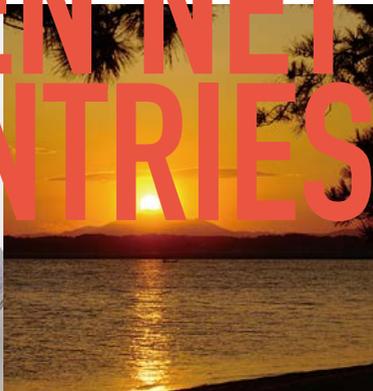




THE SEVEN NET COUNTRIES

七城市周游之旅



Ishioka / Kasama / Kasumigaura / Namegata / Hokota / Omitama / Ibaraki

01

邂逅古都1300年历史与乡土文化的街道



石冈市观光协会



● 东筑波乌托邦

● 八乡综合支所



羽鸟站

池田屋点心铺

R355

石冈小美玉智能 I.C.

R6

Iskioka

● 石冈市政府

● 石冈站

常陆国总社宫



R355

高滨站



A 池田屋点心铺

茨城县石冈市府中 5-1-34
TEL.0299-22-2083
开店 9:00-17:00 / 休日 周日

以石冈形象代表的狮子为造型的最中饼，内馅有小粒红豆沙馅和红豆沙馅两种。是石冈精选认证商品。



E 朝日里山学校

石冈市
Ishioka

石冈市有众多历史遗迹和充满昭和复古气息的标志性建筑林立的市中心区、可亲密接触里山丰富自然风光的八乡地区、俯瞰霞浦的高滨地区等，各个景点各具特色，魅力十足！



刺激五感的体验型花卉公园。相邻的“HANAYASATOYAMA”既可提供住宿，还能让游客尽情沉浸在山林的茂盛自然环境之中。

B 茨城花卉公园

茨城县石冈市下青柳 200
TEL.0299-42-4111 / 开店 9:00-17:00 * 可能因季节而变动 / 休日 周二(周二遇节假日顺延至下一个工作日)

作为县花的玫瑰有900多种，另外还能全年观赏四季的时令花卉。通过100项活动，让游客通过五感去感受花卉、绿植和茨城的魅力！

Sweets



C 石冈三明治

茨城县石冈市石冈 1-1-1
(石冈市商工观光课)
TEL.0299-23-1111

石冈市内的点心店使用当地的农产品等制作的原创甜点。请尽情品尝各店铺独具特色的美味。



清爽的蓝莓石冈三明治。使用石冈市产的米粉和蓝莓制作的西式点心。

Gourmet



D 藏+KATSU 八乡店

茨城县石冈市下青柳 200 (茨城花卉公园停车场内) / TEL.0299-42-4822
开店 周一、周三-周五 11:00-15:00 (L.O.14:30) / 休日 周二(若为节假日顺延至次日)

用当地饲养的猪和自家酒窖酿造的大吟酿的米曲制作的炸猪排，面衣酥脆，肉质多汁美味。

F 石冈祭典

以每年9月的敬老节为最后一天，举行为期3天的常陆国总社宫秋季例行大祭。高规格的神轿、花车和舞狮队伍在市内游行。



Experience



E 朝日里山学校

茨城县石冈市紫内 630
TEL.0299-51-3117
开店 9:00-17:00 * 需预约 / 休日 周一

利用建于1955年，现已停办的小学校改造而成的体验型观光设施。利用自然，设置了多个体验项目。



G 常陆国总社宫

茨城县石冈市总社 2-8-1
TEL.0299-22-2233

约1000年前，为了在国府合祀常陆国诸神而建立的神社。院内有传说中日本武尊坐过的石头。

02
03



(一社) 笠间观光协会



笠间市 Kasama

笠间市距离东京约100公里，位于茨城县中央，拥有丰富的自然风光和历史悠久的神社佛阁，还有独特的笠间烧。展现四季变化的各种美丽花卉、唤醒秋日味蕾的栗子等，是一座富有魅力的城市。

A OCHIBO 栗子

[GRUYERES] 茨城县笠间市下市毛 285
TEL.0296-72-6557
开店 9:00-18:00

加入笠间市名产栗子粉制作而成的曲奇。是一款质地湿润、入口即化的全新口感的点心。

B 乐栗 La Kuri

茨城县笠间市手越 22-1 (路边驿站笠间内)
TEL.0296-73-6439 / 开店 9:30-18:00 (L.O.17:30)
休日 以路边驿站笠间的休息日为准

