



新型コロナウイルスの  
感染が広がり、  
移動や交流の自粛が世界的な  
規模で続く中で、  
このパンフレットが、コロナ下の旅に  
光を投げかけるものになることを  
願っています。

北海道胆振総合振興局  
産業振興部 商工労働観光課

〒051-8558 北海道室蘭市海岸町1丁目4番1号 むろらん広域センタービル4階  
TEL:0143-24-9592 FAX:0143-24-4796

このパンフレットは、北海道を応援する皆様からお寄せいただいた  
「ふるさと納税」を活用して作成しています。

いぶりをひさしぶり。



のんびり、ふんわり。ココロの手足、伸ばして。

忘れた何かを思い出そう。

温泉ってやっぱり、いい気分。

また行こう、また遊ぼう。



修学旅行で来たことがあるよ。  
家族で温泉に行ったっけ。  
とっておきの景色があるんだ。  
あのグルメ、また食べてみたいなあ。  
新しいスポットが出来たんだってね。

もう一度、行ってみたい。  
また、何度でも、行ってみたい。  
いぶりには、そんな魅力があります。

いろんなひとの、いろんなとき。  
ひととき、いぶりで過ごしてみませんか。

いぶり  
&ひととき

## Contents

FMの人気DJが語る、自慢のふるさと。	
ハイジ&ひととき	P03
自然&ひととき	P05
歴史・文化&ひととき	P07
温泉&ひととき	P09
名所&ひととき	P10
食&ひととき	P11
体験&ひととき	P13
イベント&ひととき	P14
White &ひととき／ひとときコラム	P15
モデルコース	P17
胆振管内マップ	P21

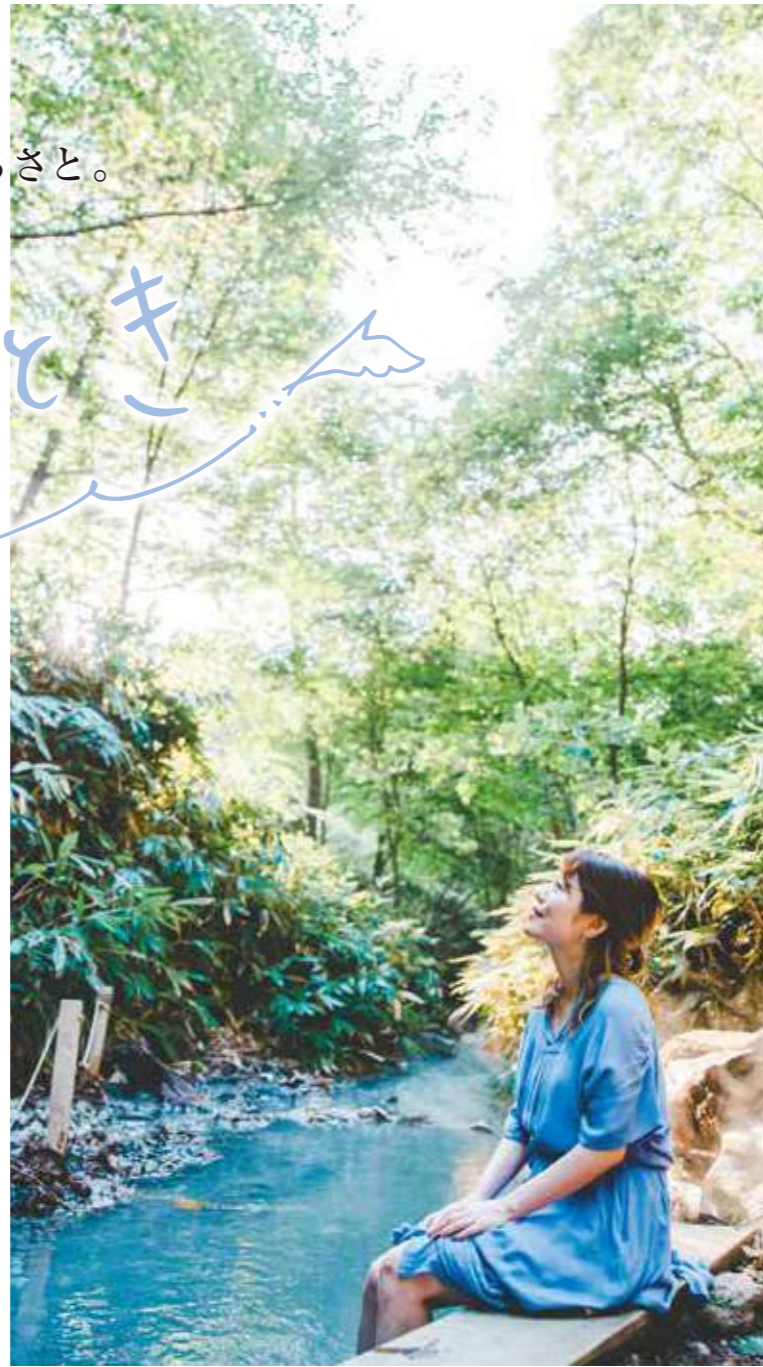


FMの人気DJが語る、自慢のふるさと。

# ハイジ ひさしと

北海道のFMノースウェーブで活躍するDJハイジさんは、伊達市の出身です。ひさしぶりにいぶりを旅してみて、なつかしい思い出や、知らなかった魅力など、旅を通してふるさとを再発見できたそう。彼女の思いに、ちょっと耳を傾けてみませんか。

**ハイジ Heidi**  
伊達市出身。札幌の専門学校で音楽ビジネスを学んだ後、市内のプロモーション会社でアーティストのプロモーション活動に携わる。2015年からは、ラジオパーソナリティーのほか、イベント司会など多方面で活動中。  
■FMノースウェーブ レギュラー番組  
「GOGO RADIO」月～木 12:00-15:30  
「CONSA Ole」土 9:00-9:30



