# 山

Stories from
the mountain

## 秋田
{Akita}

## 藤里
{Fujisato}

## 白神山地
{Mt. Shirakami}

二人が旅の中で登った駒ケ岳。
東側を眺めると、穏やかな山並みが遠く広がるこの光景があった。
さらに登り頂上で振り返ると、人工物が何ひとつない世界自然遺産の核心地域が広がっていた。
そこで感じられた見を遮るものだけが持たれる感動。
この土地に流れる物語を知り、この写真にない自然を見てここをわかる白神山地の全貌――。
あなたの目でお確かめください。

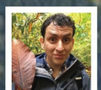
## Three Days of Fujisato

3日間の旅程を楽しんだのは

橋本安雲&
Brian Mungunia

はじめまして。あんなをプティアンとシェフ●岡山県出身の8ちゃんと、アメリカ・オレゴン州出身のブライアンの30代カップル。8ちゃんがオレゴン州オークランド に「観光学科」に出会う。博士課程。8ちゃんは東京で実践「ドトコ」の編集者として、ブライアンは大学で美術教育を学び、ブライアンは大学で美術教育を学び、特に美味しい秋田の日本酒に大感激！

♡ 8ちゃんが見たフジサト！



藤里駅ク前に集る迷中の森で見つけた作業（ぬかば）。こんなんしたかい！　良に嬉いろな技法があり、皆の人は当用上手でしたね。

「湯元　和みの湯」の朝食で出た内用酒の肴のてが。クリーミー！　もちろんTKG（卵かけご飯）でいただきました。おそを見ていい！

運動会や祝日など、市の人の皆の日常を知る重要な写真を撮影。そのときの人々を通じて市の歴史を書き出すことの切ふ市をたりました。

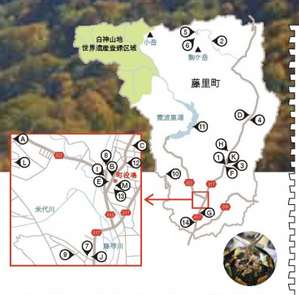
駒ケ岳から下ろして、「白神山地 池のさま」に、ここは観光案内の時点で今期のアーデックがある。「世界遺産センター」の隣に乗り換！

田舎代温泉でハイボーズ。実は二の前。遠くにガイドの菅原さんが前解を見ましてー…。自然とものすごい云い話聞かじっくり！

市の人の質供を支えるスーパー「いとく」で発見。県内で作られているたくさんのもんがーアク。実はあっさり何とのウリ。

「湯元　和みの湯」で出されたばかりの炊天のあちゃん。かぁいい…。ごも明も炊き炊ッ炊いて。まるで明生豆のようう。やっぱり温泉サイコー！

「白神山地いやしの宿 清流荘」でいただいた煮物の盛り合わせ。美しい盛り付けに感動。同時人・中川タヨさんのこだわりがすごい。





## 旅のノート

### 1日目

8:50　羽田空港を出発。
10:00　大館能代空港に到着。レンタカーを借りて藤里へ。
10:40　藤里町に到着して、ちょっと探検。
11:30　❶「白神山地世界遺産センター 藤里館」の自然アドバイザー雪田優太さんに白神山地の深さを教えてもらう＆藤里町森林学校深石/かもや堂より クルマで3分　☎0185-79-3001　9:00～17:00（～3月は10:00～16:00）／火曜休（1～3月は月・火曜休）。年末年始休。
13:30　❷自然アドバイザーに「白神山地世界遺産センター 藤里館」から案内してもらい、自然自然観察教室＆教室＆教室＆の人口まで白神山地世界遺産センター藤里館からクルマで40分。教室料の教室は最多30分 ガイドのお問い合わせは、秋田白神ガイド協会（☎0185-79-3515）まで。教室の料金1万2000円～。
16:00　❸ 祭館「湯元　和みの湯」にチェックイン。温泉で汗を流す＆藤里町森林学下講の祭館/かもや堂より クルマで9分　☎0185-79-2710　日帰り入浴9:00～21:00/水曜休 平日大人500円。
18:00　❹「白神山地いやしの宿 清流荘」で夕食＆藤里町森林学美石子66之/かもや堂より クルマで12分　☎0185-79-2976　基食・夕食時営業（要予約）／不定休 ※宿泊も可能。1泊2食6000円～
宿泊は、「湯元 和みの湯」で。

