

青森  
縄文

FREE  
¥0

本州の北端へ、時空旅行。

縄文  
ジヤモン  
ロマンチック

Aomori Jomon  
Romantic Journey



青森の旅、縄文の旅。1万年の時をこえて

縄文  
JOMON JAPAN

小学生の時に習った「縄文時代」。

歴史の中の1ページ。遠い遠い、昔の物語。

そんな一万年以上も昔のことが、発掘調査で見えてくる。  
明らかになればなるほど、縄文って実はとてもロマンチック。

土器に縄の模様をつけていただけじゃない、  
土偶という不思議なものを作っていただけじゃない。

世界でも類を見ない、知的で、ハートフルな  
生活が息づいていたのです。

本州の北端に位置し、豊かな自然に恵まれた青森県は、  
縄文遺跡が数多く残されています。  
一万里以上という想像もつかないほど長い年月をかけて、  
祖先がはぐくみ生きてきた軌跡を、  
青森で、見て、知つて、感じる。

忙しい現代だからこそ、

ちょっと息ついて縄文に夢中になろう。

地面の下から、語りかけてくる声を聞こう。

人々の暮らしに思いをはせてみよう。

忘れかけていた大切なこともきっと見つかるはず。

縄文ロマンチックジャーニーへ、ようこそ。

# 今こそ、 縄文の旅に出よう。

Aomori Jomon  
Romantic Journey



## Jomon Review 01

縄文時代はいつの  
お話をだっけ？

今から約1万5000年前～約2400年前が縄文時代。  
およそ1万年よりも続いた縄文時代は、土器の変遷をもとに6期に分けられます。



## Jomon Review 02

その時、日本は？  
世界は？地球は？

約1万5000年前、地球は長く続いた氷河期を終え温  
暖化に向かいます。縄文時代の幕開けです。日本列島  
では落葉広葉樹の森が広がり、海では魚介類が豊富  
に育ち始めます。地球の気候も安定し、世界の他地域  
では農耕・牧畜を生業の基盤としていましたが、縄文時  
代の人々は狩猟・漁労・採集により、定住生活を達成。  
自然との共生により1万年以上も続きました。

02

## Jomon Review 03

縄文というネーミングの由来は？

土器の表面に付けられていた「縄目状の模様」を詰めて「縄文」で、土器の名前を「縄文土器」としたので、土器が活躍した時代を「縄文時代」。そう、直球です。



縄文遺跡は  
3400カ所も！

AOMORI

まずはおさらいから。

そもそも  
縄文時代って？

Let's OSARA!

## Jomon Review 04

「遺跡」と「貝塚」という  
呼び名の違い。

人々の暮らしの跡を示す「遺跡」には、「古墳」や「集落跡」などのカテゴリーがあって、「貝塚」もそのひとつ。貝殻を捨てた場所が重要? そうなんです。堆積した貝の層から当時の環境がわかるほか、埋葬された人骨や土器なども出土する貝塚は、縄文人にとって特別な場所。ちなみに、貝塚や集落跡などの遺跡で、国により学術的に価値が高い認められた重要なものは「史跡」に、特に重要なものは「特別史跡」に指定されています。

遺跡  
貝塚

## Jomon Review 05

縄文の聖地、青森県。

青森県には縄文遺跡が多い。理由その1。本州北端に位置する青森県は三方を海に囲まれ、また、世界自然遺産「白神山地」は最大級のブナ原生林であり、この豊かな自然の恵みのもとに人々の暮らしが営まれた。理由その2。青森は都市的土  
地開発が少なかったので遺跡の保存に繋がった。この2点に加え、特別史跡三内  
丸山遺跡で一躍知名度アップ! 「縄文の聖地」と言われるのもうなづけます。

**POINT  
02**

## 身なりにも気配りしてます、 おしゃれ大好き縄文人。



（たていと）と（よこいと）で編んだ服を

定番に冬場はレザーやスエードで防寒対策。アクセサリーは基本カラフルで、イヤリング、ネックレス、ブレスレット、ヘンダンントに髪飾りと充実のラインナップ。お守り代わりになるアクセは縄文男子にもオススメ。ワニラングア・ツプのコードを目指すならヒスイを取り入れてみて。樹皮で編んだボンネットと漆塗りの真紅なコームはプレゼントにも最適! (当時のファッショニライターが書いたとすればこんなカンジでしょうか。)

粘土の器を焼いたものが土器。これを使えば食べ物の煮炊きができるし、貯蔵はできるし、安定した食生活をもたらし定住を促進したという、実は偉大な発明品なのです。セラミック(焼物)製のお鍋で熱々おでんを食べて「美味しい!」って、21世紀の私達はその発明の恩恵に預かっているんですね。感謝!!!

遺跡からは、  
土器がごっそり!



**POINT  
03**

## 土器を発明し 定住型ライフスタイルを確立。

ドングリや山菜などは土器で煮込

んであくを抜いて食べやすくしてからクッキング。木の実は碎いてクリーに。肉は磨り潰してハンバーグに。魚介は煮て旨みたっぷりスープに。しかも食材は地元産の天然モノで四季折々の山海の幸に里の恵みである。栄養バランスのとれた縄文人の食卓はとってもヘルシー。

うまい!



**POINT  
05**

## グルメでヘルシーな縄文人 「当然仕込みはあく抜きから やりますよ」。

必要以上に自然に手を加えず、遠方のムラとの交流や交易をしながらも戦争をせず、温和で協調的な社会を維持継続していたという歴史的な事実。現代がそこから学べるものって、きっとあるはずです。

**POINT  
01**

## 狩猟・採集・漁労で 1万年以上も続いた安定社会、 なんと人類史上最長記録。



知れば知るほど面白い!

