



THE WAY OF
**WEST
IBURI**

EXPERIENCE
MOTHER NATURE
AT WEST IBURI

發行:北海道登別洞爺廣域觀光圈協議會
<https://westiburi.jp/>

的 方 式
西 膽 振
北 海 道

自然
之旅

親身感受地球・
西膽振之旅
動身出發吧

親身感受地球  之西膽振地區 GUIDEBOOK

親身感受地球・ 西膽振之旅， 現正展開。

多次噴發的雄偉活火山、豐沛湧出的溫泉、優雅靜謐滿盈的洞爺湖。

西膽振地區位於北海道西南部，由 7 個市、町組成，在此地區，

您能以全身親自感受活躍地球活動所賜與的恩寵。

北方原住民愛奴一族，便對西膽振的自然恩寵心懷感恩，

並在悠長的歲月中，建構一套獨特的生活方式。

他們的歷史及文化至今仍在此片土地上生生不息，營造出一股神秘的情懷。

出發前往不斷活躍沸騰的大地。前往原住民愛奴族之魂棲息的聖地。



西膽振之旅

目次

- 03 室蘭市介紹
- 05 登別市介紹
- 07 洞爺湖町介紹
- 09 洞爺湖町介紹
- 10 洞爺&壯瞥 ZEROPOINT
- 11 白老町介紹
- 13 伊達市介紹
- 15 豐浦町介紹
- 17 示範路線
- 19 大力推薦！參觀體驗
- 20 大力推薦！美食
- 21 西膽振地區地圖

親身感受地球

室蘭

!



室蘭市當地介紹

位於北海道西南部的室蘭被稱為「鐵之城室蘭」，是北海道數一數二的工業都市。最近則以「工廠夜景」躍身觀光景點，備受關注。雖然室蘭給人強烈的工業印象，但亦有山有海，是一片被大自然環繞的土地，有許多在室蘭才能從事的活動、此處才看得見的絕景，各項體驗亦為觀光的重點。

西膽振之旅

在室蘭 親身感受地球



室蘭是乍看相反的兩項元素、「自然」及「工業」交融的獨特城市。

以下就為您介紹室蘭的熱門觀光景點。

! 釣魚聖地「室蘭」

<http://muro-kanko.com/visit/fishing.html>

在室蘭輕鬆釣魚

雖然是知名的工業都市，但室蘭也深受自然恩寵，是個全年都可釣到大瀧六線魚、岩魚的岩棲魚聖地。此處可釣到許多魚種，春天有鱈魚、其他季節還有鯖魚、無備平鮎、鈍頭杜父魚，吸引許多釣客前來。

為讓新手能輕鬆享受「室蘭釣魚」樂趣，當地提供乘坐遊漁船去釣魚、入浴、烹調漁獲的全包方案。附上釣魚常勝教戰手冊等詳細指南，用具亦提供全套出租，空手前往便可輕鬆釣魚。就請來好好享受能飽覽精彩風景並大啖新鮮漁獲的「室蘭釣魚」。



- 費用・航駛時間...〈上午班次〉1人 34,600 日圓 〈下午班次〉1人 22,100 日圓
※費用會隨乘船人數變動。不會與其他組客人同船，採 1 組人單獨搭船模式。
- 航駛期間...〈上午班次〉9:00~12:00 〈下午班次〉14:00~17:00
- 名額...2人起，最多 10人 (若僅 1人參加敬請洽詢)
- 所需時間...約 5 小時 (釣魚時間 3 小時)

相關洽詢 室蘭觀光推進聯絡會議「在室蘭輕鬆釣魚」事務局 (室蘭市經濟部觀光課)

電話 0143-25-3320 (受理時間 平日 9:00~17:00 / 公休日 六、日、假日)

