グルメ&温泉情報

津軽の食材を使ったおいしい食べ物とあったかい温泉で
サイクリングの疲れをリフレッシュしましょう！

平川市

温泉が豊富な街で、夏に開催される平川ねぷたまつりの扇ねぷたの大きさは圧巻です

南田温泉ホテルアップルランド

りんごを掲げた観音様が出迎えるホテルアップルランドは、りんごが浮かんでいる苹果（ひょうか）の湯内にある「りんご露天風呂」が名物です。また、りんごに含まれる様々な成分がお肌に良いとされています。
<日帰り>
「苹果の湯」　利用時間 10:00～15:00
「満天の風呂」利用時間 13:00～21:00

施設内にあるレストラン「ルチェンテ」は、パスタやオムライスのイタリアンメニューの他、和食メニューも様々用意されています。

平川市町居南田166-3　☎0172-44-3711

JA津軽みらい 産直センターひらか

店内には地元生産者ごとの商品棚が設置され、毎日新鮮な野菜など旬の食材が豊富に取り揃えられています。特に、マイタケ・黒あわび茸はその日の朝に収穫したものを陳列しているため、鮮度も抜群で、香りや歯触りは絶品です。
また、加工品の種類も多く、お餅やポン菓子の他にも味噌や漬物など様々な商品を取り揃えています。
期間限定で、平川市産の白桃を使用した「ももソフト」や平川市産の大豆を使用した「豆乳ソフト」を販売しているので、ぜひお試しください!

<営業時間>　8:30～18:00（4月～11月）
　　8:30～17:00（12月～3月）
平川市小和森上松岡211-1　☎0172-44-1200

大鰐町

歴史ある温泉地で、夏は茶臼山のつつじが美しく、冬はスキーができる町です

大鰐町地域交流センター 鰐come（わにかむ）

開湯800年の歴史を持つ「大鰐温泉」を手軽に楽しむことの出来る「日帰り温泉 鰐の湯」。木と石をふんだんに使用した2種類の大浴場は男女日替わり入浴をしているため、どちらの雰囲気も楽しむことができ、露天風呂・家族風呂（露天風呂付）も完備。また、東北初お目見えの「アルバインサウナ（低温サウナ）」もおすすめです。施設内には食堂も併設されており、バラエティー豊かなメニューでお腹も満腹!?デザートには、大鰐町の駄菓子「マカロニドン」を使用したプレミアムスイーツをどうぞ。
<営業時間> 9:00～22:00
南津軽郡大鰐町大字大鰐字川辺11-11　☎0172-49-1126

山崎食堂

老舗の大衆食堂の山崎食堂では、大鰐町の「大鰐温泉もやし」を使用した「大鰐温泉もやしラーメン」が人気です。また、「大鰐温泉もやし炒め定食」も人気メニューのひとつです。
<営業時間> 10:30～19:00　<定休日> 第2・4土曜
南津軽郡大鰐町大鰐前田34-21　☎0172-48-2134

まみや煎餅店

手焼きの「大鰐煎餅」を作って100年以上のまみや煎餅店。特に「豆煎餅」は、バター・鶏卵・ハチミツ等を混合し、水を一切使わないお店自慢の逸品です。
<営業時間> 7:00～18:30　<定休日> 第1・3日曜
南津軽郡大鰐町大鰐前田37−5　☎0172-48-2422

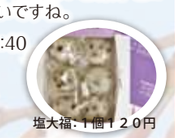
弘前市

春はさくら、夏はねぷた、秋はりんご、冬は雪燈籠と四季を感じることができる街です

お菓子処むらかみ本店

創業75年と歴史が古く、現在は和と洋の良い部分を取り入れたお店となっております。
胡麻あん・いちごあんを豆乳を使ったカステラ生地でサンドした「津軽とうふ」は、女性に人気です。また、名物の「大仏餅」もおすすめです。喫茶スペースもあるので、美味しいお菓子とコーヒーでちょっと休憩もいいですね。

<営業時間> 7:30～18:40
<定 休 日> 火曜
弘前市石川字石川121-4
☎0172-92-2236



塩大福：1個120円

レストランセーブル

パチンコ屋の2階にあり、有田焼などの壺が多数展示され、昭和の雰囲気が漂う弘前市民なら知っている老舗のレストラン。
和食・洋食・喫茶・キッズ・おつまみ・シーズンメニューなどの豊富なメニューと席数が多いので家族連れにも好評です。
メニューの中でも、スパゲッティナポリタンは昔風の少し甘めの味付けで量も多めなのでおすすめです。
他には、ハンバーグカレー（手こね手作り）や海老ドリアセット、天ぷら御膳、寿司御膳などもおすすめのメニューとなっています。

<営業時間>
10:30～22:00
<定 休 日> 無し
弘前市松森町73 キングパチンコ　2F
☎0172-36-6614

喫茶アンティーク

こんな村のラーメン屋の隣にある大きな蔵の喫茶店。お店の名前通り、店内には昔の電話やカメラ、蓄音器、絵画など大正～昭和あたりのアンティークの品々がたくさんあります。
メニューは、カレーやパスタ、サンドウィッチ、デザートなどさまざまあります。

