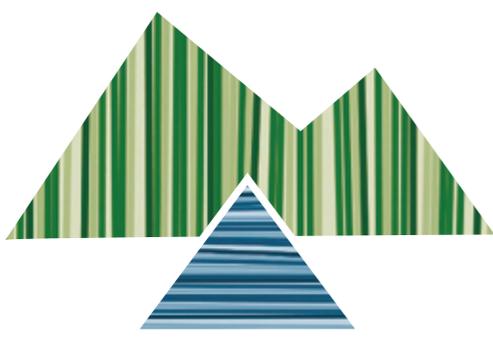


# ゆったりあそぶ

— 8section 117kmの歩き道 —

## 奥津軽トレイル Okutsugaru TRAIL



### ■ 奥津軽トレイルとは

天然の日本三大美林のひとつ「青森ひば」と近代遺産「森林鉄道軌道跡」を巡る、117kmのトレイル。その土地土地の自然や文化、人との触れ合いを楽しむロングトレイルならではの魅力が詰まっています。また、ロングトレイルでありながらも、一本の道ではなく3~24kmまでの8つのコースで構成されているのも大きな特徴。急な勾配の山岳エリアからゆるやかな遊歩道までバリエーションはさまざま、トレッキング初心者～上級者、子どもから大人まで、幅広い方々に楽しんでいただけます。



### ■ 青森ひばとは

大きく北方型と南方型に分けられる「ひば」において、「青森ひば」は北方型で学名(和名)を「ヒノキアスナロ」と言い、本州中部以西にある南方型を「アスナロ」と言います。青森ひばはアスナロに比べて材質的に優れ、岩手県の中尊寺金色堂(1124年建立)をはじめ、古くから社寺仏閣、城の築材として珍重されてきました。

特に、神木として崇められている「十二本ヤス」が有名。幹の途中で12本に枝が分かれ、魚を獲るヤス(モリ)のカタチをしていることから名付けられました。樹齢は800年とも言われています。

新しい枝が生え、13本になると1本が枯れる。つねに12本の状態が維持されることから、山の神様が宿ったとされており、鳥居を奉納し神木として崇められています。



### ■ 森林鉄道とは

近代に入り、大都市圏における木材需要が急増。それを背景に1910年(明治43年)に蒸気機関車に牽引された青森ひば運材列車の運行がスタートしました。津軽森林鉄道は日本初かつ最長と言われ、最盛期には総延長320kmにおよぶほど。奥津軽に毛細血管のごとく張り巡らされましたが、モータリゼーションの発達により1967年(昭和42年)にその歴史に幕をおろすことに。しかし、今もなおその痕跡は津軽半島に残っています。

最盛期に青森ひばを運搬する森林鉄道。現在、森林博物館(青森市)や歴史民俗資料館(金木)で車輛などが展示されている。森林鉄道の歴史を知るための貴重な資料である。



### ■ 太宰治ゆかりの傍島家

太宰治の親戚である傍島家の古民家を修復した施設。地域住民の活動拠点として、次世代に向けた伝統文化の継承やビジネスの創出を目的とした活動を行なっています。都市農村交流、世代間交流、下記体験プログラムなど、各種イベントも実施。お弁当の注文(最大80ヶ)も受け付けています。



### ■ 喫茶店「駅舎」

太宰治の小説「津軽」に登場するごちままりとした「駅舎」です。喫茶店の裏にはプラットホームがあり、津軽鉄道が時を刻んでいます。昭和初期の懐かしい雰囲気と共に珈琲はいかがでしょう。食事をされる方には、地元の馬肉を使った「激馬かなぎカレー」がオススメです。



### ■ 体験プログラム

#### 1. 青森ひばの香りウォーター作り体験

青森ひばの香りは、とてもさわやかで優しく、まるで森林浴をしている気分になることができます。この香りをお持ち帰りいただくために体験教室を実施中。お風呂にもピツパリですし、芳香剤として活用することもできます。



