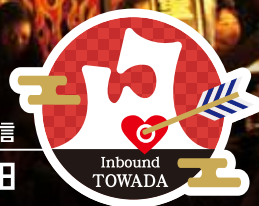


Demonstrate the charm of  
Towada City to the world

# Towada.site OMOTENASHI GUIDE

十和田市の魅力を世界に発信  
インバウンド十和田





# Towada.site OMOTENASHI GUIDE

「平成30年度元気な十和田市づくり市民活動支援事業」  
を活用し制作しました。

制作  
監修

インバウンド十和田

協力

十和田市・(一社)十和田市観光協会  
十和田市現代美術館・JA十和田おいらせ  
十和田バラ焼きゼミナール・安斉研究所  
有限会社十和田乗馬倶楽部・漆畑ファーム株式会社  
有限会社みのる養豚・奥入瀬モスボール工房  
十和田湖ひめますブランド推進協議会

(順不同)



## 十和田市の概要

青森県十和田市は青森県東南・南部地方の内陸部に位置し、国の特別名勝及び天然記念物に指定された「十和田湖」、「奥入瀬溪流」は、東北を代表する観光地として多くの方が毎年訪れています。十和田湖周辺は、国立公園そして鳥獣保護区として、生き物、自然、景色が大切に守られて、古き姿が生き続けています。

また、「日本三大開拓地」のひとつである十和田市は、荒れ果てた台地から、川をつくり、田畑をつくり、町が整備され、全国でも有名な農畜産物の生産地域へと変貌を遂げました。現在では、十和田市現代美術館をはじめとした「アートの街」として、自然と調和する美しい街並みを築いています。



## 十和田湖

十和田八幡平国立公園内にあり、十和田火山の噴火で形成されたカルデラ湖です。湖畔には高村光太郎作の乙女の像があり、観光用の湖上遊覧船が運航しています。中山半島には十和田神社があり、パワースポットとして注目を集めています。



## 奥入瀬溪流

十和田湖から流水する唯一の河川、奥入瀬川(おいらせがわ)。十和田湖畔子ノ口(ねのくち)から焼山(やけやま)までの約14kmの区間を奥入瀬溪流と呼びます。特別名勝および天然記念物に指定されている文化財です。溪流沿いに多数の滝が点在していることから「瀑布街道(ばくふかいどう)」とも呼ばれています。



## 十和田市秋まつり

毎年9月第2週に開催される十和田市の秋の風物詩「十和田市秋まつり」では、豪華絢爛な山車や勇壮な太鼓車が通りを埋め尽くし、華麗なパチさばきと大音響で感動を誘います。



詳細はこちら  
<https://towada.site>



## 十和田市官庁街通り (駒街道)

「日本の道100選」にも選ばれ、1.1kmにわたる桜並木に156本の桜が咲き誇ります。夜はライトアップされた夜桜を楽しめ、市役所の展望ロビーからは、駒街道一面に咲く桜を堪能できます。



常陸選手（愛はとこえし十和田でうたつ）  
撮影：小山田裕哉

## 十和田市現代美術館

国内外で活躍するアーティスト33名による建築や空間と一体になった38作品を展示しています。展示室に限らず、中庭、屋上、階段室などのあらゆる空間で多様なアートが展開し来場者に「新たな体験」を提供します。また、美術館前のおよそ1kmに渡る官庁街通りをひとつの美術館に見立てたアート広場やアートファニチャーもあります。



## 十和田市馬事公苑 駒っこランド

十和田市は古くから南部馬の産地として栄え明治時代には軍馬補充部が置かれていました。苑内には馬にまつわる歴史などを紹介した文化資料館「称徳館」があり、また馬への餌やりや乗馬体験など馬と触れ合える駒っこ牧場や大型遊具などの公園があります。

## experience ●



## 桜流鎗馬

駒街道に面する緑地公園では、桜が見頃な春に桜流鎗馬が行われます。桜流鎗馬は、勇壮にして華麗な伝統武術の供覧です。馬を駆るのは全て女流騎士。馬は和種(日本の馬)。そして馬が駆け抜ける鉄砲馬場(やぶさめの走路)は満開の桜並木の下で行われます。秋には、男女混合で技を競う世界流鎗馬選手権が行われます。



## ウマジン

かぶったらみんな友達。十和田市のコミュニケーションツール「ウマジン」。ウマジンをかぶると皆笑顔。ウマジンは人と人を繋ぎ、人と街を繋ぎ、街と世界を繋ぎ、全てを元気にします。「馬とアートの街を表現したキャラクター」「ウマジンになればみんな平等」「人と人とが繋が合う平和な世界のためにレッツウマジン！」



