

春夏秋の体験ガイド

阿寒摩周・釧路湿原という2つの国立公園・厚岸霧多布昆布森固定公園に囲まれ、北海道でも有数の自然を感じられるところ。自然散策や乗馬、カヌーなど豊富な体験メニューが楽しめます。

カヌー・ラフトポート



釧路川、別寒辺牛川、阿寒湖などで楽しむことができます。ガイドの指導で安全に、ゆったりとした時間をすごしてください。

乗馬



釧路湿原や摩周湖周辺、シーサイドなど、豊かな自然の中で豪快に楽しめるのが乗馬。馬の上からの景色はきっとりとこころにはじめて馬に乗る人も、ガイドがレクチャーします。

釣り



白糠海岸でのあきあじ釣りなど豪快な海釣りのほか、阿寒湖では50cmオーバーの金色に輝くアマメスなど、迫力あるレイクフィッシングを楽しむことができ、多くのリピーターが生まれています。

自然散策



湿原や湖の周辺を歩いてみよう。地元ガイドの案内があれば、見逃しや珍しい野鳥や昆虫の存在、野草の名前を教えてください。

酪農体験・食品加工・漁業体験など



乳牛の世話や酪農製品の加工など、まさに北海道ならではの体験ができる施設がたくさんあります。



登山

地元ガイドを利用し安全・快適に登山を楽しみましょう。夏季でも冷え込むことがあり、油断は禁物。装備はしっかりと阿寒湖温泉に近い雌阿寒岳は日本百名山のひとつであり、家族連れでも楽しめるコースとなっています。また、阿寒湖では阿寒湖発でサポートタクシー付きのライドツアーもあります。

ガイド付きサイクリングツアー

地元ガイドとともに、厚岸湖や別寒辺牛湿原など厚岸の大自然を自転車であつくりと楽しめます。

無人島ツアー

霧多布湿原の目元にある無人島「ケンボッキ島」は花と野鳥の宝庫。ガイドの案内で散策することができます。

キャンプ

各地にキャンプ場・オートキャンプ場があります。ルールを守り上手に利用しましょう。夏季でも夜から早朝にかけては冷え込みます。寒さ対策は万全に!



管内のキャンプ場・オートキャンプ場

名 称	住 所	問 い 合 せ 先	営 業 期 間 の 目 安
① 釧路市山花公園オートキャンプ場	釧路市阿寒町下込11-37	0154-56-3020	6月~10月20日
② 阿寒湖畔キャンプ場	釧路市阿寒町阿寒湖温泉5-1	0154-67-3263	6月~9月
③ 阿寒自然休養村野営場	釧路市阿寒町上阿寒22-34	0154-66-3810	4月~10月
④ 音別町憩いの森キャンプ場	釧路市音別町茶安別	01547-6-2231	4月29日~11月3日
⑤ 連古武野オートキャンプ場	釧路市連古武65-2	0154-40-4448	5月~10月
⑥ キトウシ野営場	釧路市大字昆布森字末止臥	0154-62-2193	6月~10月
⑦ 愛冠野営場(筑紫恋キャンプ場)	厚岸町筑紫恋2番地	0153-52-6627	7月~9月
⑧ 霧多布岬キャンプ場	浜中町湯沸41番地	0153-62-2111	6月~10月
⑨ MO-TTOがてて 浜中町中山間活性化施設	浜中町裏66番地	0153-64-3000	4月下旬~10月下旬
⑩ 塘路元村キャンプ場	標茶町塘路	015-487-2172	5月~10月
⑪ シラト口湖キャンプ場	標茶町字茅沼		2019年~休業中
⑫ 多和平キャンプ場	標茶町上多和	015-486-2806	5月~10月
⑬ 虹別オートキャンプ場	標茶町虹別690-32	015-488-2550	5月~10月
⑭ RECAMP和琴	弟子屈町字屈斜路和琴		4月末~10月末
⑮ RECAMP砂湯	弟子屈町字屈斜路砂湯	ネット予約のみ	4月中旬~11月末
⑯ RECAMP摩周	弟子屈町桜丘2丁161-1	ネット予約のみ	4月上旬~1月上旬
⑰ つるい村民の森オートキャンプ場	鶴居村字雪登69番地	0154-64-2114	7月~8月末日
⑱ 鶴の里キャンプフィールド	鶴居村下段呂	0154-65-2225	群衆祭~10月(除雪済)