#### 2. 青森ひばのリース作り体験

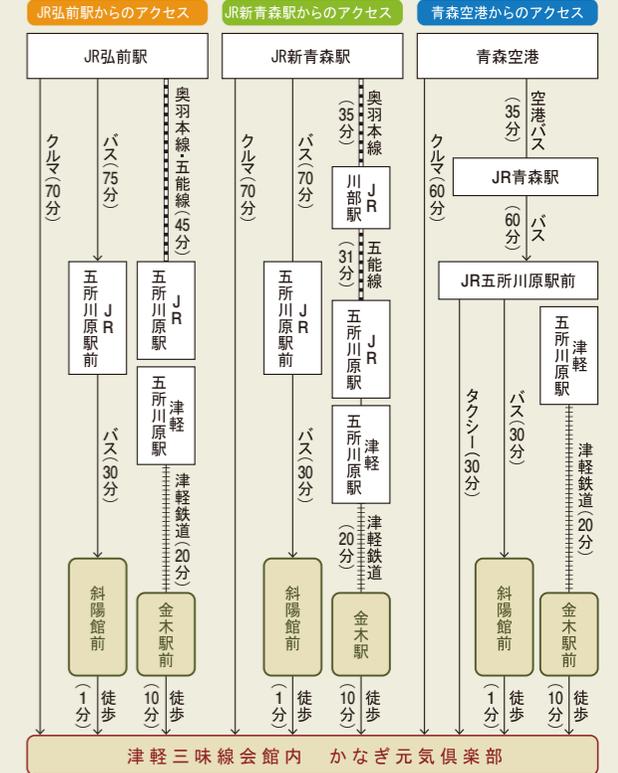
以前は、青森ひばを使った工芸が奥津軽でも盛んでしたが、今では衰退の一途。そんな伝統工芸を伝へ、残し、次の世代に受け継ぐために、まずは皆さんに体験していただくプログラムをご用意しました。



### 宿泊施設 奥津軽トレイルのおもてなしはここ!

- ホテルサンルート五所川原  
住所：五所川原市布屋町25 Tel：0173-34-8811  
●客室数：96室 ●収容人数：116名 ●駐車場：40台  
●URL: <http://www.sunroutehotel.jp/goshogawera/>
- ホテルサンルートパティオ五所川原  
住所：五所川原市宇田町181 Tel：0173-33-3333  
●客室数：119室 ●収容人数：136名 ●駐車場：60台  
●URL: <http://www.sunroutehotel.jp/patio-goshogawera/>
- パークイン五所川原エルムシティ  
住所：五所川原市大字唐笠柳字藤巻66-12 Tel：0173-34-8910  
●客室数：137室 ●収容人数：172名 ●駐車場：130台  
●URL: <http://www.parkinn-el.co.jp/>
- 民宿と食事処 エンゼル  
住所：五所川原市金木町芦野84-715 Tel：0173-53-2349  
●客室数：16室 ●収容人数：60名 ●駐車場：50台  
●URL: <http://www.1-angel.ne.jp/>

### ■ アクセス

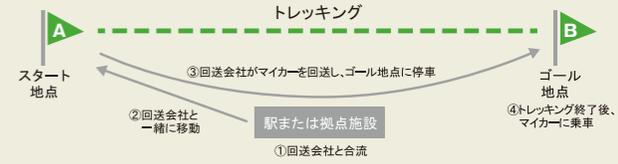


※セクション6,7へのアプローチは、北海道新幹線「奥津軽いまべつ駅」からが便利です。

### ■ 2次交通手段

トレイルへのアプローチポイントへは、自家用車、レンタカー、タクシーでのアクセスが必要です。また季節や天候により、道路の状態が異なるため、事前に情報を入手してください。奥津軽トレイル(セクション1,3)では、トレイルの基点までマイカーもしくはレンタカーを事前に回送してくれるサービスを提供しています。サービスに関する詳細は、下記事務局へお問い合わせください。

### 回送模式図



### 回送方法について

- (1) 利用予定日の3日前までに事務局に連絡し、利用日時や利用方法を確認。事前予約を入れる。
- (2) 予約日時に、待ち合わせ場所にて回送会社と合流。
- (3) トレッキングのスタート地点まで回送会社の車と一緒に移動。
- (4) スタート地点に着後、回送会社がお客様の車をゴール地点へ回送。
- (5) 予定場所に駐車が完了したら、お客様の携帯電話に連絡。
- (6) お客様はトレッキング終了後、予定場所に駐車しておいた車に乗車。