大湯沼川天然足湯【登別市】

## いぶりで、心と心が触れあうような旅を。

ラジオDJのお仕事では、リスナーとの交流を大切にしています。いつも番組にメールをくれる人や、イベント会場でよく見る人とか、本当にうれしくて、ありがたくて。「ハイジの声を聞くと元気が出る」というメッセージには、ちょっと泣いてしまいました。みんなに支えられている私に何かできることはないか、ずっと考えていたのですが、今回の旅でいろんな方に会って、目標が一つ見つかりました。それは、みんなといぶりの架け橋になる

こと。胆振東部地震の被災地はまだまだ復興の途中ですが、地元の方たちは「遊びに来てくれる人がいると励みになる」とおっしゃっていました。旅は、自分のためだけでなく、旅先の力にもなるんですよね。みなさんも、いぶりで地元の方とのコミュニケーションを楽しんでみてください。何度も訪れてリピーターになって、お互いに心の交流が生まれたら、いぶりが心のふるさとになると思います。

スマホの中にはお気に入りのいぶりがたくさん入ってます



載せきれなかった情報がいっぱい！特設ページもぜひご覧ください



## お気に入りのパワースポット



ハスカップカフェラボ【厚真町】

なつかしい味も新しいグルメもどっちも美味しい！



ウトナイ湖【苫小牧市】



登別温泉街【登別市】



ウトナイ湖 自然観察路【苫小牧市】

自然がいっぱい！

Yummy♡



イタンキ浜【室蘭市】

裸足になるように心も解放たれるそれがふるさとの魅力

## 旅をしてみたら、ふるさとがもっと大好きに。

私は伊達の出身で、高校卒業まで地元で暮らしていました。専門学校への進学で札幌に住むようになって、ふるさとがとても快適だったことにはじめて気がついたんです。夏は涼しいし、冬の積雪も少ない。本当に、暮らすにはいいところだと思います。札幌のFMノースウェーブでDJをしています。去年の夏に開催された「伊達150年記念式典」でステージイベントの司会を担当させていただき、これからはもっと地元でのお仕事をして

いきたいと考えています。プライベートではゆっくりといぶりを楽しむような機会がなかったんですが、こうして旅をしてみて、ふるさとの魅力をあらためて見直しました。高校時代に友達と洞爺湖へ遊びに来たことがあるんですけど、今回の旅でひさしぶりにロングラン花火大会を見て、当時のことを思い出しました。昔の思い出がよみがえったり新しい発見があったり、それが旅の素敵どころですね。



ウトナイ湖 自然観察路【苫小牧市】

DJハイジと一緒に旅をしよう！

おすすめモデルコースは



P17へ！



# 自然



思わず深呼吸したくなる、そんな気持ちいい時間。



苫小牧市

## 樽前山

山頂に溶岩円頂丘(ドーム)がある、世界でも珍しい三重式活火山。七合目駐車場から頂上まで約50分で登ることができます。支笏湖や太平洋のすばらしい眺めを堪能しましょう。

## 樽前ガロー

まるで絵画の中に紛れこんだような神秘的な光景が広がります。夏は緑の苔、秋は紅葉、冬は雪景色と四季を通して楽しめる人気のスポットです。※安全のため川に降りないようにしてください。



苫小牧市



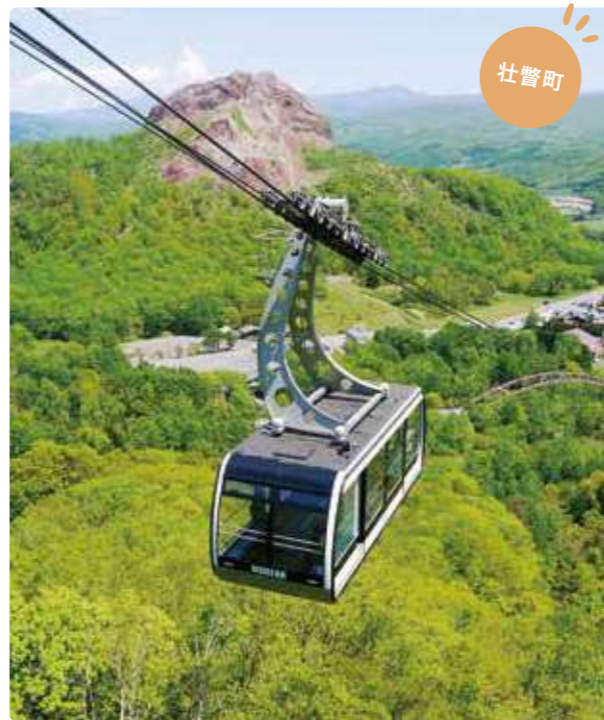
一度は見てみたい絶景



室蘭市

## 地球岬

北海道を代表する絶景スポット。アイヌ語で「断崖」を意味する「チケッ」が転じて地球岬という名前になりました。晴れた日の展望台からは、まさに地球の丸さを実感できます。



壮瞥町

## 有珠山ロープウェイ

山麓駅から山頂駅まで、大型 Gondola で片道約6分の空中散歩。現在も火山活動を続けている有珠山をはじめとする「洞爺湖有珠山ジオパーク」を、空の上から眺めてみませんか。  
TEL.0142-75-2401



大地の息吹を感じて

## 金比羅火口災害遺構散策路

洞爺湖町

2000年の有珠山噴火で被災した町営温泉や土石流で流された橋など、噴火の迫力を体感できる散策路。金比羅火口の窪みには、水がたまって深さ10mほどの池になっています。



アウトドアも満喫

## 洞爺ガイドセンター

TEL.0142-82-5002

## 洞爺トイボックス

TEL.0142-87-2355

洞爺湖町

ベテランのアウトドアガイドが、洞爺湖の絶景カヌーツアーへご案内。条件が合えば、湖の中心にある浅瀬「ゼロポイント」で、湖上に立ったように見える奇跡の一枚が撮れるかも。



雄大な景色に癒される

壮瞥町

## 壮瞥公園

洞爺湖や有珠山、昭和新山はもちろん、はるか羊蹄山やニセコ連峰まで一望できるビューポイント。梅の名所としても知られていて、毎年5月には約300本の豊後梅が見頃を迎えます。



安平町

## 菜の花畑

5月中旬から6月上旬にかけて、黄色いじゅうたんを敷き詰めたような風景が広がります。菜の花の作付け場所は毎年変わるので、あなただけのお気に入りの風景を探してみは?