※利用の詳細は、お問い合わせください。

レンタサイクル

名 称	住 所	電 話 番 号	営 業 期 間 の 目 安
釧路市民活動センターわごと	釧路市末広町3-1(ステルパーク1F)	0154-22-2232	4月~10月(予定)
連古武オートキャンプ場	釧路町字連古武65-2	0154-40-4448	5月1日~10月末日
くしろバス(株)浜中出張所	浜中町湯沸446-2	0153-62-2913	日曜・祝日・冬季休業
霧多布湿原ナショナルトラスト	浜中町仲の浜122	0153-62-4600	6月~10月
プロウ3&8001	標茶町塘路駅内	015-487-2118	5月~11月末日
鶴居村HOTEL TAITO	鶴居村鶴居西1-5	0154-64-3111	5月~11月(予定)
阿寒観光汽船	釧路市阿寒町阿寒湖温泉1-5-20	0154-67-2511	冬季休業
鶴雅オートキャンプベースSIRI	釧路市阿寒町阿寒湖温泉4-6-10	0154-65-6276	
釧路観光コンシエルジュ	釧路市2-1(ツタ-ツタ-ビル)隣 B44号	0154-31-1996	5月1日~10月末日
サイクルガレーシアPZ	釧路市鶴居5丁目鶴居ユタカビル1F	0154-65-6554	4月~10月

※利用の詳細は、お問い合わせください。

くしろの野の花



ヒオウギヤメ(6~7月)

赤紫色の花を咲かせます。別名「湿原の貴婦人」といわれる原生花園あやめヶ原(厚岸町)では約30万株の大群落が見られます。



ワタスゲ(6~7月)

霧多布湿原(浜中町)などで見られます。



クシロハナシノブ(6~8月)

別名「湿原の貴婦人」といわれる米河期の遺存種。



エゾカンゾウ(7~8月)

湿原などで見られ、オレンジ色の花を咲かせます。



エゾカラナデシロ(6~8月)

海岸の草花でよく見られ、可愛らしいピンクの花を咲かせます。



ハマエンドウ(6~8月)

海岸の砂地に群生します。8月頃に淡紅の花を咲かせます。花が終わると実を付けます。



ハマナス(8~9月)

海沿いの砂地に群生します。8月頃に淡紅の花を咲かせます。花が終わると実を付けます。

冬の体験ガイド

冬こそ!! アウトドア



カヌー

釧路川の一部では真冬もカヌーを楽しめます。カヌー上からしか見ることのできない景色があります。



スターウォッチングツアー

厳しい寒さの中でこそ、星は美しく輝くことを知っていますか? 専門ガイドの案内のもと、星空観察を楽しみましょう。ただし、十分な防寒対策を忘れずに!



釣り

阿寒湖や塘路湖、別寒辺牛川などでは、氷に穴を開けて釣りが楽しめます。ワカサギやチカは群れで湖を回遊するので、大当たりもあるかも?



スノートレッキング

阿寒湖周辺・摩周湖周辺、厚岸町では原生花園あやめヶ原などで、専門ガイドが案内するツアーがあります。スノーシューをつけてふかふかの雪の上を歩くのは、得難い体験です。

釧路市立博物館・釧路市湿原展望台・釧路市丹頂鶴自然公園
釧路市動物園・釧路市阿寒国際ソルセンター

90日間有効
55
げん55パス



- 湿原に関する有料公共施設5つを5日間限定で、お得価格でご利用いただける「しつげん55パス」です。
- 通常大人で2,500円の入館料が、1,030円でご利用いただけます。
- 各施設の窓口でお買い求めいただけます。

くしろの冬は、北海道の中でも雪が少なく、また晴天が続くのが特徴。雪や氷に覆われた真っ白な湿原、結氷した川や湖。厳しい寒さの中でこそ楽しめることがたくさんあります!



SL冬の湿原号

2000年1月から運行されている冬の湿原号。蒸気を上げ力強く走るSLは、大人にも子供にも大人気!

- 運転区間/釧路～標茶
- 期間/1～2月(予定)
- ※ 運転区間や期間は変更される場合があります。



スキー・スノーボード・スケート

ウィンタースポーツの定番のスキー・スノーボード・スケートを楽しむ事ができます。

冬のロングランイベント



あいすランド阿寒&冬華美

結氷した阿寒湖の上でスノーモービルや4輪バギー、ワカサギ釣りなどが楽しめます。夜には湖上で毎晩花火が打ち上げられます。

- 場所/釧路市阿寒町阿寒湖温泉
- 期間/あいすランド阿寒 1月上旬～3月下旬
冬華美 2月上旬～3月上旬
- 時間/お問い合わせください。
- TEL/0154-67-3200
(NPO法人阿寒観光協会まちづくり推進機構)

釧路総合振興局産業振興部
商工労働観光課では、HPにて
釧路管内の体験型観光の紹介と
イベント情報を発信しています。
詳しい情報は、こちらから!!