電子信箱 kankou@city.muroran.lg.jp

! 北海道唯一產地「室蘭鵪鶉園」

<https://www.uzura.co.jp/>

鵪鶉園布丁製作體驗

此項罕見的體驗，能讓您在北海道唯一的鵪鶉園「室蘭鵪鶉園」，與悉心照料、營養滿分的濃郁「鵪鶉蛋」及北海道牛奶擁有一場奇蹟邂逅。

可依您需求客製「體驗」、「試吃」、「購物」等活動！



- 營業時間...9:00~17:00
- 直銷商店營業時間...10:00~16:00
- 公休日...全年無休

相關洽詢 株式會社室蘭鵪鶉園

電話 0143-55-6677

親身感受地球

登別



登別市當地介紹

登別市位於北海道西南部，形狀幾呈菱形。南邊面朝太平洋，其海岸線幾乎呈一直線，東邊則是登別漁港、俱多樂湖附近鄰近白老町，北邊則於 Orofure 山、來馬岳附近鄰近壯瞥町。位於支笏洞爺國立公園的核心，還有登別溫泉，是北海道數一數二的觀光都市，同時也是北海道最先進重工業地區、室蘭工業圈的延伸之一。

西膽振之旅

在登別 親身感受地球

登別溫泉的所在地、北海道數一數二的觀光都市「登別」。
接下來為您介紹登別的熱門觀光景點。

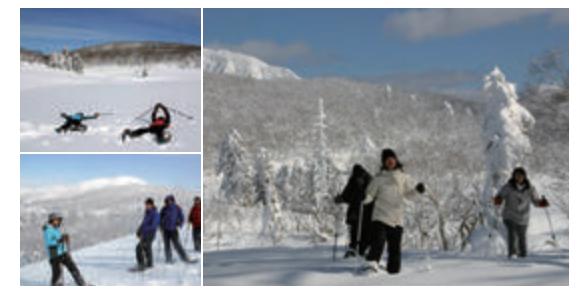


! 心曠神怡到令人無法言喻

http://gwc.noboribetsu.co.jp/?page_id=6179

冰凍森林雪地漫步之旅

登別的森林有一整片此處絕無僅有、由自然界創造的不可思議世界。不妨前往冬天的登別，在澄澈的藍天下體驗銀白世界。逃離日常的喧囂，奔向純白的世界吧。能欣賞到北海道壯闊的360度全景，還可從群山之間眺望遠方的洞爺湖、羊蹄山美景。
若想在積雪深厚的登別來場冬天漫步，建議穿上雪鞋，便能在積雪上順利走動。就來此擁有讓心靈激昂的感動。



- 費用...〈國中生以上〉8,000日圓 〈3歲~小學生〉5,000日圓
- 出發時間...〈上午〉10:30 〈下午〉14:00
- 名額...2人起，最多12人
- 所需時間...約150分鐘

相關洽詢 登別遊客中心

電話 0143-84-2200 (受理時間 平日 8:30~18:00)

電子信箱 contact@noboribetsu.co.jp

! 屬於大人的森林時光

<https://forestkouzan.org/special/river-trekking/>

森林礦山溯溪登山

碧綠澄淨的礦山小溪，深受男女老少各年齡層的喜愛。此行程將從中心出發，為您導覽步行10分鐘範圍內的景點。隨場地不同各有特色，有些地點較危險，體驗前請先確認溯溪注意事項。



相關洽詢 登別市自然中心森林礦山

電話 0143-85-2569 (受理時間 9:00~17:30 / 公休日 週一、歲末年初 從12月29日到1月3日) 電子信箱 kouzan@npo-momonga.org

親身感受地殼

洞爺湖



洞爺湖町當地介紹

洞爺湖町位於北海道南部，於2006年3月27日由虻田町與洞爺村合併，重新組成「洞爺湖町」。東邊鄰接伊達市、壯瞥町；北接豐浦町，是個有湖泊（洞爺湖）、山峰（有珠山）及大海（噴火灣）環繞且大自然豐饒的城鎮。以洞爺湖町為中心的地區亦是北海道氣候最溫暖的地區，有「北海道的湘南」之稱，此處交通便利且有眾多觀光景觀，因此是北海道數一數二的觀光勝地。