## 大滝アウトドアアドベンチャーズ

伊達市

スノーシューを履いて、日本最大の氷筍(ひょうじゅん)洞窟を探検するツアーへ! 洞窟の上から零れ落ちた地下水が凍ってできる、数千本の氷柱による奇跡の光景が待っています。  
TEL.0142-68-5180



## 安平町キャンプ場

安平町

町内に4つのキャンプ場がある安平町。中でも「鹿公園キャンプ場」と「ときわキャンプ場」は、用具がなくても楽しめる「手ぶらキャンプ」を実施しています。また、「ファミリーパーク追分オートキャンプ場」は冬期も営業しています。





# 歴史・文化

積み重ねてきたものが、  
こころを豊かにしてくれる。



白老町

## ウポポイ(民族共生象徴空間)

アイヌの歴史・文化を学び伝えるナショナルセンター。北海道初の国立博物館「国立アイヌ民族博物館」や国立民族共生公園では、さまざまなプログラムなどを通して、アイヌ文化の多彩な魅力に触れることができます。



## カムイチャシ史跡公園

アイヌ語で「神のとりで」という意味のとおり、神聖な雰囲気がある丘上の公園。展望台からは、カムイチャシの全体が見渡せるほか、雄大に広がる噴火湾を一望することもできます。



豊浦町

アイヌ文化に触れる

室蘭市

## イタンキ浜

イタンキとは、アイヌ語で「お椀」の意味。アイヌの人たちが「ハフノタ(声のある砂浜)」と呼んだ通り、すり足で歩くとキュッキュッと音が出る「鳴り砂」がある海岸としても知られています。



全国的にも珍しい「鳴り砂」は、自然環境のパロメーターです。1997年の設立以来、年間10回ほどの海岸清掃をはじめ、貴重な鳴り砂を次の世代につないでいくための保全活動に取り組んでいます。

室蘭イタンキ浜鳴き砂を守る会  
会長 菊地富子さん

クチコミ

太古のロマンを満喫



伊達市

## 史跡北黄金貝塚公園

噴火湾を見下ろす丘の上にある北黄金貝塚は、北海道で最大の縄文貝塚です。発掘された石器や土器などが見学できるほか、広い敷地内ではピクニックやハイキングなども楽しめます。



## 穂別博物館

カムイサウルス・ジャポノクス(むかわ竜)をはじめ、穂別地域で発見された化石がたくさん収蔵・展示されています。本物の化石に触れることもできるので、太古の歴史を実感してみませんか？  
TEL.0145-45-3141

むかわ町

室蘭市



## 室蘭市民俗資料館(とんてん館)

開拓の歴史から港や産業の歩みまで、室蘭市の歴史について知ることができる資料館。とんてん館という愛称は、鉄を打つときの「トン、テン、カン」という音から名づけられたそうです。  
TEL.0143-59-4922

地域のミュージアムへ!

## 洞爺湖芸術館

旧洞爺村役場のレトロな建物を再利用した、湖畔の小さな美術館。洞爺村国際彫刻ビエンナーレ作品や、北海道を代表する彫刻家・砂澤ビッキの作品などを展示しています。  
TEL.0142-87-2525

洞爺湖町



火山と共に生きる



壮瞥町

## 1977年火山遺構公園

1977年の有珠山噴火による地殻変動で倒壊した病院を当時のまま保存した、噴火の脅威を伝える貴重な遺構です。初爆の数日後にはヒビが入り、2ヵ月後には徐々に崩壊が始まりました。



## 三松正夫記念館

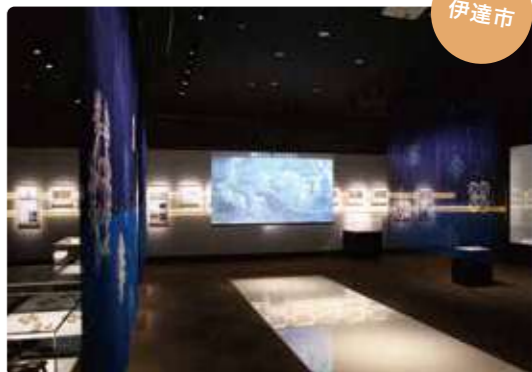
昭和新山の研究に情熱を注いだ三松正夫さんの資料館。独自に編み出した方法で、昭和新山が成長する様子を記録して、世界から絶賛された「ミマツダイヤグラム」は必見です。  
TEL.0142-75-2365

壮瞥町

## だて歴史文化ミュージアム

縄文時代から現代までの文化財や美術品の展示・活用と、文化・芸術の振興を一体化した博物館。「本館」と「体験学習館」で構成され、藍染め体験や刀剣製作の見学もできます。  
TEL.0142-25-1056

伊達市



## ハイジの取材メモ

有珠山が噴火したときには、病院の車でピストン輸送すると同時に、職員が患者を守りながら徒歩で避難場所を目指したそうです。見事な連携プレーのおかげで、全員が無事に避難できました。

三松 靖志さん

洞爺湖有珠火山  
マイスター



昭和新山の観測と保護に生涯をかけた三松正夫氏の孫の視点から、洞爺湖有珠火山マイスターとして地域防災の重要性を紹介している。

洞爺湖有珠火山マイスターとは洞爺湖や有珠山地域の自然や特性についてしっかりと学び、正しい知識や噴火の記憶・経験、災害を軽減する知恵などを、次世代や地域内外の方々に向けて自らの言葉で語り継いでいく人を地域限定の称号として「火山マイスター®」に認定しています。





# 温泉



こころゆくまで、  
ゆっくりのんびり、いい湯だな。

## 温泉街をゆっくり散策

### 登別温泉

たっぷりの湯量とバラエティ豊かな泉質に恵まれた、全国でも有数の温泉地。地獄谷や大湯沼川などの観光スポットや、鬼が出迎えてくれる温泉街など、お楽しみがいっぱい!



