



北
岩
手
二
戸

な
り
わ
い
を
知
る

暮
ら
し
に
出
会
う

二戸の風土によりそって

生きる人々のホンモノガタリ

にのへの郷土料理とおそばガタリ

食の匠 米田カヨさん

二戸には、そば粉を使った郷土料理がいくつもあります。「そばはっと」「やなぎばっと」「かっけ」。お団子を作るときにもそばが使われていました。昔からソバは日常的に食べられてきた食材ですが、それは二戸の山間の地形や冷涼で夏の短い気候、風土が影響していると言われています。二戸の風土にあったソバ。厳しい自然に寄り添い見つけた先に見えてきた「自然の恵み」。二戸の独特な食文化は、北岩手の自然と共にある暮らしの中で作り上げられたもの。知恵と工夫と遊び心に溢れています。岩手県が認定する食の匠・米田カヨさんが、そば粉や雑穀を使った二戸の郷土料理作りを手ほどきしながら、二戸の風土と昔の暮らしについて語ります。



にのへの郷土料理とおそばガタリ

[十割そば、やなぎばっと、そばかっけ、へっちょこ団子、二戸の伝統食を作る]

- 所要時間/2時間 (11:00~17:00の間)
- 料金/十割そば⇒2000円
やなぎばっと⇒2000円
そばかっけ⇒2000円
へっちょこ団子⇒1000円
- 時期/通年
- 申込期限/3日前まで
- 受付人数/1名~
- 集合・会場/米田工房そばえ庵
二戸市下斗米字十文字24-2



春の愉しみ山菜採りとにのへの里山ガタリ

里山観光団体きずな

北岩手の長い冬が終わる頃、老若男女問わずこの土地に暮らす人々は山菜の話を口にしつづけます。自分のお気に入りの山菜は何か、それをどうやって食べようか、いつごろどこに摘みに行こうか。そう、二戸の人は、春の到来を告げる山菜が大好きなのです。

3月下旬、まだ山の木々が芽吹く前。足元の土を割ってばっけ（ふきのとう）が顔を出したら、待ちに待った山菜シーズンがスタート！ 5月に入ると、たらの芽、山うるい、わらび、ぜんまいなど。山は春の香りの食材でいっぱいになります。

二戸の里山・足沢で暮らす「きずな」の皆さんが、新緑薫る5月の春山の尾根歩きへご案内。山菜採りを一から手ほどきいたします。



春の愉しみ山菜採りとにのへの里山ガタリ

- 所要時間/1時間 (9:00~13:00の間)
- 料金/1100円
- 時期/5月の土日
- 申込期限/1週間前まで
- 受付人数/1~10名まで
- 集合・会場/二戸市足沢中渡地内
- その他/雨天中止



※気候により開催期間が前後する可能性あり。要問合せ。



北いわての農家の手仕事
イチから教わる南部巴箒作り
～種まきからの手習い塾～

[冬の手仕事 小箒製作]

- 時間/3時間(9:00~16:00の間)
- 料金/3100円
- 時期/11月上旬~4月下旬
- 申込期限/2週間前まで
- 受付人数/1名~
- 集合・会場/カシオペアメッセ
なやーと3階サクルルーム
二戸市石切所字森合68
- その他/材料費、講師料込み



[ホウキモロコシの種まきと春のお野菜収穫]

- 時期/5月中旬

[ホウキモロコシの植え付けと初夏のお野菜収穫]

- 時期/6月上旬

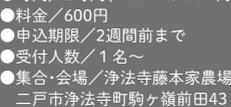
[ホウキモロコシの刈り取り&干しと夏のお野菜収穫]

- 時期/8月下旬~9月上旬

[ホウキモロコシの脱穀&調整作業と秋のお野菜収穫]

- 時期/10月中旬~11月上旬

- 時間/2時間(9:00~16:00の間)
- 料金/600円
- 申込期限/2週間前まで
- 受付人数/1名~
- 集合・会場/浄法寺藤本家農場
二戸市浄法寺町駒ヶ嶺前田43