## こけ玉

「日本の貴重なコケの森」に選定された奥入瀬溪流では、コケが観光資源として多くの観光客に親しまれています。溪流に点在する苔むした岩を「こけ玉」で見たてて「小さな奥入瀬溪流」として楽しみ頂けます。

gourmet ●



### 十和田湖ひめます

神秘の湖十和田湖にはぐくまれた「十和田湖ひめます」はサケ科の淡水魚で十和田湖のきれいな水で育つため川魚特有の臭みが少ないのが特徴です。特に刺身はほどよく脂が乗りとろけるような味わいが好評です。また、塩焼きにするとふっくらとして旨みがひきたちます。

### あおもり 十和田湖和牛

あおもり十和田湖和牛は年間出荷頭数が約200頭と希少な和牛です。肉質等級はA4ランク以上を誇る十和田市を代表するブランド和牛です。肉質のやわらかさときめの細かい霜降りが特徴で焼肉やステーキで食べるのがおすすめです。

十和田市には、おいしい食べ物がたくさん！  
十和田市の特産品をご紹介します！

# 十和田市の特産品



vegetables ●



### 十和田の野菜

十和田市は農業が盛んな地域で、6・7月にやませという冷涼な風が吹くため、気候に適した根菜類が多く生産され、良質な野菜づくりのため「健康な土づくり」に力を入れています。栽培している畑の養分を分析し、その結果をもとに適正な施肥を行うことで土の栄養バランスを整え、野菜本来の甘みや旨みを引き出します。

### にんにく

全国のにんにくのうち、約2割のシェアを誇る十和田市のにんにくはにんにくの最高級品種である福地ホワイト六片種由来のものがほとんどです。大玉で身が雪のように白いのが特徴です。



詳細はこちら <https://towada.site>



## 奥入瀬 ガーリックポーク

にんにくの粉末入りの飼料を食べ  
て育った「奥入瀬ガーリックポ  
ーク」は十和田市が誇るブランド豚  
です。脂の融点が通常の豚肉よりも  
低いため、とろけるような味わい  
です。シンプルにソテーとして食べ  
ると脂の甘みや肉の旨みがよくわ  
かります。

## 黒にんにく

黒にんにくは、にんにくを約1ヶ月  
熟成させた健康に良い食品です。  
真っ黒に熟成させることにより、生  
にんにくの栄養素そのままに、味は  
まるでフルーツのような甘酸っぱ  
い風味で美味しくいただけます。

## 十和田バラ焼き

十和田バラ焼きは、牛のバラ肉と  
大量のタマネギを、醤油ベースの  
甘辛いタレで味つけし、鉄板で焼く  
料理で、十和田市民のソウルフード  
です。

十和田市ではこれらの主要4品目のブランド化に力を入れています。



## 長いも

十和田の長いもは、白で粘りが強  
く、あくが少ないのが特徴です。と  
ろろや刻みで生で食べるのはもち  
ろん、郷土料理の長芋すいとんを  
はじめ、漬物などさまざまな料理  
で活躍します。

## ごぼう

ごぼうは、青森県が全国一のごぼ  
う生産量を誇り、中でも十和田市  
は県内でもトップクラスの生産量  
を誇っています。程よく身がしまっ  
ており、しゃきしゃきとした歯ごた  
えと風味が自慢の十和田のごぼう  
は薄くスライスすると生でも食べ  
られると好評です。

## ねぎ

十和田のねぎは緑と白の部分  
がはっきりしていて、市場関係者か  
ら高い評価を得ています。  
辛みが少なく加熱するとさらに甘  
みが増すので、ねぎ焼きがおすす  
めです。

十和田市の魅力を世界に発信！  
いかがでしたか？ぜひ、青森県十和田市にお越しください。



## Brief overview of Towada

Towada City is located in the southeast of Aomori prefecture. Lake Towada and Oirase stream are special scenic spots and designated natural monuments of Japan.

Towada is a famous destination in Tohoku. Lake Towada is a national park and a wild life sanctuary. Its natural scenery is carefully protected and its ancient appearance is preserved as it is.

Towada City is one of Japan's three biggest reclaimed land projects. From a desolated plateau, communities carved out rivers, made fields, and the town was established. Towada was transformed into an agricultural area, well-known for raising livestock, and its produce is bought throughout the country.

These days, Towada is committed to building a beautiful city in harmony with nature, as a 'city of art', that started with the Towada Contemporary Art Museum.



## Lake Towada

Located in Towada - Hachimantai national park, this is a caldera lake formed by a volcanic eruption.

By the lake shore, there is a statue of two maidens by Kotaru Takamura, Sightseeing ferries operate across lake.

Towada Shrine is located on the Nakayama peninsular attracting attention as a power spot.



## Oirase Keiryu (Oirase Stream)

Oirase River is the only river running from Lake Towada.

The 14km section flowing from the lake side of Nenokuchi to Yakeyama is called Oirase Keiryu.

It is a cultural asset designated as a special scenic spot and natural monument. With many waterfalls along the mountain stream, it's also called "Waterfall Road".



## Towada Autumn Festival

This annual festival is held in the second week of September every year.

In Towada's traditional Autumn festival, gorgeously decorated floats and soul-stirring drum beats fill the street with the splendid drum performance and great acoustics.