登別市



### 洞爺湖温泉

湖畔周辺に20軒近くの宿泊施設が並びます。洞爺湖を眺めながら入浴できる露天風呂が最大の魅力。温泉街を散策しながら、手湯・足湯巡りも楽しむことができますよ。

洞爺湖町  
壮瞥町

### カルルス温泉 登別市

登別温泉から約8km、オロフレ峠の麓にある温泉。ラジウムを多量に含む泉質が、チェコの「カルルスバード」に似ていたことから「カルルス温泉」と命名されました。

### 北湯沢温泉 伊達市

峡谷にある温泉郷には、巨大な観光ホテルから小さな情緒ある旅館までさまざまな宿が並んでいます。豊かな自然に恵まれており、アウトドア体験にも最適です。

### 虎杖浜温泉 白老町

国道36号線の海岸線沿いに、旅館やホテル、民宿が点在しています。豊富な湯量と、虎杖浜名物のたらこなどをはじめとする海の幸が楽しめる人気の温泉地です。

## まちの温泉でのんびり



### 鶴の湯温泉

明治時代に開かれた歴史ある温泉で、鶴が傷を癒していたという言い伝えから名付けられました。少しとろみのある湯は湯冷めしにくく、美肌にも効果的とのこと。  
TEL.0145-26-2211

安平町



### 天然豊浦温泉しおさい

18畳もある広々とした和室と、新鮮な海の幸、山の幸を贅沢に使った食事の人気温泉施設。豊富な湯量の源泉かけ流しで、神経系や冷え性、疲労回復に効果あり!  
TEL.0142-83-1126

豊浦町



苫小牧市

### 白鳥大橋

全長1,380mの東日本最大の吊り橋。白鳥が羽根を広げたような優雅なシルエットが、夜のライトアップ・イルミネーションに浮かび上がる様子は、ホントにフォトジェニック!



室蘭市

#### ナイトクルージング(4月~11月限定)

白鳥大橋や製鉄所、各種プラントを海上から間近に見ることができます。  
[連絡先] スターマリン株式会社 0143-27-2870 (受付時間 9:00~18:00)

## おきのシーンを撮ろう

### ノーザンホースパーク

名物のポニーショーや乗馬体験といった馬とのふれあいはじめ、大自然の中でのアクティビティが楽しめるテーマパーク。新千歳空港から約15分というアクセスも魅力です。  
TEL.0144-58-2116



### 登別伊達時代村

江戸時代の街並みや文化を再現したカルチャーパーク。劇場で忍者ショーや時代劇コメディーを見たり、資料館で忍者や登別の歴史を学んだり、タイムスリップ気分楽しめます。  
TEL.0143-83-3311



登別市

## 北の鉄道の歴史に触れよう



### 道の駅あびら D51 ステーション

安平町の自然・歴史・文化・食の魅力が集まった大人気の道の駅。SLの「D51 320」や北海道仕様の特急列車「キハ183」が展示されている鉄道資料館は、絶好の撮影スポットです。  
TEL.0145-29-7733



安平町



### 旧室蘭駅舎

1912年に建造された、北海道の駅舎では最古の木造建築物で、国の登録有形文化財です。現在は観光案内所として使用され、現役時代の鉄道用品や写真パネルが展示されています。  
TEL.0143-23-0203

室蘭市

# 名所



ちょっと寄ってみたい、  
じっくり楽しんでみたい。



# 食



ここだけの美味しさが見つかる。



名物を味わうならココ!

白老町

## 白老牛 ウエムラビヨンド

自社牧場で生産される、北海道を代表するブランド牛「白老牛」をステーキやハンバーグで。部位に合わせた絶妙な焼き加減は、生産者直営のファームレストランならでは!  
TEL.0144-84-3386

苫小牧市

## ホッキ貝 海の駅 ぷらっとみなと市場



美味しい「市場メシ」とショッピングの両方が楽しめる、苫小牧の人気スポット。全国一の漁獲量を誇るホッキ貝をはじめ、新鮮な魚貝類や野菜・果物が勢ぞろいしています。  
TEL.0144-33-3462



## ししゃも 道の駅 むかわ四季の館

むかわ町

むかわ町の名産・ししゃもが味わえる道の駅。ししゃもを使った料理や、限定スイーツの「ししゃも醤油サンデー」が味わえるほか、ししゃもを加工したお土産もいっぱいです。  
TEL.0145-42-4171



## 登別閻魔やきそば 登別温泉街

登別市

道産小麦のモチモチ平麺、ゴマ風味のピリ辛タレ、登別(近郊)の食材。この3つの「掟」によるご当地グルメはビールにもぴったり!温泉街での散策の途中でいただきます。



## 室蘭やきとり 道の駅 みたら室蘭

室蘭市

室蘭で「やきとり」と言えば、豚肉とタマネギを使った「豚串」のこと。専門店も多いご当地グルメです。みたら室蘭の「くじら食堂」では「室蘭やきとり弁当」が大人気です。  
TEL.0143-26-2030



豊浦町

## ほたて すいしゃ

旬の魚介や新鮮な食材を使用した地産料理とここでしか買えない雑貨や工芸品を取り揃えています。豊浦名物のホタテを堪能できるメニューが充実!秋限定のいくら丼もオススメです!  
TEL.0142-83-1700



いぶつはフルーツの産地

厚真町



壮瞥町



## そうべつくだもの村

「本当に美味しいフルーツを味わってほしい!」そんな思いを抱いた農家が集まる観光農園の村です。手間暇かけて育てた旬の味を、フルーツ狩りで満喫してみてください。  
7月上旬~10月下旬オープン



## ハスカップ狩り体験

ハスカップは、ビタミンCやアントシアニンがたっぷりのヘルシーフルーツ。栽培面積日本一の厚真町では、6月下旬から7月下旬にかけてハスカップ狩りが楽しめます。



旅の目的に♪人気店



洞爺湖町

## レークヒル・ファーム

羊蹄山の景色を眺めながら、自然素材にこだわった美味しいジェラートが食べられます。いろいろな味がセットになった、お持ち帰り専用のカップジェラートもおすすめ!

