

# うみとやま

と美景と美味とエトセトラ



山と湾



UMITOYAMA  
2024

春夏

# 富山で休もう







# 大自然で、 深呼吸する休日 立山黒部アルペンルート

富山駅から約2時間乗り継いで、  
標高2,450mの立山・室堂に辿り着く。  
澄みわたる空気が、全身をやさしく包み込んでくれます。  
目の前に標高3,000m級の山々がそびえる雲上の世界は、  
ため息がこぼれるほどの美しさ。思い切り深呼吸したら、  
日常から心が解放されてゆくのを感じるはずですよ。  
思い立ったら気楽に日帰りでも行けるし、夜泊まっても楽しめる  
立山黒部アルペンルートで、自分をリセット。  
心と身体を癒す最高の休日をご過ごし、  
明日からのパワーを充電しませんか。

詳しくは  
こちら



## 春夏、折々



雪の大谷ウォーク(4月15日～5月31日)



みくりが池の雪解け(5月下旬～7月上旬)

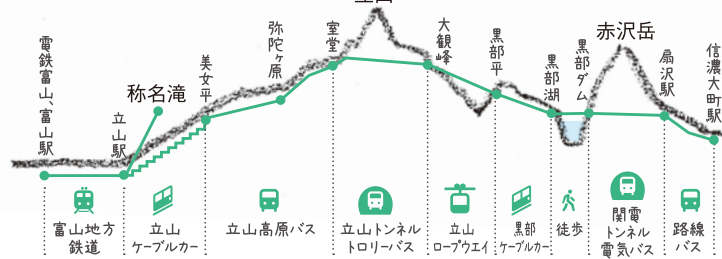


黒部ダム観光放水(6月下旬～10月中旬)



満天の星(通年)

## 乗り物マップ



折々の多彩な表情が  
心と身体を癒してくれる

立山黒部アルペンルートでは、7階建てのビルに相当する高さの雪壁の間を歩く「雪の大谷ウォーク」が終わるころ、雪解けが進み、みくりが池が青く透き通った姿を見せます。夏が近づけば、可憐な高山植物が花畑のように咲いた遊歩道の散歩や、トロリーバスやケーブルカーを乗り継いで向かう黒部ダムの放水見学など、別の楽しみができます。夏本番は、トレッキングやキャンプもおすすめ。雲上の地で宿泊すれば、夕焼け、星空、ご来光も拝めます。どの瞬間も、うっとりとするほど美しい景色が広がっています。

立山駅総合案内センター  
☎076-481-1500

詳しくは  
こちら







check 麓でもサウナとお風呂を楽しもう

テーマパーク気分でサウナを満喫

空と緑に囲まれた広大な敷地に、薪ストーブを使った樽型のパレルサウナやコンテナサウナ、家族風呂などを備えています。サウナの共有ゾーンでは、黒部の名水を掛け流した水風呂も楽しめます。