奥津軽トレイル倶楽部では、今後もトレイルルート開発を実施していきます。奥津軽の自然や近代遺産を保全したい、トレイルガイドをしたい、ボランティアに参加したいなど、奥津軽トレイルと一緒に育ててくれる方を募集します。詳しくは事務局(奥津軽トレイルで検索)まで。

### 問い合わせ

一般社団法人かなぎ元気村 奥津軽トレイル倶楽部事務局  
〒037-0207 青森県五所川原市金木町蒔田桑元39-2  
TEL: (0173) 52-2882 FAX: (0173) 52-2892  
mail: [okutsugaru-trail@kanagi-gc.net](mailto:okutsugaru-trail@kanagi-gc.net)

## ■ 奥津軽は太宰治生誕の地

日本海側の「津軽地方」と太平洋側の「南部地方」に区分される青森県。その中において、津軽の西北部が奥津軽と呼ばれるエリアです。太宰治はこのエリア、具体的には五所川原市（当時は北津軽郡金木村）で生まれ、育ちました。太宰は、小説「津軽」をはじめ、この地を舞台にした小説を数多く残しています。

## ■ 太宰治記念館「斜陽館」

赤い屋根が特徴の太宰治の生家「斜陽館」。森林鉄道の開業とほぼ同じ、1907年（明治40年）に建てられた和洋折衷の豪邸。青森ひば材がふんだんに使用されています。国の重要文化財建造物に指定され、明治期の木造建築物としても貴重。幼少期の太宰の暮らしに触れられる場所でもあります。



## ■ 小説「津軽」の像記念館

館内では、小説「津軽」のエピソードや、越野タケと太宰治の年譜、写真などを展示・解説。さらに、太宰の子守であったタケが太宰との思い出を語る映像などをビデオシアターで上映しています。記念館の隣、太宰とタケが数十年ぶりの再会を果たした丘には、「津軽」のラストシーンを再現した像が建てられています。



## ■ 津軽三味線会館

青森ひば材をはじめ、米、にしんなどで財をなした奥津軽の豪商たちが庇護した芸能「津軽三味線」。津軽三味線会館では、今も始祖「仁太坊」の血を受け継いだ演奏が行なわれています。展示室では、津軽三味線のルーツや歴史、津軽民謡、郷土芸能等を紹介。「世界の弦楽器・三味線」コーナーでは、各音色を聴くことができます。



# 奥津軽 トレイルマップ

奥津軽には本州最果ての情景や森林鉄道が残した近代遺産が点在しています。そこを舞台にしたトレッキングコースは全8セクション、総延長117km。今後、奥津軽トレイル倶楽部では、青森ひばと森林鉄道軌道跡をテーマに、歴史や文化、自然をつなげ、さらにルートを拡張していきます。このトレイルを歩いて、ぜひ知られざる奥津軽の魅力を感じてください！



のどかな小泊海岸線には、今も枕木やレールが残っている。セツ滝には、石垣が残り、線路跡をたどるとトンネル遺構もある。そこで、宴会が行われていたことも。



奥津軽に張り巡らされた森林鉄道を走る機関車の勇姿、そして、広大な貯木場。  
※旧営林局で働いていた方々から提供していただいた貴重な写真。



「津軽鉄道」

津軽の四季を感じさせるローカル線。ストーブ・鈴虫・風鈴列車は奥津軽の風物詩。



「藤の滝」

太宰治の小説「魚服記」の舞台となった滝。ツツジや藤の咲く頃は絶景。



「芦野公園」

芦野公園前にある金木歴史民俗資料館では、豊かさや文化を運んだ森林鉄道の機関車を展示。



「青森市森林博物館」



営林局の旧庁舎は、青森ひば材を使った威風堂々としたルネッサンス式木造建築物。

## ガイドライン

奥津軽の貴重な自然・歴史・文化資源を次世代へ伝え、残していけるように、奥津軽トレイル倶楽部では、以下のガイドラインを決め、実践していきます。

1. 奥津軽の青森ひば及び森林鉄道軌道跡をはじめとする自然・歴史・文化資源を保全していくことを基本とします。
2. 奥津軽の自然・歴史・文化を学び、伝え、自らも健康になっていきます。
3. 人と人とのつながりや絆を大切に、地域の元気を呼び起こします。