TEL.0120-83-3376

## レストランみやもと

安平町

ナチュラルチーズで有名な「夢民舎」の直営レストラン。チーズを贅沢に使ったメニューや、名物のカマンベールソフトクリームなど、チーズ好きにはたまらないお店です。  
TEL.0145-22-2131



## 花カフェ Aivalley

季節の花が咲き誇る「アイバレーの庭」と、アロニアやはちみつなどの地元食材を使ったスイーツやランチが人気のカフェ。自然に囲まれたのんびりとした時間が過ごせます。  
TEL.090-2077-4295  
5月~10月末オープン



伊達市



# 体験



ここでしかできないモノやコト、  
それを探しに。



## ボルタ制作体験 ボルタ工房

ボルタは、ボルトやナット、ワッシャーなどで作るユニークな人形です。100種類以上のボルタに会えるボルタ工房で、オリジナルのボルタを製作する体験はいかが? ※要事前予約 TEL.0143-47-8233

室蘭市

## 鉄のまちならでのモノづくり



### 鉄のものづくり体験 輪西八条アトリエ

室蘭市

ボルタ工房を運営するNPO法人テツプロでは、輪西八条アトリエで本格的な「鉄のものづくり体験」も実施。熱した鉄をハンマーでたたいてキーホルダーなどを作ります。※要事前予約 TEL.0143-84-5510

# 大自然の恩恵や脅威を知ろう

## 大湯沼川天然足湯

大湯沼から溢れ出した温泉で、川そのものが天然の足湯になっています。散策の途中で、自然の中で森林浴をしながら足湯が楽しめるなんて、ちょっと贅沢なひとときです。



登別市

原 祐二さん  
厚真町観光協会

胆振東部地震の被災現場を案内する被災地ツアーのガイドを担当。

厚真町



## 厚真町被災地ガイドツアー

胆振東部地震を経験したガイドが、土砂災害が大きかった北部山間部地域などを巡って解説するツアーです。災害からの復興やこれからの防災など、一緒に考えてみませんか。TEL.0145-29-7711

### ハイジの取材メモ

車にガイドさんが同乗して、胆振東部地震について教えてくれるツアーです。被害の様子を見ながら、発生当時から現在までのお話を聞くと、あの地震で何があったのがよくわかって、防災意識が高まりました。



室蘭市

## イルカ・クジラウォッチング

おだやかでエサが豊富な室蘭周辺の噴火湾は、イルカやクジラの観察ポイントとして知られています。海の生きものの姿を見に、所要時間約150分のクルージングへ出発! TEL.0143-27-2870



苫小牧市

西村 宏基さん

道の駅  
ウトナイ湖駅長

「また来なくなる道の駅づくり」をテーマに活動する3代目駅長。

## 道の駅 ウトナイ湖

国道36号線沿いにあり、アクセスも良い便利な道の駅。近くには野鳥観察できるウトナイ湖自然観察路や、湖を一望できるウトナイ湖展望施設もあります。TEL.0144-58-4137



# イベント



こんなお楽しみがあるから、  
また訪れたいくなる。

## 洞爺湖ロングラン花火大会

洞爺湖名物のロングラン花火大会。4月下旬から10月までの期間中の毎日、湖上や船から打ち上げられる450発もの花火を、温泉街や露天風呂から眺めることができます。



洞爺湖町



壮瞥町

## 昭和新山国際雪合戦

雪合戦を世界共通のルールで進化させたスポーツ雪合戦。専用の雪玉製造器やヘルメットも開発され、現在では「YUKIGASSEN」として世界に広がっています。

## 地獄の谷の鬼花火

温泉の護り神「湯鬼神」が、人々の無病息災と幸せを祈って「厄払いの舞」を披露し、豪快に手筒花火を打ち上げます。夜の地獄谷を彩るダイナミックな花火は迫力満点!



登別市

## 伊達武者まつり

勇壮な武者絵が描かれた「角山車」が市内を練り歩く「武者山車(だし)」や、甲冑騎馬武者による「武者行列」など、武家文化の伝統が残る伊達の夏の一大イベントです。



伊達市



白老町

## 白老牛肉まつり

青空の下で、白老牛をいただきます! 人気の黒毛和牛の丸焼きをはじめ、バーベキューやハンバーガー、会場限定の白老バーガーなど、ブランド牛の美味しさを堪能しましょう。

