

spa **金太郎温泉**



茶褐色で塩味のある泉質が特徴。そのツルツルのお湯は切り傷や冷え性、皮膚の乾燥からうつ状態まで幅広い効能が期待できる。

- 住所：五所川原市姥苅桜木 299-1
- 電話：0173-34-7715
- 営業時間：8:00～22:00
- 定休日：なし
- 料金：350円(おとな) / 150円(小学生) / 60円(3歳以上) 3歳未満無料

家族風呂  
1,300円(1H)  
1,800円(1.5H)  
2,300円(2H)

※通常より200円安い10回分の回数券もある。

おすすめの飲食店 **ふゆめ堂**

アート作品が展示されているギャラリーとおいしい料理やコーヒーが楽しめるカフェが融合したギャラリーカフェ。サラダ、コーヒー、デザートが付くカレーセット(1,000円)が人気。



住所 / 五所川原市連沼 19-54  
電話 / 0173-35-2355  
営業時間 / 11:00～18:00  
定休日 / 火曜・水曜

spa **広田温泉**



塩気があり、ツルツルとしたかけ流しの温泉。子供でも入れるような熱すぎないお湯だがよく温まり、ポカポカとした感覚が長く続く。関節痛や皮膚病、切り傷などに効能を持つ。

- 住所：五所川原市広田字下り松 111-1
- 電話：0173-34-6385
- 営業時間：6:00～22:00
- 定休日：なし
- 料金：330円(おとな) / 150円(子ども) / 60円(幼児) 家族風呂 1,300円

おすすめの飲食店 **グリルストウ**

メニューの豊富な洋食レストラン。グリルや洋食はもちろん、ラーメンなどの中華料理をビール片手に楽しむこともできる。おすすめのメニューは味噌ラーメン、スパゲッティとグラタンのセット、オムライスだそう。

住所 / 五所川原市広田榊森 47-3  
電話 / 0173-35-8832  
営業時間 / 11:00～21:00 (L.O.20:30)  
定休日 / 木曜



spa **醗酵倶楽部 温活美人**



冷え改善、美肌効果、ダイエットなどに効果があります。短時間で身体を芯から温めます。人体に有効とされる成分をふんだんに含んだ米ぬか100%の酵素浴で五所川原には初の酵素風呂です。

- 住所：五所川原市大字小曲沼田 97-56
- 電話：0173-26-5451
- 営業時間：9:00～11:30 / 14:00～18:30
- 定休日：不定休
- 料金：一般の方 3,500円 会員の方 3,200円 初回料金 2,500円

※必ずご予約が必要ですので、電話・LINE・ホットペッパービューティーなどからご予約ください。

おすすめの飲食店 **たけ屋**

とろけるチャーシューが自慢で「濃くみそラーメン」が有名なラーメン店です。ラーメンもおいしいですが、セルフサービスとなっている大根の漬物も絶品です。たけ屋のおすすめメニューは、濃くみそネギラーメン、濃厚中華、しょうがみそラーメンです。また、つがる総合病院の2階には姉妹店であるレストランTAKEYAもありこちらではラーメンはもちろん定食やカレーなどがあります。



住所 / 五所川原市小曲字豊里 5-2  
電話 / 0173-34-8018  
営業時間 / 11:00～15:30 / 17:00～20:00  
定休日 / 水曜

私たちが作りました

私たち五一高じゃわめき隊は「地域を学びの場」とすることを合言葉に活動しています。地域貢献活動や地域課題解決へ向け高校生視点から様々な取り組みを行っています。そして活動の様子はSNSを通じて発信しています。今回のマップ作成では、五所川原市の温泉施設とその近くにある飲食店を私たちの視点から取材しました。一人でも多くの方に五所川原市の温泉施設や飲食店を知って欲しいと思いマップを作りました。



【お問い合わせ】

**マップ・五一高じゃわめき隊について**

学校法人 舘田学園 五所川原第一高等学校  
TEL. 0173-34-2347 FAX. 0173-35-7829



五所川原 **湯っことグルメMAP**  
Hot spring & Gourmet Guide Map



#五所川原市 × 高校生  
#温泉でめぐだまってみた  
#風呂上がりグルメ

市長さんへ→



副市長さんへ→



spa うめたふれあいセンター



年中無休。地元のおじいちゃん、おばあちゃんに愛されるやや色のついたお湯が特徴です。かけ流しのお湯で効果は、神経痛に効きます。

- 住所：五所川原市梅田福浦 405
- 電話：0173-28-3289
- 営業時間：7:00～20:00
- 定休日：なし
- 料金：350円(おとな) / 160円(こども) / 60円(3～6歳)

赤城食堂

赤城食堂さんといえば、店主の赤城さんの明るく優しい人柄が印象的です。どの料理もボリューム満点でリーズナブルな価格が特徴です。おすすめメニューは、かつ丼、みそチャーシュー、カツカレーです。

- 住所 / 五所川原市みどり町7丁目9 5
- 電話 / 0173-34-8088
- 営業時間 / 11:00～14:00 / 17:00～21:00
- 定休日 / 火曜



おすすめメニュー

おすすめの飲食店

spa ホテルサンルート五所川原



五所川原駅から徒歩3分の位置にある温泉が自慢のホテル。大浴場の内装は高級感がありシックで落ち着いたデザインとなっている。神経痛や筋肉痛などあらゆる症状に効果がある。ドライヤーや化粧水などの豊富なアメニティもホテルならではの魅力。

