

魅力の宝庫青森県 魅力宝库青森县

■ 文 / 青森县诱客交流课

あおもりけん にほん ほんしゅう さいほくたん せかい だいと
青森県は、日本の本州の最北端にあり、世界の大都
市である北京、ニューヨーク、ローマなどとほぼ同緯
度に位置します。

さんぼう うみ かこ せかいしぜんいさん しらかみ
三方が海に囲まれているほか、世界自然遺産「白神
山地」や、その山容から津軽富士とも呼ばれる岩木山
など、海山ともに豊かな自然が、色、形、味ともに世
界最高級の品質を誇る「青森りんご」を育てています。

ゆうだい しぜん くわ じょうもんじだい しせき さんない
雄大な自然に加えて、縄文時代の史跡である「三内
丸山遺跡」や日本一の桜の名所として知られる「弘前
城」、日本一の夏祭りとして有名な「青森ねぶた祭」
など文化資源にも恵まれており、多様な文化と雄大な
自然が訪れる人々を魅了します。



いわきさん 岩木山 岩木山

青森县位于日本本州最北端，与北京、纽约、罗马
等世界级大都市基本处于相同纬度。

除三面环海之外，还拥有世界自然遗产“白神山
地”、山形酷似富士山而被称为“津轻富士”的岩木山
等；依山傍海的自然资源孕育了色、形、味俱佳的世界
最优质的“青森苹果”。

雄伟的自然风光，再加上拥有绳文时代的古迹“三
内丸山遗址”、作为日本第一的赏樱胜地而被人们熟知
的“弘前城”、以日本第一夏季庆典活动而闻名的“青
森灯笼节”等文化资源，多样的文化和壮丽的自然风光
引人入胜。



さんないまるやまいせき 三内丸山遺跡 三内丸山遗址

あおもり はる 青森の春

ひろさき 弘前さくらまつり

ひろさき さくらぜんせん がつ げ じゅん はな
弘前に桜前線がやってくるのは、4月下旬ごろ。華やかな桜が老松と見事なコントラストを描き、弘前公園の中で美しく咲き競います。人々はその桜の下で花に酔い、酒に酔い、津軽の春を満喫します。夜になればライトアップされた桜がお城をめぐる濠の水面に浮かび、幻想的な風情を醸し出します。

こうえんない ちゆうしん
公園内には、ソメイヨシノを中心に、シダレザクラ、八重桜など、約50種類2600本の桜が咲き誇ります。ソメイヨシノの場合、樹齢100年を超えた老木でも1つの花芽から咲く花の数が4個から5個と多いのが特徴で、満開の枝をじっくり眺めてみると花にボリュームがあり、どっしりと咲く優美な桜は、日本一の徹底した管理から生まれています。

ひろさきこうえん さくら ち ぎわ ひとびと みりよう
また、弘前公園の桜は散り際まで人々を魅了します。花びらが濠の水面を流れていく「花筏」、花びらで濠を埋め尽くすほどの「桜の絨毯」も話題となっています。

ねん ひろさき ちゆうし
2020年は「弘前さくらまつり」は中止となりました。



ひろさきじょう
弘前城 弘前城

青森之春

弘前桜花节

弘前の“桜花前线”出现在4月下旬。绚烂の桜花と古松形成鲜明的对比，桜花在弘前公园中竞相盛放。桜花树下，人们陶醉在花与酒中，享受着津轻の春光。夜幕降临，华灯初上，桜花漂浮在护城河的水面上，营造出梦幻般的风情。

公园内的桜花树以染井吉野櫻为主，还有垂枝櫻、八重櫻等，约50个品种、2600株桜花树争奇斗艳。在日本最好、最全面的管理下，染井吉野桜花树即使是树龄超过100年的古树，一个花芽也可以开放4朵到5朵桜花。细细观看，满枝的桜花团锦簇，沉甸甸地盛开着。