詳しくはこちら



湯屋 FUROBAKKA(フロバッカ)  
黒部市堀切951-1 ☎0765-56-5026



木漏れ日がふり注ぐ  
参道を歩く

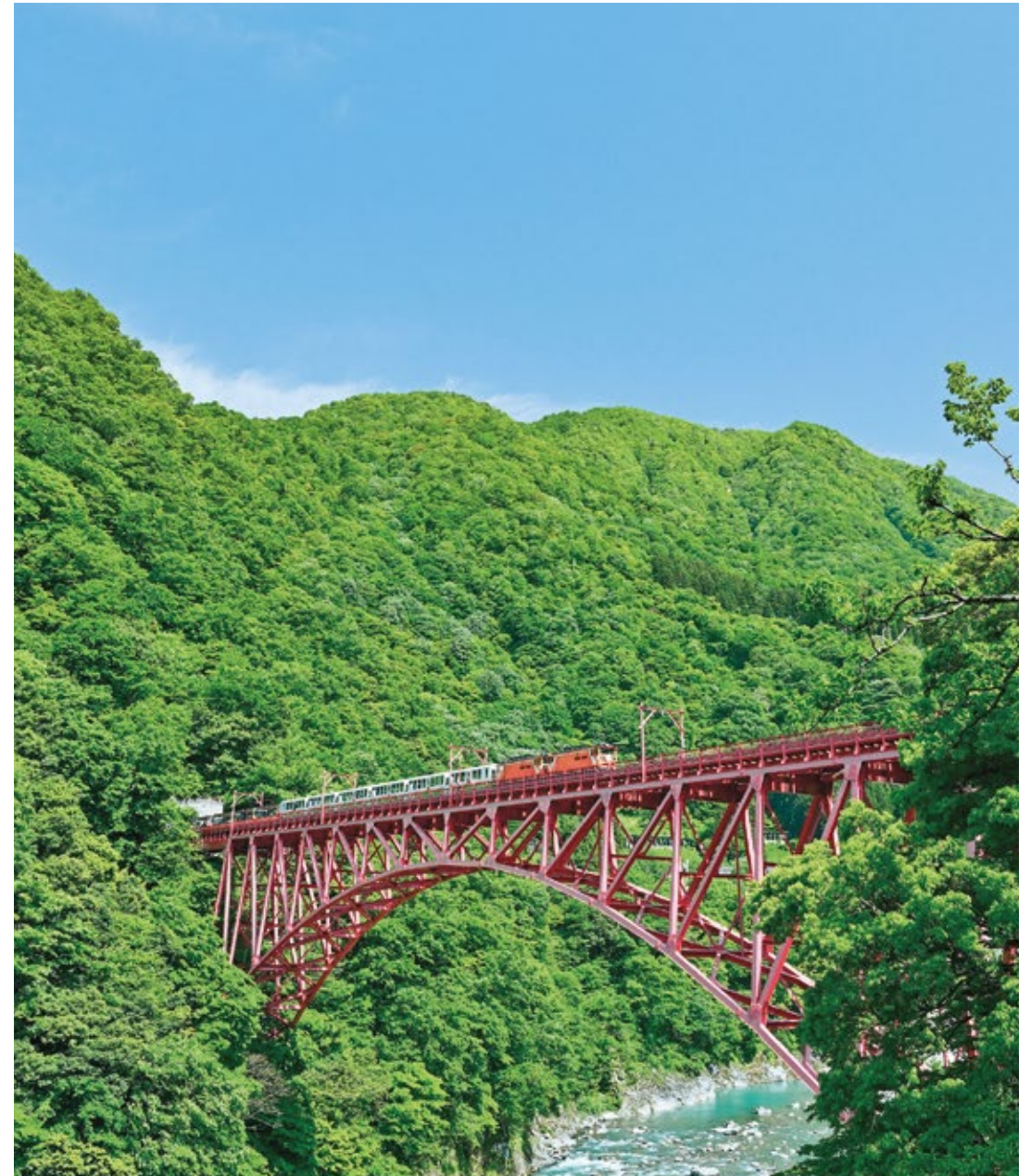


眼目山 立山寺  
(がんもくざん りゅうせんじ)  
黒部市町眼目15  
☎076-472-0699

詳しくはこちら



曹洞宗の名刹である立山寺の総門に続く参道は、スギや樹齢400年といわれるトガが立ち並ぶ美しい場所。木立の間を歩いているだけで神聖な気持ちに包まれます。トガの木は高さが約20m、幹の太さが3mに及び、富山県の天然記念物にも指定されています。総門回りからは、上市川の流れるのこうに富山平野が見渡せ、天候に恵まれば富山湾の向こうにある能登半島も望めます。お寺のある眼目エリアは森林セラピーに最適で、自然のパワーを享受して心身をリフレッシュできます。



