

◆**体験**

塩づくり体験や漁業体験、郷土料理づくりのほか、ピーチオガサノシュートレッキング、アグセサリー制作体験、農業体験など、海と山の自然や地域文化を生かした多彩な体験が楽しめます。

◆**食**

ウニ・ホヤ・海藻などの海の幸に加え、山間部では酪農・畜産による乳製品や短冊牛など、多彩な食材に恵まれています。「いちご煮」や「まめ汁」など、土地ならではの郷土料理も味わえます。

## 食と体験

◆**歴史**

久慈市は古くから琥珀の産地として知られ、野田村では塩づくりの歴史が受け継がれてきました。海と山の自然を生かした宮みや、地域の産業や暮らしの基礎を形づくってきました。

◆**文化**

普代村の国指定重要無形民俗文化財「鶴島神楽」の継承をはじめ、各地で郷土芸能祭や祭りにぎわいを見せ、地域文化が大切に受け継がれています。東日本大震災の教訓を伝える震災学習や語り部活動も行われています。

◆**自然と魅力**

久慈地域は、三陸沿岸部の洋野町、久慈市、野田村、普代村の4町村で構成されます。雄大な自然は三陸ジオパークに指定され、その中で育まれる海・山の幸にも恵まれた地域です。サーフィンやトレイル、星空観察や温泉など、生活を彩るアクティビティも豊富です。お試し居住施設も整備されています。

## 歴史と文化

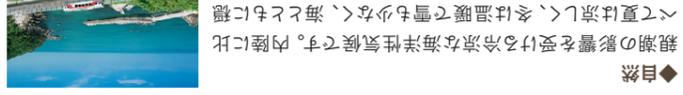
◆**魅力**

リアス海岸のダイナミックな景観と豊かな恵みがあり、海辺の暮らしや四季折々の自然を身近に感じられる地域です。夏は涼しく過ごしやすく、新鮮な海の幸やアソビアクティビティも楽しめる環境が久慈地域の魅力です。

◆**自然**

湖湖の影響を受ける冷涼な海洋性気候です。内陸に比べて夏は涼しく、冬は温暖で雪も少なく、海とともに穏やかな季節の移ろいを感じられます。

## 久慈地域の夏の過ごし方



## 自然と魅力

◆**歴史と文化**

久慈地域は、三陸沿岸部の洋野町、久慈市、野田村、普代村の4町村で構成されます。雄大な自然は三陸ジオパークに指定され、その中で育まれる海・山の幸にも恵まれた地域です。サーフィンやトレイル、星空観察や温泉など、生活を彩るアクティビティも豊富です。お試し居住施設も整備されています。

## 久慈地域

◆**体験**

果実の生産、酪農・畜産が盛んで、山びょうじュースや日本酒も特産品です。果実の生産、酪農・畜産が盛んで、山びょうじュースや日本酒も特産品です。

◆**食**

古くから小麦やそば、雑穀の栽培が行われ、「へちよこだんご」「串もち」「そばかけ」などの食文化が根付いています。また、冷涼な気候を生かした野菜や

## 食と体験

◆**文化**

世界文化遺産「御所野遺跡」に代表される縄文文化をはじめ、東北屈指の古刹「八葉山天台寺」や、豊臣秀吉の奥州仕置の舞台となった「九戸城跡」、江戸時代に整備された「奥州街道」など、歴史資源が残ります。

◆**歴史と文化**

二戸地域は、岩手県北内陸部の二戸市、軽米町、九戸村、一戸町の4町村で構成されます。世界遺産や国指定史跡があり、豊かな自然と文化が受け継がれている地域です。

## 歴史と文化

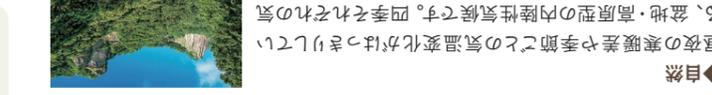
◆**自然と魅力**

昼夜の寒暖差や季節ごとの気候変化がはっきりしている。盆地・高原型の内陸性気候です。四季それぞれの気候の違いを楽しめる自然環境が広がっています。

◆**魅力**

寒暖差のある気候は、景色や自然の移ろいを豊かにしています。春の新緑、夏の高原の風、秋の紅葉、冬の雪景色など、四季それぞれの表情を身近に感じながら過ごせるのが二戸地域の魅力です。