季節	市町名	イベント名	概要
春 (4月~6月)	豊浦町	いちご豚肉まつり	町の特産品「豊浦いちご」や「SPF豚」をはじめとする農水産物の即売会。ステージショーやもちまきも実施。
	厚真町	あつま田舎まつり	踊りのパレードや花火のほか、キャラクターショー、郷土芸能、特産品販売や草原焼き(ジンギスカン)など。
	洞爺湖町	TOYAKO マンガ・アニメフェスタ	温泉街がコスプレ会場に! コスプレパフォーマンスや痛車ミーティング、人気声優のトークショーなどを予定。
夏 (7月~9月)	室蘭市	むろらん港まつり	納涼花火大会やステージショー、室蘭ねりこみや総参加市民おどり、よさこいソーランなど様々な催しが開催。
	苫小牧市	とまこまい港まつり	花火大会や市民おどり、ポートカーニバルやマーチングパレードのほか、出店やステージイベントなど多彩。
	登別市	登別地獄まつり	閻魔大王のからくり山車や鬼みこし暴れねりこみ、鬼踊り大群舞、仮装鬼踊りコンテストなど迫力満点の祭り。
	むかわ町	むかわグルメフェスタ	むかわの特産品や地元食材を活かした「食」をメインとしたイベントです。
	伊達市	だて食のフェスティバル	地元食材を使用したメニューの提供や道内市町村PRのほか、伊達市ローカルイベントアトラクションも実施。
秋 (10月~12月)	壮瞥町	そうべつりんごまつり	町特産のりんごや新鮮野菜、とうや湖和牛などの販売、焼肉コーナー・軽食コーナーなど、秋の味覚を存分に。
	豊浦町	TOYOURA 世界ホタテ釣り選手権 団体戦	チーム内で竿をリレーし、3分間で釣り上げたホタテの枚数を競う世界大会。優勝チームには豪華賞品を贈呈。
冬 (1月~3月)	苫小牧市	とまこまいコスプレフェスタ	コスプレイヤーがあこがれる撮影スポットを市内各所で提供。道内外から大勢のコスプレイヤーが集結します。
	厚真町	スターフェスタあつま	冬の花火や干支の文字焼きをはじめ、餅まきのほか振舞酒やあつま汁を実施・提供。(ランタン祭りと同開催)
	登別市	登別温泉湯まつり	節分にちなんだ、湯鬼神による厄払い。温泉ならではの「源泉湯かけ合戦」では、会場が熱気に包まれます。
	洞爺湖町	洞爺湖温泉冬まつり	洞爺湖温泉の冬のお祭り。期間中は毎日20:30から花火が打ち上げられます。

各イベント・観光情報に関するお問い合わせ

- 室蘭観光協会 / 0143-23-0102
- 苫小牧観光協会 / 0144-34-7050
- 登別国際観光コンベンション協会 / 0143-84-3311
- だて観光協会 / 0142-25-2722
- 噴火湾とよら観光協会 / 0142-83-2222
- 洞爺湖温泉観光協会 / 0142-75-2446
- 洞爺まちづくり観光協会 / 0142-82-5277
- そうべつ観光協会 / 0142-66-2750
- 白老観光協会 / 0144-82-2216
- あびら観光協会 / 0145-29-7733
- 厚真町観光協会 / 0145-29-7711
- むかわ町観光協会 / 0145-47-2480



White

いぶりとキ

ほどよい寒さが楽しめる、それがいぶりの冬。

杜智町



オロフレキャンプ場

夏のキャンプ場が、冬には本格的なスキー場に変身！ファミリーからグループまで楽しめるバラエティ豊かなコースレイアウトで、スノーボードも全面滑走可能です。TEL.0142-65-2323

冬をもっとアクティブに！

洞爺湖町

雪遊広場

12月下旬から3月上旬にかけて、サイロ展望台にオープンするスノーワールド。ソリ遊びやスノーラフティング、四輪スノーバギーで洞爺湖の冬を熱く楽しもう！TEL.0142-87-2221



登別オフロードパーク

登別温泉郷から車で約10分。太平洋を望む自然の中で、夏は四輪バギー、冬にはスノーモビルを体験できます。爽快にスノーモビルで疾走した後の温泉は格別です！TEL.0143-88-3066

登別市



洞爺湖町

レイクトーヤランチ

冬の洞爺湖でホーストレッキングはいかが？雪道でもしっかり歩いてくれる馬に乗って、洞爺湖を見渡せる高台まで上がります。洞爺湖の眺めは冬もキレイですよ。TEL.0142-73-2455



白老町

ワカサギ釣り

ポロト湖の冬の風物詩といえば、初心者でも楽しめる氷上ワカサギ釣り。氷の穴空け道具を無料で貸し出しているほか、釣りざおやテントの有料レンタルもあります。



苫小牧市

オートリゾート苫小牧アルテン

北海道では珍しい通年営業のオートキャンプ場。敷地内には温泉があり、冬季期間はテントサイトの利用料金が半額になるなど、冬キャンプを楽しむならオススメです。TEL.0144-67-2222



いぶりとキ コラム

いぶりの産業観光

いぶりには、北海道を代表する工業都市である室蘭市と苫小牧市という、道内でも類を見ない工場地帯があります。国際拠点港湾に指定された港、工場、豊かな自然が幻想的な夜景を織りなしている環境のもと、工場夜景・見学ツアーといった産業観光が地域で盛り上がりを見せています。

※工場見学の詳細については各施設・工場にお問い合わせください

いぶりの五大遺産

未来につなげたい、胆振の宝物。

いぶりに揃っている、世界的にも価値のある地域資源を「いぶり五大遺産」と位置付けて、その価値や魅力を発信しています。

室蘭市 無料工場見学

①西いぶり広域連合
メルトタワー21(ごみ処理施設)
リサイクルプラザ(缶・ビン・ペットボトル資源化処理施設)
げんき館ベトル(余熱利用施設/プール・体育館)
[見学日時]月～金/9:00～17:00 ※講座体験は水曜日休、リサイクルプラザ工場は月曜日休
[所要時間]1時間30分(メルトタワー21及びリサイクルプラザ見学)
約1時間45分(上記プラスげんき館ベトル見学)
[申し込み]0143-59-0705

②株式会社キメラ(金型・金型部品製造)
室蘭市香川町24-16
[見学日時]月～金/9:00～14:00 ※土曜日希望の場合は問合せ必須
[所要時間]1時間
[申し込み]0143-55-5293

※他にも多数の工場・施設があります

▼詳細はこちら



胆振総合振興局



室蘭市の夜景

苫小牧市 無料工場見学

①王子製紙株式会社苫小牧工場(紙・パルプ製造)
苫小牧市王子町2-1-1
[見学日時]月～金/9:00～15:00 ※12:00～13:00は除く
[所要時間]1時間
[申し込み]0144-32-0451

