



このパンフレットはサマージャンボ宝くじの収益金を活用して作成しています。

ACCESS

士別

士別市経済部商工労働観光課
北海道士別市東6条4丁目1番地
TEL 0165-23-3121

士別観光協会
北海道士別市西2条5丁目
TEL 0165-29-2225

【新千歳機場出發】

開車 2小時30分鐘 搭電車 3小時

【旭川機場出發】

開車 1小時10分鐘 搭電車 旭川機場至JR旭川站搭巴士40分鐘、JR旭川站搭電車約1小時10分鐘

和寒

和寒町公所産業振興課
北海道上川郡和寒町字西町120
TEL 0165-32-2423

和寒町觀光協會
北海道上川郡和寒町字西町18
TEL 0165-32-2341

【新千歳機場出發】

開車 2小時15分鐘 搭電車 3小時

【旭川機場出發】

開車 1小時 搭電車 旭川機場至JR旭川站搭乘巴士40分鐘、JR旭川站搭乘電車40分鐘

劍淵

劍淵町公所社區營造觀光課
北海道上川郡劍淵町仲町37番1號
TEL 0165-34-2121

劍淵町觀光協會
北海道上川郡劍淵町綠町7番1號
TEL 0165-34-3848

【新千歳機場出發】

開車 2小時30分鐘 搭電車 3小時

【旭川機場出發】

開車 1小時10分鐘 搭電車 旭川機場至JR旭川站搭巴士40分鐘、JR旭川站搭電車1小時

幌加内

幌加内町公所商工商工觀光課
北海道雨龍郡幌加内町字幌加内4699番地
TEL 0165-35-2122

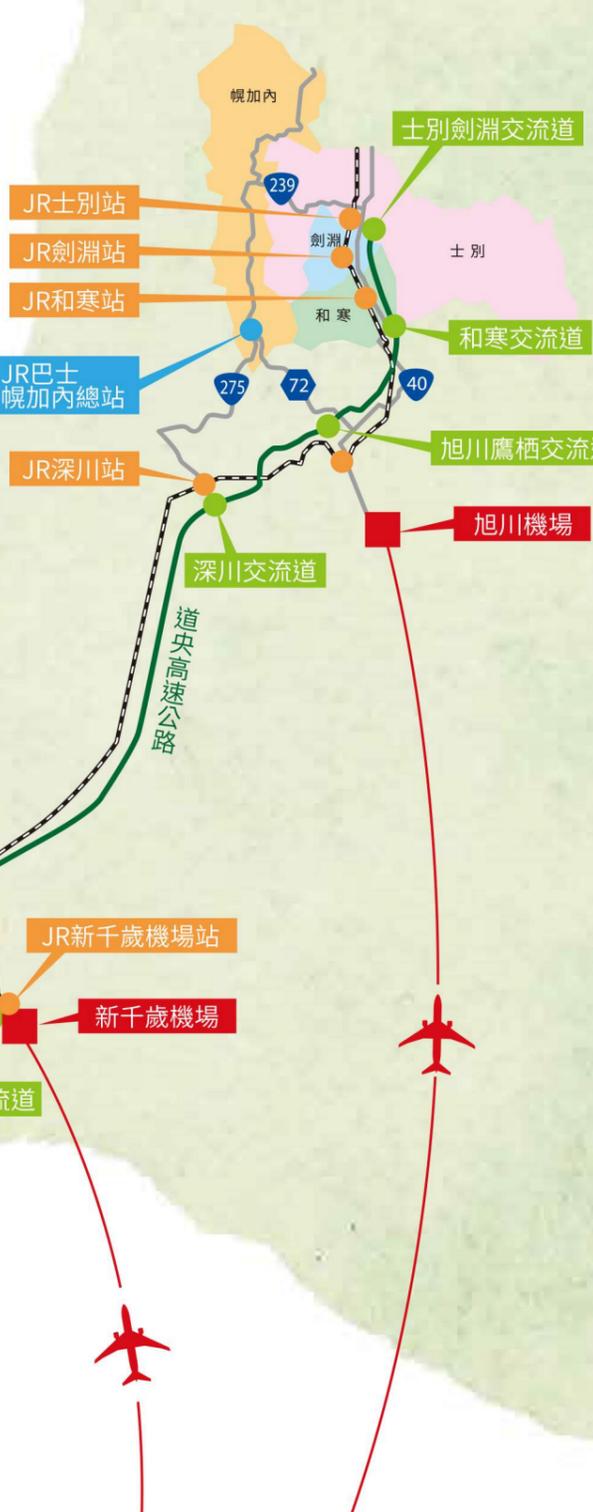
幌加内町觀光協會
北海道雨龍郡幌加内町字幌加内交流廣場内
TEL 0165-35-2380