## トレッキングルール

1. 青森ひばの植生地はほとんどが国有林です。指定されたコースを歩き、環境に負荷がかからないようにします。
2. そこに生息する動植物を大切にします。
3. ゴミはすべて持ち帰ります。トイレは施設を利用します。
4. エコツーリズムを推進する団体・ガイドにより指示されたルールを守ります。
5. 他のトレッキング参加者や地域住民に配慮して、奥津軽を楽しみます。
6. 事前に情報を収集し、トレッキング計画を立案します。
7. 基本的には安全は自己管理の意識を徹底します。万が一に備えた準備は怠りません。

皆様一人一人のルールの徹底が、奥津軽の自然・歴史・文化資源を守ることにつながります。以上のことを順守するあなたの行動が、次世代へ、この自然・歴史・文化資源を引き継ぐことにつながります。

## 奥津軽トレイルガイドについて

かなぎ元気倶楽部では、奥津軽トレイルの趣旨に賛同し、独自に行なったガイド研修を修了したガイドを登録し、利用者へ奥津軽の歴史、文化と自然を結びつけるガイドをご紹介します。トレイルを安全に楽しくお過ごしいただくために、ガイド付きトレッキングをオススメします。

奥津軽トレイルガイド料金

半日（4時間以内）	8,000円
一日（8時間以内）	15,000円

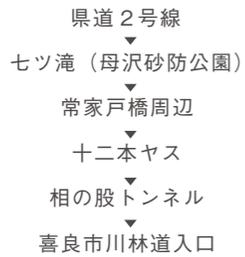
# 1

## 神のひば「十二本ヤス」のパワースポット 青森ひばの神木コース

起伏のあるエリアをしばらく歩いて「七ツ滝」と「水力発電所跡」へ。ここは母沢砂防公園内であり、トイレや東屋、溪流もあるので休憩にピッタリ。さらに木遣沢・常家戸沢線に沿って山間へと進み、川沿いを注意深く見ていくと森林鉄道の木橋跡、石垣跡などを目にすることができる。ここで折り返し、さきほどの公園を過ぎると伝説の神木「十二本ヤス」が現れる。ゴール間近の相野山橋脇にある森林鉄道の相の股トンネル跡も必見だ。

### Course DATA

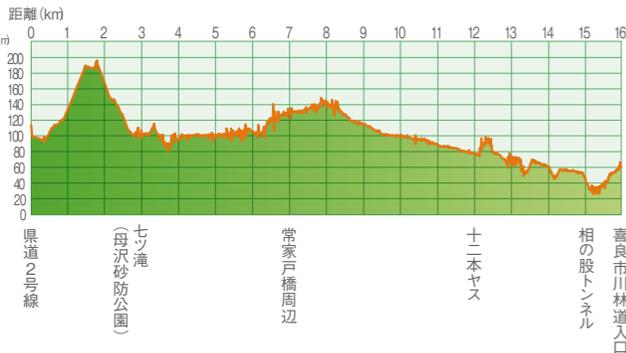
参考タイム	…… 5時間半
歩行距離	……… 16 km
標高差	……… 164m
体力レベル	……… ★☆☆