- 住所：五所川原市布屋町 25
- 電話：0173-34-8811
- 営業時間：6:00～24:00
- 定休日：なし [毎週月曜はメンテナンスのため 9:00～15:00入浴不可]
- 料金：450円(おとな) / 150円(こども) / 60円(未就学児)

おすすめの飲食店 ホテル8階の「レストランサンエース」



ホテルサンルート五所川原では、津軽平野を望むレストランで食事をとることができる。1,000円で食べられるさまざまな種類の定食や、少し値は張るが四季を感じられるお膳もある。中でも魚ランチや肉ランチ、カレー、津軽お膳が人気。

- 営業時間 / 【朝食】 7:00～9:30 【ランチ】 11:00～16:00
- 【ディナー】 16:00～21:30 ※オーダーストップ 21:00
- (日・祝) 16:00～20:30 ※オーダーストップ 20:00

おすすめの飲食店

spa 金木中央老人福祉センター 川倉の湯っこ



ここは高齢者の健康増進を目的とした施設だが、館内に温泉入浴施設があり誰でも温泉を利用できる。福祉施設ではあるがれっきとした温泉であり、湯は皮膚病などの症状に効果がある。

- 住所：五所川原市金木町川倉七夕野
- 電話：0173-53-3864
- 営業時間：9:00～20:00
- 定休日：月曜・年末年始(12/29日～1/3)
- 料金：400円(おとな) / 300円(こども)

おすすめの飲食店 金木カフェ melo



おすすめメニュー

オーナーは津軽半島観光アテンダントをしていたこともあるおしゃれな雰囲気のカフェ。昨年4月にオープンしたばかりの新しい店だが、落ち着いた店内でおいしいコーヒーやランチを食べられるとあって人気。日替わりランチは2種類から選べ、スイーツ、ドリンク付きで1,000円とお手頃。

- 住所 / 五所川原市金木町朝日山 399-1
- 電話 / 080-1666-6328
- 営業時間 / 10:00～17:00
- 定休日 / 月曜

spa やすらぎの館 ごしよがわら温泉ホテル



この温泉の効能は冷え性などの婦人病や腰痛、肩こりなどに有効とされる。特に婦人科疾患については、94.8%もの効果が認められるという。また、ここで提供されている料理も絶品。地場産品で作られた旬の味覚を楽しめる。

- 住所：所川原市松島町二丁目 90
- 電話：0173-34-2121
- 営業時間：14:00 (IN) 10:00 (OUT)
- 定休日：なし
- 料金：5,000円(素泊まり) 6,000円(1泊朝食付) 8,000円～15,000円(1泊2食付) ※税抜

おすすめの飲食店 肉屋が始めた焼肉屋 岩谷焼肉店



おすすめメニュー

店名の通り、精肉店を営むオーナーが営業している店。特選仙台牛のミスジを使った、とろけるような柔らかさの「特上カルビ」がこの店の目玉。ほかにも「ハラミ」や「上タン塩」も人気。

- 住所 / 五所川原市一ツ谷 546-4
- 電話 / 050-5263-8113 (予約) 0173-26-5729 (問い合わせ)
- 営業時間 / 【火～土・祝・祝前】 18:00～22:30
- 【日曜】 17:30～22:30
- 定休日 / 月曜

おすすめの飲食店

spa ロイヤル温泉旅館



泉質が茶褐色で弱酸性。風呂からあがっても熱が持続する。旅館にもなっていて、1人4,000円から宿泊できます。インストラクターの高杉和華さんが60分大人1,500円、子供(16歳まで)1,000円で岩盤ホットヨガをしています。

- 住所：五所川原市太刀打千束町13-7
- 電話：0173-39-2323
- 営業時間：5:00～25:00
- 定休日：なし
- 料金：390円(おとな) / 150円(こども) / 60円(幼児)

岩盤ホットヨガ 毎週月曜日・水曜日 18:00～19:00  
火曜日・木曜日・土曜日 14:00～15:00  
(岩盤浴・温泉・マット貸出・お水すべてこみこみ料金です。)

おすすめの飲食店 グリルナリマン



おすすめメニュー

価格がリーズナブルでボリューム満点です。おすすめメニューは、いつでもランチチキンカツ定食、パスタセットです。

- 住所 / 五所川原市一ツ谷 515-1
- 電話 / 0173-34-6772
- 営業時間 / 11:00～15:00 (火曜～土曜) 11:00～20:00 (日曜)
- 定休日 / 月曜

おすすめの飲食店

spa 音次郎温泉



音次郎温泉は大浴場の天井にある桜と津軽鉄道の絵が注目です。また、素泊まりも1人4,600円(冬期間は1人4,800円)で行っています。

- 住所：五所川原市石岡藤巻 56-1
- 電話：0173-35-9885
- 営業時間：5:00～22:00
- 定休日：なし
- 料金：380円(おとな) / 180円(こども) / 幼児無料

おすすめの飲食店 Noodle shop Yan (ヌードルショップヤン)



おすすめメニュー

明治から長く続く老舗の津軽熟成生味噌を使い、札幌味噌の技法とコラボした唯一無二のラーメンです。おすすめメニューは香味津軽味噌ラーメン、全部のせ香味津軽味噌ラーメン、アジコク醤油ラーメンです。

- 住所 / 五所川原市鎌谷町 150-10
- 電話 / 0173-26-6197
- 営業時間 / 11:00～15:00 ※11:00～19:30 (金曜日)
- 定休日 / 水曜

おすすめの飲食店