# アメイジング JOMON

縄文のムラに自分を置いてあれこれ想像してみる。

コンビニもスマホも、車も電車もない世界で、人々はいったいどんな生活をしていたんだろう。

何を話して、何を考えていたんだろう。

タイムマシンがあったら! と切に思う。

そんな縄文時代の魅力をぎゅっと10コにまとめてみました。

**POINT  
04**

## 「土偶」は土器と並ぶ縄文時代の 立役者。しかしナゾだらけ…



宇宙人かも  
しれないよね

アバウトに言うと、人をモチーフにした今いうフィギュアのようなもの。そのカリカチュアぶりは強烈で見た目のインパクトは絶大。ただし、祈りや信仰心といった深淵な精神世界から製作されたのか、あるいは単なる玩具なのか、実際のところその製作目的は分かつてない。というワンダーさも魅力。

代表格はやはりキッチン用品。食料の貯蔵はもちろん、底が深いのは「煮る」用、浅いのは「盛る」用、急須のように口のついた「注水」用なんでもものまで幅広いラインナップ。身の回りの収納にも使われていたでしょうし、さらには祭事・儀式用から、なんと子どもの棺の役割まで、その用途は様々なのです。



## POINT 07 形や大きさも千差万別。 こんなに使い道があつた縄文土器。

## POINT 10 日本人のルーツ? 縄文人あるある。

土器の模様の細かさや精密さは見事なもの。ほかにも、35の倍数測量方法を考案し、塗りの技術をモノにして、土偶にご執心で祭り好き、やると決めれば一致団結して巨大ストーン・サークルだって造っちゃう。言い換えると、手先が器用で勤勉で高い技術力を誇りキャラオタのフエス好きでチームプレーは組織力で勝負。あ、これつて日本人の長所に似てません? こう考えると、なんだか縄文人に親近感が湧いてきちゃいますよね。



## POINT 06 「加工して再利用」というリサイクル社会を実践。



狩猟・採集・漁労で得た食材の骨や殻などといった食べられない部分は、捨てずに加工し、暮らしの道具や装飾品などに作り変えて、残さず再利用。そもそも縄文人は生活から出る「ミニ」を「ミニ」として認識していたかどうかすら疑わしく、ムラのゴミ捨て場のような「盛土(もりど)」はまつりの場にもなっていたらしい。捨てるという概念が存在しない。これこそ究極のエコでしよう。

ニツ森貝塚(青森県七戸町)から「埋葬された犬」が発見されるなど、犬は大事な家族の一員だったことがわかる。縄文時代の犬は小型犬でありながら狩猟のパートナーやムラを見張る番犬としても大活躍。その血筋は今でも秋田犬や柴犬にも流れているそうだ。



## POINT 09 トレンドは無視しない。 むしろ乗っかる系の縄文人。

物品の交換や移動、技術の伝播は縄文時代でも広域で行われていました。こうしたモノの流れと共にいわゆる「流行」が生まれ、土器や土偶の模様やカタチ、色でも変化していきます。例えば「ミニワンピ」でバブーなのは80年代風」と分析できるように、縄文時代もそのトレンドで土器や土偶が作られた年代を特定できるのです。意外と縄文人、ミーハーです。



## 青森縄文の入り口

これらの「すごい!」は実際に遺跡に行くと「本当にすごい!」を実感できますが、青森県の縄文遺跡は約3400箇所もあるので、まずは縄文時代についての知識を深めるため、三内丸山遺跡センター(P5)にある「さんまるミュージアム」へ。たっぷり予習して、ディープに縄文ワールドを体感しよう。さんまるミュージアムでは、数多くの出土品やモニター解説により縄文人の生活の各場面をわかりやすく展示しています。スマートフォンで視聴できるミュージアムガイドもありますよ!

そしてここからが本題。

北海道・北東北の縄文遺跡群

# 青森県の縄文遺跡 8構成資産を紹介。

北海道・北東北の縄文遺跡群のうち、青森県に所在する8つの遺跡は場所も年代もバラバラですが、縄文時代の始まりから終わりまでをほぼ網羅しています。つまり、青森県の遺跡を巡れば1万年以上続いた縄文時代の変遷をたどることができるのでです。

## 縄文遺跡の楽しみ方

遺跡は、調査で掘り起した後に保存のため埋め戻すのが一般的。そのため遺跡の詳しい情報は「ガイダンス施設」で紹介されています。出土品もたくさん展示しているので、遺跡とガイダンス施設はセットで訪ねよう。知識だけでなくロマンも深まるはず!

遺跡  ガイダンス  
施設



遺跡に立つとわかる、この独特の雰囲気。縄文の風がゆっくり流れ、贅沢な時間



①三内丸山遺跡の代名詞「大型堅穴建物(復元)」「大型掘立柱建物(復元)」②地面に穴を掘り、柱を立てた「掘立柱建物(復元)」。柱は約35cmの倍数で配置 ③「大型掘立柱建物」の柱の穴は保存され、実際に見学できます

### TOPICS

毎年、夏から秋(9月中旬)にかけて発掘調査の現場を公開。発掘スタッフによる現場ガイドもあるので(平日11時より)詳しくは三内丸山遺跡センターの総合案内へ。HPでは「発掘最前線」で最新情報を公開中!



### DATA 三内丸山遺跡センター

☎017-766-8282 青森市三内丸山305番9時~17時、GWと6月1日~9月30日は~18時、最終入館は閉館30分前 一般410円、高校・大学生200円、中学生以下無料 価格第4月曜、年末年始、保守点検休館の場合あり 国東北道青森ICより車で5分、JR青森駅・JR新青森駅よりバス「三内丸山遺跡前」下車

青森市

## 縄文の定説を見事に覆した キングオブ縄文遺跡

05

## 特別史跡 三内丸山遺跡

◎ 約5900~4200年前 ◎ 青森市三内丸山

日本を代表する大規模集落遺跡。出土した土偶は2000点を超え、現在も発掘調査は継続中。計画的なムラづくりや自然資源の利用といった縄文人の暮らしぶりが明らかになり、それまでの縄文時代の考えに大きな影響を与えた。その雄大さと悠久の時を感じてほしい。

ガイダンス施設へ行ってみよう!