“笠间栗子”专营店 & 咖啡店。这里有多款可以品尝栗子特有风味的甜点，最具代表性的就是点单后现场挤栗子泥的“乐栗 filo”。



“乐栗 filo”是在用大量栗子制作的鲜奶油上挤上栗子泥制作而成的极品甜点。

Gourmet



C 笠间稻荷寿司

笠间稻荷门前大道 其他

源于笠间稻荷神社，是笠间市当地的特色美食。特点是内馅可使用荞麦、核桃、舞茸等各种食材，变化丰富。



F 笠间陶炎祭

茨城县笠间市笠间 2345
(笠间艺术之森公园)
TEL.0296-73-0058 (笠间烧共同组合)

这是最大的笠间烧陶器市场，约200名陶器工匠、陶艺家云集于此，自行设立摊位来展示、销售自己的作品等。



Nature



D 笠间杜鹃公园

茨城县笠间市笠间 616-7
TEL.0296-72-9222 (笠间观光协会)

占地约7公顷的笠间杜鹃公园被杜鹃花染成一片火红。黄金周期间，公园山顶还会举办丰富多彩的活动。

Experience



E 笠间工艺之丘 [陶艺体验]

茨城县笠间市笠间 2388-1
TEL.0296-70-1313 / 开店 10:00-17:00
休日 周一(若为节假日顺延至次日)

可以体验用陶轮或手工捏制制作陶艺作品。还设有茶水间、展示室、纪念品角等。

G 笠间稻荷神社

茨城县笠间市笠间 1
TEL.0296-73-0001

供奉着各种产业发展的守护神，作为日本三大稻荷神社之一，吸引日本各地的众多游客前来参拜。创建于651年。



门前包括院内的仲见世商店街在内，约有40家餐饮店和土特产商店。

03

波光粼粼的湖泊与山脉 洋溢笑脸与活力的亲切友好之城

用卡仕达奶油制作的脆皮布丁搭配香草冰淇淋，给人带来超幸福的甜品时光



A 烤红薯布丁

茨城县霞浦市坂 4784 番地前 畔 KOHAN 1F (霞浦市交流中心)
TEL.029-840-9010 / 开店 [12月 - 次年2月] 10:00-16:00 [3月-11月] 工作日 10:00-16:00、周末及节假日 9:00-17:00

最新甜点“烤红薯布丁”使用了口感柔滑的红蜜芋，非常适合搭配香草冰淇淋。

C 雪入 FUREAI 里公园

茨城县霞浦市雪入 452-1 / TEL.0299-59-7000 / 开店 9:00-16:30 / 休日 周一(若为节假日顺延至次日)、年末年初(12月28日 - 次年1月4日)

在这里，游客可以享受徒步的休闲时光，也可以欣赏公园周边四季不同的壮美静谧的自然风光。



B 长禅寺 (步崎观音)

茨城县霞浦市坂 921
TEL.029-896-0012

修建在茨城百景之一的步崎的高地上，主佛十一面观音作为保佑安产与渔民水上安全的守护神而深受人们的信奉。



Gourmet



Omiyage



Experience



D 霞厨房 (食品销售)

茨城县霞浦市坂 4784 番地前 畔之站 KOHAN 1F (霞浦市交流中心)
TEL.029-896-1227 / 开店 工作日 11:00-14:00、周末及节假日 11:00-16:00
休日 周一(若为节假日顺延至次日)

供应各种以都市特色产品为食材制作的美食，如银鱼盖饭、鲤鱼、湖河豚汉堡等。

E 霞市集 (土特产销售)

茨城县霞浦市坂 4784 番地前 畔之站 KOHAN 1F (霞浦市交流中心)
TEL.029-840-9010 / 开店 [12月 - 次年2月] 10:00-16:00 / [3月-11月] 工作日 10:00-16:00、周末及节假日 9:00-17:00

销售多种市推荐商品“湖山之宝”认证品，也是广泛介绍地区产品的基地。

F 观光帆船

茨城县霞浦市坂 4784 番地前 畔之站 KOHAN 接待处(霞浦市交流中心)
TEL.029-897-1111 (霞浦市观光协会)
营业 [7月下旬-10月] 周日 13:00-14:15 出航 [11月] 周日 16:00 出航
※ 提前预约制