### 2日目

8:30　❺ 駒ケ岳の登山口出発＆藤里町森林学藤琴沢/登山口までは白神山地世界遺産センター＝藤里館からクルマで40分。ここから山頂まで徒歩11時間 ※ガイドのお問い合わせは、秋田白神ガイド協会（☎0185-79-3515）まで。登山ガイドの料金2万円～
9:30　熊石民俗山口に到着
11:30　山頂で白神山地を眺めながら昼食
12:00　❻ 下山途中に、田舎代温泉を散策＆温泉入口までは山頂から徒歩1時間50分。熊山口からは徒歩10分
15:30　❼「白神山地 森のさま」に到着。川を見ながら、アイスを食べる＆藤里町森林学藤琴沢-2/かもや堂より クルマで7分　☎0185-88-8001　9:00～17:00/水曜休
17:00　❽ 宿泊は、藤里町の暮らし、がるる！民泊！で藤琴さんとお問い合わせは、ふじさと粕毛まちづくり協議会（受付：NPO法人ふじさと元気塾）☎080-1800-7011まで
18:00　❾ お食事処「憩」で夕食＆藤里町森林学藤琴213-3/かもや堂より徒歩で5分 ☎0185-79-2868　17:00～23:00/火曜休

### 3日目

9:00　❿「粕毛交流センター」でレンタルサイクルを借りて、「藤里ライド体験」＆粕毛交流センター＝藤里町粕毛字巻目駅の/かもや堂より クルマで4分　☎0185-79-2446　7:00～20:00（要予約　※食事のご予約は必ず。　問所も対応可）/不定休　※レンタルサイクル（台数限定）のお問い合わせは、ふじさと粕毛まちづくり協議会（受付：NPO法人ふじさと元気塾）☎080-1800-7011まで。
11:00　⓫「大野岱放牧場」＝新潟県で。ホルスタインとあれる＆藤里町粕毛字下雲沢30/かもや堂より クルマで20分　☎0185-79-1128　5月1日～10月31日は見学自由（11月1日～4月30日は要予約。見学に関する お問い合わせは、藤里町 興林課【☎0185-79-2114】まで）。
12:00　❹ 藤里レストラン「サフォーク白神」で昼食＆藤里町粕毛字南鹿瀬75番1/（無線基地地内）/かもや堂より クルマで5分　☎0185-79-1571　9:00～16:00/月曜・冬期休
13:30　藤里町のリトルプレス・月刊「ふじさと」の取材に同行して、「関手書き」を体験＆「関手書き」お問い合わせは、藤里町総務企画課（☎0185-79-3111）まで
15:30　❶❷❸❹ お土産を購入。「湯的直販」＝「いとく 藤琴店」＝「白神伝道ふじさと」＆「地利商店」：藤里町藤琴字巻目211/かもや堂より徒歩で4分　☎0185-79-3068　7:00～19:00/不定休＆いとく 藤琴店：藤里町藤琴字表小俣94/かもや堂より徒歩で1分　☎0185-79-2916　9:00～21:00/元旦休 ＆白神伝道ふじさと（道地産売所）：藤里町矢坂字上野野子沢85-6/かもや堂より クルマで5分☎0185-71-4114　9:00～17:50（11～3月は17:00まで）/水曜、12月31日 平後～1月5日、8月15日平後休
16:30　藤里町を出発。帰路へ。
17:55　大館能代空港を出発。
19:15　羽田空港に到着

## Day 1}

厳かな空気の原生林に物語を感じる。

「藤里町こんなに近いんだ！」。羽田空港を飛び立ち、わずか2時間。目の前には白神山地の山々、水面がまぶしい川、のどかな田伏が広がっている。まずは、「白神山地世界遺産センター　藤里館」で、自然アドバイザーの菅沼慶大さんに白神山地の魅力を教えてもらう。菅沼さんは美しいブナの森に憧れて、秋田に移住した。「白神山地は1993年、日本で初めて登録されたユネスコ世界自然遺産です。1万6971ヘクタールものブナが手つかずのまま残されて、これほど多様な生物が息づく森は世界にもありません」と菅沼さん。かつて秋田と青森をつなぐ道路の建設が計画されたが、住民の反対運動が実を結び、森が守られた。そして、この熱い思いが世界に届き、白神山地は入類共通の宝と認められたのだ。