## 三内丸山遺跡センター

重要文化財約500点を含む総数約1700点の出土品を展示し縄文時代の暮らしを紹介する「さんまるミュージアム」をはじめ、体験工房、シアター、レストラン、ミュージアムショップがあります。



必見の「大型板状土偶」  
は、約32cmと日本で最大  
級の大きさ。髪型といいバ  
ンツといい、見る度に新し  
い発見が



通称「縄文ボケット」には  
出土時クルミが入っていた  
という。このボケットに木  
の実を入れていたなんて  
チャーミングすぎます



三内丸山遺跡の代表、板状  
土偶は、個性豊かで魅力的な  
表情がずらり。お気に入りの  
推し土偶を見つけてみて

ガイダンス施設へ行ってみよう!

## 八戸市埋蔵文化財センター 是川縄文館

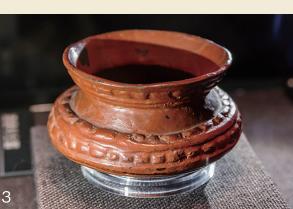
縄文時代晚期の是川遺跡や後期の風張1遺跡の出土品を展示。「漆の美」、「是川の美」などのテーマに分けられた美しい展示物を眺めていると、縄文人の美的センス、工芸技術の粋にうつとりしてしまう。また「縄文の謎」コーナーでは、当時の自然環境や縄文人の暮らし、技について分かりやすく紹介。



国宝展示室に鎮座する合掌土偶(風張1号)は、土偶では、わずか5体しかない国宝のうちのひとつという当施設の目玉。お祈りをしているようなポーズの意味は残念ながらわからない。ただ、この切実な表情と姿を見ると、願い事をしたくなるから不思議です



①&②「市松模様を縄文人は知っていたの?」現代にも通じるデザイン性の高さに脱帽な土器(風張1号)と精密な漆塗りの櫛。もちろん全部手作りです ③伝統工芸品かと見間違うほど繊細な意匠の器はなんと漆塗り。何千年の時を経てもなお、美しく鮮やかな「赤」に目を奪われる



### DATA 八戸市埋蔵文化財センター 是川縄文館

☎0178-38-9511 地八戸市是川横山1番地9時~17時、最終入館16時30分 一般250円、高校・大学生150円、小・中学生50円 国内曜(祝日の場合は開館)、祝日の翌日(土日の場合は開館)、年末年始 地八戸道八戸ICより車で10分、JR八戸駅よりバス「是川縄文館」下車(土・日・祝)、八戸中心街バスターミナルより「是川縄文館」下車

八戸市

デザイン、工芸、色彩、装飾…

センスの塊! 縄文人

これかわ

## 史跡 是川石器時代遺跡

⌚ 約5900~2400年前 ◎ 八戸市是川

「一王寺」、「中居」、「堀田」の3遺跡の総称で広範囲にわたる。これは時と共に集落が移動したため、これにより、集落の変遷や漆などの工芸技術の系譜を長期的に検証できる、という点でも重要な遺跡。



是川遺跡記念碑から見渡せる風景。この一帯にムラが広がっていた

ここがオススメ

曲線美、光沢感、突起や模様、漆の鮮やかさ…個性豊かな出土品に酔いしれてください。  
是川縄文館／市川健夫さん



遺跡の重要性を後世に伝えるため昭和7年に建立された是川遺跡記念碑

### 山の斜面を削って、石を並べた 縄文社会の大規模事業

こまきの

## 史跡 小牧野遺跡

⌚ 約4000年前 ◎ 青森市大字野沢字小牧野

陸奥湾を望める台地に、2900個以上の石で作られた大規模なストーンサークル。土地造成や石の運搬は現代でも重労働なわけで、そうまでして作った縄文人の想いとは何だったのか?ここで何をしていたのか?八甲田山をバックに素晴らしい景色がひろがる現地で耳をすませてみよう。



ストーンサークルの直径は約55mというヒップサイズ

ここがオススメ

地形や自然環境も一緒に楽しんでみてください。縄文時代を知る上でとても大切な要素なんです。

青森市教育委員会／児玉大成さん

### DATA 縄文の学び舎・小牧野館

☎017-757-8665 地青森市大字野沢字沢部108-3 地9時~17時 地見学無料(12月29日~1月3日 地東北道青森中央ICより車で20分)

八戸市

デザイン、工芸、色彩、装飾…

センスの塊! 縄文人

これかわ

ガイダンス施設へ行ってみよう!

## 縄文の学び舎・小牧野館

小牧野遺跡へ上の農道の手前にある、旧校舎を再利用した施設。資料展示のほか、土器の模様を粘土板に付ける、模型の石を並べてストーンサークルを作る、実物大の土坑に入る、といった縄文体験も楽しめる。



可愛い顔はめバネルや  
発掘コーナーなども



少し盛り上がっている貝塚を歩くと足元に当時の貝殻がこんなふうにチラホラ。約5000年前の貝殻とこんなにサラッとご対面できるなんてロマンチック

### 貝殻たくさんナチュラル貝塚 さすが東北最大級

ふたつもり

## 史跡 ニッ森貝塚

⌚ 約5500~4000年前 ⌚ 七戸町字貝塚家ノ前

宝湖と呼ばれるほど湖の幸が豊富な小川原湖のそばにあり、現在よりも海岸線が近かったため、いろいろな種類の新鮮な魚介類を味わえていたグルメ集団の跡。貝塚以外にも、道路跡、お墓、貯蔵穴、鹿角製の櫛なども発見されています。事前に予約すれば地元の保存会の方がガイドをしてくれます(無料)。地元ならではの面白談話も訊けるのでおすすめです。

ここがオススメ

縄文時代の貝殻がぎっしり積み重なった、大型の貝層断面の展示は、必見です!