眩しい緑の中を走る黒部峡谷トロッコ電車

黒薙へ  
ショート  
トリップ



黒薙駅から山道を約20分歩くと、黒薙温泉に到着。



黒薙川のそばから、温泉の湯気もくもくと出ている。



日本有数の透明度を誇る美肌の湯として人気の宇奈月温泉。

check 大自然の魅力を体験できる、上市町大岩エリア

清涼な水と巨岩がおりなす自然美



大岩川の流れが巨石や巨岩によって蛇行し、いくつも滝や滝壺があり、神秘的な雰囲気が感じられます。太陽の光がわずかしかが当たらないため、シダ植物や苔が生え、夏もひんやりとしています。

詳しくはこちら



千巖溪(せんがんけい)  
黒部市町大岩

伝統の乾麺、新生の手打ち麺を食べ比べ



名物の「大岩そうめん」はコシが強く汁につけても伸びないのが特徴。参道の百段坂のそばにはいくつかの店が並び、なかでも『だんごや』は熟成した乾麺をつかったものと、大岩の湧き水で手打する「大岩「生」そうめん」を提供しています。

詳しくはこちら



旅館だんごや  
黒部市町大岩32 ☎076-472-2306

黒部峡谷鉄道  
お客さまセンター  
☎0765-62-1011

詳しくはこちら



鮮やかな緑、きらめく水面  
黒部奥地の自然美に満たされる  
県内随一の温泉街、宇奈月温泉を出発し、日本一深いV字峡谷を縫うように走る黒部峡谷トロッコ電車。新幹線の半分ほどしかないレールの上を、特別な車両が「ガタン」「ゴトン」と音を立てながら、のんびりと走ります。窓のないオープン車は開放感たっぷり、吹き込む風とマイナスイオンが全身を包み清々しい気分になります。目に染みるほど眩しい木の葉、エメラルドグリーンに煌めく黒部川は眺めているだけで心が満たされる光景。すれ違う車両や通過する駅からは、乗客や駅員らが手を振ってくれます。トロッコの旅で非常を味わった後は宇奈月温泉でゆっくりくつろぐのもおすすめです。





口に運ぶと甘くとろける  
富山の誇るシロエビの握り



シロエビをいろんな握り方で提供している。



店主 酒井正貴さん

### 歩寿司 本家(あゆみずし ほんけ)

『歩寿司 本家』では、富山ならではのシロエビのお寿司を注文の度に違った食べ方で提供して、お客様を楽しませてくれます。握りの注文を受け、最初に提供するの、薄い白昆布でシャリを巻いてシロエビを盛り付けたもの。口に運ぶと甘くとろけるシロエビの余韻に心が奪われます。



〒富山市北新町1-2-29 ☎076-433-5066

### 割烹かわぐち

『割烹かわぐち』は、新湊漁港の競りに参加できる権利を持ち、朝と昼の競りで料理人が目利きした魚介を直に仕入れています。港から直接買い付けるので鮮度の高さはピカイチ。店内の生簀の魚を直接捌いて提供している料理もあります。『白海老満喫膳』は、シロエビの繊細な美味しさを引き出した和洋折衷コース。濃厚で滑らかなビスク、上品な甘みの刺し身、殻がアクセントのかき揚げなどを、しみじみと味わいましょう。



〒射水市中央町19-31 ☎0766-84-1331



『白海老満喫膳』は、ビスク(冷製スープ)、刺し身、かき揚げ、握り寿司、白海老の粉を練り込んだそうめん、グラタン、サラダ、汁もの、デザートが一品ずつ運ばれます。

二代目 川口貴之さん



シロエビのかき揚げを挟んだバーガーも人気。



### kitchen&cafe GAREGARE(ガレガレ)

シロエビ漁師が直営するカフェは、肩肘張らずに過ごせるリラックスした雰囲気。名物はシロエビのむき身をひつまぶしのように提供する「白えび桶」です。最初は刺し身だけ、次に薬味と一緒に、最後は出汁をかけて、シロエビの魅力を余すことなく堪能してください。