Click Here For More Info!  
<https://towada.site>



## Towada City Government Office Street (Koma-kaido)

This street is chosen as part of the “100 Japanese Roads” election. Stretching 1.1km, there are 156 cherry blossom trees lining this road that bloom in full glory in the spring.

During this time, Towada City provides custom illumination, letting people enjoy the flowers in to the evening as well. The observation room, on the top of city hall, is open to the public and boasts a birds-eye view of blossoms that turn the entire road pink.



Yayoi Kusama Love Forever, Singing in Towada.  
Photo : Kuniya Oyama

## Towada Modern Art Museum

Through the contributions of 33 artists, both domestic and overseas, this space has 38 works of art on display. Beyond the exhibition rooms, some works are found in the courtyard, the roof top and staircases as well. The architecture of the space itself was developed to work with the pieces to provide new experiences to the visitors. There is an art presentation outside, along the sidewalks, displayed as art furniture.



## Towada Horse Park Komakko Land

Since old times, Towada City has prospered as a production center of Nanbu horses and during Meiji period, Towada City was home to a warhorse supplement division. In the park, there is the Shotoku-kan, a museum dedicated to introducing the culture and history surrounding the Nanbu horses. There are also pastures where you can experience feeding horses and riding horseback, and parks with large playground equipment.

## experience ●



## Sakura-Yabusame

When the cherry blossoms are at their best in spring, Towada hosts a horseback archery exhibition at Greenpark, facing the Koma-kaido (Towada-city government street). Showcasing a magnificent traditional martial art, this archery exhibition only permits female riders and the horses are a Japanese breed. Riders run a path under the shade of cherry blossoms in full bloom. In Autumn, an international horseback archery championship is held, in which both men and women compete to test their skills.



## UMAGIN

(Head dress called UMAGIN)

Those that wear UMAGIN are adopted as locals. UMAGIN is a community relation tool in Towada city. Everyone smiles when you wear one. UMAGIN connects people with people no matter where you are from. It connects people with the city; it connects the city with the world; it enriches everything around you, making everyone happy.



## Moss ball

Oirase Keiryu (stream) was selected as a “precious moss forest”. The moss here is familiar to many tourists as a tourist attraction. Dotted the mountain stream are moss covered boulders, known as “moss balls”. You can enjoy them like their own little versions of Oirase stream.



gourmet ●



### Lake Towada Kokanee (Sockeye Salmon)

Raised in the mysterious Lake Towada, Kokanee is a freshwater fish of salmonid family.

Thriving in the pure water of the lake, it lacks the odor peculiar to river-fish. As sashimi, the melting flavor of the fat is popular. And when salted and grilled, the umami flavor is drawn out.

### Aomori Towadako (Towada lake) Wagyu Beef

Aomori Towadako wagyu is a rare Japanese wagyu, with about 200 shipments per year.

This wagyu, that is a representative brand of Towada, boasts a quality of A4 rank or higher. The meat is soft and has fine marbling through it. We recommend eating as yakiniku or steak.

Towada City has many delicious traditional foods.  
Let us introduce our specialties.

# Towada's special products



Click Here For More Info!  
<https://towada.site>

vegetables ●



### Towada of vegetables

Towada City is a region where agriculture is popular. As a cool wind blows in June and July, many root vegetables suitable for this colder climate are produced. To grow good quality vegetables, we are focusing on maintaining healthy soil. By analyzing the nutrients of soil in fields and by applying proper fertilization based on the result, we can adjust the soil's nutritional balance, and draw out the natural sweetness of the vegetables.

### Garlic

The garlic grown in Towada accounts for more than 20% of all production in Japan. Most of Towada City Garlic comes from species called Fukuchi white. This best breed has six segments in a bulb. This type of garlic is large and it's white like snow.



## Oirase Garlic Pork

Raised on feed infused with garlic powder, Oirase Garlic pork is Towada City's foremost pork brand. Due to the fat's melting point being lower than that of other pork, it has a melt-in-your-mouth flavor. Simply saute and eat it, and you will experience the sweetness of the fat and the 'umami' of the meat.



## Kuro-ninniku (Black Garlic)

This health food is dried garlic that has been matured for about 1 month. By aging it black, the nutrition of garlic remains intact and it develops a fruit-like, sweet and sour taste. It is delicious to eat as is.



## Towada Bara-yaki

This is a dish that seasons thinly sliced beef and lots of onions with a sweet sauce based on soy sauce and is then cooked on an iron plate. This the soul food of Towada locals.

In Towada city, we are focusing on branding these four major items.



## Naga-imo (Sticky Yam)

Towada City's yams are white and sticky, and are notable for their low astringency. These yams are chopped, grated and eaten raw. They are used in local cuisine, like suiton-soup,



## Gobou (Burdock Root)

Aomori prefecture boasts the nation's largest production volume of gobou, and within Aomori, Towada City is the top-class production volume in the prefecture. It has a crunchy texture and great flavor, and when sliced thinly, it's a popular snack eaten raw.