西膽振之旅

在洞爺湖 親身感受地球

接下來為您介紹能近距離感受優美湖泊、驚心動魄火山等北海道活力十足大自然的觀光活動。



！當時的大地這樣活動！

<https://www.toya-usu-geopark.org>

2000年有珠山噴發斷層及火山口巡禮之旅

帶您巡遊形成村莊、道路的火山口。前往2000年將國道230號線掩蓋的噴發遺跡、鋪設枕木的散步道。還有在國道正中央造成巨大池塘、階梯式瀝青、留下的重機械等，此路線讓人在日常生活圈內，便能感受火山噴發的驚心動魄。



- 費用…〈大人〉13,200日圓 〈小孩〉9,000日圓
- 期間…4月下旬~11月中旬
- 名額…4人以上2名導遊、以下1名導遊。自由行等、熟悉旅遊（FAM Tour）以外費用需洽談。
- 所需時間…約3小時

相關洽詢 洞爺湖溫泉觀光協會（郵遞區號 049-5721 北海道虻田郡洞爺湖町洞爺湖溫泉142）

電話 0142-75-2446

！巡遊洞爺湖周圍地區最推薦的景點

<http://www.toya-guide.com/winter/3.html>

巡遊冬季的洞爺湖與絕景

不論是無限延展的雪原、能夠眺望洞爺湖的高台、矗立於湖畔的樹林以及清澈透明的湖水等，想要巡遊洞爺湖地區的各個景點、想要欣賞各種景色、想要拍出洞爺湖最美麗的照片……對於有這種想法的朋友，我們非常推薦本旅遊方案。*如果有攜帶照相機（行動電話所附的相機也可以）的話就能更進一步地享受旅行。也能夠瞭解如何拍出更棒的照片。



- 費用…小學生以上為9,000日圓 ※包括裝備租金、保險費與消費稅
- 期間…(12月中旬~3月下旬) 9:00~13:00~
- 名額…限定1組，人數為2~4人（如果只有1人仍想參加本方案的話，請與我們聯繫詢問）
- 所需時間…約3小時 ※請於參加日2天前的17:30前完成預約。

相關洽詢 洞爺導遊中心

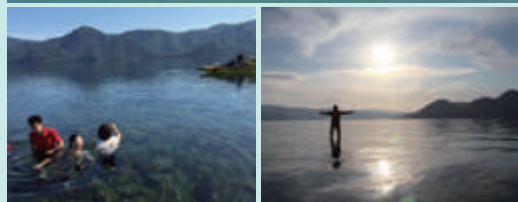
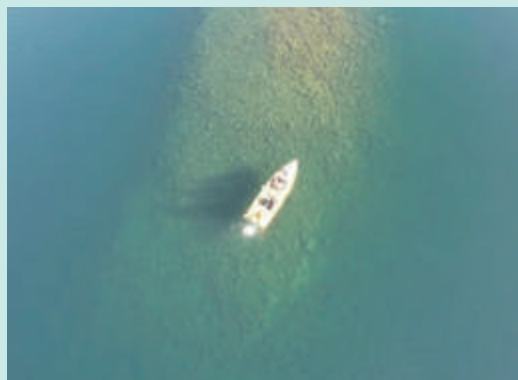
電話 0142-82-5002

WEST IBURI RECOMMENDATIONS

北海道奇跡絕景！洞爺湖 ZEROPOINT

沉入湖裡的火山「洞爺&壯瞥 ZEROPOINT」

洞爺湖是火山活動形成的「火口湖」。「火口」是指因火山活動而陷落的地形。而後因積存雨水而形成「火口湖」。洞爺湖的最深處約180公尺。站立在此景點看起來便好像站在湖面一樣，故人們稱此處為ZERO-POINT。水位會隨季節變化。清晨湖面多平靜安穩，也有很大的機會看到像烏尤尼鹽沼的風景。相反的，白天划獨木筏時則因陽光強烈，因此可以拍到像飄浮空中的照片。兩個時段都很精彩。



- 費用...〈前往欣賞湖面化火山頂之旅〉1天 10人 / 早晨 6:30~7:30 / 大人8,000日圓
- 名額...個人、多人、團體 1次 4人左右
- 所需時間...約 1小時