〒富山市岩瀬天神町3 ☎076-460-4008



シロエビを気軽に味わう  
漁師さん直営のカフェ

## 漁師さんのアテンドで富山湾のシロエビ魚を見学



### 白えび漁観光船

シロエビ魚の様子を、漁師さんのアテンドで見学できるツアーがあります。実際に漁で使用する漁船に乗って向かうのは、新湊漁港から船で10分ほどの「あいがめ」と呼ばれる海底谷の真上。目の前で海から引き揚げられるシロエビは、淡いピンク色に輝いています。漁港に戻ったら、競りの見学もできます。期間/4月下旬～5月中旬・7月～9月



富山湾しろえび倶楽部  
〒射水市八幡町1-1100  
新湊漁業協同組合内  
☎0766-82-7707(要予約)

# 富山の春の訪れを感じる味覚 シロエビを楽しむお店

4月に漁解禁となるシロエビは体長5〜8cmほどの希少なエビ。漁が成り立つほど安定して漁獲されているのは富山湾だけです。淡いピンク色を帯びた透明な美しい姿から「富山湾の宝石」と称されています。お店によって多彩な食べ方が楽しめます。



ちょっぴり背伸びして  
港町で割烹の暖簾をくぐる



ノスタルジックな海辺の町

日本のベニス「内川」さんぽ

射水市の内川エリアは、古くからの漁師町にカフェやホテルが溶け込むようにある地域。のんびりと散歩していると、港町に暮らす人々の息づかいが聞こえてきます。



全国でも珍しい屋根付きの東橋。



富山県北西部にある新湊は、シロエビや紅ズワイガニなど富山を代表する魚介が水揚げされる港町。海の近くには「内川」という東西約3.4kmの運河があり、川の両岸に漁船が停泊し、そばには漁師の作業小屋(番屋)や家々が並ぶノスタルジックな光景が広がっています。川沿いはのんびりと散歩するのにぴったりな場所、歩いていると民家や倉庫を素敵にリノベーションしたカフェ、地元の人に愛されているお餅屋さんなど、ふらりと寄りたくなるスポットがたくさん。漁師さんや近所の人らが行き交う姿、細い路地やユニークなデザイン橋を見つけると、思わずカメラを向けたくなります。映画やドラマのロケ地になることも多く「日本のベニス」とも呼ばれる場所。天候に恵まれると、内川からも立山連峰が望めます。



新湊観光船(しんみなとかんこうせん)



水上から内川を楽しむ観光船もあります。「内川遊覧&12橋巡り」は『川の駅 新湊』と『海王丸パーク』から乗船OK。船は川を抜けて、富山湾へも繰り出します。海王丸と新湊大橋の向こうに立山連峰がそびえるダイナミックな景色も楽しんでください。



射水市海王町2 ☎0766-82-1830



魚間菓子舗(うおまかしほ)

内川のお土産は、鋳物型で一枚ずつ焼き上げる「おらんだ焼」がおすすめです。一枚が直径約17cm。小麦粉や卵、砂糖といったシンプルな素材で作られていて、カステラのようなやさしい甘さが口に広がります。明治期から変わらぬ製法で作られています。



射水市立町1-16 ☎0766-82-2687

中川餅店(なかがわもちてん)

新湊は餅文化が根強く残る場所で、大漁祈願やお祝いごとなどに餅を使う風習が受け継がれています。餅専門店が何軒もあり『中川餅店』もそのひとつ。富山県産の新大正もち米、富山のおいしい水を使った「きなこだんご」は、おやつや食べ歩きにもぴったりです。



射水市立町2-22 ☎0766-82-3070



水辺の民家ホテル カモメとウミネコ

内川沿にある古い民家が、一棟貸しのホテルに生まれ変わりました。「カモメ」「ウミネコ」と名付けられた2棟からは、内川を行き交う漁船、のどかな町の日常が望めます。思い思いの過ごし方ができるのが魅力。この町に暮らすように滞在してください。