游客可以在随行船上近距离欣赏帆船扬起白帆，航行在浩瀚霞浦湖上的壮观景象。

G 观光骑行

茨城县霞浦市坂 4784 番地前 畔之站 KOHAN 1F 租车接待处(霞浦市交流中心)
TEL.029-840-9010
开店 [12月 - 次年2月] 9:00-16:00
[3月-11月] 9:00-17:00

提供自行车租赁，设置维修服务台等，为游客提供了一个服务齐全的环境，让所有游客都能轻松享受骑行乐趣。



市原创的三大周游路线“KASUICHI”“TSUKUICHI”“湖山ICHI”都是从霞浦市出发，最后再回到霞浦市内。



霞浦市 Kasumi gaura

这是一座被筑波山系的山脉和日本第二大湖“霞浦”所环绕，拥有丰富自然风光的田园都市。当地利用大自然的恩惠，积极进行果树栽培，而霞浦湖上的银鱼捕捞和西太公鱼捕捞也很兴旺。



霞浦市观光协会

04

水的恩惠与治愈心灵的风景 历史与文化共存的城市



行方市观光协会



行方市 Namegata

行方市夹在东面的北浦湖与西面的霞浦湖之间。这里利用水边的地理位置和大地的恩惠发展的渔业、农业、畜牧业，还有丰富的历史与文化。游客可以在自然丰富的环境中尽情体验，也可参与活动、感受艺术。欢迎走进这座与水共生的城市。



Sweets

高品质的鲜奶油堪称艺术！草莓奶油蛋糕和甜蜜的草莓大福饼都是推荐的美食！



B 果心 松屋

茨城县行方市山田 3010-5
TEL.0291-35-2646
开店 9:00-19:00 / 休日 周三

从1958年开始一直深受人们喜爱的老字号点心店。以“和风”为基调的时尚店面中销售着品类丰富的商品。

A 霞浦 FUREAI 乐园 -- 动物与民众之家

茨城县行方市玉造甲 1234 / TEL.0299-55-3927 / 开店 9:30-16:30 (最晚接待 16:00) / 休日 周一(若为节假日顺延至次日)

计划作为“动物与民众之家”翻新重开，旨在利用水边这一地理位置，开展体验与学习活动，激发地区活力。还可以与长颈鹿、水豚等动物亲密接触。



Experience



C LAPOPPO 行方农场村

茨城县行方市宇崎 1561
TEL.0299-87-1130
开店 10:00-17:00 / 休日 周二

一个可以品尝美食、游玩娱乐、了解自然的体验型农业主题公园。在自然丰富的环境中，与土地亲密接触，体验农业与美食的设施。

Omiyage



D 行方市观光物产馆 KOIKOI

茨城县行方市玉造甲
TEL.0299-36-2781
开店 9:00-18:00 / 休日 无休

位于霞浦大桥下，是一个可以欣赏霞浦壮丽景色的物产馆。名产“行方汉堡”堪称绝品！！

F 西莲寺

茨城县行方市西莲寺 504
TEL.0299-56-0107

相传建于782年的古刹，拥有众多文化财产。俗称常陆的高野山。

院内推定树龄1,000年以上的巨大银杏树是县指定的天然纪念物。因为宛如美丽的黄色绒毯而备受好评。



E 观光帆船

茨城县行方市山田 3282-10
TEL.0299-32-7561
开船 10月-11月的每周周末开船

迎着吹过湖面的风，扬起白色风帆前进的一艘艘帆船绘制成一幅壮美而富有蓬勃生机的画卷，令人赞叹不已。





(一社) 铎田市
观光物产协会



A 甜瓜

[NADAROU]
茨城县铎田市饭名 537-1
TEL.0291-34-8888
开店 9:30-17:30
[SUNGREEN 旭]
茨城县铎田市横山 602-6
TEL.0291-37-4147
开店 9:00-18:00 (4月-9月)、
9:00-17:00 (10月-次年3月)
休日 周三

农协经营的直销店。可以买到甜瓜、红薯等当地采摘的当季新鲜特产。



铎田市

Hokota

“日本蔬菜品质最好的城市”铎田市位于东部鹿岛滩沿岸。是日本屈指可数的甜瓜、草莓等水果与番茄、红薯等蔬菜的种植产地。



直达海边的园内小道是拍摄电视剧、CM等的绝佳地点。听着海浪的声音，躺在草坪上放松身心！

B 鹿岛滩海滨公园

茨城县铎田市大竹 390
TEL.0291-34-1010
开店【直销店】9:00-18:00 (10月-次年3月到17:30)【餐厅】10:30-17:30 (10月-次年3月到17:00)
休日 周三(若为节假日顺延至次日)