ニッ森貝塚遺跡保存協力会会長／鎌本義明さん



七戸町

ガイダンス施設へ行ってみよう!

### ニッ森貝塚館

閉校になった小学校を改修し、「ニッ森貝塚の人々の生活」を複数のテーマに分けて展示。ハンズオンコーナーやデジタルアーカイブもあり、いろいろと楽しめます。

**DATA** ニッ森貝塚館  
☎0176-68-2612 地図七戸町字鉢森平181-26 時間10時～16時 営業無料 月曜・祝日の翌日、年末年始 地図JR七戸十和田駅より車で15分



ニッ森貝塚から出土した鹿の角で作られた櫛。繊細な模様が施されています

ガイダンス施設へ行ってみよう!

### 外ヶ浜町大山ふるさと資料館

廃校になった木造校舎を再利用して造られている施設。日本最古どころか世界最古との説もある土器片や、マルチに使える石器などの出土品を展示。その他、農業・漁業に関する民俗資料も見応えアリ。



これが日本最古級の土器のかけら。上部の黒ずみはススであり、このススから年代を測定しています

旧石器時代から縄文への移行期の出土物として貴重な「石斧」



外ヶ浜町



日本最古級の土器が出土! 言わば「縄文始まりの遺跡」

おおだいやまもと

## 史跡 大平山元遺跡

⌚ 約1万5000年前 ⌚ 外ヶ浜町字蟹田大平山元

平成10年の発掘調査で土器片や石鏃(せきぞく)が発見され、この土器片は約1万5000年前のものである可能性が指摘されています。これらは定住の証拠にもなるので「縄文時代の始まり」を宣言することに。そう、石器時代の終わりと縄文時代の始まりを告げるエボックメイキングな遺跡といえるのです。

ここがオススメ

蟹田川の上流には石器の材料になる珪質頁岩(けいしつけつがん)の産出地があって、今でも川原で拾えます。青森の縄文人は好んで川の近くに住んでいたようですが、食糧のほかに道具の材料もゲットしていたんですね。外ヶ浜町教育委員会／駒田透さん



**DATA**  
外ヶ浜町大山ふるさと資料館

☎0174-22-2577 地図外ヶ浜町字蟹田大平沢辺34-3 時間9時～16時 営業無料 月曜・祝日の翌日、年末年始 地図JR青森駅より車で50分、奥津軽いまべつ駅より車で20分



貝殻や骨でアクセサリーを作る  
おしゃれ工房があったかも

つがる市

## 史跡 田小屋野貝塚

⌚ 約6000~4000年前 ⌚ つがる市木造館岡田小屋野

ケジラやイルカの骨で作った骨角器や、ベンケイ貝のブレスレットに至っては60点以上出土した。その数から貝輪の加工所があったと考えられていて、女子のアクセサリー好きは永遠だと納得。

ここがオススメ

個性的な出土品を実際に見て、当時の人の暮らしや好きだったもの、その面影をイメージすることって、とても楽敵な時間です。

つがる市教育委員会／羽石智治さん



ガイドンス施設へ  
行ってみよう!

### つがる市木造亀ヶ岡考古資料室

亀ヶ岡石器時代遺跡から車ですぐの「縄文館」内にある。主に個人寄託の土偶や土器・石器などを展示。こういうものが家の庭や畠のあちこちから出土したこの地域の縄文濃度の高さに改めて驚く。

**DATA** つがる市木造亀ヶ岡考古資料室  
☎0173-45-3450 地図つがる市木造館岡屏風山195 開9時～16時 休一般200円、高校・大学生100円、小・中学生50円 休月曜、祝日の翌日、年末年始 地図JR木造駅より車で25分

お侍さんも興味津々  
江戸時代から知られた老舗遺跡

かめがおか

## 史跡 亀ヶ岡石器時代遺跡

⌚ 約3000~2400年前 ⌚ つがる市木造館岡

なんとこの遺跡は江戸時代から土器の出土があり、滝沢馬琴もコレクションしていたというから日本人の探究心おそるべし。土偶といえば多くの人がイメージするこの「遮光器土偶」は、ここがふるさと。ヒスイの玉類や赤漆塗りの土器も数多く出土している。

しゃこちゃんのオリジナルは上野の東京国立博物館にいます



ガイドンス施設へ  
行ってみよう!

つがる市縄文住居展示資料館カルコ

亀ヶ岡石器時代遺跡と田小屋野貝塚の出土品を中心、青森県内の遺跡資料が多数並ぶ。遮光器土偶のレプリカにも出会える。ちなみに地元では「しゃこちゃん」の愛称で親しまれています。

**DATA** つがる市縄文住居展示資料館カルコ  
☎0173-42-6490 地図つがる市木造若緑59-1 開9時～16時 休一般200円、高校・大学生100円、小・中学生50円 休月曜、祝日の翌日、年末年始 地図JR木造駅より車で5分



名峰岩木山を背景に造られた  
巨大なストーンサークル

大森勝山代表 内藤法石 製品

## 史跡 大森勝山遺跡

⌚ 約3000年前 ⌚ 弘前市大森勝山

木々に囲まれた山道を登ることおよそ5分。岩木山をベストポジションにおさめ、神聖な空気をまとった空間がひろがります。足元には約49m×39mの楕円状の巨大な環状列石（ストーンサークル）が眠っており、まつりの道具も数多く出土している。

ガイドンス施設へ  
行ってみよう!