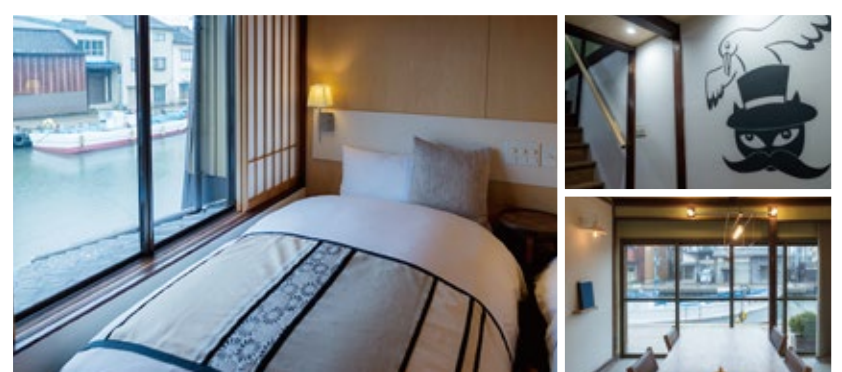
射水市放生津町19-18 ☎090-2379-7575

cafe uchikawa 六角堂(ろっかくどう)

内川にかかる「東橋」のそばに、築80年の畳屋をリノベーションしたカフェがあります。安心して安全な材料にこだわったサンドウィッチやスイーツが味わえ、内川の名が付いたクリームブリュレや、一杯一杯丁寧に淹れられたコーヒーが評判。一息つきに訪れてください。



射水市八幡町1-20-13 ☎0766-30-2924





# とやまのお土産

旅から持ち帰るお土産は、思い出を色濃くする存在です。富山の景色や文化、味覚を伝える、おすすめの品をご紹介します。



## ヒスイ羊かん



美しい姿を表現した、海辺の町の甘い宝石

店主の大村邦夫さんが、約40年前に朝日町のヒスイ海岸で見つけたヒスイの美しい姿を表現した羊かん。緑色の羊かんは柔らかく、白く流れる寒氷のシャリシャリとした食感との対比が見事。

大むら菓子舗 (おむらかしほ)

〒朝日町沼保288 ☎0765-82-0422

☎1個300円 販売/大むら菓子舗、おみやげ処富山駅、黒部宇奈月温泉駅、糸魚川駅

## リラックスピロースプレー ラベンダー



富山で育ったハーブの香りで、健やかに眠る

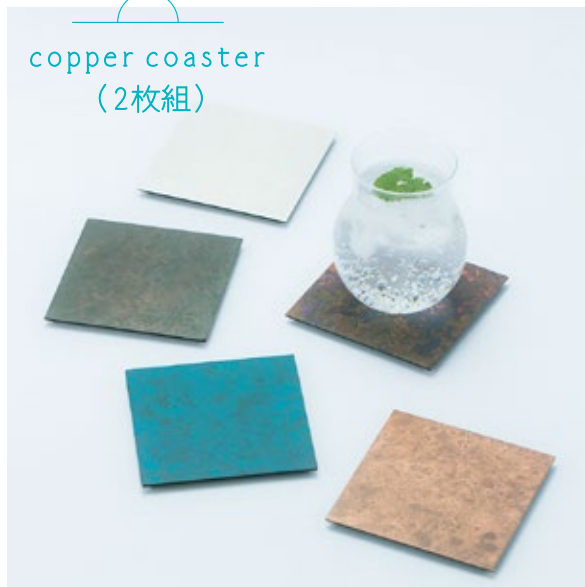
富山の製薬会社が開発したアロマブランド「Taroma」は、自社畑のハーブから抽出した天然エッセンシャルオイル配合のアイテムを展開。リラックスピロースプレーは優しい香りがあなたの快適な眠りをサポートします。

Healthian-wood (ヘルジアン・ウッド)

〒立山町日中上野57-1 ☎080-3525-8964 (The Workshop)

☎1,980円 販売/Healthian-wood内「The Workshop」

## copper coaster (2枚組)



高岡銅器の伝統技法で着色した、存在感のあるコースター

伝統的な着色技術を用いて新しい発想で雑貨やインテリア用品の開発を行う『Orii』。ギフトに最適な銅板コースターは、日常を豊かに彩ってくれる独特の色合いと気軽に使いやすい軽さが特徴。