利用丰富的自然打造的公园。占地面积20.7公顷。有综合游乐设施和农产品直销店、餐厅等，可满足全家人的休闲娱乐需求。

Gourmet



C Santé Kitchen

茨城县铎田市上幅木 1342-3
TEL.0291-34-5500
开店 10:00-15:00
休日 仅周末与节假日营业

提供以铎田市产的蔬菜和水果为食材制作的甜点、饮料及便当。旁边的直销店销售当地采摘的应季新鲜蔬菜。

F 蛤蜊节

[山田商店] 茨城县铎田市大竹 1326-4
TEL.050-3395-3964
开店 9:00-14:00 (4月中旬-6月下旬)

海之家 山田商店每年举办的赶海活动。因为是将蛤蜊放流到没有海浪的沙滩上，因此，儿童也能安心参加。



Sweets



D FARM PATISSERIE LE FUKASAKU

茨城县铎田市台浊泽 157
TEL.0291-32-8732 / 开店 9:30-18:00
(咖啡 L.O.17:00) / 休日 [12月-次年9月] 每天营业 / [10月-11月] 周三为定期休息日

经营百年的农家咖啡馆&甜品店，提供使用自家栽培的甜瓜、草莓、番茄等制作的精品美食。使用农家特有的当季食材制作的豪华芭菲是特别推荐的美食。



使用深作农园产的当季食材制作的豪华芭菲。草莓 (12月-5月)、甜瓜(5月下旬-8月)、红薯(9月-11月)

Experience



E 森林公园 甜瓜森林 [甜瓜采摘]

茨城县铎田市房 1623-1
TEL.0291-33-2858
开园 9:00-17:00 (5月上旬-7月上旬、9月中旬-10月下旬)

以新鲜度和成熟度为傲的“甜瓜森林”。到甜瓜田里去寻找你最喜欢的那一个吧！另外，这里还有最高级的常陆牛烧烤，无需自备物品就能品尝到。



G 严岛神社 (子生弁财天)

