

奥入瀬溪流の周辺で体験できるツアー

奥入瀬溪流の水源地である十和田湖でもカヌーや SUP などの体を動かすアクティビティから、早朝の気持ちの良い空気の中での散策やサウナまで、いろいろなプログラムがあります。

カナディアンカヌーで森と湖を楽しもう！

十和田湖カヌーツアー



ガイドがカヌーの漕ぎ方についてレクチャーをしてから湖上へ。途中、ゆっくりできる場所でティータイムを取ります。



Towadako Guidehouse 権

SUP ツーリングも
やっています！

TEL 080-1681-1036

- 開催時期：4 月下旬～ 11 月初旬
- 所要時間：約 2.5 時間
- 開始時刻：9:30 ～、13:30 ～
- 集合場所：宇樽部キャンプ場
- 参加費（一人当たり税込）：9,000 円～
中学生以下 4,500 円



平山唯晏さん
Ms. Yuan Hirayama

気持ちのいい一日を十和田湖で始めよう

西湖畔早朝散策



湖から朝陽が差し込む十和田湖西岸遊歩道を歩きます。季節の花や木の実、不思議な姿の木々、自然と出逢う素敵な一日を始めよう。



十和田湖の案内人 遊部屋十和田

TEL 080-1817-0310

- 開催時期：4 月 15 日～ 11 月 7 日
- 所要時間：約 1 時間
- 開始時刻：早朝 6:00（集合 5:50）
- 集合場所：大川岱棧橋前
- 参加費（一人当たり税込）：3,000 円
（お一人参加の場合 6,000 円）



山下晃平さん
（ヤマビー）
Mr. Kohei Yamashita

十和田湖ともしっかり仲良くなろう！

五感をフル活用するネイチャーサウナ



サウナで身体を温めた後は目の前の十和田湖へダイブ！ 外気浴では鳥の囀り、木々や土の匂い、水の音を全身で感じられます。



合同会社ネイチャーセンス研究所

info@towadasauna.com

- 開催時期：通年
- 所要時間：約 2 時間 ※冬は約 5 時間
- 開始時刻：9:00 ～、12:00 ～、15:00 ～
※秋、冬は変更あり
- 集合場所：宇樽部キャンプ場内
- 参加費（税込）：23,000 円～（4 名貸切）
※冬 37,000 円～



樋口陽介さん
Mr. Yosuke Higuchi

奥十和田湖（西湖畔）の大ロケーションを体感

SUP 体験



お客様の希望に合わせて SUP 体験を提供します。
澄んだ湖水とエメラルドグリーンの湖底を見に行こう！



soobox

TEL 0176-58-5266

- 開催時期：5 月下旬～ 9 月
- 所要時間：約 1 時間半
- 開始時刻：10:30 ～、13:30 ～
- 集合場所：十和田ふるさとセンター
- 参加費（一人当たり税込）：4,000 円
（中学生以下（5 歳以上）2,000 円）



川又伸文さん
Mr. Nobufumi Kawamata

ガイドと歩くことで見えてくる
景色や世界があります。

Oirase Gorge

The Flow of Change and the Forest of Relaxation

奥入瀬溪流 天然の自然博物館を体験！

溪流散策から
ディープな
コケ観察まで

木漏れ日の中きらきら光る水面や、緑の絨毯のようなふさふさとした苔、迫力のある滝などの鑑賞をゆっくりと楽しめます。まさに自然を楽しむ天然の博物館です。



発行：奥入瀬溪流エコツーリズムプロジェクト実行委員会
奥入瀬溪流の自然環境保全に資する活動を官民一体となって推進することを目的に、産業観光・自然環境・行政の各機関によって設置。

初めて奥入瀬を訪れる方にはこれ！

溪流美と名所が盛りだくさんの 奥入瀬溪流ガイドツアー

奥入瀬溪流は十和田湖から端を発し標高差 200 m を約 14km かけて流れる区間を指し、非常にゆるやかな傾斜の川です。溪流に沿って遊歩道や国道が整備され、所要所にバス停があるので安心して歩くことができます。小ささまざまな滝が多く見られる上流域、阿修羅の流れや雲井の滝など溪流美が楽しめる中流域、ブナやトチノキなど森の美しさが際立つ下流域など、どのエリアも魅力満載です。

中流域コースの例

- 開催時期：4月～11月
- 所要時間：約1時間半～2時間
- 集合場所：石ヶ戸（いしげど）休憩所
- 解散場所：雲井の滝バス停（ツアー終了後、出発地点（石ヶ戸）まで戻られる際は路線バスをご利用いただくのが便利です。）

