

阿寒国立公園

川湯地域サイクリングマップ



道東の大自然の中で、ゆっくりとした時間を自転車と過ごそう!

発行：環境省釧路自然環境事務所  
作成：川湯温泉の明日と未来を考える会



サイクリングマナー

- ルールとマナーを守って楽しくサイクリングを楽しみましょう。
- 左側を通行しましょう。並走せずに、1列になって走行しましょう。
- 自転車通行可能な歩道を走る場合は、歩行者優先で徐行運転しましょう。
- 信号や道路標識に従って走行しましょう。
- 交差点では二段階右折し、横断歩道は歩行者に注意して走行しましょう。
- 飲酒運転はやめましょう。
- イヤホンなどで音楽を聴きながらの運転や携帯電話を操作しながらの運転など、「ながら運転」はやめましょう。
- 薄暗くなってきたら、ライトを点灯しましょう。
- 狭い道もあるので、出会い頭の事故を防ぐために、スピードは控えめにしましょう。  
※サイクリングにおいて、自転車の破損や走行中の事故やけが、その他の損害などについては責任を負いません。



林道を通行する際には国有林入林許可申請が必要です  
お問い合わせ/根釧西部森林管理署 0154-41-7126

観光に関するお問い合わせ  
(一社)摩周湖観光協会 015-482-2200

体験ツアーに関するお問い合わせ  
(株)ツーリズムてしかが 015-483-2101

自然に関するお問い合わせ  
川湯エコミュージアムセンター 015-483-4100

自転車のトラブルに関するご相談  
松本自転車商会 015-482-2099  
ホクレンSS 015-483-2034  
サンエナジー 015-483-2328

2014年3月19日発行



**注意**  
この地図はサイクリングルートを示すためのイラストマップです。特に左右一東西方向はデフォルメ(変形)しているため、周辺部は実際とは異なり、車の運転等には不向きです。

おすすめルート

屈斜路湖畔ルート

距離：約20km(片道)  
時間：約2時間～

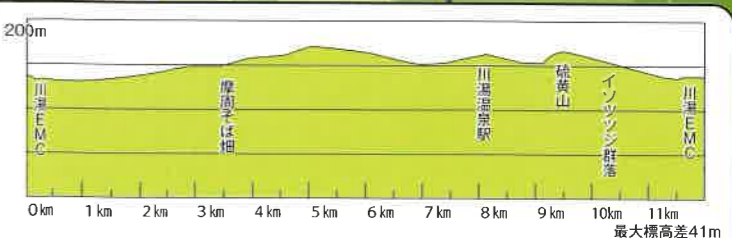


日本一の大きさを誇る屈斜路カルデラの中、屈斜路湖畔を爽快に駆け抜ける往復50kmのルート。川湯エコミュージアムセンターをスタートし、森の中にある道を屈斜路湖まで走っていくと、春先には新緑が、秋口には紅葉を楽しむことができる。2～30mほどの標高差があるが、「砂湯」まで行くと温泉が湧いている砂浜が広がり、足湯など楽しみながら小休憩する事ができる。「コタン」ではアイヌ民俗資料館や露天風呂、「和琴半島」でも露天風呂や散策路が広がり、屈斜路湖の風景の変化を楽しむ事ができる。

おすすめルート

川湯温泉周辺ルート

距離：約10km  
時間：約1時間～



今も激しく白い噴煙を上げる硫黄山周辺をゆったりと巡る約10kmのルート。川湯エコミュージアムセンターをスタートし温泉街を抜けて国道391号線を過ぎると、北海道らしい畑の中のまっすぐな道へ出る。畑の向こうには硫黄山を望むことができる。川湯温泉駅には足湯が併設されていてカフェなどもあり小休憩にオススメ。硫黄山では噴気孔からガスが噴き出している所を目の前で見ることができ、イソツツジの群落が広がる道を川湯温泉へ向かって爽快に走り抜けていく。



# 摩周・屈斜路サイクリングマップ

MASHU KUSSHARO CYCLING MAP

## 北海道弟子屈町 TESHIKAGA-TOWN, HOKKAIDO

弟子屈町  
TESHIKAGA

ペダルを漕ぐたびにため息が出る…  
道東地方の風光明媚な丘陵を走る厳選のサイクリングコース  
Each time you push the pedal your breath will be taken away  
at the beautiful scenery and rolling hills of East Hokkaido,  
on our carefully thought out cycling course.

### Start & Goal

川湯エコミュージアムセンター  
Kawayu Eco Museum Center



- 空気入れ・スタンドがある協力店  
Bicycle pump & stands are available free of charge
- |                   |          |
|-------------------|----------|
| 1 昇龍軒             | 482-1759 |
| 2 はなごや            | 484-2333 |
| 3 砂湯レストハウス        | 484-2106 |
| 4 ホテルパークウェイ       | 483-2616 |
| 5 日本郵便弟子屈郵便局      | 482-2440 |
| 6 日本郵便川湯郵便局       | 483-2325 |
| 7 日本郵便屈斜路郵便局      | 484-2021 |
| 8 日本郵便美留和郵便局      | 482-2610 |
| 9 味楽寿司            | 483-2036 |
| 10 弟子屈ラーメン総本店     | 482-5511 |
| 11 温泉民宿 摩湖        | 482-5124 |
| 12 オーチャードグラス      | 483-3787 |
| 13 川湯観光ホテル        | 483-2121 |
| 14 渡辺体験牧場         | 482-5184 |
| 15 くりむ童話          | 483-2008 |
| 16 ホテル摩周          | 482-2141 |
| 17 屈斜路プリンスホテル     | 484-2111 |
| 18 ツーリズムてしかが      | 483-2101 |
| 19 ぽっぽ亭           | 482-2412 |
| 20 屈斜路原野ユースゲストハウス | 484-2609 |
| 21 ぼらりす           | 482-2622 |
| 22 鱒や             | 482-5489 |
| 23 旅人宿 のんき舎       | 484-2624 |
| 24 民宿 ましゅまる       | 482-2027 |
| 25 きららの宿 すばる      | 482-2224 |
| 26 ノーブル           | 483-3418 |
| 27 お宿 欣喜湯         | 483-2211 |



### 4 scenic cycling course

- 1 川湯 Kawayu ▶ コタン Kotan ▶ 美留和 Biruwa ▶ 川湯 Kawayu 45km
- 2 川湯 Kawayu ▶ 摩周湖 Lake Mashu ▶ コタン Kotan ▶ 川湯 Kawayu 60km
- 3 川湯 Kawayu ▶ 野上峠 Nogami Pass ▶ 緑 Midori ▶ 養老牛 Yourouushi ▶ 仁多 Nita ▶ 摩周湖 Lake Mashu ▶ 川湯 Kawayu 100km
- 4 川湯 Kawayu ▶ 摩周湖 Lake Mashu ▶ 仁多 Nita ▶ 多和平 Tawadaira ▶ 磯分内 Isobunnai ▶ 900 草原 900 Sougen Lookout ▶ 美幌峠 Bihoro Pass ▶ コタン Kotan ▶ 川湯 Kawayu 140km