### 弘前市裾野地区 体育文化交流センター

ロビーに大森勝山遺跡の出土品を含む弘前市の縄文～弥生時代の展示コーナーを常設しています。昭和の発掘調査の様子が分かるパネル写真など興味深い資料も。

弘前市



ここがオススメ  
毎年8月、この遺跡で「大森勝山じょうもん祭り」を開催しています。火おこし体験や土器作り体験などを行っています（参加無料）。縄文らしいロケーションで当時の雰囲気を満喫できますよ。

弘前市教育委員会／東海林 心さん



**DATA** 弘前市裾野地区体育文化交流センター  
☎0172-99-7072 地図弘前市大字十面沢字巻8-9 開9時～21時 休見学無料 休年末年始 地図東北道黒石ICより車で50分

# 青森縄文ロマンチックジャーニー

## 3コース。

3 Romantic Courses of  
Aomori Jomon

縄文のこと遺跡のこと、しっかり予習したらさあ出かけよう。  
遺跡と青森のいいところをしっかり詰め込んだお出かけコースにしました。  
青森縄文を満喫する、ロマンチックなジャーニーをどうぞ。



course  
**01**

### 青森タウンの縄文& ご当地スポットめぐり

日本最大級規模の縄文集落遺跡「三内丸山遺跡」からスタートし、美術館や市場など、青森タウンのみどころを周遊。旅のしめくくりは、かわいいおみやげが手に入る「A-FACTORY」へ!

DAY1

START!  
10:00

知るほど奥が深い!縄文文化



古代ロマンの後に、アートをどうぞ

13:00



### 青森県立美術館で アートトリップ

DATA

017-783-3000 青森市安田字近野185 滞9時30分  
~最終入館16時30分 国常設展観覧料大人510円、高校・大学生300円、小・中学生100円 個第2・4月曜(祝日の場合は翌日)、及び年末 国東北道青森ICより車で5分、JR青森駅、JR新青森駅よりバス「県立美術館前」下車

三内丸山遺跡から、徒歩10分ほどなので寄っていこう。棟方志功など青森県出身作家の作品を数多く展示。奈良美智の「あおもり犬」と新作オブジェ「Miss Forest/森の子」の巨大立体作品は必見。シャガールの「アレコ」舞台背景画も圧巻の迫力!



15:00

おみやげにぴったりの  
どんぐリストラップ(800円)



遺跡ガイド:2週間前までに要予約

### 小牧野遺跡でピクニック

マツリが行われたと考えられているストーンサークル。配石の一部は今でも見ることができ、ストーンサークルの大きさを実感できる。展望広場からは八甲田山、晴天時には下北半島までの眺望が楽しめる。休憩施設「小牧野の森・どんぐりの家」があるので、ピクニックにもぴったり。ふもとのガイダンス施設「縄文の学び舎・小牧野館」では、どんぐりをモチーフにしたオリジナルグッズも充実。



(上)幻想的な雰囲気のミュージアム内「縄文人のこころ」コーナー。(左)土器や土偶だけでなく、こんな素敵なかわいいアクリルアートもあるよ!



「縄文ビッグウォール」には5000個を超える土器片がちりばめられている。向かいの収蔵庫に整然と並ぶ土器も必見!



古代米のおにぎりは1個200円、ビタミン、ミネラル、食物繊維が豊富なんですね!



縄文時代から食されていた栗を使用したソフトクリーム。その名も「そと栗夢(クリーム)」320円!



土偶作りに挑戦!その他にもメニューがあるから「三内丸山遺跡センター」の総合案内で確認してね



40分

DAY 2 9:00

朝ごはんには「のつけ丼」朝から全開で行きましょう!

## 青森魚菜センター で満腹

30店舗以上が入る青森市民の台所。魚介や総菜、肉など好みの食材を選んでご飯にのせる「のつけ丼」が人気。案内所で食事券を購入して楽しもう。

DATA

017-763-0085 青森市古川1-11-16 澄7時~16時 通火曜 地図 青森道青森中央ICより車で15分、JR青森駅より徒歩5分

10分



本物は、  
三内丸山遺跡に  
ありますよ。



11:00

腹ごなしに新町通りを散歩していたら  
土偶オブジェ付き車止めが!

「ここにも!遮光器土偶」

10分



DATA

017-722-1661 青森市新町1-13-21 澄11時~LO17時 15分 通月曜 地図 青森道青森中央ICより車で15分、JR青森駅より徒歩6分

14:30

## 大平山元遺跡 大山ふるさと資料館

大平山元遺跡は、青森市から津軽半島を北へ車で約1時間の外ヶ浜町にある。廃校をリノベーションした外ヶ浜町大山ふるさと資料館には、日本最古級の土器片を展示。

遺跡ガイド: 要問合せ

Aomori Jomon  
courses MAP



日本最古級の土器に会いたい! 古代のパワーを感じに津軽半島へ!



長さ2~3cmくらいの小さな「かけら」が、土器の始まりを語るなんて感動

60分



GOAL!  
17:00

## A-FACTORY

おしゃれなパッケージのスイーツやモダンな工芸品など幅広い品ぞろえ。館内にはシードル工房もあり2階ラウンジではシードルの試飲もできる(有料)。お土産選びに夢中になつて電車の時間が過ぎてしまわないように注意しよう。

DATA

017-752-1890 青森市柳川1-4-2 澄9時~20時(店舗により異なる)  
休不定 地図 青森道青森中央ICより車で15分、JR青森駅より徒歩1分



北海道の西洋りんごと青森のりんごの素敵な出会い。本数限定なので、見つけたら迷わずゲット





DAY1

START!  
10:00



名物縄文カレー(500円)をいただきます!



遺跡ガイド:要事前申込



[合掌土偶プロフィール]  
紀元前1600年うまれ(満3600歳)  
ムラの名人によって作られ、真っ赤にぬられた後、  
家に祀られていきました。※残りのプロフィールは  
展示室の履歴書をチェック!