※全5回のうち1回のみ作業体験も可。農作業は荒天中止

長くて厳しい北岩手の冬。里が雪に閉ざされた時期の農家のなりわいとして、二戸では手仕事盛んに行われてきました。鈴竹細工の籠、山葡萄蔓や胡桃の皮を使った樹皮細工や藁細工。その技術は人から人へ伝えられ磨かれてきました。かつては生きていくために必要だった、人の手による暮らしの道具たち、今はその素朴な美しさで私たちを魅了しま

す。南部巴箒も、そんな手仕事の一つ。親戚のおばさんからその技術を受け継いだという浄法寺で農家を営む藤本茂吉さんは、夏の農作業の合間に材料のホウキモロコシを育て、冬の農閑期、テマヒマかけて箒に仕立てます。種から作る農家の手仕事、南部巴箒作り。その一年を藤本さんと辿ります。

農家 藤本茂吉さん

北いわての農家の手仕事
イチから教わる南部巴箒作り
～種まきからの手習い塾～



うるし樽のわか作りと
うるしがたり

漆掻き職人 工藤竹夫さん

ウルシの木に傷をつけ、その傷から染み出した樹液を一滴一滴大切に掻き取る。丁寧に集められた漆液は漆器の塗料として使われます。実は、日本で使用されている漆の約98%が外国産。たった2%の国産漆の約70%が二戸市浄法寺の漆掻き職人によって掻きとられています。そう、浄法寺は日本一の生産量を誇る漆の里なのです。

浄法寺の漆は、日光東照宮や中尊寺金色堂、金閣寺など、国宝の修復



うるし樽のわか作りと
うるしがたり

- 所要時間/2時間(10:00~15:00の間(応相談))
- 料金/2~3名⇒2100円
4~5名⇒1600円
- 時期/11月上旬~4月下旬
- 申込期限/2週間前まで
- 受付人数/2~5名
- 集合・会場/浄法寺文化交流センター
(Jホール)和室
二戸市浄法寺町下前田30-1



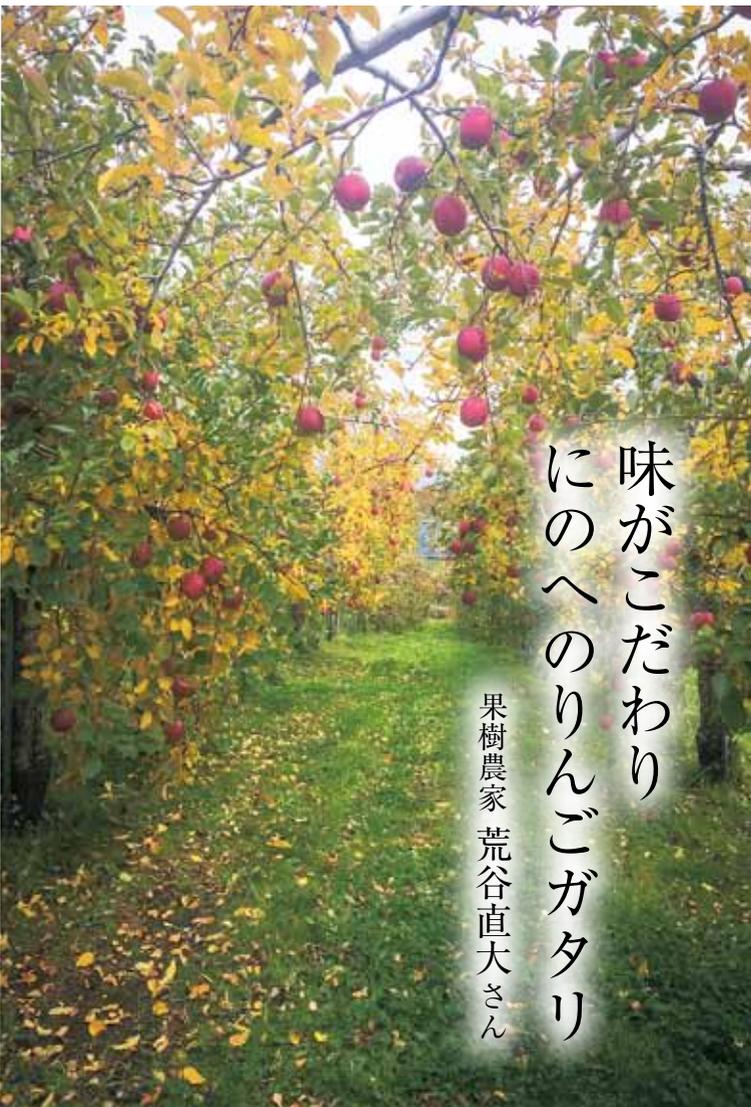
にも使われており、その品質の高さは、プロの折紙付き。漆掻きを使う道具作りから、漆を収める木樽に化粧を施す「梱包」まで、漆掻き職人の仕事は多岐にわたりますが、その一つ「梱包」で木樽に載せる「わか」作りを体験しつづ漆掻きの世界に触れてみましょう。