## Green Onion

In Towada's green onion, the green and white parts are distinct, a trait highly valued by market traders. This green onion is less pungent and sweeter when it's heated, so we recommend grilled green onion.

**Spreading charm of Towada City to the world! How is it ?  
We hope to see you in Towada City.**



## 도와다시 개요

아오모리현 도와다시는 아오모리현 동남·남부 지방의 내륙부에 위치하며 일본의 특별 명승 및 천연기념물로 지정된 「도와다호」, 「오이라세계류」는 도호쿠를 대표하는 관광지로써 매년 수많은 분들이 찾아옵니다. 도와다호 주변은 국립공원 및 조수보호구로 생물, 자연, 경치가 중요하게 지켜지고 옛 모습이 살아가고 있습니다.

또한, 「일본 삼대 개척지」의 하나인 도와다시는 황폐한 대지에게 강을 만들었고, 또한 수로를 개척하여 논밭들이 형성되었다. 국내에서도 유명한 농축산물 생산지역으로 변모를 이룩했습니다. 현재는 도와다시 현대미술관을 비롯해서 「예술의 지역」이므로 자연과 조화되는 아름다운 경치를 볼 수 있습니다.



## 도와다 호수

도와다 하치만타이 국립공원 내에 있으며 도와다 화산의 분화로 형성된 칼데라호입니다. 호숫가에는 다카무라 고타로작의 소녀상이 있고, 관광용의 호수상유람선이 운항하고 있습니다. 나카야마 반도에는 도와다 신사가 있으며 파워스팟으로 주목을 받고 있습니다.



## 오이라세 계류

도와다 호수에서 흐르는 유일한 하천인 오이라세강 도와다 호숫가, 네노쿠치부터 야케야마까지의 약 14km의 구간을 오이라세계류라고 부릅니다. 특별명승 및 천연기념물로 지정되어 있는 문화재입니다. 계류를 따라서 수 많은 폭포가 점재하는 것으로 「폭포가도」라고도 불려 있습니다.



event ●



## 도와다시 가을 축제

매년 9월 둘째주에 개최되는 도와다시의 가을의 풍물시인 「도와다시 가을 축제」에서는 현란 호화한 수레와 웅장한 북 수레가 거리를 가득 메우고, 화려한 연주와 큰 음향으로 감동을 자아냅니다.



자세히 보기  
<https://towada.site>



## 도와다시 간초가이 거리 (고마카이도)

「일본의 도로 100선」에서도 선정되며 1.1km에 걸친 벚꽃길에 156그루의 벚꽃이 피었다. 밤에는 라이트조명에 비치는 벚꽃을 즐길 수 있고 시청의 전망 로비에서는 고마 가도에 온통 피는 벚꽃을 볼 수 있습니다.



Ykyo, Kusame Love Forever, Shing in Town 2015  
Photo: Kuniya Oyama

## 도와다시 현대미술관

일본내외에서 활약하는 예술가 33명의 건축과 공간과 일체로 된 38여가지의 작품을 전시하고 있습니다. 전시실뿐만 아니라, 안뜰, 옥상, 계단실 등, 모든 공간에는 다양한 예술작품들이 전시되어있고, 방문자에게는 「새로운 체험」을 제공합니다. 또한, 미술관 앞의 약 1km에 걸친 간초가이 길을 한 미술관으로 친 아트 광장과 아트 퍼니처 (길거리에 있는 실용적인 예술 작품) 도 있습니다.



## 도와다시 바지 공원 고맛코랜드

도와다시는 옛부터 남부 말의 산지로써 변형하고 메이지 시대에서는 군마 보충부가 설치되어 있었습니다. 공원내에는 말의 관한 역사 등을 소개하는 문화 차료관인 「쇼토쿠칸」이 있고 또한, 말에 먹이 주기와 승마 체험 등 말과 놀 수 있는 고맛코 목장과 대형 놀이기구 등의 공원이 있습니다.

## experience



## 전통무에 사쿠라 야부사메

고마 가도에 면하는 료쿠치 공원에서는 벚꽃이 흩날리는 봄에 사쿠라 야부사메가 개최됩니다. 사쿠라 야부사메는 웅장스럽고 화려한 전통무예의 공람입니다. 모두 다 여성 기수가 말을 구사합니다. 말은 일본종이며 또한 야부사메에서 말이 달리는 주로는 만발의 벚꽃길 아래에서 합니다. 가을에는 남녀가 혼합되어 실력을 겨루는 세계 야부사메 선수권 대회가 열립니다.



## 우마진 (말사람)

쓰면 모두가 친구가 된다. 도와다시의 커뮤니케이션 톨「우마진」. 우마진을 쓰면 모두 웃음이 납니다. 우마진은 사람과 사람을 연결하고 사람과 지역을 연결하고, 지역과 세계를 연결하고, 모두에 활력을 줍니다.