<営業時間> 10:00～18:00
<定 休 日> 無し
弘前市大字石川字外坪77　☎0172-27-6057

※イラストはイメージです。※写真は実際と異なる場合がございます。

BIKE MAP -MIDDLE COURSE-

サイクリングマップ 上級者向け

● 唐竹～軍馬平～大鰐コース 56km
【山越え二回の難関コース!】

● 青森ロイヤルホテル往復コース 41km
【君はこのコースで足をつかずに走破できるか!】

サイクルショップ（自転車屋さん）ご紹介

サイクルハウスさいとう

<営業時間>10：00 ～ 19：00
<定 休 日>不定休
弘前市大字富野町13-1
☎0172-32-3760

こだわりの頑固おやじが自転車について教えてくれます！
初心者から経験者まで全て対応!!
自転車を買うときは試乗もOK！

サイクリストスペシャルタケウチ

<営業時間>10：00 ～ 19：00
<定 休 日>水曜日
弘前市大字代官町104-3
☎0172-32-3693

故障、自転車の相談はお気軽に！
その場で直せるような故障などは電話にてレクチャー致します！！
店舗まで持って来ていただければ修理も可能です！

有限会社丸一石油商会

<営業時間>6：30 ～ 20：00
<定 休 日>無休
弘前市大字一町田村元608-3
☎0172-82-2751

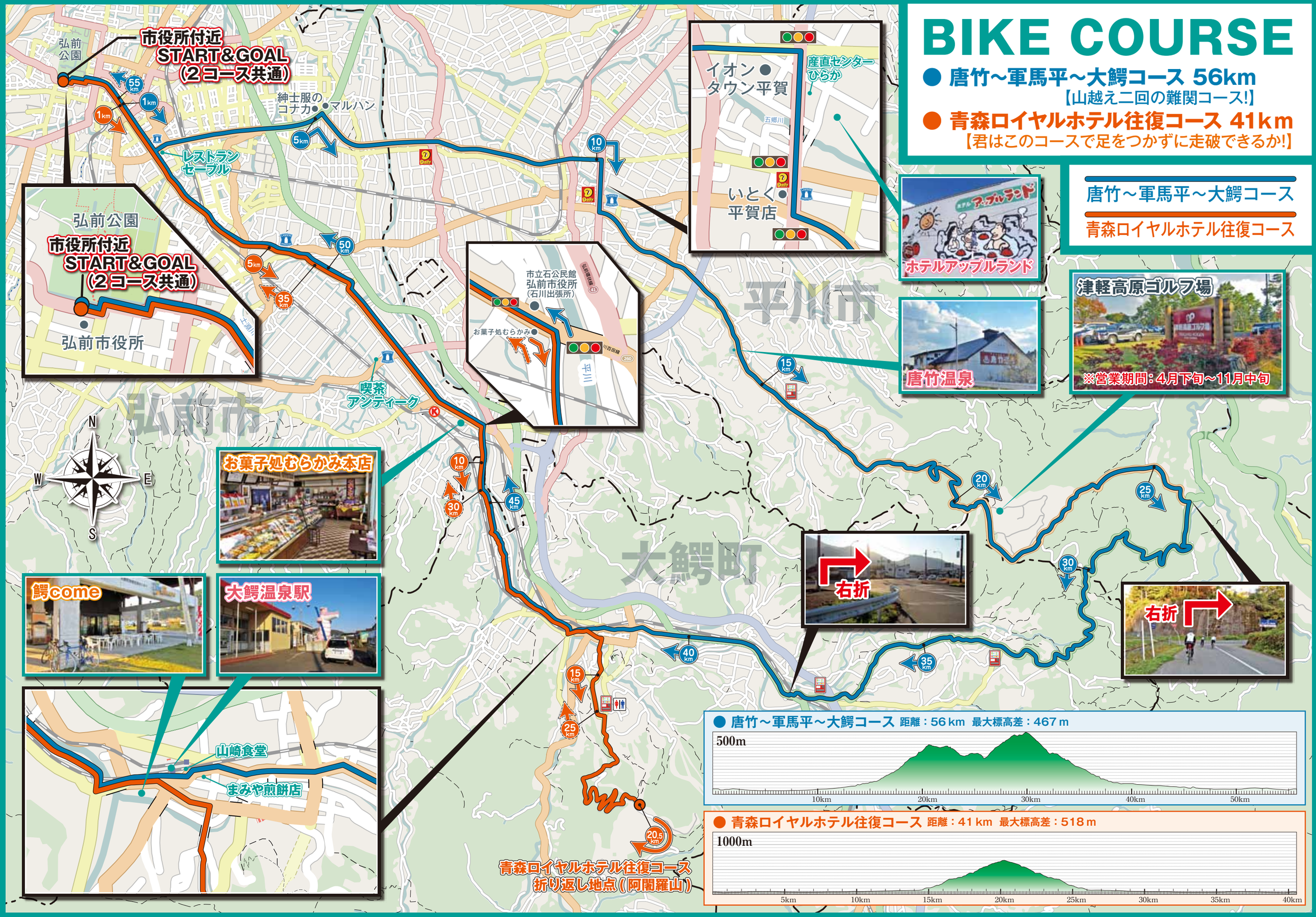
レンタサイクルご利用の方に特別バンダナプレゼント♪

レンタサイクルやってます!!
自転車 各種 10 台
（子ども用、冬用も有ります）
<料金>1 日 2,000 円（営業時間内）

パンク修理（1,000円）、空気圧チェック、チューブ交換のレクチャーもやっています！

BIKE COURSE

● 唐竹～軍馬平～大鰐コース 56km
【山越え二回の難関コース!】

● 青森ロイヤルホテル往復コース 41km
【君はこのコースで足をつかずに走破できるか!】

唐竹～軍馬平～大鰐コース
青森ロイヤルホテル往復コース