冷涼で昼夜の寒暖差のある気候。古代は海底だったミネラル豊富な土壌。二戸は、美味しいりんごがなる条件に恵まれた土地です。実は岩手県で一番最初りんご栽培がはじまったのが、ここ二戸。その歴史は古く明治まで遡ります。

元祖りんごの里・二戸で、愛情をかけ、テマヒマ惜しまず、美味しいりんごを作っている若手農家の荒谷直大さん。懐かしさを感じさせる里山の景色が広がる荒谷さんのりんご畑で、春はりんごのお花摘み、秋はたわわに実ったりんごをもぎながら、園地を散策しましょう。

荒谷さんが、美味しいりんごの選び方、品種ごとのオススメの食べ方など、作り手さんだからこそ知っているりんごの愉しみ方を伝授します。



味がこだわり にのへのりんごガタリ

果樹農家 荒谷直大さん

**味がこだわり
にのへのりんごガタリ**
[りんごの花摘みとりんごガタリ]
(期間限定。要問合せ)

- 所要時間 / 1時間 (9:00~16:00の間(応相談))
- 料金 / 1000円
- 時期 / 通常4月下旬~5月上旬
- 申込期限 / 1週間前まで
- その他 / りんごジュースの飲み比べ付

[りんごもぎとりんごガタリ]

- 所要時間 / 1時間 (9:00~16:00の間(応相談))
- 料金 / 1600円
- 時期 / 10月下旬~11月中旬
- 申込期限 / 2週間前まで
- その他 / りんご5個持ち帰り付

- 受付人数 / 2名~(応相談)
- 集合・会場 / 荒谷果樹園 二戸市石切野所中115



※荒天中止

おぼない若女将の 金田一温泉を 楽しむ温泉ガタリ

岩手の名湯 侍の湯
おもてなしの宿 おぼない

女将 大建ももこさん

江戸時代。金田一温泉は「侍の湯」と呼ばれる南部藩の湯治場でした。泉質は単純泉。優しくなめらかなお湯にのんびり浸れば、芯から温まり、凝り固まった体も、ふわりと緩みます。金田一温泉は、昔からその優しいお湯で穏やかに人々を癒してきましたが、侍のいない現代では、肌がしっとりツルツルになる美肌の湯として、女性に大変人気があります。

金田一温泉「岩手の名湯 侍の湯 おもてなしの宿 おぼない」をきりもりする若女将、大建ももこさんは、温泉の入り方、楽しみ方をお客様に伝える「温泉コンシェルジュ」でもあります。ももこさんの温泉レクチャー、そして優しいお湯でリラックサした後は、金田一産フルーツのリフレッシュメントで、体を内側から潤しましょう。