## 고케다마 (이끼의 옥)

「일본의 기증한 이끼의 숲」으로 선정된 오이 라세 계류에서는 이끼가 관광자원으로 많은 관광객들에게 알려지고 있습니다. 계류에 점재하는 이끼가 낀 바위를 「고케다마」로 치고 「작은 오이 라세 계류」로서 즐길 수 있습니다.

gourmet ●



### 도와다호 각시송어

신비의 호수 도와다호가 만든「도와다호 각시송어」는 연어과의 담수어이며 도와다 호수의 깨끗한 물속에서 자라나기 때문에 담수어의 특유한 냄새가 없는 것이 특징입니다. 특히 회로 드시면 적당하게 기름이 오르며 녹을 것 같은 맛이 호평을 받습니다. 또는, 소금 구이로 하면 부드럽고 맛이 있습니다.

### 아오모리 도와다호 와규

아오모리 도와다호 와규는 연간 출하수가 약 200마리이고 희소한 와규입니다. 육질 등급은 A4 랭크이상을 자랑하는 도와다시를 대표하는 브랜드 와규입니다. 육질은 부드럽고 육즙이 소소하게 벌어지는 상강육이 특징이며 야키니쿠 구이나 스테이크로 먹는 것을 추천합니다.

# 도와다시의 특산품

도와다시에는 맛있는 것이 많다!  
도와다시의 특산품을 소개하겠습니다!

vegetables ●



### 도와다시의 야채

도와다시는 농업이 왕성한 지역이며 6월, 7월에는 야마세라고 하는 서늘한 바람이 불기 때문에 기후에 맞는 근채류가 많이 생산되고 질 좋은 야채를 만들기 위해 「건강한 흙 만들기」에 많은 힘을 쏟고 있습니다. 재배하고 있는 밭의 양분을 분석해서 그 결과를 기반으로 하여 적절한 거름을 줌으로써 흙의 영양 밸런스를 조절해 야채 본래의 맛과 단맛을 끌어냅니다.

### 마늘

일본의 마늘 생산량의 2할 이상의 점유율을 자랑하는 도와다의 마늘은 최고급 품종인 후쿠치 화이트 룩텐종을 유래로 한 것이 대부분입니다. 하나 하나가 크고, 눈 같이 하얀 것이 특징입니다.



자세히 보기 <https://towada.site>



## 오이らせ 갈릭 포크

마늘 분말이 들어가 있는 사료를 먹고 자란 「오이らせ 갈릭 포크」는 도와다시가 자랑하는 브랜드 포크입니다. 기름의 용점이 보통 돼지고기보다 낮아서 입 안에서 녹는 것 같은 맛입니다. 간단하게 소테해서 드시면 돼지 기름의 단맛과 고기 본래의 고소한 맛을 잘 느낄 수 있습니다.



## 흑마늘

흑마늘은 건조한 마늘을 약 한 달 숙성한 건강음식입니다. 새까맣게 숙성하면, 생마늘의 영양소는 그대로, 맛은 마치 과일 같은 달콤새콤한 풍미로 맛있게 드실 수 있습니다.



## 도와다 바라야키

도와다 바라야키는 소 갈비살과 대량의 양파를 간장을 기본으로 한 매콤달콤한 양념으로 철판에서 구운 요리이고 도와다시민의 소울 푸드이기도합니다.

도와다시에서는 이런 주요 4품목을 브랜드화에 힘을 쓰고 있습니다.



## 참마

도와다의 참마는 하얗고 끈기가 강하고 짙은 맛이 약한 것이 특징입니다. 잘게 썬 참마나 생 참마를 갈아서 먹는 것은 물론이고 향토요리인 참마 수제비, 츠케모노(절임) 등 다양한 요리에서 활약합니다.



## 우엉

우엉은 아오모리현이 전국 1위의 우엉 생산지이며 그중에도 도와다 시는 아오모리내에서 최고의 생산량을 자랑합니다. 적당하게 단단하고 아삭아삭하게 씹히는 맛과 풍미가 맛있는 도와다의 우엉은 얇게 썰으면 그대로 먹을 수 있어 인기가 있습니다.



## 파

도와다산 파는 초록색과 하얀색 부분이 명확해서 시장 관계자들한테도 높은 평가를 받고 있습니다. 매운맛이 적고 요리를하면 더 단맛이 나오며 파를 구워서 먹는 것을 추천합니다.

도와다시의 매력을 세계에 발신! 어땠습니까?  
꼭 아오모리현 도와다시에 어서오세요.