②トヨタ自動車北海道株式会社(自動車製造)
苫小牧市字勇払145-1
[見学日時]月～金・祝(年末年始・GW・夏期連休は除く)
※一般工場見学の受入は休止中
[見学料金]無料
[申し込み]0144-52-3264

※他にも多数の工場・施設があります

▼詳細はこちら



苫小牧市



トヨタ自動車北海道株式会社



いぶり地形地質遺産 洞爺湖有珠山ジオパーク



いぶり歴史遺産 縄文遺跡群



いぶり古代遺産 むかわ竜



いぶり文化遺産 アイス文化



いぶり産業遺産 炭鉄港



# Doハイジと一緒に旅をしよう!

おすすめモデルコース

1泊2日

## Day 1 ウポポイから始まる! いぶり歴史・文化旅

Day 1

ウポポイ(民族共生象徴空間)[白老町] 見学 体験

ポロトミンタラ[白老町] お土産

ファームレストラン ウエムラビヨンド[白老町] 昼食

マザーズプラス[白老町] スイーツ  
TEL.0144-82-6786

大湯沼川天然足湯[登別市] 散策 体験

登別温泉[登別市] 宿泊

登別地獄谷[登別市] 見学

地獄谷「鬼火の路」[登別市] 見学 散策

アイヌ文化に触れて感じるひととき

白老牛を使った  
いろんなメニューが  
おいしい!

夜の地獄谷は  
とても幻想的

Day 2

登別温泉[登別市] 42分

イタンキ浜[室蘭市] 散策

旧室蘭駅舎[室蘭市] 見学

鉄のものづくり体験(輪西八条アトリエ)[室蘭市] 体験

道の駅みたら室蘭 くじら食堂[室蘭市] 昼食

北黄金貝塚公園[伊達市] 見学 体験

だて歴史文化ミュージアム[伊達市] 見学

## 大地の息吹を実感! ジオの恵みを楽しむ旅

1泊2日

Day 1

有珠山ロープウェイ[杜警町] 見学 散策

三松正夫記念館[杜警町] 見学

1977年火山遺構公園[杜警町] 見学 散策

フェニックス洞爺クラブ[洞爺湖町] 昼食  
TEL.0142-87-2781

北湯沢温泉[伊達市] 宿泊

ジオパークを空から撮ってきた!

Day 2

北湯沢温泉[伊達市] 17分

そうべつくだもの村[杜警町] 体験

namihey pizza[豊浦町] 昼食  
TEL.0142-82-4808

カムイチャシ史跡公園[豊浦町] 散策

すいじゃ[豊浦町] 昼食

インディアン水車公園[豊浦町] 見学

秋のおすすめ

春夏のおすすめ

紅葉の季節にも行ってみたい!

噴火湾とようら観光協会 田中 博子さん

ハーバルランチ[洞爺湖町] 体験  
TEL.090-1529-0438

花カフェ Aivalley[伊達市] スイーツ

スイーツとフルーツは裏切らない?!

秋にはインディアン水車公園で、観光協会によるガイドツアーを実施。ふるさとの川に戻ってくるサケの生体の不思議を学ぶことができます。(噴火湾とようら観光協会/0142-83-2222)



自慢したくなる! フォトジェニック旅

1泊2日

Day 1

樽前ガロー【苫小牧市】 見学



夏のおすすめ

海の駅 ぶらっとみなと市場【苫小牧市】 昼食

1時間11分(高速道路使用)

イルカ・クジラウォッチング【室蘭市】 体験

いい景色を見ながら  
んびり、ゆったり



1時間15分(高速道路使用)



地球岬【室蘭市】 見学

宮越屋珈琲 Mutekirou【室蘭市】 スイーツ

TEL.0143-27-0001

53分



とうや湖ぐるっと彫刻公園【洞爺湖町】 見学 散策



金比羅火口災害遺構散策路【洞爺湖町】 見学 散策



洞爺湖温泉【洞爺湖町】 宿泊

湖に映った花火も  
とってもキレイ!