相關洽詢	有限會社 ARAMACHI	URL	https://sobetsu-kanko.com/
電話	0142-66-4200	電子信箱	toya.tyuoh@gmail.com

親身感受地獄 壯 瞥



壯瞥町當地介紹

當地生命力十足而美麗景觀的原動力，是來自約46億年前地球誕生時封存的熱能。洞爺湖、有珠山、還有奇蹟之山「昭和新山」，均是當地的寶藏。歷經多次噴發形成的活火山，帶來豐沛湧出的溫泉及沃土、豐盛食物等各樣恩惠，支撐著壯瞥町的生活、文化及產業。

！回顧歷史並了解在相撲界締造多項紀錄的大橫綱足跡

<https://sobetsu-kanko.com/spot/kitanoumi>

橫綱「北之湖」紀念館 壯瞥町鄉土史料館

在壯瞥町成長、是為故鄉驕傲的橫綱北之湖。此處歌頌著他的偉大功績，有尋訪他18年相撲生活足跡的展出品，並展出國技大相撲的變遷及歷史資料。

鄉土史料館自明治12年(1879)由前人於此地壯瞥町設立以來，已有一百二十多年，展出歷經嚴峻大自然及生活建構起來的鄉土歷史與風土。館中有重現開拓當初戰陣生活的住家，以及展出蝦夷鹿、蝦夷松鼠、狐狸、野鳥等當地動物的專區。



- 費用...成人250日圓 中小學生100日圓
〈團體客人價〉成人20人以上 200日圓 中小學生20人以上 80日圓
- 開館時間...9:00~17:00
- 公休日...12月至3月 ※如希望在公休日入館參觀的話，請事先與我們聯繫方可入館。

相關洽詢	橫綱「北之湖」紀念館 壯瞥町鄉土史料館
電話	0142-66-2201

親身感受地球

白老



白老町當地介紹

白老町幾乎位在北海道西南部、膽振綜合振興局轄區的正中央，南邊是太平洋、西邊是登別市、北邊是千歲市及伊達市大瀧區（原大瀧村）、東邊則隔著別別川鄰接苫小牧市。白老町的面積約是425.64平方公里。東西細長延伸。森林約佔本町面積的75%，是個大自然豐富，有山、有海、有河川、森林的恬靜城鎮。

西膽振之旅 在白老 親身感受地球

為您介紹能體驗白老特有
四季多樣風貌的觀光活動。



！北海道 No.1・大啖獲得最高榮譽的美味！採集原木香菇，一享口福！ <https://shiraoi.net/activities/lists/006/>

與當地農家共同 體驗採集白老町名產 「原木香菇」

桔梗原農園的原木香菇在北海道菇類評鑑會上獲得最高榮譽，此種香菇以口感及濃郁風味艷冠群芳。

此體驗活動會跟真正的農家上課後，前往採摘香菇，採摘碩大形美的香菇，感覺就好像在尋寶一樣！



■費用…大人1人：4,200日圓、小孩（6歲~12歲）：2,100日圓、幼童（未上小學）：1,000日圓
■名額…1~10人

相關洽詢 一般社團法人白老觀光協會（白老站前觀光導覽處）

電話 0144-82-2216

！在波羅多森林感受四季

<https://shiraoi.net/activity/>

波羅多森林導覽之旅

在波羅多森林中，感受四季並學習棲息在森林動植物的知識。可在真正的森林中，與專業導遊一起觀察、了解生活在此的愛奴人流傳下來、與大自然共生的智慧！是一趟在優美波羅多湖畔的快樂漫步之旅。



■費用…大人（3~6人）：5,300日圓、大人（2人）：7,900日圓
■名額…1~10人
※最晚請3天前預約。

相關洽詢 一般社團法人白老觀光協會（白老站前觀光導覽處）

電話 0144-82-2216

親身感受地球

伊達



伊達市當地介紹

北海道伊達市位在北海道西南部，處於北海道中心都市「札幌市」及「函館市」的中間，西北邊是有珠山及昭和新山、南邊則面向噴火灣（內浦灣）。此地為北海道內降雪量少、四季氣候溫暖的地區，故有「北之湘南」之稱。此處的北湯澤溫泉鄉亦名聞遐邇，每年吸引大批觀光客造訪。

