さん



軽妙なトークで
場を明るくしてくれました



シャキシャキうまい！ ミズとホヤの水物

①ミズの下処理

- ①葉を取りながら皮を剥いていく
- ②食べやすい大きさにボキボキ折りながら、余分な皮を剥いていく
- ③お湯を沸かしミズを茹でる
- ④鮮やかな黄緑色になったらザルなどを使い取り出し、水を入れたボウルで冷やす

【材料】 ミズ……………使用する分
お湯……………適量
水……………適量



②ホヤの下処理

- ①ホヤのツノを二つ切り落として、切り落とした部分から切れ目を入れていき中身を取り出す
- ②中身を取り出したら水で洗いながら内臓などを取り除く
- ③食べやすい大きさに切る

③2つを和える

- ①下処理をしたミズとホヤに塩昆布と水を加え和える
- ②器に盛りつけて完成

【材 料】 ミズ……………太め4本
2~3人分 ホヤ……………1個
水……………200cc
塩昆布……………適量



【ウワバミソウ(ミズ)】

春から秋遅くまで食べられるミズは山菜界のスーパーstar！
茎は皮をむいて油炒めほか何でも。秋になると実(ムカゴ)も珍味。

白神の旬をクッキング！

しらかみめしチャレンジ

QRコードから動画の調理工程をチェックできます

白神山地ビジターセンターだより SHIRAKAMI

No. 40
2021夏号

写真：小田桐 啓太



特集

温泉ソムリエおすすめ！ 白神の温泉で ほっとひといき

白神山地ビジターセンター

〒036-1411 青森県中津軽郡西目屋村大字田代字神田61-1
TEL0172-85-2810 FAX0172-85-2833 HP <https://www.shirakami-visitor.jp/>



フェイスブック、
インスタグラムも
やってるよ！

白神の温泉の魅力

大自然の恵みを全身で感じよう

2020年の夏より、白神山地ビジターセンターのFacebookにて「白神の温泉シリーズ」として西目屋、鯉ヶ沢、深浦の温泉を1軒ずつ紹介してきました。これまで「白神の温泉」という括りで温泉を捉えることはあまりありませんでしたが、この取材をきっかけに白神山地、そして青森の温泉の魅力について新しい発見をする機会になりました。

白神エリアにはそれぞれ山沿いの温泉(西目屋の白神館、もりのいずみ、大白温泉)、川沿いの温泉(熊の湯温泉)、海の温泉(グランメール山海荘、水軍の宿、不老ふ死温泉)と三拍子が揃っており、温泉の泉質や展望から、自然の恵みをふんだんに感じることができます。温泉を囲む森の深さや、露天風呂から見渡す海のしづき、近くを流れる川の情景を見ながら、私たちが浸かっている温泉は全て自然の恵みによるものであることを改めて、そしてダイナミックに感じることができます。

青森県には津軽・下北・南部と県内のそれぞれに特徴溢れる温泉が数多くあり温泉王国と呼ばれることもあります。大きな理由の一つは、日本海や津軽海峡などの「海」、白神山地や岩木山といった「山」、赤石川などの「川」のような大きな自然に囲まれているからこそ。白神の温泉を通して、そのことに改めて気づくことができました。

白神山地のトレッキングやアクティビティなど、白神エリアを訪れる際には是非温泉に浸かって、白神の自然の恵みを全身で感じてみてください。

湯けむり津軽代表
岩木山観光協会事務局員/温泉ソムリエ

かまた よし ぶみ
鎌田 祥史

【プロフィール】2020年10月まで弘前市岩木地区 地域おこし協力隊として3年間活動。津軽地方を中心に温泉関連の企画・執筆・講演を行っている。



1 西目屋村

ブナの里 白神館 「しらかみの湯」

1993年(平成6年)オープン。白神山地ビジターセンターや道の駅津軽白神(ビーチにしめや)のすぐ近くにあり、白神観光の拠点であると共に地域の温泉浴場として親しまれています。無色透明のお湯で、保温効果と、古い角質を落とす美肌効果が期待できます。

- 泉質: ナトリウム-塩化物-炭酸水素塩泉
- 日帰り入浴時間: 9:00~21:00
- 料金: 350円
- 設備: 内風呂、寝湯、ジャグジー、水風呂、サウナ、宿泊者専用浴場
- 住所: 青森県中津軽郡西目屋村田代字神田60-1
- TEL: 0172-85-3011

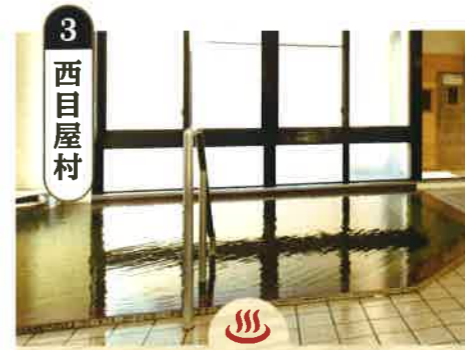


2 西目屋村

グリーンパークもりのいずみ 「村いちの湯」

1994年(平成7年)オープン。村市地区にあり、「村いち(番)の湯」と評されることもあるのが名前の由来です。温め浴槽と、熱い湯が好きな津軽人らしい熱め浴槽があります。無色透明の温泉で熱持ちがよいのが特徴です。