## 十和田市概况

青森县十和田市位于青森县东南一带被称为“南部地方”的区域内，地处内陆。本市的十和田湖、奥入濑溪流被指定为国家特别名胜以及天然纪念物，是日本东北代表性的观光胜地，每年吸引了大量游客到访。十和田湖一带是国立公园和鸟兽保护区。在这里，生物、自然环境、景致得到了悉心保护，至今保持着古来的风姿。

同时，在“日本三大开拓地”之一的十和田市，居民们挖掘河道、开垦田地、规建城市，使其从荒芜的平原摇身一变成为在全国范围内也颇为有名的农牧产品生产地。如今，这里以十和田市现代美术馆为中心，筑成了与自然环境相谐而街景优美的“艺术之街”。



## 十和田湖

十和田湖位于十和田八幡平国立公园之中，是由十和田火山的喷发形成的火口湖。湖畔安置有高村光太郎所作的少女之像，还配备有观光用的湖上游览船。中山半岛坐落有十和田神社，是备受瞩目的灵能量点。



## 奥入濑溪流

十和田湖流出的唯一一条河川——奥入濑川，其上游从十和田湖畔子之口到烧山为止约14km的区间就称为奥入濑溪流，是被指定为了特别名胜与天然纪念物的文化遗产。由于溪流沿线分布有多处瀑布，这里也被称作“瀑布街道”。



## 十和田市秋季祭典

每年9月的第二周举行的“十和田市秋季祭典”是十和田市秋日风情的具现。祭典中，豪华绚烂的花车、气势雄浑的太鼓车占满大道，华丽的鼓点与震撼的音响带给人们深深的感动。



详情请见  
<https://towada.site>



## 十和田市官厅街大道 (驹街道)

驹街道以贯通1.1km绽放在道旁,数量达156株的樱树而闻名,在“日本道路百选”中也有入选。在这里夜间可以欣赏到灯光下的夜樱。而从市政厅的展望大厅,则可以饱览开遍整条驹街道的樱花。



Kayoi Kusama Love Forever, singing in Town  
Photo: Kuniya Oyama

## 十和田市现代美术馆

美术馆馆藏来自于活跃在日本国内外的33位艺术家。38件作品与建筑、空间融为一体展示在这里。不仅展厅,包括中庭、屋顶、楼梯间在内的全部空间皆用于多彩艺术作品的布展,向来宾提供着全新的体验。此外,美术馆前还设置有艺术广场和用作公共设施的艺术作品,使得长达1km左右的官厅街大道看起来就像一个美术馆。



## 十和田市马事公苑 小马乐园

十和田市古来便繁盛于南部马的培育,明治时代的军马补充部就设置在这里。马事公苑内设有介绍与马相关的历史等内容文化资料馆“称徳馆”。此外还有能够在投喂、骑乘体验中与马匹亲密接触的小马牧场,以及包含大型游乐设施的公园。

## experience



## 樱流骑马

驹街道旁的绿地公园在春日樱花季会举行樱流骑马赛事。樱流骑马向大家展示的是勇武而华丽的传统武术。纵马骑射的全部是女性骑手。比赛用马则是和种马(即日本马)。而马匹将奔跃通过的铁炮马场(流骑马的赛道)会被设置在盛开的排排樱树下。到了秋季,这里还将举行男女混合竞技的世界流骑马选手权大赛。



## “马人(Umagin)”

“马人”头套是属于十和田市的交流工具。戴上后大家就是伙伴。戴上后大家都笑容满面。“马人”连接着人与人,连接着人与市街,连接着市街与世界,并使这一切都充满活力。“马人”是“表现出马与艺术的街道特征的角色”,“变身‘马人’后大家一律平等”,“为了人与人相互联结的和平世界,let's Umagin!”



## 苔球

在被选定成“日本重要苔藓生息景观区”的奥入濑溪流,苔藓是为众多游客所熟悉的观光资源。我们可以通过“苔球”再现分布在溪流中遍生苔藓的岩石,将其当作“微缩版奥入濑溪流”来观赏。



gourmet ●



# 十和田市的特产

十和田市有数不清的美食！  
本页对十和田市的特产一一进行介绍！

## 十和田湖姬鳟

神秘之湖十和田所养育的“十和田湖姬鳟”是一种鲑科的淡水鱼。生长在十和田湖洁净的湖水中，其特征是很少出现河鱼特有的腥气。由于脂肪的含量恰到好处且入口即化，姬鳟制作的刺身尤其受到好评。此外，盐烤令姬鳟肉质松软，也能很好地引出其鲜美味道。

## 青森十和田湖和牛

青森十和田湖和牛是全年上市头数仅两百头左右的稀有和牛。其以肉质等级在A4以上著称，是十和田市代表性的品牌和牛。柔软的肉质与纤细的大理石状脂肪纹理是青森十和田湖和牛的特征所在。推荐做成烤肉或牛排来吃。



vegetables ●



## 十和田的蔬菜

十和田市是农业发达的地区。6、7月由于有叫做“山背”的凉风吹拂，适于这种气候的根菜类在十和田大量生产。而为了培育优质的蔬菜，十和田市在“健康土壤环境的创造”上下了很大力气。通过分析用于栽培的田地的养分，并在分析结果的基础上进行妥当的肥料增施，从而调整土壤中养分的平衡，引发蔬菜本身的甘甜和鲜美。