茨城县铎田市子生 877

供奉着文艺严岛神社分灵的神社。据说可以保佑怀孕和安产，位于水面上的正殿是县指定的文化财产。



(一社)小美玉观光协会



小美玉市

Omitama

小美玉市位于茨城县中心，奶酪畜牧业与农业发达，拥有茨城机场、航空自卫队百里基地和壮观的霞浦湖，是个资源丰富的地方，市名喻为“小钻石”（小而美的钻石）

A 小美玉酸奶

【空之驿 Sol-La-La】茨城县小美玉市山野 1628-44 / TEL.0299-56-5677
 开店 9:00-18:00 / 休日 全年无休

小美玉市的土特产品是以大量鲜奶为原料生产而具有滑润的口感、且酸味与味浓均衡的饮用酸奶。季节性限定品也深受欢迎。

B 花香之乡

【希望之丘】茨城县小美玉市中台 559
 【霞浦】茨城县小美玉市下玉里 2508-1
 TEL.0299-48-1111

在希望之丘公园、在霞浦湖畔不同的季节盛开不同的花（油菜花、大波斯菊），是小美玉市的一道受人喜爱的风景线。



油菜花：4月上旬-5月上旬、大波斯菊：9月下旬-10月下旬

Gourmet



C 茜农园

茨城县小美玉市饭前 1376-37
 TEL.0299-53-0466
 开店 11:30-15:00 / 休日 周日、周一、周三（有不定期休息）※完全预约制

提供由小美玉市内及饭店自家种植的新鲜蔬菜两烹制的午餐。

描绘了日本罕见御祭神的“祭神画御朱印”非常受欢迎。在这里还可获得“百里神社”“耳守神社”的御朱印。



F 素鷲神社

茨城县小美玉市小川 1658-1
 TEL.0299-58-0846

是创建于1529年的神社。每年夏季都举办的为期3天的祇园祭，已经拥有500年的历史了。作为参拜的证明，盖印御朱印章也非常有人气。

Sweets



D 林间小作坊

茨城县小美玉市小岩户字北原 1887-1
 TEL.0299-56-2577
 开店 10:00-18:00 / 休日 周三

是伫立在小美玉市的大自然里，用自家磨制的米粉制作蛋糕卷和烘焙点心的作坊。有效地发挥茨城食材的作用，为大家提供季节性食物，并设有咖啡馆。

Minoriz 是使用茨城县小美玉市产的越光米制作的软质年轮蛋糕。



G 日出时，钻石般的筑波

【霞浦周边】
 茨城县小美玉市下玉里 2508-1
 TEL.0299-48-1111

在霞浦湖周边，不同的季节不同的景色让您赏心悦目。1月1日可以观赏元旦日出、5月及7月可以眺望到钻石般的筑波。



新年参拜活动：1月1日、钻石筑波：5月中旬、7月下旬

舒适宜人的乡村 茨城町

A 口袋农场 Dokidoki

茨城县茨城町下土师 1945
TEL.029-240-7777
开店 9:30-17:30 / 休日 周三

以自然、农业、美食为主题的农业体验型休闲设施。网罗了当地农户栽培的蔬菜、水果以及加工品等丰富产品。



B 涸沼自然公园

茨城县茨城町中石崎 2263 TEL.029-293-7441 / 开店 9:00-17:00 / 休日 周一(11月-3月)

在园内可近距离感受自然,还能欣赏到四季花卉盛开的美景。初夏时节,可以看到约30种共计1万株绣球花漫山遍野绽放的盛景。

毗邻的露营场有最多可设置250顶帐篷的帐篷露营区,还有划分为56个片区的汽车露营区。



茨城町

Ibaraki

茨城町位于茨城县的中央附近,拥有涸沼等景观,水草丰美,自然环境丰富,并且毗邻县都水户市,生活环境优越,作为一个都市部与农村部和谐共存的城市不断发展。



茨城町观光协会

Gourmet



C 大黑家

茨城县茨城町奥谷 47-3
TEL.029-292-0070
开店 11:00-14:00 / 休日 不定期休息

提供使用茨城町特产常陆牛与和之家猪等地产食材制作的料理和蚬贝拉面等丰富多彩的美食。

Sweets

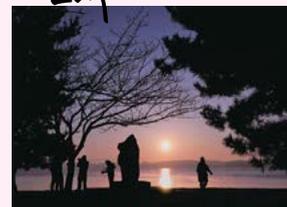


D Patisserie Boulogne

茨城县茨城町大戸 1847-6
TEL.029-246-6026
开店 9:00-19:00 / 休日 周一

使用严选食材,提供令人幸福和感动的西式点心。马蹄奶油泡芙与每日不同口味的可丽饼非常受欢迎。

Experience



E 亲泽公园

茨城县茨城町上石崎 4144-4
TEL.029-240-7124

生长着繁茂松树的“亲泽公园”自古以来就是风景名胜。园内伫立着德川光圀的俳句纪念碑,他曾经创作了“亲泽一颗松”的诗句。而沉入涸沼的夕阳与远方筑波山的绝景更令人赞叹不已。

F 茨城祭

茨城县茨城町小堤 1037-1 / TEL.029-240-7124

每年11月举办祭祀活动。商品销售、当地美食、活动体验、PR展位等各种元素齐聚一堂,是茨城町最大规模的活动。



汽水湖的涸沼可以采集到优质的大和蚬贝,也是日本有名的蚬贝产地。这里的蚬贝肉饱满肥厚,味道浓郁,是非常受欢迎的伴手礼。



G 圆福寺

茨城县茨城町鸟羽田 656 / TEL.029-240-7122

天台宗的寺院。收藏着日本国家指定的重要文化财产“木造阿弥陀如来坐像”和县指定的文化财产“木造阿弥陀如来三尊像”。



发行 茨城机场周边地区资源活用推进联络会

[Seven Net: 石冈市、笠间市、霞浦市、行方市、铨田市、小美玉市、茨城町]

2024年3月发行

Seven Net

茨城机场周边7个市町及其下属的商工会、观光协会等开展合作，为提升地区品牌力、促进广域交流、实现地区振兴而设立的组织。

※ 本册刊载的数据截至2024年3月末。发行后数据可能发生变动，因此，建议您在出发时提前通过电话等确认。另外，因本册刊载内容而造成的损失，我们将不予赔偿，敬请事先谅解。



[咨询] 小美玉市产业经济部商工观光课

TEL.0299-48-1111 FAX.0299-48-1199