7段の岩場を流れ落ちる「七ツ滝」。その昔、この落差を利用して水力発電が行なわれ、森林鉄道宿舍の電源をまかっていた。今もなお、発電所跡が残っている。



コース折り返し地点にひっそりと佇む木橋跡。もはや自然の一部になっているかのようだが、明治～昭和にかけて大活躍。ここがかつての森林鉄道に思いを馳せてみよう。



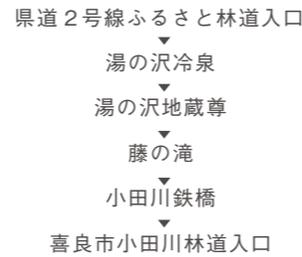
# 2

## 森の中に出現する巖かで神秘的な泉 太宰治ゆかりの地コース

舗装路のふるさと林道を歩き、湯の沢冷泉へ。森の中にある冷泉はまるでオアシスのよう。硫黄の匂いが立ち込め神秘的な雰囲気がたどよう。すぐそばの湯の沢地蔵尊を経て藤の滝へ。ここは太宰の小説「魚服記」の舞台であり、春には藤の花が咲きほころぶことでも有名。小説を読んだ人はその情景が思い浮かび、未読の人はきっと読みたくなるはずだ。ラストは、森林鉄道跡の小田川鉄橋。道を外れた林間にあるため発見しづらいが一見の価値あり。

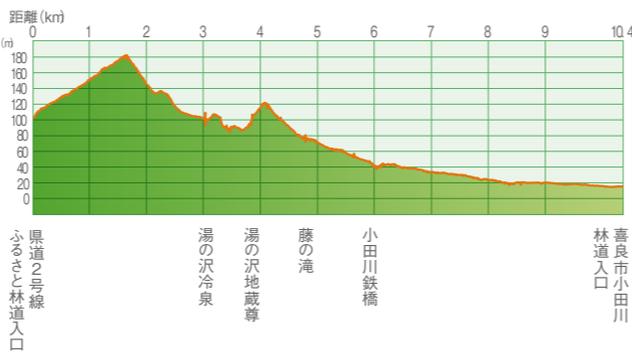
### Course DATA

参考タイム	…… 2時間半
歩行距離	……… 10.4 km
標高差	……… 166m
体力レベル	……… ★☆☆



森林鉄道のひとつ小田川支線は、五所川原市金木町芦野から喜良市を経て小田川へと続く。ここにあるのが小田川鉄橋だ。その立派な佇まいは現役時代を彷彿とさせる。

藤の滝は、小田川上流にある2段の滝で、上が雄滝、下が雌滝と呼ばれている。雄滝が太宰の小説「魚服記」の舞台となった場所とされている。



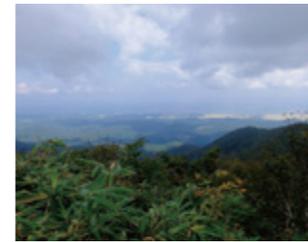
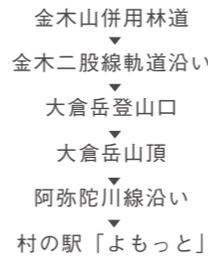
# 3

## 津軽半島の名峰「大倉岳」を越えて陸奥湾へ 大倉岳登頂コース

津軽半島の脊梁をなす中山山脈に位置し、その中において中心的存在であるのが「大倉岳」である。金木側からのルートは険しく、標高677mの低山とは思えないほど登り応えがある。草木が生い茂り、踏み跡が見づらい箇所もあるので注意が必要だ。山頂からは津軽海峡や下北半島、陸奥湾などを眺めることができる。鳥居や祠などもあり、古くから信仰の山であったことが分かる。※歩く際はガイドが必須になるため、事前に事務局への連絡が必要。

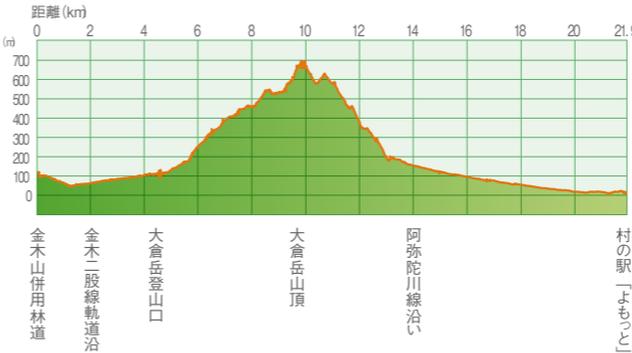
### Course DATA

参考タイム	……… 6時間
歩行距離	……… 21.9 km
標高差	……… 670m
体力レベル	……… ★★☆☆



大倉岳山頂からは、北は津軽海峡、東は下北半島、陸奥湾、南は八甲田、津軽平野、西は日本海を望める大パノラマ。時間があれば、赤倉岳や袴腰岳へと足を延ばしてもいい。

蓬田へとつづく下山道は、金木側とは打って変わって整備が行き届いている。道標もあるので迷う心配もない。ブナやヒバも生い茂っていて、自然の恵みを感じられるトレイルだ。