西膽振之旅

在伊達 親身感受地球

伊達市位於北海道之南，面對平靜的大海「噴火灣」，接下來為您介紹能盡享「美食」、「旅遊」、「學習」的觀光景點。



！ 親身體驗、學習日本傳統文化的精彩

https://www.date-kanko.jp/?page_id=1100

藍染體驗

伊達歷史文化博物館設有藍染體驗設施「藍工房」。藍工房一次可供70人進行藍染體驗，是北海道內規模最大的體驗設施。指導員會以淺顯易懂的方式，仔細為您說明伊達自古流傳的藍染技法。

新手也能放心參加，可單獨或與朋友共同體驗。不妨就來體驗藍染，創造世界獨一無二的藍染作品。體驗藍染後，會請您直接將還沒乾的作品裝袋，返回自家進行定色作業後再使用。



■費用…〈擦手巾 (20×20cm)〉…………… 個人 500 日圓 / 團體 (15 人以上) 450 日圓
〈手帕 (45×45cm)〉…………… 個人 550 日圓 / 團體 (15 人以上) 500 日圓
〈頭巾 (60×60cm)〉…………… 個人 900 日圓 / 團體 (15 人以上) 800 日圓
〈T 恤〉…………… 個人 2,600 日圓 / 團體 (15 人以上) 2,600 日圓

■開館時間…9:00~17:00 ※受理時間為開館至 16 時

■休館日…每週一（週一若遇假日欲改休隔天、若為連假期則改休收假隔天）、歲末年初

■名額…1 人起

■所需時間…〈個人〉20~30 分鐘〈團體〉約 1 小時

相關洽詢 伊達歷史文化博物館
體驗學習館（原黎明觀）

電話 0142-25-1056

！ 採收當季蔬菜、大飽口福

<https://activity.date-kanko1.jp/program/data/p01/>

桐山農園蔬菜採收體驗 & BBQ

伊達市是北海道內數一數二的蔬菜產地，作物在市場上也擁有高度好評。桐山農園栽種許多量少、多品種且色彩鮮豔的珍稀蔬菜，可在此體驗當季蔬菜採收，並使用採收蔬菜及當地產的黃金豬來烤肉。

一邊聽著農園主人、桐山先生有趣的談話，一邊將當季蔬菜直接從土裡挖出，還可挖掘地瓜或直接從枝幹上摘取番茄。採收後，就在田裡直接網烤自己採收的蔬菜及伊達市的特產黃金豬，大快朵頤。以大鍋連枝煮的毛豆更是極品！

※可採收的蔬菜因季節而異



■費用…採蔬菜體驗：1 人 1,500 日圓、烤肉：1 人 4,000 日圓

■期間…7 月~10 月中旬

■名額…4 人以上（最多 10 人）

■所需時間…採蔬菜體驗：約 40 分鐘、烤肉：約 80 分鐘

相關洽詢 NPO 法人伊達觀光協會

電話 0142-25-2722 (9:00-18:00/公休日 每週月曜日)

！
親身感受地球

豐浦



豐浦町當地介紹

豐浦町位於道南膽振轄區的西邊，在氣候寒涼的北海道中相對溫暖。面向噴火灣（內浦灣）、向南大幅展開的海岸線陽光耀眼燦爛，並形成巨岩、斷崖變化多端且具生命力的景觀。豐浦北邊可眺望別稱蝦夷富士的羊蹄山及新雪谷連山，風光明媚，讓來訪的人心情放鬆、再次充電。

西膽振之旅

在豐浦 親身感受地球

接下來為您介紹擁有優美海岸線及山峰，四周還有洞爺湖溫泉、地質公園的豐富美食之城。



！從日本第一秘境車站「小幌站」搭 JR 前往豐浦站

<https://www.date-kanko.jp/>

祕境!!小幌海岸健行

穿過綠意蔥蔥的林道，前往供奉圓空雕刻之佛像的小幌洞穴。沿途有沿著沼澤急降的坡道，是條能欣賞絕景的路線。回程時體驗搭乘電車，「從小幌車站坐到豐浦車站」，取得證明書吧！