而且，弘前公园の桜花一直到花谢都使人们着迷。花瓣在护城河的水面漂流形成的“花筏”，花瓣将护城河完全覆盖形成的“櫻之絨毯”也为人们津津乐道。

2020年，弘前桜花节中止举办。



はないかだ
花筏 花筏

あおもり なつ 青森の夏

青森之夏

あおもり まつり 青森ねぶた祭

日本の火祭り「青森ねぶた祭」は毎年8月2日～7日の日程で開催され、およそ280万人の人出を数えます。

青森ねぶた祭は、20数台の大型ねぶたが出陣し、約3.1 kmのコースを2日～6日は夜、最終日の7日は昼に運行されます。

祭りを盛り上げる「踊り手」は、「跳人」と呼ばれ、正装衣装を着ていれば、誰でも参加することができます。

昭和55年、国の「重要無形民俗文化財」に指定されました。

2020年「青森ねぶた祭」は中止となります。

青森灯笼节

日本的镇火节“青森灯笼节”在每年8月2日到8月7日期间举行，有约280万人前来参加。

青森灯笼节有二十多个大型灯笼出场，游行路线长约3.1公里，于（8月）2日到6日的晚上，以及最后一天的7日的白天巡游。

渲染节日气氛的“舞者”被称为“跳人”，只要身着节日礼服，任何人都可以参加。

昭和五十五年（1980年），（此节日）被认定为日本的“重要无形文化遗产”。

2020年，青森灯笼节中止举办。



あおもり まつり
青森ねぶた祭 青森灯笼节



はねと
跳人 跳人

あおもり あき 青森の秋 青森之秋

とわだこ おいらせけいりゅう 十和田湖・奥入瀬溪流

とわだこ あおもりけん あきたけん みずうみ やく
十和田湖は、青森県と秋田県にまたがる湖で、約
ねんまえ かざんかつどう で き ぼちじょう ち みず
2000年前の火山活動で出来たすり鉢状のくぼ地に水が
たまった典型的な二重式カルデラ湖です。

かいばつ しゅうい やく みずうみ さいしん おお
海拔400 m、周囲は約46 km、湖は最深326.8 mと大
きは日本で12位、深さは日本で3位の美しい藍をた
たえた神秘の湖です。

こうよう がつじょうじゆん いろ ほじ がつちゆうじゆん げ
紅葉は10月上旬に色づき始め、10月中旬～下
じゆんごろ みごろ
旬頃が見頃です。

そして、とわだこからはやく14 kmにわたるおいらせけいりゅう
ながで ゆた じゆもく じゆうすう しょ たき せんべんぼん か
流れ出ます。豊かな樹木や十数ヶ所の滝と、千変万化
うつく なが さまざま きがん きしょう みごと けいりゅうび
の美しい流れや様々な奇岩・奇勝が見事な溪流美を
つく だ しきおりおり しぜんび たんのう
作り出しており、四季折々の自然美を堪能できます。