Day 2

洞爺湖温泉【洞爺湖町】

アクティブに遊ぶ



洞爺湖カヌー体験【洞爺湖町】 体験

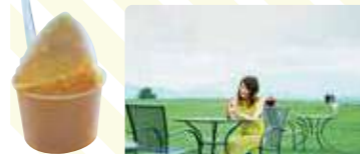


洞爺湖美術館【洞爺湖町】 見学



glass café gla\_gla【洞爺湖町】 体験

TEL.0142-75-3262



レークヒル・ファーム【洞爺湖町】 昼食



サイロ展望台【洞爺湖町】 見学

TEL.0142-87-2221

21分



有珠善光寺【伊達市】 見学

アートに触れる

オールシーズン

魅力いっぱい! 東いぶり満喫の旅

1泊2日

Day 1



穂別博物館・化石クリーニング体験【むかわ町】 見学 体験



道の駅 むかわ四季の館【むかわ町】 昼食



いっぶく堂・恐竜たいやき【むかわ町】 スイーツ

TEL.090-6877-2568

25分

観光は復興の  
チカラになります



厚真町被災地ガイドツアー【厚真町】 見学

ハスカップ狩り(季節限定)【厚真町】 体験



ハスカップカフェラボ【厚真町】 スイーツ

18分



こぶしの湯あつま【厚真町】 宿泊

TEL.0145-26-7126



ノースゲートイン アビラ【安平町】 宿泊

TEL.070-3641-0779

Day 2

安平町内



菜の花畑【安平町】 見学

<見頃>  
5月中旬~  
6月上旬



早来ゆきだるま郵便局【安平町】 見学



道の駅 あびらD51ステーション【安平町】 見学

レストランみやもと【安平町】 昼食

20分

思わず深呼吸  
したくなる絶景



道の駅 ウトナイ湖・ウトナイ湖自然観察路【苫小牧市】 見学 お土産

おみくじの結果!  
それは秘密です



樽前山神社【苫小牧市】 見学

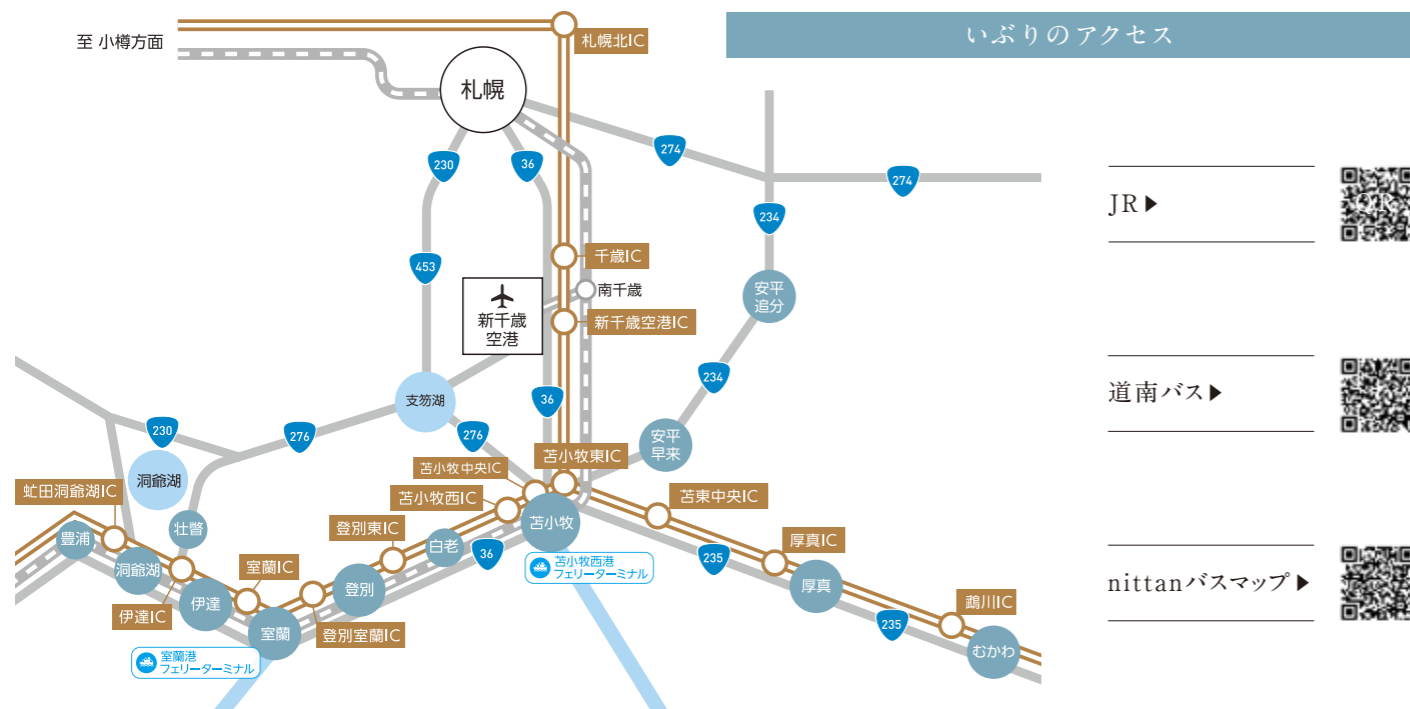
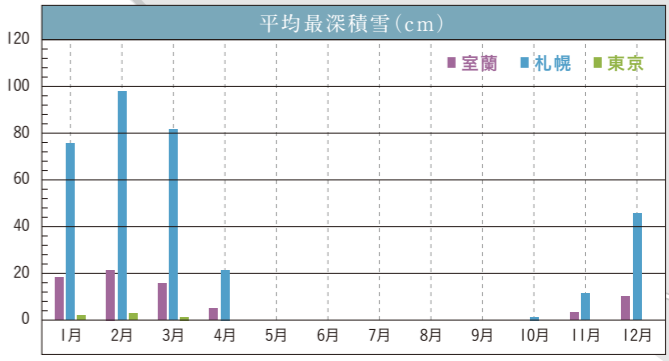
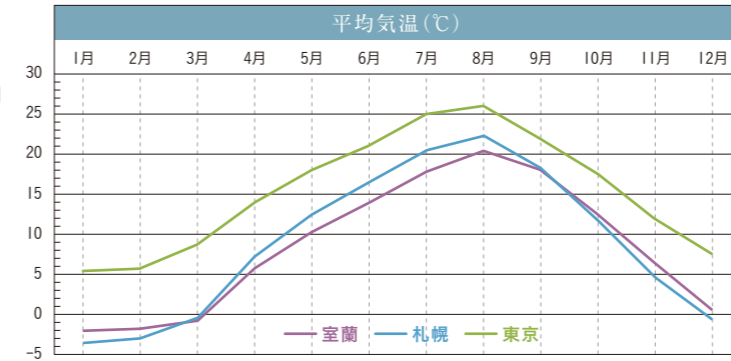
40分



ウポポイ(民族共生象徴空間)【白老町】 見学



# MAP



## HOKKAIDO IBURI 🐾

北海道胆振地域には4つの市と7つの町があります。それぞれに特徴があり、農業、漁業、製造業、観光業などがバランスよくそろっています。

夏は暑すぎず、冬は雪が少なめで過ごしやすい気候です。札幌市や新千歳空港にも比較的近いため、交通アクセスが良く移動も便利な地域です。

**いぶりの食と観光情報はこちら！**

北海道胆振総合振興局ホームページ

いぶりはこちらだワン！  
ぼくの形に似てるでしょ？  
いぶりが立ち上がって  
ぼくが生まれたんだ！

北海道胆振総合振興局PRキャラクター  
いぶりONE-Jr.