【新千歳機場出發】

開車 2小時30分鐘 搭電車 新千歳機場至JR深川站搭電車1小時10分鐘、JR深川站至幌加内搭巴士75分鐘

【旭川機場出發】

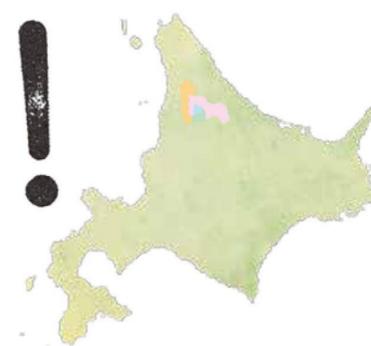
開車 1小時20分鐘 搭電車 旭川機場至JR旭川站搭巴士40分鐘、JR旭川站至JR深川站搭電車20分鐘、JR深川站幌加内搭巴士75分鐘



- 東京(羽田、成田)至新千歳機場1小時30分鐘
- 東京(羽田、成田)至旭川機場約1小時40分鐘

Slow Trip!

Shibetsu Wassamu Kembuchi Horokanai



士別 × 和寒 × 劍淵 × 幌加内

緩慢、悠閒、療癒之旅



※上列の移動時間、僅為概估數值。所需時間會依交通狀況等變動，敬請見諒。 ※本誌資訊以刊登當時現況為依據，資訊內容可能有更動，敬請見諒。

降霜前夕的越冬高麗菜與即將收割的毛豆田，其鮮綠的色澤與廣闊的藍天相互映襯，構成和寒美麗的日常風景。

「What's some」看似窮鄉僻野，卻又有些許樂趣

和

寒

因南瓜種植面積為日本第一而聞名的「和寒町」，擁有南丘森林公園和三笠山自然公園等豐富的自然環境。在美麗的湖泊進行的獨木舟、釣魚，以及在大自然中進行的森林浴及公園高爾夫等活動，都能讓人忘卻時間的流逝，充飽能量。每年10月中旬會舉辦代表著「南瓜故鄉·和寒」的「南瓜嘉年華」，以及農產品現場銷售會及超大南瓜展示等各種活動。



- 1 「鹽狩嶺紀念館」是復原作家三浦綾子舊宅的建築物。裡面展示當時執筆「冰點」這本小說時所用的房間，還有與「鹽狩嶺」小說、電影相關的資料等。
- 2 夫婦岩位在從市區往西南約9公里，標高333公尺的山頂上。是由1200萬年前火山活動時噴發的熔岩冷卻後凝固而成。因能保佑家庭圓滿、子孫滿堂，成為人們心靈的依歸而備受敬仰。



GOURMET

- 3 和寒的南瓜耕作面積為日本第一。夏天時盛開的黃花也相當美麗。
- 4 使用和寒町產南瓜製成的甜派，為低甜度的人氣商品。「美洲南瓜派」6入972日圓(含稅)
- 5 大量以和寒特產南瓜入菜的「南瓜懷石」料理。能品嚐到口味變化豐富的南瓜料理。
- 6 從雪裡挖出的越冬高麗菜，擁有令人驚艷的鮮甜滋味。



用全身肌膚感受大自然的美好!!

【全日本投球比賽】
比看誰能最快把100顆球投入籃框的計時競賽活動。



【南丘森林公園】
在景色夢幻的湖邊，也能享受獨木舟的樂趣。



【夏季蔬菜收成體驗】
能以BBQ的方式，吃到自己親手採採的蔬菜。



【遊步道】
這是條以鹽狩嶺為起點的遊步道。沿途有各種動植物和夫婦岩等，能親身體感豐沛的大自然。

STAY

【鹽狩之宿 (Shikari Hütte)】
佇立在森林之中，能望見火車的住宿設施。從主人親手打造的獨棟小木屋，即可望見JR宗谷本線的鐵道，恣意享受拍照樂趣!