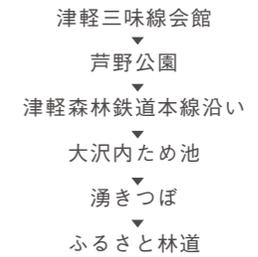
# 4

## 津軽鉄道沿いを歩いて名水「湧きつば」へ 自然公園と名水コース

スタート地点は津軽三味線会館。まず80ヘクタールの広大な敷地をもつ芦野公園へ。日本さくら名所百選にも選ばれており、園内を津軽鉄道が通っている。公園を抜けると津軽鉄道と並走する森林軌道跡を歩く。津軽平野ののどかな田園風景は郷愁を誘う。大沢内ため池公園に入ると遊歩道があり、平成の名水百選のひとつである「湧きつば」へと辿り着く。昔から、無味無臭の名水として地域住民から愛されている水を、ぜひ味わってほしい。

### Course DATA

参考タイム	…… 6時間半
歩行距離	……… 15 km
標高差	……… 62m
体力レベル	……… ★☆☆



津軽鉄道と並行する森林鉄道跡。タイミングが良ければ列車も眺められる。どこまでも広がる田畑の中を歩いていく。振り返れば雄大な岩木山の姿。

芦野池沼群県立自然公園に指定されている大沢内ため池公園。ため池に架かる遊歩道が特徴的で、散策路としても人気。また、池周辺ではサギやキジを目にすることも。



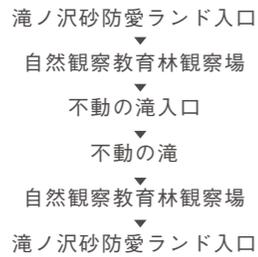
# 5

## 岩場を水しぶきをあげて落ちる迫力の滝 山伏の荒行場コース

滝ノ沢砂防愛ランドの駐車場がスタート地点。砂防ダムから遊歩道が整備されているので、初心者も安心。足元はスニーカーでも問題ない。途中、スギからヒバへと変化するエリアでは下草やキノコの植生の違いを見ることができる。なだらかな道は、勾配の少ない場所を選んで森林鉄道が敷設されたことを感じさせてくれる。その後、鎌倉時代に山伏の荒行場だったと伝えられる「不動の滝」が現れる。四季折々に多様な表情を見せるパワースポットだ。

