

# 十三湖・しじみ力りよく



**生産量全国トップクラス  
十三湖の「ヤマトシジミ」**

津軽国定公園である十三湖は、青森県で3番目に大きな湖。汽水湖ゆえの生物も多く、しじみはその最たるもの。しじみの遊漁場もあり、解禁期間は多くの家族連れで賑わいます。湖畔は水を浄化する作用のある葦が生い茂り、幻の鳥といわれるオオセッカや天然記念物であるオオワシなどの野鳥も多く見られます。また、絶好の釣りポイントでもあり、ボラやウグイ・ワカサギ・ヒラメ・ハゼなどが生息し、大空望の憩いの場となっています。

特産のヤマトシジミは全国有数の生産量を誇ります。しじみは夏の土用しじみが旬といわれますが、十三湖が結水する厳寒期のしじみも美味。寒しじみと呼ばれ、夏に比べると身は若干小さ

湖面の水を割って行われる冬のしじみ漁



いもの旨みを蓄えて出汁が良く、旬とされています。しじみはグリコゲンやタウリンを大量に含み、肝臓や黄疸などによいとされています。このしじみの栄養素を手軽に取り入れられるエキスを多分に含んだ加工品に、しじみエキストラクタや様々な商品も開発されています。またしじみラーメンや味噌、佃煮などの趣向品も人気の商品です。



**しじみ採り体験**

- 期間/4月下旬～10月中旬 ●時間/9:00～15:00
- 料金/500円 ●場所/中の島ブリッジパーク
- 交通/JR五所川原駅より車約50分
- 問/市浦地域活性化センター ☎0173-62-2775
- 地図/P18:C-1



## 道の駅十三湖高原

十三湖名産ヤマトシジミや各種しじみ加工品の販売、名物しじみラーメンや市浦牛の料理も提供しています。

「市浦牛」は昭和62年、東北・北海道ブロックの品評会で東日本チャンピオンに輝いた高級ブランド。数が非常に少なく、幻の市浦牛と呼ばれています。



**道の駅十三湖高原**  
「トーサムグリーンパーク」

- 時間/9:00～18:00(4月～10月)、9:00～17:00(11月～翌3月)
- 交通/JR五所川原駅より車約50分
- 問/☎0173-62-3556
- 地図/P18:C-3

**しじみラーメン**

- 期間/通年
- 時間・料金/各店で異なります
- 場所/十三湖中の島近辺
- 交通/JR五所川原駅より車約50分
- 問/ドライブイン和歌山 ☎0173-62-2357
- レストランわらび ☎0173-62-3710
- 地図/P18:C-1 辺り

**しじみの汁焼きそば**

- 期間/通年
- 時間・料金/各店で異なります
- 場所/要問合せ
- 問/五所川原商工会議所 ☎0173-35-2121

**赤い屋根の喫茶店「駅舎」**

- 時間/10:00～17:00(LO16:30)
- 料金/要問合せ
- 休/水曜、年末年始(要問合せ)
- 交通/津軽鉄道芦野公園駅より徒歩すぐ
- 問/☎0173-52-3398
- 地図/P18:D-3

# 赤～いりんご御所川原



花、葉、果実までもが赤い林檎

五所川原市には、果肉・花・若葉・枝までもが赤いという世界的にも大変珍しい「赤～いりんご」があります。

「赤～いりんご」は、当市出身の前田顕三氏により昭和14年から育種されました。氏により20数年の時をかけ「赤～いりんご」は誕生したのです。現在までにこのりんごを利用した加工商品が数々生み出されてきました。ほ



「赤～いりんご」の花



どよい酸味、軽やかな甘さのジュースやジャム、爽やかなりんごの風味と香りが楽しめる「中まで赤～いりんごの麺」等々。いずれも無添加・無着色で、自然な美味しさをお楽しみいただけます。



**サクッカリッの食感も楽しい「あげたい」**

注文を受けてから揚げるので出来たて熱々。学校帰りに、ちょっとした土産に、地元民御用達のおやつ。〇〇してあげたい」という気持ちを込めた縁起物としても人気。「みわや」には揚げたいメニューがいっぱい



## 百年食堂「そば処・亀乃家」



「百年」の歴史を誇る老舗。立佞武多の館裏手にある「そば処・亀乃家」は、天中華がおすすめ。天中華はホタテのかき揚げをのせた中華そばで、常連客の隠しメニューだったものが、評判を呼んで定番に。かき揚げの旨味とコクが中華そばにベストマッチ。

## まちなか市場「マルコーセンター」

立佞武多の館に隣接し、青森の新鮮な食材を販売する市民の台所。鮮魚や魚介類の加工品、山里の旬の幸なども豊富に品揃え。お土産などにご利用できます。

## 県産りんごのブランド「蒸溜所」

五所川原市の中心部立佞武多の館の裏手に昨年オープンした「モホドリ蒸溜研究所」。りんごを酵母などで漬けて青森県産の原料を使用した蒸溜酒「アツブルブランデー」を醸成することが出来ます。施設内には工場が併設されているほか、ドリンクカウンターもあるため、蒸溜設備や作業の様子を見ながらブランデーの試飲をすることが出来ます。



## 地場特産品がズラリ 金木観光物産館「産直メロス」

文豪太宰治の生家「斜陽館」の向かいに位置し、地元で採れた旬の野菜や果物をメインに、新鮮な海産物や生花、手工芸品のほか地元の手作りおやつやお惣菜、お土産品なども販売しています。併設の「メロス食堂」では、昔懐かしいラーメンや、特産の馬肉を使ったメニューも味わえます。地元密着型のため、津軽弁が飛び交うコアな奥津軽を堪能できます。



## 赤い屋根の喫茶店「駅舎」

「馬まん」は馬肉を使ったまんじゅうのこと。太宰の好物、根曲がり竹が入った醤油味や、金木独特な「馬肉鍋」の具材がそのまま入った味噌味があります。ほかにも馬肉をしつくり煮込み、スパイスを効かせた「激馬かなぎカレー」などの「激馬」料理は芦野公園駅の旧駅舎を改装した赤い屋根の喫茶店「駅舎」でいただけます。



**モホドリ蒸溜研究所**

- 時間/10:00～18:00
- 休/日曜
- 交通/JR五所川原駅より徒歩5分
- 問/☎0173-23-5805
- 地図/P17:C-2

**マルコーセンター**

- 時間/8:00～18:00
- 休/日曜
- 交通/JR五所川原駅より徒歩約5分
- 問/マルコーセンター ☎0173-34-2264
- 地図/P17:C-2

**そば処・亀乃家**

- 時間/10:00～17:00
- 休/日曜、第4火曜
- 交通/JR五所川原駅より徒歩約5分
- 問/☎0173-35-2474
- 地図/P17:C-2

**あげたいの店みわや**

- 時間/9:00～17:00 (無くなり次第終了)
- 休/日曜 ※臨時休業有
- 交通/JR五所川原駅より徒歩約7分
- 問/☎0173-34-2064
- 地図/P17:B-2

**金木観光物産館「産直メロス」**

- 時間/9:00～18:00
- 休/12月30日～1月2日
- 交通/津軽鉄道金木駅より徒歩7分
- 問/☎0173-54-1155
- 地図/P18:F-3