## 八戸市埋蔵文化財センター 是川縄文館

なんとも印象的なお姿! 合掌土偶に会いにいこう

お目当ての国宝「合掌土偶」とご対面。願いごともさることながら、出土した当時の場所や状況を知ると感動もひとしお。合掌土偶のゆるキャラ「いのるん」グッズを揃えるショップや、古代米を使つた縄文カレーなどを味わえる喫茶コーナーもある。



是川石器時代遺跡を散歩。このあたりも  
当時はムラだったそう



10分



## 大人女子の よくばり八戸旅

13:30

マイみやげにびったり! 八幡馬の絵付け体験



### DATA

☎0178-41-1726 地図八戸市根城字根城47 営9時～最終入館16時30分 入場無料(本丸は大人250円、高校・大学生150円、小・中学生50円)、八幡馬の絵付け体験は2000円/1名 月曜(祝日の場合は開館)、祝日の翌日(土日の場合は開館)、年末年始 地図八戸道八戸ICより車で10分、JR八戸駅・八戸中心街よりバス「根城」下車

## 史跡 根城の広場

建武元年(1334年)に南部師行によって築城された「根城」を復原。工房では、八戸の郷土玩具「八幡馬」の絵付け体験(要予約)を楽しめる。ラインストーンやカラフルなペンでかわいくデコレーションしよう!



10分



お土産も買わなきゃ!

18:00



## 八戸の横丁はしご

15:30

ひと休みにもびったりな文化・観光の発信地!



## 八戸ポータル ミュージアム はっち

八戸の暮らし・文化を紹介する展示物や合掌土偶のレプリカなどがある文化観光交流施設。青森の工芸品や雑貨、食品などを販売するカネイリミュージアムショップをはじめ、カフェやギャラリーなども。

### DATA

☎0178-22-8228 地図八戸市三日町11-1 営9時～21時 休第2火曜(祝日の場合は翌日) 地図八戸道八戸ICより車で10分、JR本八戸駅より徒歩10分、JR八戸駅よりバス「八戸中心街ターミナル(八日町)」下車



合掌土偶は「いのるん」というゆるキャラにもなっている。こちらのこぎん刺しコースキットでいのるんを持ち帰ろう





10:00

## 種差海岸

海沿いを鮮やかなグリーンが彩る「種差天然芝生地」や、岬にあるビュースポット「葦毛崎展望台」などがあり、三陸海岸の美しさを満喫できる。鶴島を起点にしたみちのく潮風トレイルを散策するのもおすすめ。



## DATA

☎ 0178-51-8500 (種差海岸インフォメーションセンター) 地図八戸市駒町棚久保14-167 開9時~17時(12月~3月は~16時) 地図八戸道種差海岸蔵上岳ICより車で10分、JR種差海岸駅より徒歩3分



12:00

## 八食センター

買い物も食事もOK! 新鮮魚介を存分に

鮮魚店など約60店舗が並ぶ市場棟と、海鮮料理や郷土料理を味わえる厨スタジアムからなる巨大市場。市場で購入した魚介類等を炭火焼きで楽しめる「七厘村」は要チェック!

Aomori Jomon  
Courses MAP

DAY 2

館鼻岸壁朝市は日曜のみの開催だよ! /



6:00

## 館鼻岸壁朝市

名物グルメも充実!大人気の日曜朝市へ

300店以上が出店する巨大な日曜朝市。岸壁には魚介や野菜、惣菜、雑貨など多彩なジャンルの店がぎっしりと集まる。食事ができる店も多いので、朝ごはんスポットとしても人気。

## DATA

☎ 0178-27-3868 (淡日曜朝市会) 地図八戸市新湊 地図日の出~9時頃 地図1月~3月中旬 地図八戸道八戸ICより車で20分、JR陸奥湊駅より徒歩10分、日曜朝市循環バスいしば号「館鼻漁港」下車※日曜のみの運行



のんびり、ほーっとする時間が心地いい~

## 遺跡ガイド:要事前申込



小川原湖は、ココ

14:30

## ニツ森貝塚

是川石器時代遺跡とはまた違った趣を楽しむにニツ森貝塚へ。のどかな原風景にマッチする堅穴建物(復元)がとてもフォトジェニックです。地面からのぞく貝殻たちは当時のものというから感激!

小川原湖の新鮮な魚介類を食べていたこのムラのみなさんは、さぞかしグルメだったことでしょう

GOAL!  
16:00手作りジェラート  
NAMIKI

青森ならではの限定ジェラートを味わおう



## DATA

☎ 0176-62-2646 地図七戸町字立野頭69 開10時~17時  
料シングル300円~ 営不定 地図JR七戸十和田駅より車で10分

# course 03

## 近代レトロと縄文レトロ。 津軽レトロジャーニー

弘前市でハイカラな洋館を見て回り、つがる市で縄文遺跡に思いをはせる…。さまざまな時代の遺産をめぐる旅へでかけよう。こんな歴史さんぽを楽しめるエリアって、そうそうありません。

DAY 1

START!  
11:00



フォトジェニックすぎる洋風建築がいっぱい!