モメンタムファクトリー Orii (オリー)

〒高岡市長江530 ☎0766-23-9685

☎2枚組3,300円 販売/本社ショールーム、T.OCUL

## HARRY CRANES 白えびスモーク ウイスキーバジル



富山湾の宝石「シロエビ」を、香ばしいスモーキーな味わいに

殻ごと燻製をしたシロエビに、若鶴酒造の「ウイスキー」、または「サンシャインウイスキープレミアム」とバジルの風味をプラス。独特の上品な甘みに加え、魚津市産の「加積りんご」のチップでスモークした芳醇な香りはお酒のおつまみとして人気。

若鶴酒造 (わかづるしゅぞう)

〒砺波市三郎丸208 ☎0763-32-3032

☎691円 販売/大正蔵、とやまの地酒本舗 蔵の香

# とやまアクティビティ

すず  
柔らかい不思議な金属「錫」を使ったオリジナルアクセサリー作り



高岡錫物発祥の地「金屋町」de錫のアクセサリー体験

千本格子の家並みと石畳が美しい高岡錫物発祥の地「金屋町」。1860(万延元)年に創業、長きに渡り高岡錫物に携わってきた由緒ある商店「大寺幸八郎商店」で、自分だけのオリジナル錫アクセサリー作りをお楽しみいただけます。

●旅行代金(おひとり様) おとな子ども共通 2,500円

VISIT 富山県

<https://toyama.visit-town.com/visittour/ootera-tin-craft>



とやま観光ナビ「大寺幸八郎商店」で創る、  
世界に一つだけの錫アクセサリー体験!

<https://www.info-toyama.com/articles/kamajima-suzu>



# とやまトピック

世界文化遺産五箇山に行くなら「世界遺産バス」がおすすめ!

富山県西部の高岡市から富山が誇る世界文化遺産「五箇山」を結ぶ便利な観光路線バス「世界遺産バス」(加越能バス)が毎日運行しています。(予約不要) お得なフリー切符なら途中下車もできるので、五箇山だけでなく県西部の観光スポットも満喫することができます。



① 能作

(能作前)



② 城端曳山会館

(城端曳山会館)



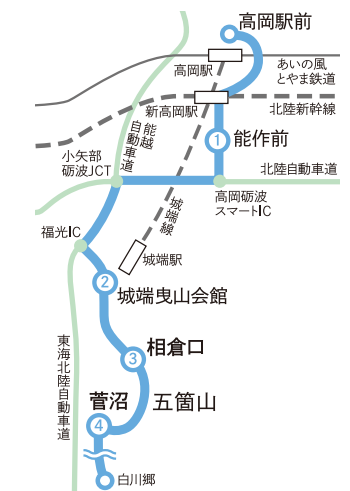
③ 相倉合掌造り集落

(相倉口)



④ 菅沼合掌造り集落

(菅沼)



加越能バス株式会社

<http://www.kaetsunou.co.jp/company/sekaisan/>



VISIT 富山県

<https://toyama.visit-town.com/visittour/sekaisanbus-gokasira>



●運行区間 高岡-白川郷(岐阜県)間/1日5往復 城端(南砺市)-白川郷(岐阜県)間/1日6往復(土日祝日は9往復)  
●料金 五箇山・白川郷フリーきっぷ/大人3,500円 小人1,750円  
ほかにもお得なフリー切符がたくさん(詳しくは右記QRコードをチェック)



◀「うみやま」WEB版はこちら!

「うみやま」2024春夏号

発行日:2024年3月13日

発行元:富山県地方創生局 観光振興室

※本誌掲載情報は、2024年2月14日現在のものです。

※ご利用・お出かけの際には、お問い合わせのうえ詳細の確認をおすすめします。

※価格は特記事項のない限り税込表記です。



◀とやま観光ナビInstagramはこちら!