そんなストーリーを聞いてから、「岳岳自然観察教育林」へ。藤里駒ケ岳中腹の斜面にブナ原生林約12ヘクタールが広がる場所で、雄大で美しいその姿を気軽に見ることができる。風が通り抜ける時 “ブーン” と鳴る”ことがその名の由来だというブナ。葉と葉の間からこぼれる光に包まれると、自然と厳かな気持ちになってくる。さらに奥に降み込むと、落葉し、堆積したブナの葉が水を含んで地面がフカフカしている。森が生きているのを感じる時間だ。

岳岳自然観察教育林 ❷

和みの湯 ❸

清流荘 ❹

ブナの薄々い空気を思い切り吸った後、本日の宿「湯元 和みの湯」へと移動する。自然に囲まれた露天風呂に美肌の湯、そして湯上がりに主人とのおしゃべり。「美味までやっているなんてアクティブ！ 話が止まらないご主人に奥さんが止めに入って（笑）。仲良しご夫婦ですね」とブライアン。

夕食は奥さ子地区の「白神山地いやしの宿 清流荘」で。郷土料理研究家・中川ツヨさんの手料理はどれも逸品だ。丸めたご飯を入れるだけまっこ鍋を初体験した8ちゃん。「だしが染みておいしい……」としみじみ。洗手さはないけど何度でも味わいたい料理だ。

## Day 2}

登るほどに美しい景色が広がる。

こんなに人工物のない場所、ないですよ

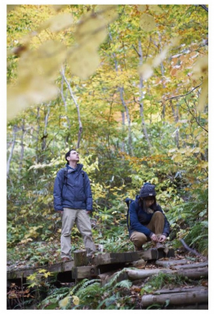
秋の藤里は紅葉が最高。なんと見てっていいね

頂上でお弁当！いただきます！

この旅のメインイベント、藤里のシンボルである藤里駒ケ岳登山に向けて出発。白神山地を代表するトレイルだ。まずは黒石沢登山口まで車で約40分。途中、燃えるような紅葉が渓谷に広がる。ガイドは狩日に続き、菅沼さんだ。「このクローバーのようなものはカタバミですか？　食べると酸っぱいのか、これがコシアブラ？　油分があって火乱しに使ってた……へえ！　初めて見るものばかり！」と8ちゃん。一見すると見過ごしてしまいそうな植物にも目を留め、菅原さんは丁寧に教えてくれた。ここに暮らす人たちは、白神山地の森とともに生きてきたのだ。

山頂まで新田2つのルートがあり、新コースを選択。歩きづらいところには階段が設置されていて、初心者でも安心だ。よい登るような急な斜面もなく、頂上まで1時間半から2時間。白神山地は少し起伏のある森を散策する気分で登れるので、登山経験の少ない人でも気張らず楽しみ方でトライできる。

頂上に近づき、周囲の山の稜線が見えてくると、自身の居場所が段々と明らかになってくる。開けたポイントから見渡すと、予想を超えた景色が待っていた。赤や黄色に染めた木々で覆われた山並みがどこまでも続いている。人工物もない。日陽とはかけ離れた現実に、到世界と思えるほどに静まった。深いこだまが響いてくる。



駒ケ岳 ❺

田舎代温泉 ❻

民泊 ❼

憩 ❽

## Day 3}

人と話し、町の歴史を知る。

いつでもどうぞ。藤里の暮らし、体験してください

マコモダケ美味しいよ、食べてみて！

最終日はお母さんの朝食から始まった。ブライアンが大きな梅干しと勘違いしたのは、栗の渋皮煮。自宅の庭の栗を拾い、お父さんと一緒に皮をむいて作った逸品だ。また、ヨーグルトにかけたブラックベリーのピューレは、近所のお母さんたちで無農薬栽培から手がけているそう。いくつになっても “しごと” を持つ藤里の人のバイタリティに感心した。