おぼない若女将の 金田一温泉を楽しむ 温泉ガタリ

- 所要時間 / 30分 (11:00~15:00の間)
- 料金 / 1600円
- 時期 / 通年 (GW、お盆、年末年始を除く)
- 申込期限 / 前日まで
- 受付人数 / 2名~(応相談)
- 集合場所・会場 / 岩手の名湯 侍の湯 おもてなしの宿 おぼない 二戸市金田一湯田43-5
- その他 / 金田一温泉を愉しむレクチャー&金田一のフルーツリフレッシュメント付





民話の里 金田一を歩く

市民団体
よりやんせ金田一



奥州街道歩き(9 km)

江戸(東京)・日本橋から陸奥国(青森県)三厩宿までを繋いだ全長約900 kmの奥州街道。正式には「奥州道中」と呼ばれていたこの東北の大動脈は、江戸時代、参勤交代にも使われていました。

奥州街道の中でも、いにしへの雰囲気とどこどこに感じられる金田一宿周辺を、金田一で育った地元っ子のご案内いたします。

金田一三観音詣り (12 km)

日ノ沢の千手観音
天神山の千手観音
舟沢の聖観音

奥州街道・金田一宿の人々を見守るように高台に鎮座する3つの観音堂。地元・金田一では、この三観音を3年続けて踏破すると、願いが叶うと言われています。ちょっと健脚向きの道中ですが、願いを胸に、詣でてみませんか？



金田一の昔話 おなご狐ガタリ

金田一は民話の里。座敷わらしの伝説は全国的に有名ですが、おなご狐の昔話も数多く残っています。

その昔、ととめきに住む「トトメキトラコ」や曲坂で暮らす「マガチャカマンコ」など、有名なおなご狐がいて、人を化かしていたんだとか。そんな金田一に伝わるおなご狐の物語を、地元のみなさんが二戸ことばで語ります。

金田一の手仕事ガタリ 「布草履を編む」

日常のささやかな仕事にもテマヒマを惜しまない。

そんな丁寧な暮らしが今でも残る二戸。使い古した着物や箆笥に眠っていた反物も、テマヒマをかけることで、最後の最後まで無駄にならない。使い尽くすことができます。金田一のお母さんから教わる布草履作りからは、きつと物を大切にする心が見えてくるはずです。



奥州街道歩き(9km)

- 所要時間/3時間(開始時間は季節により応相談)
- 料金/600円
- その他/金田一のおやつ、保険付

金田一三観音詣り(12km)

- 所要時間/4時間(開始時間は季節により応相談)
- 料金/700円
- その他/ガイド料、特製お礼、お清めの塩、金田一のおやつ、保険付

- 時期/4月下旬(雪解け後)~11月下旬(お盆を除く)
- 申込期限/2週間前まで
- 受付人数/2名~(応相談)
- 集合・会場/金田一温泉駅 二戸市金田一字水梨14-1



金田一の昔話おなご狐ガタリ

- 所要時間/20分(開始時間応相談)
- 料金/400円
- 時期/通年(お盆・年末年始を除く)
- 受付人数/2名~(応相談)
- その他/金田一のおやつ付

金田一の手仕事ガタリ【布草履を編む】

- 所要時間/4時間(10:00~15:00の間)
- 料金/2400円
- 時期/通年(お盆・年末年始を除く)
- 受付人数/3名~(応相談)
- その他/資料、材料費、講師料、金田一のごはんセット(お汁とご飯と漬物)付

- 申込期限/2週間前まで
- 集合場所・会場/二戸市立金田一コミュニティセンター「アツマランカ」 二戸市金田一馬場80





お申込み・お問合せ

二戸市観光協会 TEL 0195-23-3641

岩手県二戸市石切所字森合 68 カシオペアメッセなにゃーと3F

受付時間：平日 午前9時～午後5時

※講師の都合等で、日にち内容等ご希望に添えないこともあります。