## 二戸地域の冬の過ごし方



## 自然と魅力

◆**歴史と文化**

二戸地域は、岩手県北内陸部の二戸市、軽米町、九戸村、一戸町の4町村で構成されます。世界遺産や国指定史跡があり、豊かな自然と文化が受け継がれている地域です。

## 二戸地域

## いわて県北への移住相談窓口

いわて暮らしサポートセンター  
 東京都千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館8階  
 (ふるさと回帰支援センター・東京内)  
 TEL(直通):080-8871-1741  
 TEL(代表):03-6273-4401  
 E-mail:iwate@furusatokaiki.net

いわて暮らし移住定住ポータルサイト  
 イーハート一部に入ろう!  
<https://iju.pref.iwate.jp>

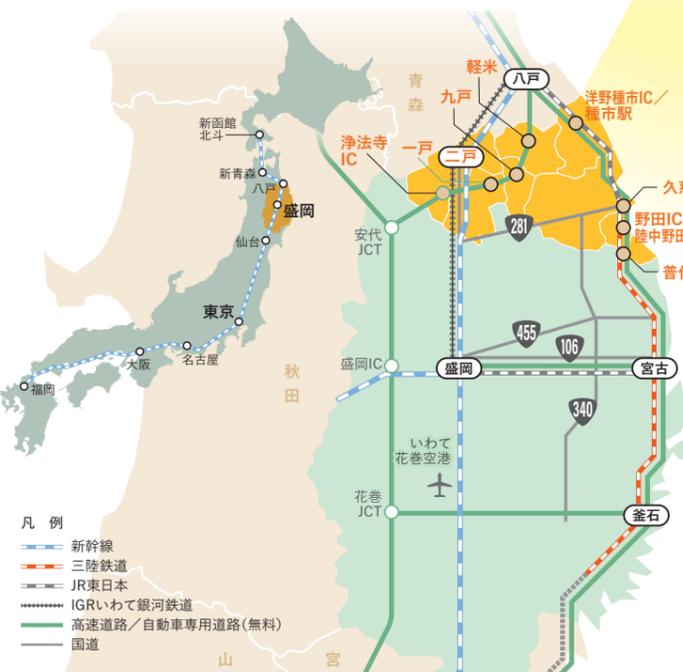
北いわて  
 企業ガイドブック

岩手県県北広域振興局公式SNS  
 @iwate\_kenpoku  
 #北いわて

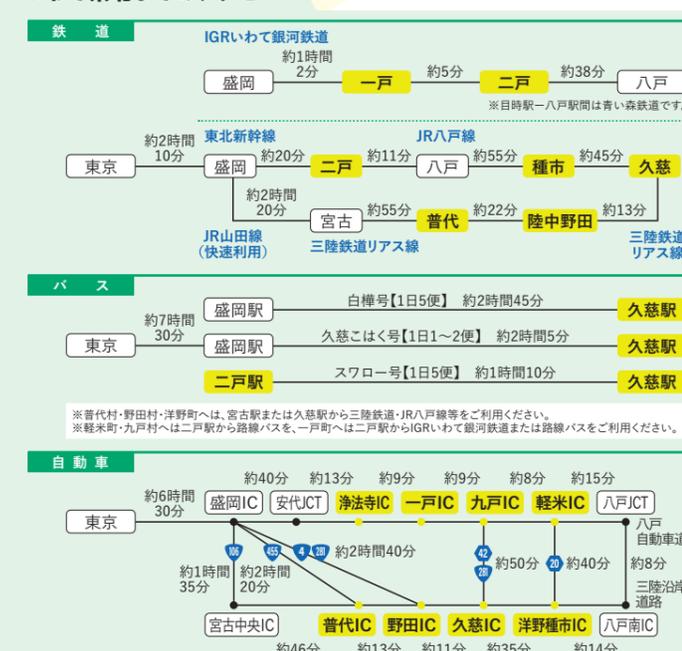
発行  
 岩手県県北広域振興局経営企画部二戸地域振興センター  
 岩手県二戸市石切字荷渡6-3 二戸地区合同庁舎4階  
 TEL 0195-23-9205 FAX 0195-25-4062