藤里ライド体験 ❾

大野岱放牧場 ❿

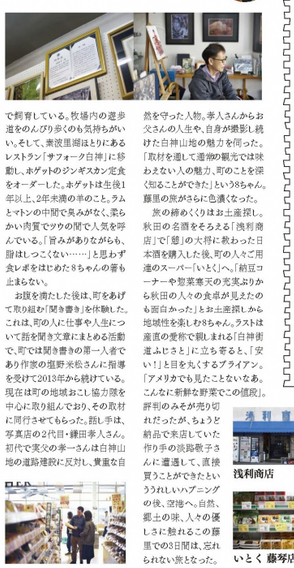
そして、レンタルサイクルをして藤里の町探検に出かけた。田畑の匂いや少し冷たい空気を感じながら進む体験は、車では味わえないもの。車通りのあまりない道を「気持ちいい！　のびのび走れてロードバイクにピッタリ！」とブライアンはかなり楽しんでいた。

再び車に乗り換えて、15分ほど離れた町営の「大野岱放牧場」へ。町では、サフォーク種と呼ばれる、真っ黒な顔の羊を広大な草原で視界が開け、田畑代温泉に到着した。温泉の真ん中の木道を歩いていると、菅沼さんが遠くの木の上に腕が枝を葉めて作った無穂を発見。生き物の気配を感じることができた。6時間のコースとなったが、もっと遠くへ行ってきたような充実感があった。

夕食は、藤琴地区にある「お食事処 憩」へ。秋田の日本酒と一緒に魚介中心のおつまみをいただいた。「大将と女将さんが話す藤里の言葉は半分くらいわからなかったけれど（笑）。あたたかいもてなしの心は伝わりました」と8ちゃん。そして宿泊は、粕毛地区で民泊。桂田夫妻が迎えてくれた。お母さんが点てた抹茶を飲みながらいろいろな話で盛り上がっているとも、もう0時に。「普通の観光では味わえない体験でした！」と感激した様子のブライアンだった。

サフォーク白神 ⓫





浅利商店 ⓬

いとく 藤琴店 ⓭

評判のみそが売り切れだったが、ちょうど納品で来店していた作り手の浅路敏子さんに遭遇して、直接買うことができたといろいろおいしいアプローチの後、空港へ。自然、郷土の味、人々の優しさに触れるこの藤里での3日間は、忘れられない旅となった。

## 藤里百景 駒踊り
*Koma odori*

町が華やぐ、この瞬間。

**能舞雲作踊り** インフォ M
日程：9月7、8日
☎0186-79-2115（藤里町商工観光課）

毎年9月7日、8日に披露される「浅間神社奈良・藤琴豊作踊り」は、約400年前の秋田藩主・佐竹候のお国替えの際に行われた、主君の道中の退屈をお慰めする家臣の道中芸に由来する。馬を模した木彫りの衣装を纏い、出陣の様子を表した“駒踊り”のほか、獅子踊り、奴踊り、万歳なども。かつて町の中心を流れた川を現に分かれた2つの会「上若郷士芸能保存会（上若）」と「北茂若郷士芸能会（北茂若）」が勇壮さを競う迫力に、観客は圧倒される。それぞれの衣装、踊り、お囃子が異なるが、共通するのはどちらも関係2週間前より毎晩練習を行う熱意だ。

勇ましい踊り特徴の上若に所属する伊藤勝吾さん（写真左）は、小学1年生から参加しているこの「重い衣装で朝から晩まで踊り続けるのは体力的にキツイですが、終えた時の達成感がたまりません。祭りを通じて結束感が生まれ、日常でも家族のように接する関係ができてありがたい」と話す。

一方、石岡順平さん（右）は優美さを感じる踊りを披露する北茂若に所属。「笛を吹いていた祖父に連れられ、保育園の頃から踊りを覚えました。絶えることなく続けてきたこの行事を自分たちが伝えていると今、気が引き締まります。