くしろ8市町村
体験観光ガイド



くしろのイベント情報
「くしろよろしく」



タンチョウスポット 情報



タンチョウは日本一大きな鳥で、特別天然記念物に指定されています。見る時は、「給餌場やねぐらには入らない」「驚かせない」「フラッシュで撮影しない」などマナーを守ってください。

MAP 15 鶴見台 P29マップ➡

MAP 16 鶴居・伊藤タンチョウサンクチュアリ P29マップ➡

暖かい館内から望遠鏡でタンチョウを観察することができます。

- 開館/9:00～16:00
- 定休日/祝日を除く火・水曜日(10/1～3/30)
- 休館日/4～9月・12/26～1/1・3/31
- TEL/0154-64-2620
- ホームページ/http://park15.wakwak.com/~tancho/



MAP 21 釧路市丹頂鶴自然公園 P35マップ➡

約20羽のタンチョウを飼育。5、6月頃には可愛いヒナが見られることもあります。

- 開館/9:00～18:00(冬期変更あり要確認)
- 定休日/無休(年末年始を除く)
- 料金/高校生以上480円・小中学生110円
- TEL/0154-56-2219
- ホームページ/http://www.kushiro-park.com/publics/index/72/



MAP 22 釧路市阿寒国際センター「ガラス」 P35マップ➡

ツルの保護と研究のための施設で展示も充実。11月～3月は野外飼育場で人工給餌を行います。

- 開館/9:00～17:00
- 定休日/年中無休
- 料金/高校生以上480円・小中学生250円
- TEL/0154-66-4011
- ホームページ/https://aiccruss.wixsite.com/aiccruss

くしろの鳥たち



タンチョウ

日本最大の鳥。特別天然記念物に指定されています。保護活動により徐々に数が増えています。



クマガワ

アイヌ語でチプタ・チカップ(舟を彫る鳥)と呼ばれ、また道に迷った時に道案内してくれる神とも言われています。天然記念物。



シマフクロウ

世界最大級のフクロウで天然記念物。翼を広げると2mにもなる。釧路市動物園で見られます。



エゾフクロウ

羽角のない丸顔で目の黒いフクロウ。木の樹洞に巣をつくります。



オオハクチョウ

秋になるとシベリアから来て、一部は不凍結の河口や湖沼などで越冬します。



ノゴマ

全長約15cmで夏季に繁殖のため草地や低木林に飛来します。



オオワシ

天然記念物。冬渡来し、海岸や河口で生活し魚を主食としています。天然記念物。



エゾムシクイ

全長約11cmで褐色味のある白い羽毛で覆われます。斜面の地上の窪みなどに巣を造ります。



オジロワシ

冬、千島などから渡来し、名前の通り尾羽が白いのが特徴の海鷲。



キビタキ

全長約14cmで雄は水仙の橙色や黄色を思わせる体で、明るく大きな声で鳴きます。



シマエナガ

全長は12~14cmと、スズメよりも小さく、日本最小級の小鸟です。



アオサギ

湖沼や河川に渡来する夏鳥で、水域近くの林にコロニーを作って営巣します。

くしろ、何着てく?

夏のファッション



帽子

以外と強い紫外線。帽子や日焼け止めがあると安心。



長袖の上着

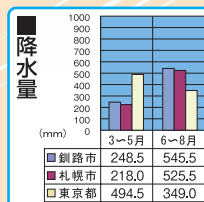
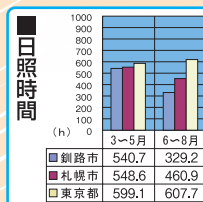
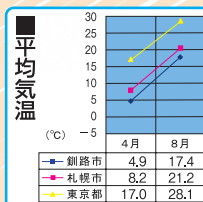
日後は、一気に肌寒くなる釧路。1枚準備が必要です。



虫除けスプレー

湿原散策などアウトドアを楽しむときは、事前にひと吹きを。

■夏は涼しく、過ごしやすいのが特徴。



夏の風物詩・海霧

(資料:気象庁 気象統計情報 平成30年3月~8月データ)

南風に押し上げられた暖かく湿った空気が、海上で急激に冷やされることで発生します。夏のくしろ太平洋側は、すっぽりと霧に包まれる日が続きます。

冬のファッション



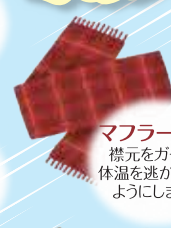
暖かい帽子
耳が隠れるものを。



手袋
濡れても平気なものが便利です。



防寒靴
靴底に「滑り止め」のあるものを。



マフラーなど
襟元をガード、体温を逃がさないようにします。



カイロ
衣類に貼るもの、靴用など使い分けを。



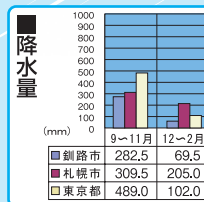
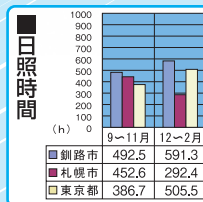
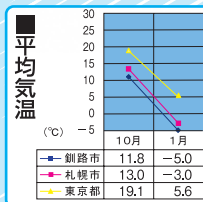
重ね着

外は氷点下でも、室内は暖房がガンガン効いています。体温調節できるよう、重ね着がおすすめ。



下着、靴下など
暖かく軽い高機能下着が便利です。靴下は重ね履きを。

■冬は北海道のなかでは雪が少なく晴天が続く、過ごしやすい地域。



(資料:気象庁 気象統計情報 平成30年9月~平成31年2月データ)