## 思ったより近い、いわて県北

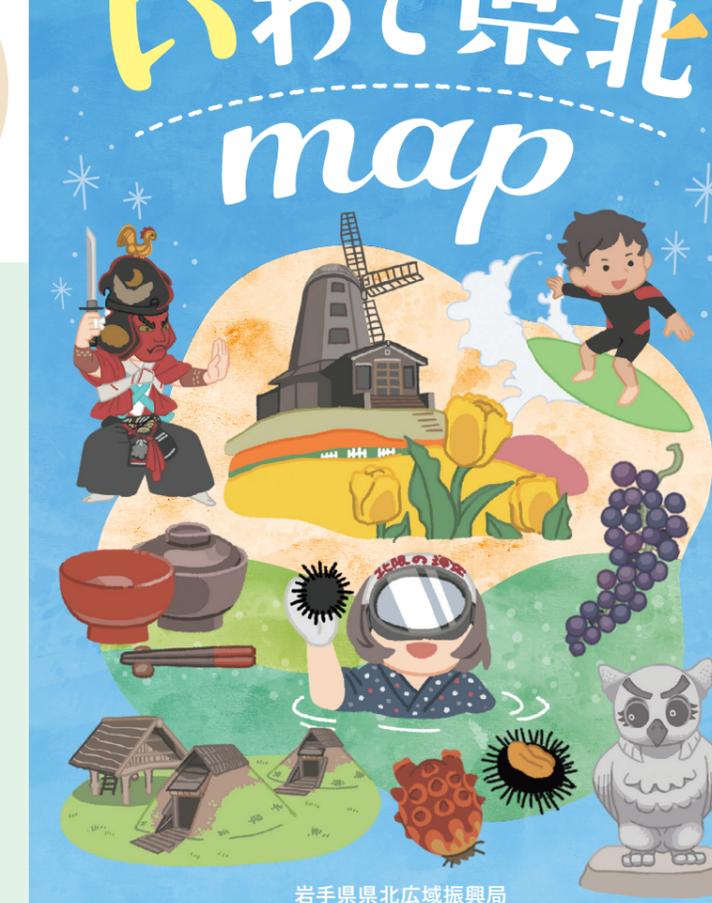
岩手県二戸市と、県境を越えた青森県八戸市は、新幹線駅を有する県北の拠点です。東京-二戸間は東北新幹線で最速約2時間40分。高速道路では、八戸自動車道がエリアを縦断しています。自家用車での移動により、各インターチェンジから久慈市・洋野町・野田村・普代村など沿岸部へもアクセス可能です。広域交通の選択肢が確保されているいわて県北地域は、「都市」と「海や山のある日常」を軽やかに行き来できるエリアです。



## 首都圏から便利な直通便も!



## いわて県北 map



# いわて県北 map

## 二戸市

100万匹のヒメボタルが舞う折爪岳、豊臣秀吉天下統一最後の戦場である九戸城跡、東北の名刹・八葉山天台寺、座敷わらし伝説が残る金田一温泉や、日本遺産の漆文化、豊かな自然が育んだ肉・フルーツ、地酒など普段からちょっと贅沢な生活をしてみませんか？

人口 22,887人  
面積 420.42km<sup>2</sup>  
世帯 11,591世帯

二戸駅から盛岡駅まで新幹線で約20分！

## 一戸町

どこか懐かしく、心がすっと落ち着く風景が広がる町です。世界遺産「御所野縄文遺跡」をはじめ、江戸時代の街道や昭和の面影を残す町並みなど、歴史と文化が日常の中に息づいています。この町で、心地よい暮らしを始めてみませんか。