青森銀行記念館(上)と旧弘前市立図書館(左)。

弘前市街にはレトロな洋館がたくさん♪



縄文をはじめ、歴史や美術工芸の貴重な資料を展示

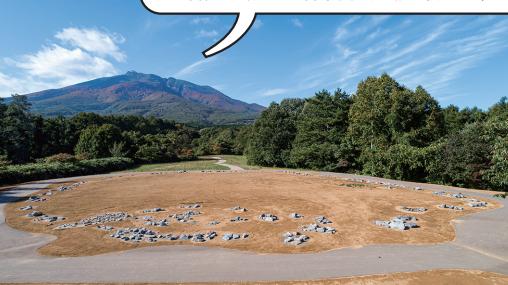
### 弘前の洋館めぐり

明治時代から大正時代に建てられた洋館が残る弘前市。旧弘前市立図書館や旧東奥義塾外人教師館、藤田記念庭園洋館、青森銀行記念館などの名所は弘前公園周辺に集まっているので、歩いてめぐろう。

DATA

☎0172-35-3131(弘前觀光コンベンション協会)【旧弘前市立図書館】  
■弘前市下白銀町2-1 ■9時~17時 □見学無料 年末年始 国東北道大鰐・弘前ICより車で30分、JR弘前駅前より循環バスで15分「市役所前」下車【青森銀行記念館】  
■弘前市元長町26 ■9時30分~16時30分 □大人200円、高校生100円、小中学生100円 年末年始 国東北道大鰐・弘前ICより車で30分、JR弘前駅前より循環バスで10分「下土手町」下車、徒歩5分

一日見て欲しい。岩木山と遺跡の絵のように美しい風景



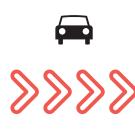
15:00

### 大森勝山遺跡



知る人ぞ知る岩木山のビュースポット。ストーンサークルで祭事が行われていたと言われるこの神聖な場所に行くだけで、背筋がしゃんとする気持ちになれる。冬至になると岩木山山頂へ沈む夕日を見ることができるそうです。

遺跡へは、マイナスイオンたっぷりの森をピクニック気分で5分ほど歩こう



16:00

### 弘前市裾野地区 体育文化交流センター

神聖な空気を味わったら、大森勝山遺跡で発掘された貴重な出土品もチェックしよう。



11:00

縄文文化の美を伝える亀ヶ岡遺跡の出土品



DAY 2

10:00

つがる市に到着したら…



### つがる市木造 亀ヶ岡考古資料室

漆塗り土器や籠胎漆器、石器、釣り針、土偶など様々な縄文の出土品が展示されています。間近で見ることができるので、じっくり鑑賞して、縄文人の技術の高さに酔いしれてみて。

10:00

### 亀ヶ岡石器時代遺跡&田小屋野貝塚

有名な遮光器土偶が出土した亀ヶ岡遺跡と日本海側では珍しい縄文時代前期の貝塚・田小屋野貝塚。両遺跡の貴重な出土品は、2つのガイダンス施設でチェック!



遺跡ガイド: 要問合せ

DATA

☎0173-49-1194(つがる市教育委員会)  
■9時~17時(縄文遺跡案内所4月~11月  
(冬季閉鎖)) 国JR木造駅より車で20分



映画のセットみたい!

12:00

そこかしこにしゃこちゃんが!まさに土偶の町!

わー!

15分

## JR木造駅

インパクトがありすぎる「しゃこちゃん」の高さ17mの巨大モニュメントは、なんとJR木造駅の駅舎だった!木造駅周辺を歩けば、いたるところにしゃこちゃんに出会える。

DATA

☎0173-42-2110 国つがる市木造房松10

マンホールにも  
しゃこちゃん!



13:30

## つがる市縄文住居 展示資料館カルコ

つがる市を中心とした、県内各地の遺跡からの出土品を展示する資料館。特に土器のデザインの移り変わりがわかりやすく、長い年月をかけ変わっていくトレンドを実感できます。

Aomori Jomon  
Courses MAP



器は土器を思わせるデザイン

12:30

ランチにも  
しゃこちゃん!



## 四季彩喰処 華かるこ

つがる市縄文住居展示資料館カルコに併設の食事処。ここには数量限定の地元食材を盛り込んだ「しゃこちゃん縄文弁当」(1080円、デザートドリンクセット1600円、数日前までに要予約)が人気。縄文土器をイメージした器や、遮光器土偶「しゃこちゃん」をかたどったごはんなどアイディア満載!

DATA

☎0173-42-5565 国つがる市木造若緑59-1 景11時～L013時30分、17時～L022時30分  
毎日曜 国東北道浪岡ICより車で40分



スイーツにも  
しゃこちゃん!

地元のアイデアで生まれた名物スイーツなんです

14:30

## たいま菓子店

地元の人々に愛される老舗菓子店。つがる市のアイドル「しゃこちゃん」をかたどったしゃこちゃんケーキ(250円/個)や土偶最中など、地元ならではの商品を販売。

DATA

☎0173-42-2232 国つがる市木造照日28-3 景8時～19時  
毎なし 国東北道浪岡ICより車で40分



GOAL!