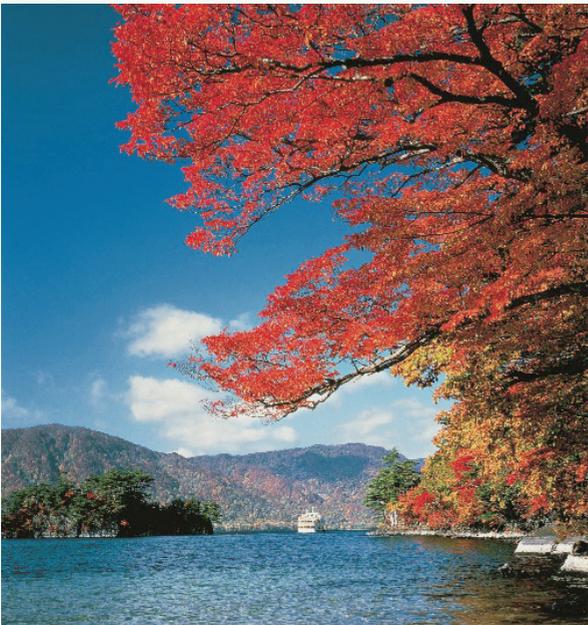
十和田湖・奥入瀬溪流

十和田湖は横跨青森県と秋田県の湖泊，是约2000年前，火山喷发陷落的研钵状的洼地蓄水之后形成的典型的二重火山湖。

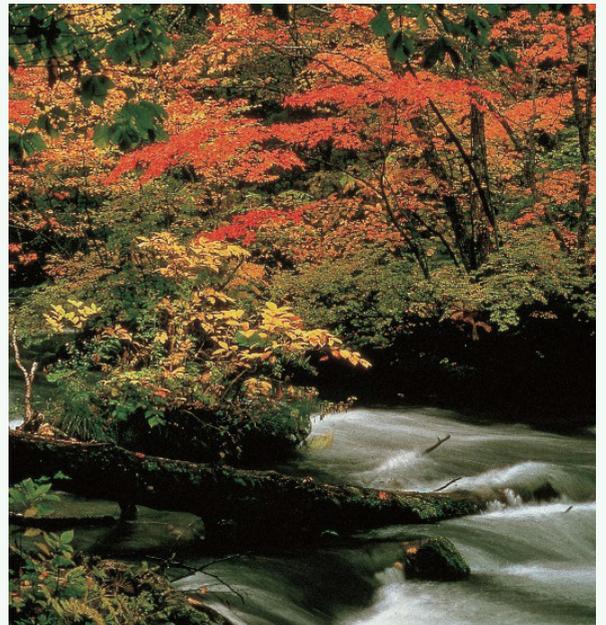
海拔400米，周长约46公里，湖泊最深处为326.8米，是面积位居日本第12位、深度位居日本第3位的美丽蓝色神秘湖泊。

枫叶于10月上旬开始变红，10月中旬到10月下旬为红叶的最佳观赏期。

此外，奥入瀬溪流从十和田湖流出，约14公里。繁茂的树木和十多处瀑布，与溪流千变万化的涓涓流水和各色奇石、奇景形成了美丽的溪流景观。一年四季都可以欣赏到自然美景。



とわだこ
十和田湖 十和田湖



おいらせけいりゅう
奥入瀬溪流 奥入瀬溪流

あおもり ふゆ 青森の冬 青森之冬

はっこう ださん 八甲田山

はっこう ださん ひょうこう おおたけ しゅほう ふくすう か
八甲田山は、標高1585 mの大岳を主峰とする複数火
ざん そうしやう ち いきいつたい はっこう だれんぼう しょう
山の総称で、地域一帯を「八甲田連峰」と称します。
にほんひやくめいざん ひと
日本百名山の一つでもあります。

はっこう だれんぼう しほう すそ ひら
八甲田連峰は、どれも四方にきれいに裾を開くよう
になっており、そのため川が多く流れ、上流では美し
い渓谷や滝がよく見られます。

また、しつげん こうざんしよくぶつ ほうこ しき つう
湿原と高山植物の宝庫でもあり、四季を通
じてゆうだい けいかん たの
雄大な景観を楽しむことができます。

そして、ふゆ きせつ きび ふうせつ た はっこう だ
冬の季節には、厳しい風雪に耐えた八甲田
の木々が、まるでゆき のモンスターのよう はくりよく うつく
見事な樹氷へと姿を変えます。

八甲田山

八甲田山は以海拔1585米の大岳为主峰的多座火山
的总称，这一带被称为“八甲田连峰”，是日本百座名
山之一。

八甲田连峰，无论哪个方向都有延展开的美丽的山
麓，因此河川众多，上游多见美丽的溪谷和瀑布。

此外，八甲田山也是湿地和高山植物的宝库，一年
四季都可以欣赏到壮观的风景。

在凛冽的风雪中傲然挺拔的八甲田树木宛若冰雪巨
人一般动人心魄，变身为美丽的雾凇。



はっこう ださん じゅひやう
八甲田山・樹氷

八甲田山・霧凇

あおもり びしょく 青森の美食

あおもりけん せいさんりょうにほんいち ほこ せかいいち おい あお
青森県は、生産量日本一を誇る世界一美味しい青
もり
森りんごや、ながいも、にんにくなどの生産が盛んな
ぜんこくゆうすう のうぎょうけん
全国有数の農業県です。

また、三方を海に囲まれているため漁業も盛んであ
り、ミネラル豊富な川から流れ込む陸奥湾で育ったホ
タテのほか、県の魚でもあるヒラメ、水揚げが日本一
を誇るイカなど水産物の宝庫です。津軽海峡で獲れる
「大間のマグロ」は、最高級のすしネタとして全国的
な知名度を誇ります。

青森的美食

青森县是日本屈指可数的的农业大县，拥有产量位居
日本首位、世界上最美味的青森苹果，还盛产山药、大
蒜等。

青森县三面环海，水产业兴盛。矿物质丰富的河流
汇入陆奥湾，其中生长着（优质的）扇贝。除此之外，
县产的比目鱼、捕获量堪称日本第一的乌贼等水产品也
十分丰富，青森县堪称水产品的宝库。在津轻海峡捕获
的“大间金枪鱼”作为最高级的寿司食材而闻名全日
本。



りんご 苹果



ホタテ 扇贝



ながいも 山药



マグロ 金枪鱼