- 泉質: ナトリウム・カルシウム-塩化物泉
- 日帰り入浴時間: 9:00~21:00
- 料金: 350円
- 設備: 内風呂(熱め浴槽、温め浴槽)、サウナ、水風呂、家族風呂
- 住所: 青森県西目屋村大字村市字稲葉213-1
- TEL: 0172-85-3113



3 西目屋村

大白温泉

1987年(昭和62年)オープン。温泉の大名前は地区名である「大秋」と「白沢」から1文字ずつ取って名付けられました。入るとすぐに感じるツルツル感が特徴で、肌にやさしい美肌の湯です。夏期は露天風呂も入れます。日帰り入浴のみ。

- 泉質: アルカリ性単純温泉
- 日帰り入浴時間: 10:00~21:00
- 料金: 350円
- 設備: 内風呂、露天風呂(6~10月)、大広間(休憩200円)
- 住所: 青森県中津軽郡西目屋村白沢字白沢口1-1
- TEL: 0172-85-3311



4 鯉ヶ沢町

熊の湯温泉

昭和20年の大然(おおじかり)地区の大洪水の後に再建したのが、現在の熊の湯温泉旅館の始まりです。営業は7月から10月のみで、シーズン中は鮎釣りのお客さんがよく訪れます。携帯電話は通じない山あいにある、赤石川のほとりの一軒宿です。

- 泉質: ナトリウム・カルシウム-硫酸塩・塩化物・炭酸水素塩泉
- 日帰り入浴時間: 10:00~16:00頃(宿泊状況などにより変動。不定休。7月~10月営業)
- 料金: 400円 ●設備: 内風呂
- 住所: 青森県西津軽郡鯉ヶ沢町大字一ツ森町字湯淵31
- TEL: 0173-79-2518



5 鯉ヶ沢町

鯉ヶ沢温泉 ホテルグランメール山海荘

前身にあたる鯉ヶ沢の「上の湯」が1943年(昭和18年)より営業開始し、1956(昭和31)年に「山海荘」と改称、1999(平成11)年に名を引き継いでグランメールがオープンしました。海を感じる塩分濃いめの源泉で、源泉そのままの温め浴槽(約37度)はゆったりと浸かることができます。

- 泉質: ナトリウム-塩化物強塩泉
- 日帰り入浴時間: HP参照
<https://www.hotel-grandmer.com/blog/archives/2934>
- 料金: 450円
- 設備: 和風浴場・洋風浴場(男女日替わり。主浴槽、源泉浴槽、露天風呂、サウナ、水風呂)・貸し切り風呂
- 住所: 青森県西津軽郡鯉ヶ沢町大字舞戸町字鳴戸1
- TEL: 0173-72-8111



6 鯉ヶ沢町

鯉ヶ沢温泉 水軍の宿

グランメール山海荘の姉妹館であり、1993(平成5)年にオープンしました。熱湯浴槽と、温めの湯と底に敷き詰められた石が足裏を刺激する足つぼ浴槽があります。露天風呂は安東水軍をイメージした船型が特徴で、塩分豊富な泉質と相まって海を感じるすることができます。

- 泉質: ナトリウム-塩化物強塩泉
- 日帰り入浴時間: 8:00~21:00
- 料金: 450円
- 設備: 熱湯浴槽、足つぼ浴槽、露天風呂、水風呂、サウナ
- 住所: 青森県西津軽郡鯉ヶ沢町大字舞戸町字下富田26-1
- TEL: 0173-72-6511



7 深浦町

黄金崎不老ふ死温泉

1971(昭和46)年にオープン。名前の由来は「ここで養生すれば、老いたり弱ったりしない」ことから。日本海を一望できる絶景の露天風呂が大変有名です。温泉には塩分と鉄分が豊富に含まれており、源泉が空気と触れて色づくことで黄金に輝くお湯になります。

- 泉質: 含鉄-ナトリウム-塩化物強塩泉
- 日帰り入浴時間: 本館(8:00~20:00)、新館(10:30~14:00)、海辺の露天風呂(8:00~16:00) ●料金: 600円
- 設備: 本館浴場、新館浴場、海辺の露天風呂
- 住所: 青森県西津軽郡深浦町大字舟作字下清滝15
- TEL: 0173-74-3500



温泉入浴のポイント

1 入浴前後に水分補給!

入浴後だけでなく入浴前にも水分を取りましょう。血液のドロドロや入浴事故の防止に繋がります。

2 かけ湯をしてから入浴!

かけ湯は入浴前に身体を温泉の温度に慣れさせる効果があります。心臓の遠い場所から順に中心に向かって十分なかけ湯をしてから入浴しましょう。

3 長湯せず、時間を分ける「分割浴」

長時間続けて入浴するよりも、入浴と休憩を何度か繰り返す方が湯冷めしにくいです。温泉の温度や体調に合わせて無理せず、気持ちいいと感じる入浴を心がけましょう。

各温泉について

新型コロナウイルスの影響で、人数制限、臨時休館、営業時間の変更などの対応をしている場合があります。詳細は各施設へお問合せください。