- 費用...〈國中生以上〉8,000 日圓 〈3 歲~小學生〉5,000 日圓
- 受理時間...〈5月~11月〉9:00~16:00 〈12月~翌年 4月〉10:00~16:00
- 名額...1 人起
- 所需時間...約 60 分鐘

相關洽詢 NPO法人伊達觀光協會

電話 0142-25-2722 (9:00~18:00/公休日 每週月曜日)

！無農藥栽培莓果農園

<https://berryfarm.jp/>

輕鬆烤肉 & 咖啡廳 & 採收體驗

豐浦莓果農園位於北海道豐浦町，是一座以藍莓為主的莓果採收農園及咖啡廳。可在附設的咖啡廳享用現焙咖啡、莓果甜點，並可兩手空空前來輕鬆烤肉等。廣大農園中，有小鴨及山羊，可在悠哉的空間中好好放鬆。



- 費用...輕鬆烤肉 〈國中生以上〉3,000 日圓 (未稅) ~ 〈小學生〉1,500 日圓 (未稅) ~ ☐ ※需預約
- 採草莓 〈小學 4 年級以上〉1,800 日圓 〈小學 1~3 年級生〉1,200 日圓
〈3 歲~6 歲〉1,000 日圓 (帶回家) 400 日圓/100g
- 採莓果 〈國中生以上〉1,800 日圓 〈小學生〉1,000 日圓 (帶回家) 500 日圓/100g
- 期間...輕鬆烤肉 11:00~16:00 (全年)
- 採草莓 5月下旬~ (約從 5 月上旬開始預約)
- 採莓果 10:00~16:00 (7 月下旬~)
- 咖啡廳 11:00~16:00 (黃金週開始營業)
- 所需時間...採草莓 60 分鐘 (採用約實際 50 分鐘後換人的輪替制。有預約者優先。)
- 採莓果 無時間限制

相關洽詢 豐浦莓果農園

電話 070-2689-7324



西膽振 示範路線

接下來，將為您介紹能從多種角度暢遊西膽振地區的示範路線。
除了北海道的招牌行程外，想必還會邂逅從未知曉的北海道。

路線 01 用五感體驗西膽振

室蘭 住宿路線

- 11:00 Itanki 海濱(鳴沙)**
行走時會發出「啾啾」聲的不可思議沙地。
- 11:50 地球岬・Tokkarisho 奇勝**
高度約 100 公尺 斷崖絕壁綿延形成的絕景!
- 12:40 室蘭咖哩拉麵@「味之大王」室蘭本店**
室蘭的心靈食糧!濃稠咖哩湯汁與細波浪麵形成絕妙搭配!
- 13:50 測量山觀景台【百層階梯】**
能將室蘭市盡收眼底、精采絕倫震撼力十足的 360 度大全景。
- 15:00 市立室蘭水族館**
除了企鵝遊行跟海獅秀外，只有此處能夠看到的深海魚「白斑光裸頭魚」也很受歡迎!
- 17:00 道之驛 MITARA 室蘭白鳥大橋紀念館**
眺望白鳥大橋的觀景勝地。夕陽沉入海中的美景無與倫比!
- 夜間遊船【日本十大工廠夜景】**
工廠夜景，搭乘遊船巡遊一周有白鳥大橋燈光秀的美麗室蘭港!
- 室蘭串燒**
碳烤豬肉、洋蔥搭配黃芥末的當地名菜美食!