人口 9,897人  
面積 300.03km<sup>2</sup>  
世帯 5,365世帯

※人口・世帯：岩手県人口移動報告年報（R7.12） ※面積：全国都道府県市区町村別面積調べ（R7.10.1）（国土交通省国土地理院）

## 軽米町

春のチューリップ、初夏のアジサイ、秋のアマランサスなど、花と緑が美しい自然豊かな町。岩手の北端であり、青森県八戸市と隣接し、自然と利便性のバランスがよく、子育て支援にも力を入れていて、保育料や学校給食費、18歳以下の医療費が無料です。

人口 7,274人  
面積 245.82km<sup>2</sup>  
世帯 3,597世帯

「子育て支援 日本一のまち」を目指しています！

ホップや葉たばこ、畜産、果樹、雑穀など 農林業が盛ん

特産品の「さるなし」ドリンクやジャムが人気

全国最大級の生息地！

折爪岳のヒメボタル 100万匹のホタルによる幻想的な森をぜひご覧ください！

道の駅おりつめ オドデ館

九戸村の特産品が描う道の駅伝説の怪鳥「オドデ様」が目印

ふるさとの館 宿泊や入浴、食事も楽しめる九戸村の観光と憩いの拠点

ヤマアジサイから作られる「甘茶」は砂糖の200倍の甘さなのに超低カロリーの不思議なお茶

東北有数の氷上フカサギ釣りスポット

プロイラーの一大産地！

奥州街道 江戸時代のたたずまいを残す国指定史跡

九戸神社 九戸氏が崇敬した村の総鎮守 政寛公ゆかりの古社

人口 4,711人  
面積 134.02km<sup>2</sup>  
世帯 2,190世帯

## 洋野町

海と高原の豊かな自然をはじめ、様々な特性・資源を持つ町です。名産品のウニ、ホヤ、アワビを育てる栄養満点の海には、白砂が特徴の種市海浜公園のほか、東北有数のサーフスポットが数多くあり、丘陵地帯では、広大な土地を活かした酪農や肉用牛の飼育が盛んです。

人口 13,376人  
面積 302.92km<sup>2</sup>  
世帯 6,721世帯

「子育て支援 日本一のまち」を目指しています！

ホップや葉たばこ、畜産、果樹、雑穀など 農林業が盛ん

特産品の「さるなし」ドリンクやジャムが人気

全国最大級の生息地！

折爪岳のヒメボタル 100万匹のホタルによる幻想的な森をぜひご覧ください！

道の駅おりつめ オドデ館

九戸村の特産品が描う道の駅伝説の怪鳥「オドデ様」が目印

ふるさとの館 宿泊や入浴、食事も楽しめる九戸村の観光と憩いの拠点

ヤマアジサイから作られる「甘茶」は砂糖の200倍の甘さなのに超低カロリーの不思議なお茶

東北有数の氷上フカサギ釣りスポット

プロイラーの一大産地！

奥州街道 江戸時代のたたずまいを残す国指定史跡

九戸神社 九戸氏が崇敬した村の総鎮守 政寛公ゆかりの古社

人口 4,711人  
面積 134.02km<sup>2</sup>  
世帯 2,190世帯

## 久慈市

山・里・海の魅力あふれる街です。新鮮な海産物や大自然の中で育った短角牛、丁寧に育てられた農作物など、おいしい食べ物が多くあり、一度食べたら虜になること間違いなし。また、地域の方との交流も楽しめる迫力満点のお祭りなど、独特の文化も魅力の一つです。