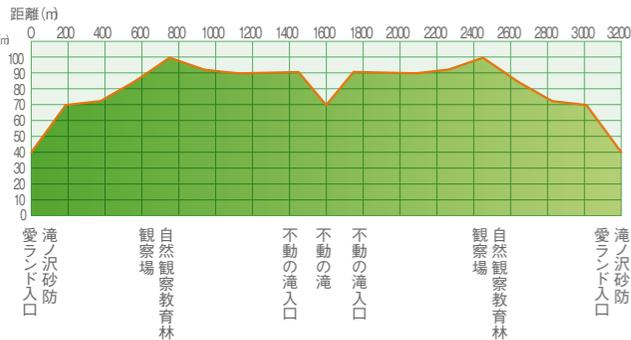
### Course DATA

- 参考タイム …… 1時間半
- 歩行距離 …… 3.2km
- 標高差 …… 62m
- 体力レベル …… ★☆☆



せせらぎ遊歩道はとても歩きやすいため、足腰や体力に自信がない人も安心。新緑や紅葉をはじめ、四季折々の景色もオススメ。川も流れており、豊かな自然を堪能できる。

流量が多く迫力満点の不動の滝。神事も年1回厳かに執り行なわれている。太宰治が幼少時に初めて旅した場所がここだったとも言われており、太宰ゆかりの地としても名高い。



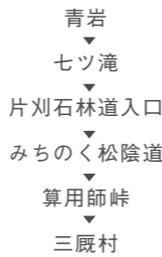
# 6

## 幕末の志士「吉田松陰」が歩いた道を辿る みちのく松陰道コース

小泊～竜飛岬をつなぐ国道339号の通称「竜泊ライン」を歩きはじめると、右手に大きな「七ツ滝」が現れる。ほどなくして、吉田松陰が津軽海峡を防衛検分するために歩いたという「みちのく松陰道」へ入る。溪流沿いの林道をしばらく歩くと森林鉄道跡の朽ちた木橋が。ここから勾配が急になり、奥へと進むと最高標高地点の算用師峠へ。広場があるので絶景を楽しみながら休憩しよう。その後、ブナとヒバの巨木が林立する森を抜けて、三厩入口に下りる。

### Course DATA

- 参考タイム …… 5時間半
- 歩行距離 …… 14.7km
- 標高差 …… 419m
- 体力レベル …… ★★★



季節によって、海からの強風で滝の一部が飛沫となって舞上がる現象も楽しめる「七ツ滝」。途中まで登れる道があり、そこには森林鉄道跡のトンネルも複数存在している。

みちのく松陰道の序盤にある木橋。深い森の中でひととき存在感を放つ姿は、森林鉄道として活躍していた時代を思い起こさせる。後世に残すべきまさに近代遺産だ。



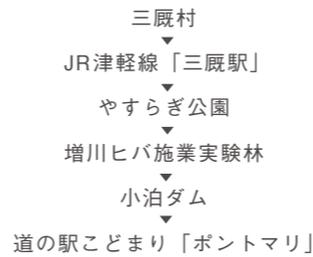
# 7

## 巨木の森と滝が点在する自然豊かな秘境 静寂のひば峡道コース

義経北行伝説の地でもある三厩を出発すると、ほどなくして広大な敷地を持つやすらぎ公園に。さらに進むと「ひば峡道(かいどう)」の看板。ここから人影のない静かな林道を歩くことになる。6つの滝が点在しており、森林だけではなく滝も存分に味わえるルートである。「森の泉」という湧き水や「猿すべり岩」という巨岩も必見だ。その後、増川ヒバ施業実験林、小泊ダムを経て、道の駅こども「ポントマリ」にゴールする。

### Course DATA

- 参考タイム …… 6時間半
- 歩行距離 …… 24.1km
- 標高差 …… 374m
- 体力レベル …… ★★☆☆



コース沿いに大小さまざまな滝が流れているのが特徴。春は新緑、秋は紅葉によってその流れの美しさが際立つ。癒しの道といっても過言ではない。

地元住民から愛着を込めて「ひば狭道」と呼ばれている県道286号線を歩く。遺跡などの目立つスポットはないものの、ヒバやブナなどさまざまな樹木が生い茂る。



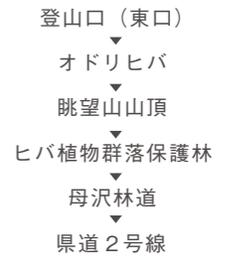
# 8

## 日本三大美林「青森ひば林」が茂る癒しの世界 眺望山周遊コース

駐車場のすぐそばにある登山口(東口)からスタート。天然の青森ひば林が鬱蒼と茂り、辺りはまさに天然林の樹海。ヒノキやカラマツ、スギなどの人工造林地、ナラなどの広葉樹林をはじめ、多種多様な樹木があるのも特徴である。ヒバの幹が右によじれているもの(右巻き)、左によじれているもの(左巻き)が見られるのもここならではの。眺望山の山頂(標高143m)まではあっという間。起伏も少なく、登山初心者はもちろん子どもにもピッタリだ。

### Course DATA

- 参考タイム …… 3時間
- 歩行距離 …… 11.3km
- 標高差 …… 116m
- 体力レベル …… ★☆☆



生命力あふれる「オドリヒバ」。幹が二股、三股に分かれているものは珍しくはないが、これほどのものは稀。まるで踊っているかのように見えることからその名が付けられた。

2010年に眺望山山頂そばに設置された高さ19mの展望台。このおかげで、陸奥湾や八甲田山などの眺望が楽しめるように。また山頂付近にはトイレも設置されている。