歩く距離

約 **2.8km**

申込先

以下の各ガイド団体で実施されています。全行程を歩くコースもあります。

NPO法人 十和田奥入瀬 郷づくり大学

TEL 0176-72-2780

- 開始時刻：9:30～
- 参加費（1グループ）：8,000円
- 最少催行1名から、ガイド一人につき5名程度

ブログで溪流の四季
を発信しています！



新屋敷すみ子さん
Ms. Sumiko Arayashiki



十和田湖自然ガイド クラブ

TEL 090-5181-7658

- 開始時刻：応相談
- 参加費（1グループ）：10,000円
- 最少催行1名から、ガイド一人につき10名程度

十和田湖早朝散策も
やってます！



吉崎明子さん
Ms. Akiko Yoshizaki



十和田湖 奥入瀬 GUIDEの会（（株）イーストツアー内）

TEL 0176-51-6597

- 団体のお客様を中心にご案内しています。詳細はお問合せください。
- 参加費：9,000円～



2000年から団体のお客様を
ご案内しています！



ディープな世界を楽しむならこれ！

ルーペを使ってコケの世界をのぞき込むと、そこには奥深い世界が広がっています。

歩く距離

約 **200m**

ようこそ、日本の貴重なコケの森へ！

奥入瀬溪流コケさんぽ

（株）ESARIO または NPO 法人

奥入瀬自然観光資源研究会（おいけん）

TEL 0176-23-5866

- 開催時期：4月下旬～10月
- 所要時間：約1時間半
- 開始時刻：早朝 6:15～、13:30～（早朝9月まで）
- 集合場所：石ヶ戸休憩所
- 参加費（一人当たり税込）：2名以上 3,500円、1名 4,500円
- 最少催行1名から、ガイド一人につき6名まで



木村育子さん
（ヤッピー）
Ms. Yasuko Kimura



皆様に守っていただきたい

鑑賞ルール

奥入瀬溪流は国立公園特別保護地区、国の特別名勝・天然記念物に指定されており、豊かな自然が大切に保全されています。以下のルールを守って奥入瀬溪流を楽しみましょう。

- ・遊歩道外へ踏み出さない
- ・動植物を採らない／植物を折らない
- ・迷惑駐車をしない
- ・外来生物を持ち込まない
- ・溪流の音を妨害する騒音を出さない

思い出を持ち帰るならこれ！

まさに天然の苔庭！

奥入瀬苔テラリウム工房

お好きな容器を選んで、様々な種類の苔と石や砂などを使い、自分だけのテラリウムを制作する初心者向けのプログラムです。



奥入瀬溪流館ネイチャーガイドカウンター

TEL 0176-74-1233

- 開催時期：通年、土日祝限定
- 所要時間：60分～※コースによって異なります。
- 開始時刻：9:30～、12:30～、14:30～
- 集合場所：奥入瀬溪流館内テラリウム工房
- 参加費（一人当たり税込）：1,980円～



伊藤宏さん
（ヒロじい）
Mr. Hiroshi Ito



※使用するコケは園芸用に育てたものです

“小さな奥入瀬”を表現しよう

こけ玉作り体験

苔むした岩を『こけ玉』に見立て『小さな奥入瀬』を表現しています。お好きな苗木を選ぶことができ、小さなお子様から大人まで楽しめる体験となっています。



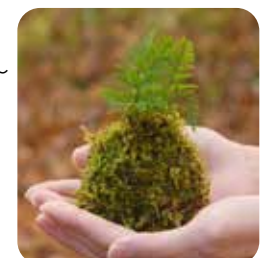
奥入瀬モスボール工房

TEL 080-2165-7454

- 開催時期：4月中旬～11月下旬
- 所要時間：30分程度
- 受付時刻：9:00～15:30
- 集合場所：奥入瀬モスボールパーク
- 参加費（一人当たり税込）：2,000円～



奥入瀬
モスボール
工房



保全と利用の両立（エコツーリズム）に向けた取組

世界一のネイチャートレイルを目指して

奥入瀬溪流は並行して国道が整備されているため大変アクセスが良く、気軽に自然や景観に触れられる魅力がある一方、紅葉などの観光シーズンには交通渋滞が発生し、様々な環境への影響や問題が生じていました。この問題を解消するために、奥入瀬溪流エコツーリズムプロジェクト実行委員会では、紅葉時期にマイカー交通規制などを実施する「奥入瀬溪流エコツーリズムプロジェクト」を2008年から進めてきました。

渋滞する溪流沿いの国道に代わるバイパス道路を通す工事も進められており、開通後には溪流沿いの国道は常時マイカーを規制し、シャトルバスを運行させる計画となっています。

利用の方法が大きく変わることを見据え、2022年度にはエコツーリズムを推進するための計画「奥入瀬溪流エコツーリズム推進全体構想」を策定し、エコツーリズムの推進に取り組んでいます。

※「エコツーリズム推進全体構想」とは、エコツーリズム推進法で定められた項目について、地域の協議会が内容を作成し、国の認定を受けるものです。項目には地域でエコツーリズムを推進する方針や活用する資源、利用におけるルール、行われているプログラム、モニタリングの方法などがあります。国の認定を受けると、必要なら立ち入りの制限や罰則を設けることができます。