## 大蒜

十和田市的大蒜以全国两成的市场占有率为荣。本地所出产的绝大多数的大蒜，品种都源于最高级的福地白六瓣蒜。个头大且色白如雪是其特征。



详情请见 <https://towada.site>



## 奥入瀬大蒜猪肉

吃加入了大蒜粉末的饲料成长起来的肉用猪，其身上产出的“奥入瀬大蒜猪肉”是十和田市引以为傲的品牌猪肉。其脂肪熔点比一般的猪肉低，因此口感酥化。简单煸炒就能很好地品出其脂肪的甘甜和肌肉的鲜美。



## 黑大蒜

黑大蒜是将干燥后的大蒜发酵约一个月制成的食品。经过使大蒜肉变成黑色的发酵，新鲜大蒜的营养得以完整保留，风味则变得如同水果一样酸甜可口。



## 十和田烤五花

十和田烤五花这道料理用酱油底的甜辣酱汁对牛五花肉和大量洋葱进行调味，并在铁板上烤熟，是十和田市民的灵魂美食。

十和田市正致力于将以下 4 种主要蔬菜产品进行品牌化。



## 山药

十和田的山药，特征在于颜色洁白、粘性强且涩味少。不仅可以磨成山药泥或切块鲜吃，从乡土料理山药面疙瘩汤到泡菜，各式各样的菜品中都活跃着它的身影。



## 牛蒡

青森县以全国第一的牛蒡生产量著称，而其中，十和田市则以全县数一数二的生产量著称。个头适中、肉质紧实、口感爽脆，拥有值得自豪的风味的十和田产牛蒡，切成薄片甚至可以生吃，这一点备受食客好评。



## 大葱

十和田的大葱，白色与绿色部分界限分明，在流通渠道上得到了从业者们极高的评价。由于其辣味较少且加热后还会更甜，推荐大家尝尝用它做的铁板葱烙饼。

我们致力于将十和田市的魅力传递向全世界！  
看了我们的内容您觉得如何？ 还请您一定来青森县十和田市亲身体验。



## 十和田市概況

青森縣十和田市位於青森縣東南一帶被稱為“南部地方”的區域內，地處內陸。本市的十和田湖、奧入瀨溪流被指定為國家特別名勝以及天然紀念物，是日本東北代表性的觀光勝地，每年吸引了大量遊客到訪。十和田湖一帶是國立公園和鳥獸保護區。在這裏，生物、自然環境、景致得到了悉心保護，至今保持著古來的風姿。

同時，在“日本三大開拓地”之一的十和田市，居民們挖鑿河道、開墾田地、規建城市，使其從荒蕪的平原搖身一變成為在全國範圍內也頗為有名的農牧產品生產地。如今，這裏以十和田市現代美術館為中心，築成了與自然環境相諧而街景優美的“藝術之街”。



## 十和田湖

十和田湖位於十和田八幡平國立公園之中，是由十和田火山的噴發形成的火口湖。湖畔安置有高村光太郎所作的少女之像，還配備有觀光用的湖上遊覽船。中山半島坐落有十和田神社，是備受矚目的靈能量點。



## 奧入瀨溪流

十和田湖流出的唯一一條河川——奧入瀨川，其上游從十和田湖畔子之口到燒山為止約14km的區間就稱為奧入瀨溪流，是被指定為了特別名勝與天然紀念物的文化遺產。由於溪流沿線分佈有多處瀑布，這裏也被稱作“瀑布街道”。



## 十和田市秋季祭典

每年9月的第二週舉行的“十和田市秋季祭典”是十和田市秋日風情的具現。祭典中，豪華絢爛的花車、氣勢雄渾的太鼓車占滿大道，華麗的鼓點與震撼的音響帶給人們深深的感動。



詳情請見  
<https://towada.site>



## 十和田市官廳街大道 (駒街道)

駒街道以貫通1.1km綻放在道旁，數量達156株的櫻樹而聞名，在“日本道路百選”中也有入選。在這裏夜間可以欣賞到燈光下的夜櫻。而從市政廳的展望大廳，則可以飽覽開遍整條駒街道的櫻花。



Yayoi Kusama Love Forever, Singing in Town  
Photo: Kuniya Oyama

## 十和田市現代美術館

美術館館藏來自於活躍在日本國內外的33位藝術家。38件作品與建築、空間融為一體展示在這裏。不僅展廳，包括中庭、屋頂、樓梯間在內的全部空間皆用於多彩藝術作品的布展，向來賓提供著全新的體驗。此外，美術館前還設置有藝術廣場和用作公共設施的藝術作品，使得長達1km左右的官廳街大道看起來就像一個大美術館。



## 十和田市馬事公苑 小馬樂園

十和田市古來便繁盛于南部馬的培育，明治時代的軍馬補充部就設置在這裏。馬事公苑內設有介紹與馬相關的歷史等內容的文化資料館“稱德館”。此外還有能夠在投喂、騎乘體驗中與馬匹親密接觸的小馬牧場，以及包含大型遊樂設施的公園。