掛け声を響かせてイケメンたちが一心不乱に踊る姿に、誰もが虜になってしまうはず。そして、特別な空気に包まれるこの2日間、藤里という町が、ここで暮らす人が守り続けてきた伝統、小さな1年生から参加している「重い衣装で朝から晩まで踊り続けるこの町の誇りを、ぜひ見てみたいと思わずにはいられません。

**秋田県藤里町観光ガイド「はしえる」**
「はしえる」は秋田弁で「走る」より「ちょっとはしってくる」と使います。藤里町は、豊好きが育ち、人の温かさにもふれると感じる、これからの気のシがまた新鮮って走り出します。私たちと共に出かけませんか。あなたの探しものを見つけに。

**菓子工房えすぽわーる** インフォ A
藤里町粕毛字津水沼6-6内
かもや堂から7メートルで5分
10:00～16:00／月曜休
☎0185-88-8377



**かもや堂** インフォ B
藤里町藤琴字藤琴65
藤里町役場の向かい
10:00～17:00／祝日休
☎0185-74-6608

## 藤里百景 かもや堂
*Kamoya-do*

町のことを知れる場。

**町**役場の向かいにある大きなガラス張りの「かもや堂」は、日々人が集うコミュニティスペース。「町の作り手」と呼ばれる人たちが、ものづくりやアートを通じて町民たちの絆を深めるべく、BARやヨガ、ライブなどさまざまな催しが開催される、地域をこの拠点として活性化を目指す施設。「かもや食堂」だけが秋田県内にのれんを上げて、2016年にリノベーションされた食事処

# in Summer

## A Traveller's Stories from the water

藤里の夏は、水とともにある。長い長いあるの間、白神山地にこんこんと降り積もった雪が地中に染み込んで、世界自然遺産に認められた世界最大級のブナの原生林を育み、その森から流れ出た水は藤琴川、粕毛川となって町へと流れていく。この白神山地の恵みは、あらゆる生命を輝かせる立役者。

秋田白神ガイド協会による「沢歩きツアー」に参加し、その源流近くに足を運ぶと、ほとばしる水、周りの木々の緑の鮮やかさに驚き、自然を織りなすすべての生命の力が自身の体にもみなぎってくる。さらにこの水は、イワナやヤマメ、アユを育て、夏の始まり千歳り、そして終わりまでも奇げてくれる。粕毛漁業協同組合の市川市治さんは、その様子を見守り続けている一人。「水がきれいだから、魚が見えるんだよ。だから全国にファンがいて、毎年来てくれる人もいるほどなんだ」。こんなに清らかな水は、町の誇り。山や森でたくさん遊び、森の水で入れたコーヒーでホッと一息。そして町でも、水に育てられた恵みを味わって、藤里の夏の続きを楽しみたい。

{Water+Climbing}

### 沢歩きをしたい！

山歩きとはまたひと味違う白神山地の魅力を知るのに、沢歩きをおすすめ。フォーメーションを組べ、ヘルメットを身につけてストックを持ち、恐る恐る水の中に入ってみる。水の冷たさに最初は驚くが、すぐに慣れてくる。滑らないように足運びを考えて、抵抗を感じながら、水の中をくぐりぬと進んでいく。川から眺める木々はいつもとはまた違う緑さを放ち、自分もまた自然の一部になったような気持ちで満たされてくる。童心に返り、たくさん歩いた後は、藤里の頑土の味が詰まった山のお弁当でひと休みを。



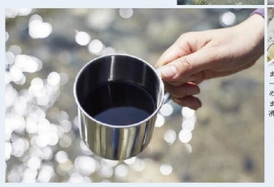
民宿「だまっこ屋」の弁当。ソーセージと卵のおかずに謎がついていて、開けた瞬間思わず笑顔に。

沢歩き インフォ
秋田白神ガイド協会
☎0185-79-3611
（事務局：藤里町役場企画観光課内）
※民宿ネイチャー（500円～）

だまっこ屋 インフォ F
藤里町地域交流施設「ハッピーかもや」から車なら5分かかって5分
☎0185-79-3209　1泊1食6000円～
（※事前電話での予約を可能。料金は年度末の状況により500円～）