誌面には載りきらなかった

富山の観光情報など、

画像と共に発信しています。



潮風を感じながら富山の絶景を満喫！  
サイクリングで富山湾を楽しもう！



雨晴海岸(高岡市)



詳しくは  
WEB・SNSを  
チェック



富山点点じてんしゃ旅 公式SNS



Instagram



X (旧 Twitter)

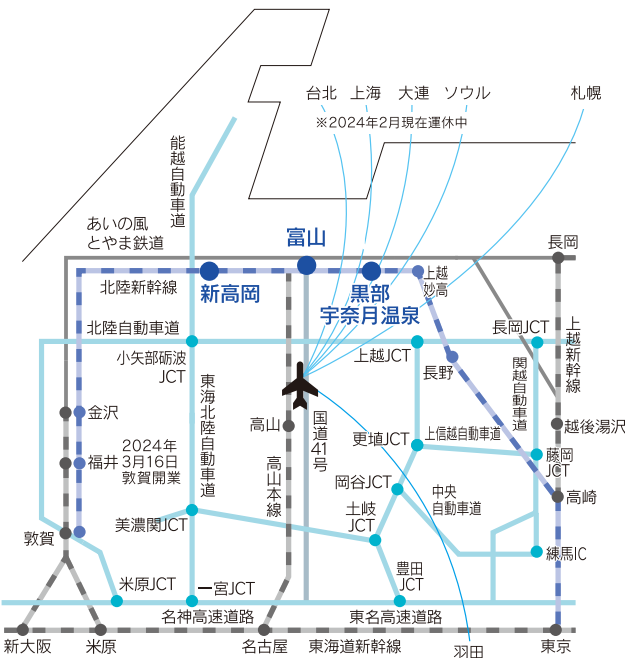
**TOYAMA  
CYCLE NAVI**

とやまサイクルナビ



とやまサイクルナビ  
webサイト

富山県へのアクセス



※交通状況等の影響により、運休している場合があります。

🚆 電車でお越しの方は

※所要時間は2024年3月16日ダイヤ改正に基づくもの

東京駅	北陸新幹線 はくたか 約2時間20分	黒部宇奈月温泉駅
	北陸新幹線 はくたか 約2時間40分	新高岡駅
	北陸新幹線 かがやき 約2時間5分	富山駅
名古屋駅	高山本線 特急ひだ 約3時間50分	
	東海道新幹線ひかり～米原駅～北陸本線 特急しらさぎ 北陸新幹線 つるぎ 約2時間35分	
大阪駅	湖西線經由北陸本線 特急サンダーバード 北陸新幹線 つるぎ 約2時間35分	

✈️ 飛行機でお越しの方は

東京(羽田空港)	ANA 約1時間	富山さきと空港
札幌(新千歳空港)	ANA 約1時間30分	

🚗 お車でお越しの方は

東京	関越自動車道練馬IC・上信越自動車道・北陸自動車道經由 約4時間30分	富山IC
名古屋	東海北陸自動車道一宮IC・北陸自動車道經由 約3時間	
大阪	名神高速道路豊中IC・北陸自動車道經由 約4時間15分	

※所要時間に変動がある場合があります。



最新の観光情報・イベント情報はこちら。  
富山県観光公式サイトとやま観光ナビ  
<https://www.info-toyama.com/>



体験やグルメなど豊富なツアーが24時間  
WEBから申込みOK VISIT富山県  
<https://visit-town.com/toyama/>

富山県地方創生局 観光振興室 TEL.076-444-3500 (公社)とやま観光推進機構(観光案内窓口) TEL.076-441-7722

編集/株式会社シー・エー・ピー ※乱丁・落丁誌はお取替えいたします。 ※本誌内容の無断転記、記載、複製はご遠慮ください。  
※本誌掲載情報は、2024年2月14日現在のものです。ご利用・お出かけの際には、お問い合わせのうえ詳細の確認をおすすめします。