## experience ●



## 櫻流鎗馬

駒街道旁的綠地公園在春日櫻花季會舉行櫻流鎗馬賽事。櫻流鎗馬向大家展示的是勇武而華麗的傳統武術。縱馬騎射的全部是女性騎手。比賽用馬則是和種馬（即日本馬）。而馬匹將奔躍通過的鐵炮馬場（流鎗馬的賽道）會被設置在盛開的排排櫻樹下。到了秋季，這裏還將舉行男女混合競技的世界流鎗馬選手權大賽。



## “馬人(Umagin)”

“馬人”頭套是屬於十和田市的交流工具。戴上後大家就是夥伴。戴上後大家都笑容滿面。“馬人”連接著人與人，連接著人與市街，連接著市街與世界，並使這一切都充滿活力。“馬人”是“表現出馬與藝術的街道特徵的角色”，“變身‘馬人’後大家一律平等”，“為了人與人相互聯結的和平世界，let's Umagin!”



## 苔球

在被選定成“日本重要苔蘚生息景觀區”的奧入瀨溪流，苔蘚是為眾多遊客所熟悉的觀光資源。我們可以通過“苔球”再現分佈在溪流中遍生苔蘚的岩石，將其當作“微縮版奧入瀨溪流”來觀賞。

gourmet ●



# 十和田市的特産

本頁對十和田市的特産一一進行介紹！  
十和田市有數不清的美食！

## 十和田湖姫鱒

神秘之湖十和田所養育的“十和田湖姫鱒”是一種鮭科的淡水魚。生長在十和田湖潔淨的湖水中，其特徵是很少出現河魚特有的腥氣。由於脂肪的含量恰到好處且入口即化，姫鱒製作的刺身尤其受到好評。此外，鹽烤令姫鱒肉質鬆軟，也能很好地引出其鮮美味道。

## 青森十和田湖和牛

青森十和田湖和牛是全年上市頭數僅兩百頭左右的稀有和牛。其以肉質等級在A4以上著稱，是十和田市代表性的品牌和牛。柔軟的肉質與纖細的大理石狀脂肪紋理是青森十和田湖和牛的特徵所在。推薦做成烤肉或牛排來吃。



vegetables ●



## 十和田的蔬菜

十和田市是農業發達的地區。6、7月由於有叫做“山背”的涼風吹拂，適於這種氣候的根菜類在十和田大量生產。而為了培育優質的蔬菜，十和田市在“健康土壤環境的創造”上下了很大力氣。通過分析用於栽培的田地的養分，並在分析結果的基礎上進行妥當的肥料增施，從而調整土壤中養分的平衡，引發蔬菜本來的甘甜和鮮美。

## 大蒜

十和田市的大蒜以全國兩成的市場佔有率為榮。本地所出產的絕大多數的大蒜，品種都源於最高級的福地白六瓣蒜。個頭大且色白如雪是其特徵。



詳情請見 <https://towada.site>



## 奥入瀬大蒜猪肉

吃加入了大蒜粉末的飼料成長起來的肉用豬，其身上產出的“奥入瀬大蒜猪肉”是十和田市引以為傲的品牌豬肉。其脂肪熔點比一般的豬肉低，因此口感酥化。簡單煨炒就能很好地品出其脂肪的甘甜和肌肉的鮮美。



## 黑大蒜

黑大蒜是將乾燥後的大蒜發酵約一個月製成的食品。經過使大蒜肉變成黑色的發酵，新鮮大蒜的營養得以完整保留，風味則變得如同水果一樣酸甜可口。



## 十和田烤五花

十和田烤五花這道料理用醬油底的甜辣醬汁對牛五花肉和大量洋蔥進行調味，並在鐵板上烤熟，是十和田市民的靈魂美食。

十和田市正致力於將以下 4 種主要蔬菜產品進行品牌化。



## 山藥

十和田的山藥，特徵在於顏色潔白、粘性強且澀味少。不僅可以磨成山藥泥或切塊鮮吃，從鄉土料理山藥面疙瘩湯到泡菜，各式各樣的菜品中都活躍著它的身影。



## 牛蒡

青森縣以全國第一的牛蒡生產量著稱，而其中，十和田市則以全縣數一數二的生產量著稱。個頭適中、肉質緊實、口感爽脆，擁有值得自豪的風味的十和田產牛蒡，切成薄片甚至可以生吃，這一點備受食客好評。



## 大蔥

十和田的大蔥，白色與綠色部分界限分明，在流通渠道上得到了從業者們極高的評價。由於其辣味較少且加熱後還會更甜，推薦大家嘗嘗用它做的鐵板蔥烙餅。

我們致力於將十和田市的魅力傳遞向全世界！  
看了我們的內容您覺得如何？ 還請您一定來青森縣十和田市親身體驗。