{Water+Coffee}

### おいしいコーヒーを入れたい！



まろやかな水で入れたコーヒーは、水差しで冷えた状態で飲めてくれる。川の水はそのまま飲んでもよいが、できれば湧みして飲もう。

「白神周遊よりさと」は「ご購入したあさげ凍けや凍物で、ご飯がすすむ。

沢歩きをして、滴滴の声を上げてしまうほど透明な水に触れた後、極上のコーヒーを入れて水を味わい尽くそう。お気に入りの場所を見つけたら、携帯用ミルで豆を挽き、水を沸騰させてスパーナーで淹かす。ドリッパーに湯を静かに注ぎ入れると、コーヒーのいい香りに包まれ、ああ幸せとつぶやきたくなる。

この極上のコーヒーを片手に、ポーラ風景を眺めたり、仲間との会話も思い出の1ページになるはずだ。山遊びに慣れているなら川の水でご飯を炊き、藤里の薪割をいただいても。この水のおいしさは、下流した後も味わえる。白神山地の源流から運ばれた水は浸透、ボトリングを経て「白神山水」となり、東京でも販売中。もちろんお土産に購入しても。

非加熱でボトリングされた「白神山水」（600ml、160円）。「白神山水の郷」（インフォ D 藤里町藤琴字分作28、☎0120-316-532（藤里関西事務所））で工場見学ができる。

藤里の水で入れたハンドドリップコーヒー（300円）は、町を整けるフードカー「ポース」でも楽しめる。見つけられたらラッキー！（インフォ M ☎0185-79-2111【藤里町総務課企画財政係】）

{Water+Fishing}

### 川魚を釣りたい！

道子さんの恵子・俊夫さんが営む宿屋「花屋」でも食べることが可能。

川釣り愛好者の間で、藤里町は“聖地”と呼ばれている。7月から10月末までアユ釣りが解禁されると（イワナ・ヤマメは4月～9月中旬）、「下手な自分でもよく釣れるし、食べてもクセがなくておいしい」と藤里のアユに惹れ込み、関東から数十明通い続ける人や遠く神奈川や台湾から訪れる人も。粕毛漁業協同組合の市川市治さんは、約3巻期目を川の見回りをしているので、オレンジ色のジャンパーの市川さんを見つけたら、ぜひ釣りのこと、藤琴のことを聞いてみて。「脂がのっている本物のアユを知ってほしい。話をするのが大好きだから！」。

釣ったばかりのアユを味わうなら、アユ漁の期間中に藤琴の鮫爽亭や宿泊施設へ。さらに、ディープさを求めるなら、町で珍味として親しまれるアユの肝、白子を塩漬けにした「うるか」も味わってほしい。「トレピアン食堂」の石岡道子さんは、うるかを無年手作りしている。「私も好きだから、会計をものを味入れないの。もちろん日本酒に合うけれど、熱いご飯にかけてもおいしいのよ」。貴重なうるかで、一杯呑もう。

小さなアユから取れる肝と白子の量はわずか。うるかと日本酒でちびちびと。

オレンジ色のジャンパーが目印の市川さん。町のために川を大事にしたいとパトロール。

川釣り インフォ
粕毛漁業協同組合
☎0185-79-3618
（事務局：藤里町役場企画観光課内）

トレピアン食堂 インフォ E
藤里町藤琴字前琴54-1
かもや堂から徒歩1分
11:00～24:00／不定休
☎0185-79-1620

{Water+Shaved ice}

### ジャンプが食べたい！

藤里町の夏の風物詩「ジャンプ」。一見かき氷のようだが、よく見ると氷の部分も鮮やかなピンク色をしている。「イチゴ味の氷を白神山水で作り、手で砕いたのがジャンプ。バニラアイスのトッピングが人気です」と「Café 邑」の武田佳知子さん。このジャンプ、夏は町の駄菓子屋で売られていたが、関店してしまったため、2013年に販売者の了承を得て佳知子さんが復活させた。白神山水で入れたコーヒーと一緒にどうぞ。

カフェ邑 インフォ G
藤里町祐毛字阿闍梨院186-1
かもや堂から車でで4分
11:00～17:00／水・木曜休
☎0185-79-2808
※ジャンプは通年販売