最後までしゃこちゃんづくし。帰る前にひとつぶろ

## しゃこちゃん温泉

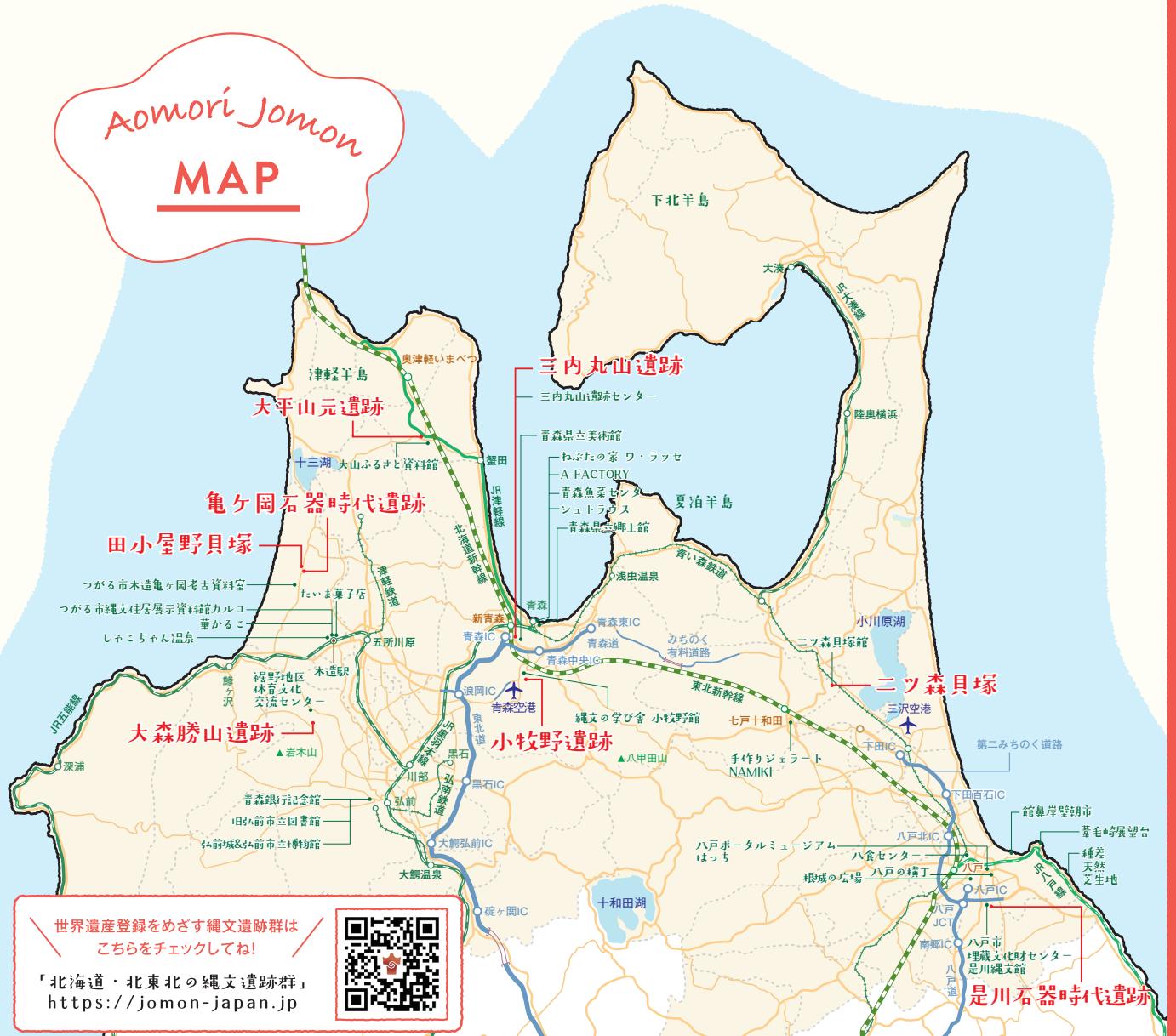
つがる市役所の目の前にある日帰りの入浴施設です。少し黄土色がかったお湯で旅の疲れを癒そう。しゃこちゃん温泉オリジナルタオルをお土産に!

DATA

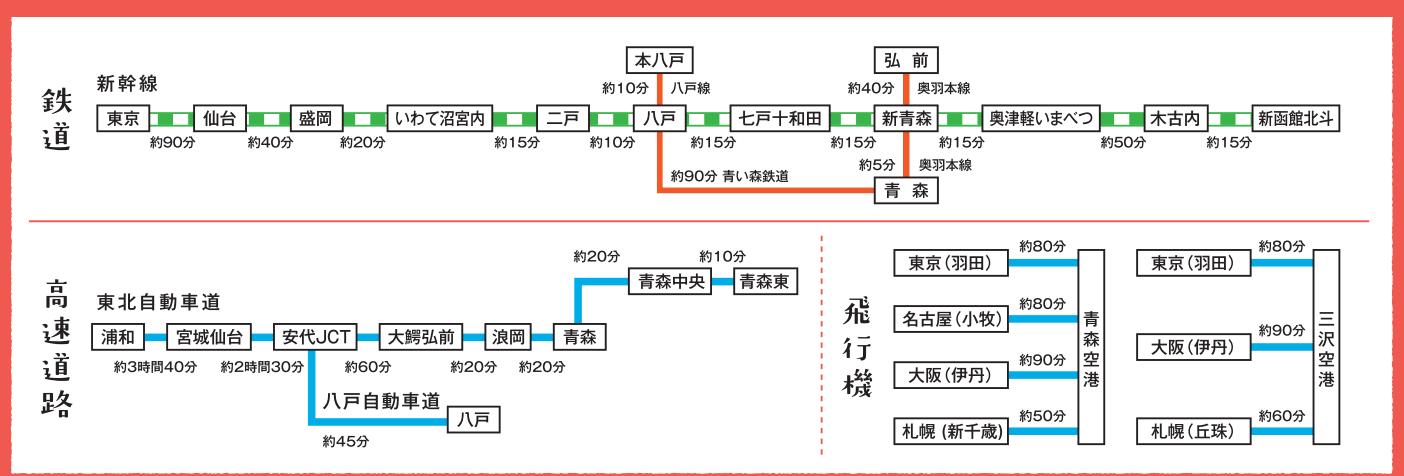
☎0173-42-1277 国つがる市木造若緑52 景9時～22時(4月～9月)、9時～21時(10月～3月) ￥12歳以上320円、6歳～12歳150円、6歳未満60円 例第2.4火曜、元旦 国東北道浪岡ICより車で40分



# Aomori Jomon MAP



## 青森までのアクセス Access to Aomori



[発行元]

青森県企画政策部世界文化遺産登録推進室

017-734-9183 〒030-8570 青森県青森市長島1丁目1-1

\*このパンフレットに掲載している情報は、特に表記がない場合、2021年3月15日時点の有効な情報です。情報は変更となる場合がございますので、最新の情報や詳細については各施設へお問い合わせください。

\*本媒体の掲載金額は、消費税10%を含む総額表記となっております。

\*各遺跡や施設では新型コロナウイルス感染症対策を行っています。おでかけの際はホームページなどでご確認いただき、感染症拡大防止にご協力くださるようお願いします。