17:00 室蘭市區住宿

路線 02 用五感體驗西膽振

伊達&登別 一日遊路線

- 9:45 於道之驛伊達歷史之森購物(伊達市)**
以伊達市的新鮮蔬菜為主，販售豐富的當地特產!只有這裡才能吃到的道之驛限定商品，亦不容錯過!
- 10:00 黎明觀藍工房【藍染體驗】黎明觀刀鍛冶工房參觀**
附設於道路休息站內。在北海道唯一的藍染生產地，參觀特有的藍染體驗及刀劍製作，體驗傳統文化!
- 12:30 於登別市區的溫泉街，品嚐登別間魔炒麵**
使用北海道產小麥扁麵、間魔大王指定醬汁、登別產近郊食材製作的當地微辣美食!可嘗嘗每家店不同的搭配!
- 13:45 大湯沼川天然足湯**
從登別溫泉源泉之一的大湯沼湧出，療癒身心的天然足湯。
- 15:15 登別地獄谷**
冒出蒸氣及硫黃味的爆裂噴發口遺跡。從湧出口及噴氣孔澎湃湧出熱泉的景象，震撼力十足!

16:00 踏上歸途...

路線 03 接觸火山的恩賜及自然之旅

壯瞥&洞爺湖 住宿路線

- 10:30 壯瞥公園觀景台(壯瞥町)**
可以洞爺湖為中心，將羊蹄山、昭和新山、有珠山盡收眼底的絕景地點。
- 10:50 壯瞥瀑布(壯瞥町)**
位於壯瞥川自洞爺湖匯出的地點，是洞爺湖唯一的自然匯出瀑布。
- 11:00 有珠山纜車(壯瞥町)**
單程約 6 分鐘，可飽覽噴火灣、羊蹄山、洞爺湖、中島遠景及下方的昭和新山 360 度大全景!
- 13:00 昭和新山熊牧場(壯瞥町)**
園中約有 100 隻北海道棕熊!可體驗餵食，近距離觀察可愛的棕熊!
- 13:45 採水果(壯瞥町)**
由壯瞥地區 18 間果樹園組成的觀光農園之壯瞥水果村。歡迎在不同季節來採收櫻桃、葡萄、蘋果、梨子等各種鮮美多汁的水果!
- 15:30 洞爺湖遊覽船【中島下船】(洞爺湖町)**
能搭乘遊覽船前往洞爺湖中央的中島，暢遊雄偉的大自然。

住宿 17:00 洞爺湖溫泉或壯瞥溫泉

洞爺湖長期煙火觀賞

長達約半年，點亮洞爺湖夜空，正如其「長期」之名的煙火大會。

洞爺湖住宿就選這兒!

路線 04 接觸火山的恩賜及自然之旅

洞爺湖&豐浦 一日遊路線

- 10:00 在洞爺湖畔租腳踏車(洞爺湖町)**
洞爺湖周遊雕刻公園、洞爺湖訪客中心(火山科學館)、北海道洞爺湖峰會紀念館。就到展出 58 座雕刻的湖畔雕刻公園、能了解有珠山噴發歷史並感受當時樣貌的火山科學館、各國元首實際造訪北海道洞爺湖展開高峰會的紀念館等走走!
- 豐浦漁港散步(豐浦町)**
豐浦町是噴火灣帆立貝的養殖發祥地。可近距離參觀名產帆立貝、新鮮海產，以及現場競標!
- 12:20 洞爺水之驛休息站(洞爺湖町)**
推薦來此一邊欣賞洞爺湖絕景，一邊品嚐讚美鳥龍麵!
- 13:30 支笏洞爺國立公園筒倉觀景台(洞爺湖町)**
能將碧綠閃耀的洞爺湖、中島、有珠山、昭和新山等處盡收眼底的絕景地點。商店的「超濃郁優酪乳」也很受歡迎。
- 14:30 秘境車站小幌站(豐浦町)**
有「日本第一秘境車站」之稱，能到達的交通工具有鐵道，是極為稀有的車站。
14:52 豐浦站出發... 15:13 抵達小幌站... (停留小幌站) ... 15:44 小幌站出發... 16:02 抵達豐浦站
- 16:15 到豐浦休息站購物(洞爺湖町)**
販售豐浦產的蔬菜、加工品及水產。嘗嘗炸帆立貝或草莓霜淇淋等美食，放鬆一下!

16:00 踏上歸途...