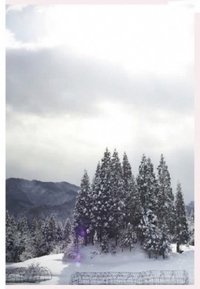
各スポットの位置は、スポット名の横にあるアルファベットで裏面の地図をチェック！

# in Winter

## A Traveller's Stories from the snow

11月になるとすぐ、白神山地には雪が降る。藤里の長い冬の始まりだ。空は厚い雲に覆われ、しんしんと雪が降り続ける。雪国に暮らすことは大変だからこそ春を待ちおびる気持ちが強くなり、春を迎えた時の喜びはひとしおとなる。また、家で長い時間を過ごしながら、いろいろな思いを巡らしているという話も。藤里の人のやさしさは、こんな厳しい冬を経るからこそ生まれてくるのかもしれない。

山も田畑も雪にすっぽりと覆われた雪景色。それをひと目見るだけでも、ここに来てよかったと思う。圧倒的な自然を見せつけられると、人間は自然に勝てず、自然に寄り添うしか術はないと思い、日々の悩みがちっぽけなものに感じてくる。雪にはそんな心の浄化作用があるのかもしれない。雪との対話を楽しんだ後は、冬の手仕事を体験したり、冬の暮らしには欠かせない薪ストーブにあたったり、またきりたんぽ鍋や馬肉ラーメンを食べて冷えた体を温めたりと食の楽しみも。もちろん雪撮もる中のアウトドア遊びだってある。雪の藤里は特別な時間になるはずだ。



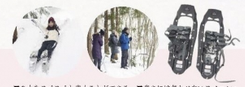
{Snow+Walk}

### 雪の中を歩きたい！

町の中心部・藤琴地区から車で約10分のところに町営スキー場がある。スキー板もウェアも無料で貸してもらえるので、サイズが合えば、久しぶりにちょっとだけ滑ってみたい！という人にはチャレンジのチャンスだ。スキーは久しぶりすぎて……という人は、スノーシューを履えて、ロマンスラフトで頂上を目指してみよう。リフトから見る雪景色、町のスキーヤーたちが風雨を潜者する姿に惚れ惚れしながら、リフトに乗ること5分。頂上でスノーシューを履き、すぐ近くの森を散策する。スギの木の間を進んでいくと、動物の足跡らしきものを発見。「前足よりも前に後ろ足をついて進んでいるからウサギのマネね」と自然アドバイザーの菅原慶太さん。菅原さんの話を聞きながら進むと、森の姿がもっと鮮やかに浮かび上がってくる。

リフトで降りて車で移動し、水無沼へハイキング。除雪車が入らない道をひたすらスノーシューで進んでいく。寒冬の北欧と呼ばにふさわしい雪の森が広がっている。ゆっくり歩くことでまた見えてくる世界がある。

藤琴町営スキー場 インフォ H
藤里町藤琴字前琴146-1
かもや堂から クルマで10分
11月末日～2月中旬まで営業
（雪の状態により営業の可否あり）／
開田 中旬休　9:00～16:00（8月1日以降は、
便宜9:00～17:00、平日10:00～17:00）
☎0185-79-3116（藤里町商工観光課）
※リフト利用券 1回券200円、1日券2000円、
スキー・スノーボードなどの各種レンタルあり（無料）



雪の上をスイスイと歩くことができる。雪歩きには欠かせないスノーシュー。スキーとは異なる、遠出を楽しむ新感覚でできる。

スノーシュー体験（1000円～）ご希望の方は、秋田白神ガイド協会（インフォ E ☎0185-79-2618　事務局：藤里町商工観光課）まで。

{Snow+Hot pot}

### 冬の味に舌鼓したい！

鮒寿命60年以上、割烹・仕出しの「割烹よじみや」。ここには、いろりの部屋がある。町の魚介類、白神牛を目の前で焼いてもらいながら、米どころ秋田で醸された日本酒を飲む。贅沢なひとときだ。12月が明の、秋田名物・ハタハタの姿焼き。よりこ（卵）はプチプチした歯ごたえでクリーミーな味わいだ。そして、締めにはもちろんきりたんぽ鍋！　出汁深い比内地鶏のスープが染み込んだきりたんぽに、心がホッとする。「割烹なハタハタを仲師さんから仕入れています。シーズンに食べに来てください」と女将の伊藤幸子さん。