人口 29,448人  
面積 623.5km<sup>2</sup>  
世帯 15,287世帯

「子育て支援 日本一のまち」を目指しています！

ホップや葉たばこ、畜産、果樹、雑穀など 農林業が盛ん

特産品の「さるなし」ドリンクやジャムが人気

全国最大級の生息地！

折爪岳のヒメボタル 100万匹のホタルによる幻想的な森をぜひご覧ください！

道の駅おりつめ オドデ館

九戸村の特産品が描う道の駅伝説の怪鳥「オドデ様」が目印

ふるさとの館 宿泊や入浴、食事も楽しめる九戸村の観光と憩いの拠点

ヤマアジサイから作られる「甘茶」は砂糖の200倍の甘さなのに超低カロリーの不思議なお茶

東北有数の氷上フカサギ釣りスポット

プロイラーの一大産地！

奥州街道 江戸時代のたたずまいを残す国指定史跡

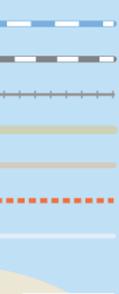
九戸神社 九戸氏が崇敬した村の総鎮守 政寛公ゆかりの古社

人口 4,711人  
面積 134.02km<sup>2</sup>  
世帯 2,190世帯

久慈市から八戸市まで車で約60分！

久慈地下水族科学館もぐらびあ 東日本大震災で生き延びたカメ吉や海女の素潜り実演が見られる

人口 2,157人  
面積 69.66km<sup>2</sup>  
世帯 1,056世帯



## 普代村

岩手県沿岸北部に位置し、緯度の割に暖かく、降雪が少ないので1年を通して過ごしやすいのが特徴です。村の中心に商店街があるほか、三陸沿岸道路が開通し、都市部とのアクセスが向上しました。第1子から育児祝金30万円など、子育て支援が充実しています。

人口 2,157人  
面積 69.66km<sup>2</sup>  
世帯 1,056世帯

「子育て支援 日本一のまち」を目指しています！

ホップや葉たばこ、畜産、果樹、雑穀など 農林業が盛ん

特産品の「さるなし」ドリンクやジャムが人気

全国最大級の生息地！

折爪岳のヒメボタル 100万匹のホタルによる幻想的な森をぜひご覧ください！

道の駅おりつめ オドデ館

九戸村の特産品が描う道の駅伝説の怪鳥「オドデ様」が目印

ふるさとの館 宿泊や入浴、食事も楽しめる九戸村の観光と憩いの拠点

ヤマアジサイから作られる「甘茶」は砂糖の200倍の甘さなのに超低カロリーの不思議なお茶

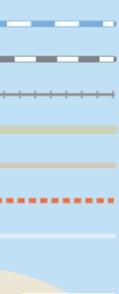
東北有数の氷上フカサギ釣りスポット

プロイラーの一大産地！

奥州街道 江戸時代のたたずまいを残す国指定史跡

九戸神社 九戸氏が崇敬した村の総鎮守 政寛公ゆかりの古社

人口 4,711人  
面積 134.02km<sup>2</sup>  
世帯 2,190世帯



## 野田村

小さな村ですが、海・山・川に囲まれた自然の豊かさとその身近さが魅力です。夏は涼しく、冬は降雪が少ないという安定した気候も特徴。震災をきっかけに生まれた「つながり」や交流を大切にしている村でもあります。

人口 3,550人  
面積 80.80km<sup>2</sup>  
世帯 1,671世帯

「子育て支援 日本一のまち」を目指しています！

ホップや葉たばこ、畜産、果樹、雑穀など 農林業が盛ん

特産品の「さるなし」ドリンクやジャムが人気

全国最大級の生息地！

折爪岳のヒメボタル 100万匹のホタルによる幻想的な森をぜひご覧ください！

道の駅おりつめ オドデ館

九戸村の特産品が描う道の駅伝説の怪鳥「オドデ様」が目印

ふるさとの館 宿泊や入浴、食事も楽しめる九戸村の観光と憩いの拠点

ヤマアジサイから作られる「甘茶」は砂糖の200倍の甘さなのに超低カロリーの不思議なお茶

東北有数の氷上フカサギ釣りスポット

プロイラーの一大産地！

奥州街道 江戸時代のたたずまいを残す国指定史跡

九戸神社 九戸氏が崇敬した村の総鎮守 政寛公ゆかりの古社

人口 4,711人  
面積 134.02km<sup>2</sup>  
世帯 2,190世帯