大力推薦！參觀體驗



就來搭乘能從海上欣賞室蘭風景勝地、震撼力十足的遊船，
或挑戰日本傳統文化等日常生活中無法經歷的珍貴體驗吧。



室蘭市

僅提供日文服務

需要預約

鐵製鑰匙圈製作@輪西八條工房

將燒熱的鐵敲打成形，製作專屬自己的獨創鑰匙圈吧！鋼鐵之都室蘭的特有體驗。

相關諮詢

noord design
電話:0143-84-5510



室蘭市

僅提供日文服務

建議事先預約

室蘭遊船

能乘坐前往賞鯨、賞豚或巡遊室蘭風景勝地的遊船，以及夜間工廠遊船之旅。
※5人以上開航

相關諮詢

Star Marine 株式會社
電話:0143-27-2870



登別市

日文、英文

僅湯之花製作體驗需預約

大湯沼川天然足湯散步、湯之花製作體驗

盡情享受流自大湯沼的天然溫泉足湯。亦可參與在溫泉街的湯之花製作等各式體驗課程。

相關諮詢

登別機車中心
電話:0143-84-2200



豐浦町

日文、英文

需要預約

漁港散步

與導遊一同在漁港散步。學習帆立貝等魚貝類的知識，近距離參觀氣勢逼人的「競標」。

相關諮詢

(一社) 噴火灣豐浦觀光協會
電話:0142-83-2222



壯瞥町

僅提供日文服務

需要預約

採水果

可採摘蘋果、葡萄、梨子、櫻桃等當季新鮮水果。推薦時期為9月~10月。

相關諮詢

壯瞥水果村事務局(團體預約專用)
電話:0142-66-2333
※恕不受理採草莓相關諮詢。



伊達市

僅提供日文服務

需要預約

大雄寺(禪坐、茶道體驗)

在寂靜中閉上雙眼，正視自己的心，體驗培養專注力的禪坐！

相關諮詢

NPO法人伊達觀光協會
電話:0142-25-2722



白老町

僅提供日文服務

需要預約

白老町的木雕熊製作體驗

多種方案可供選擇，作品可以當天帶回家，也可以上色完畢幾天後再寄送給您。

相關諮詢

體驗工作室克魯波克魯
電話:0144-82-2366



洞爺湖町&壯瞥町

僅提供日文服務

需要預約

洞爺湖划艇體驗

在廣闊的湖上划船，親身感受水的透明度、湖畔的綠意之美，以及親自划艇的樂趣吧。

相關諮詢

洞爺遊客中心
電話:0142-82-5002



大力推薦！美食

強烈推薦白老牛、室蘭串燒、北寄貝及柳葉魚等膽振特有的美食！
！就來大啖魅力十足的當地美味！

室蘭市

室蘭串燒&室蘭咖哩拉麵

「室蘭串燒」將豬肉、洋蔥烤到軟嫩，再塗上各店的秘傳醬汁，大快朵頤。緊接味噌、鹽味、醬油，北海道第四種風味的「室蘭咖哩拉麵」都是市區必吃極品。



登別市

登別間魔炒麵

使用北海道小麥扁麵，配上微辣醬汁，搭上當地食材製成的在地炒麵。請到溫泉街及市區餐廳嘗嘗！



洞爺湖町

洞爺湖赤毛和牛

在洞爺湖茁壯生長的赤毛和牛！多餘脂肪很少，富含機能性成分。

相關諮詢

洞爺市集
電話:0142-75-3833



壯瞥町

壯瞥的水果、番茄

除了到「壯瞥水果村」摘水果外，還可品嚐蘋果派及義式冰淇淋。前往「道之驛壯瞥情報館」獲取相關資訊！



白老町

白老牛

北海道具代表性的黑毛和牛品牌「白老牛」。除了牛排外，亦建議嘗試漢堡排或涮涮鍋！



伊達市

伊達蔬菜

可在市區餐廳、道之驛休息站買到在溫暖氣候及肥沃土壤上栽種的新鮮蔬菜。



豐浦町

帆立貝

生長於噴火灣的新鮮帆立貝體積碩大又甘甜十足。可在「天然豐浦溫泉海潮」等鎮上餐廳吃到。