割烹よじみや インフォ I
藤琴町藤琴字前琴54-1
かもや堂から徒歩で3分
要予約／不定休
☎0185-79-3063

左／きりたんぽ鍋は、藤里のマイタケ、セリ入り。比内地鶏とゴボウでとったダシが心身に染みわたるおいしさ。右／いろりで焼くハタハタの姿焼き。ハタハタは11月から。

{Snow+Stove}

### 薪ストーブで暖まりたい！

藤里の冬は、言うまでもなく寒い！　でも、心も体もポカポカになる最強アイテムがある。それは薪ストーブだ。お試し移住体験住宅を はじめ、役場前にある「かもや堂」や、気軽「和みの湯」の休憩スペースにもあるので、旅人も薪ストーブの魅力にどっぷり浸かるチャンスあり。火は農商のおもてなしだ。

遠赤外線効果で体の内側から暖めてくれる薪ストーブを囲み、仲間と語らうのもよし。ゆらゆらと燃え上がる炎を見つめて、物思いにふけるのもよし。薪に火を着ける方法を町の人に聞いてみて、チャレンジしても。

藤琴町 お試し移住体験住宅 インフォ J
藤琴町祐毛字幸日野134-1
かもや堂からクルマで4分
☎0185-79-2111（藤琴町役場企画財政係）
※藤琴町一の移住を体験している方は、3日間400円で利用可能



愛情込めたみそはやさしい味！

{Snow+Miso}

### 地域の暮らしを体験したい！

東京の百貨店やレストランでも取り扱いのある人気のみそ「白神の恵」。その作り手である浜路敏子さんによる、みそづくり体験教室が開かれている。もちろん、大豆を見もこご藤里のものを使用。約10年前から開催され、町の小学3年生は課外授業でこれを学ぶ。「藤琴の恵の味を伝えたい」と浜路さんは、みそづくりは、塩と麹を混ぜる作業からスタート。これに大豆を混ぜてすりつぶし、みそ玉を作って容器に詰めて完了。敏子さん発明のこの作り方の場合、毎日みそをこねて発酵を促せば約2か月で食べ頃を迎える。敏子さんから藤琴の味についてお話を聞くのも貴重な経験に。

約1時間のみそづくり体験。料金は1200円（税抜）。持ち帰るか、敏子さんに2か月間みその面倒を見てもらい、迎ってもらうことも可（送料別途）。みそを後で届いただけでもうまい！

白神の恵体験工房 インフォ L
藤里町祐毛字蓮台図7-1　かもや堂からクルマで5分
9:00～17:00／（要予約）　☎0185-88-8677（白神山地世界遺産センター）

{Snow+Ramen}

### 馬肉ラーメンを食べたい！

馬肉の煮付けたっぷりの「馬肉ラーメン」（塩、しょうゆ、みそ味・各650円）。あっさりスープと馬肉のうまみがマッチし、中太ストレート麺がスープによく絡む。これが「白神山地　森のえき」に登場したのは約5年前。町民に愛された「かもや食堂」が開店し、そこの馬肉ラーメンをまた食べたいという声がきっかけだった。「馬肉の臭身を丁寧に取り除き、年配の方でも食べやすいように、ほどよい硬さに仕上げています。かもや食堂の味に通いつめて、思い出の味をつないでいけたら」と森のえきの駅長・土佐憲夫さん。

白神山地 森のえき インフォ K
藤里町藤琴字里見38-2
かもや堂からクルマで7分
9:00～17:00（食堂は11:00～14:00）／木曜休
☎0185-88-8021

白神うんとクレソンを使った「うみクレ丼」（650円）。2012年秋から定番化し、早くも新名物の予感！特盛（1200円）はクレソンのおかわり“オイクレ”もあり。

各スポットの位置は、スポット名の横にあるアルファベットで裏面の地図をチェック！