住址：和寒町字鹽狩503番地2 TEL: 0165-32-4600

「繪本之館」藏有3萬冊的世界繪本與800件的繪本原畫。是處能讓大人、小孩都樂在其中的「夢幻空間」。裡面放入了10萬顆木製圓球的「木之沙丘(木球池)」也十分受歡迎。

在繪本的故鄉 享受如夢境般的假日

劍

淵

於1988年組成的「繪本的故鄉·劍淵共創會」，不僅以繪本作為社區再造的題材，其獨特性也引起話題。從此「劍淵町」便成了「繪本的故鄉·劍淵」，名聲享譽全日本。同時，以前一年度出版的繪本為對象的獎項「劍淵繪本的故鄉大賞」，也獲得了熱烈的迴響。由8~9月間造訪繪本之館的來館者進行投票來決定得獎的作品。此外，這裡也被選為電影「ZINZIN」的拍攝舞台；這是一部於2013年由演員大地康雄氏擔綱企劃及主演，描繪人心的善良與親情的感人之作，蔚為話題。



- 1 「瞭望之丘」是電影「ZINZIN」的外景地。從這裡俯瞰的景色，堪稱絕景。360度的寬闊視野充滿北海道風情，美景盡收眼底。
- 2 在「VIVA羊駝牧場」可以與可愛的羊駝們互動。也有販賣玩偶及使用羊駝原毛製成的圍巾等多種伴手禮。



GOURMET

- 3 「可樂餅咖哩飯」750日圓，搭配使用紫色馬鈴薯「Shadow queen」做成的可樂餅。可以在道之驛站內吃到。
- 4 這是每天會在道之驛「繪本的故鄉·劍淵」出爐的名物麵包。提供約40種口味的現烤麵包。
- 5 銷往全日本的「GOTO燻製」，招牌為煙燻雞、燻雞和煙燻肝等商品，不使用防腐劑和保色劑。
- 6 在劍淵這片大地所種植的各種新鮮蔬菜。皆可在道之驛的農產品直營店購得。



露營、公園高爾夫和溫泉的奢華體驗!



【繪本的故鄉 家族旅遊村露營區】
正前方可清楚看見櫻岡湖全貌。還可以到附近泡溫泉，消除旅遊的疲憊。



【櫻岡公園高爾夫球場】
裡面設有2種不同的球道，有使用丘陵地形打造的正規「台地球道」，以及能全家共樂的「湖畔球道」。



【劍淵溫泉】
有附設三溫暖的天然溫泉。泉質為單純溫泉(弱鹼性低張性低溫泉)。



【山頂兜風遊】
若要登上羊駝牧場的最高點，也很推薦搭乘一路吹著風兜風前往的發財車!沿途景色也很棒。

STAY

【劍淵溫泉湖畔櫻岡】
(溫泉飯店)
這裡是處能飽覽四季美景，並與大自然對話的場所。夏季時，可在環湖步道散步或騎單車漫遊；冬天時還可享受釣公魚的樂趣。



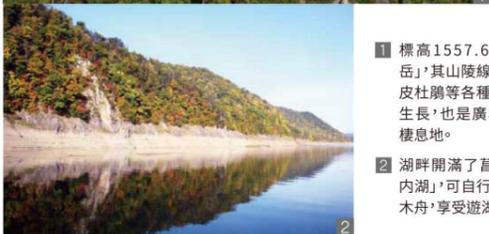
住址：劍淵町東町5141番地 TEL: 0165-34-3100



「羊與雲之丘」裡有超過100隻羊放牧其中。透過餵食體驗，能讓您盡情地與羊兒們互動。在寬廣草原中，享受療癒人心的美好時光。

無比療癒的牧羊小鎮

士別



- 標高1557.6公尺的「天鹽岳」，其山麓線一帶可見到牛皮杜鵑等各種高山植物自然生長，也是廣為人知的鼠兔棲息地。
- 湖畔開滿了菖蒲花的「岩尾內湖」，可自行攜帶小船或獨木舟，享受遊湖樂趣。

「士別市」市內共飼育1100頭以上薩福克品種綿羊。在「羊與雲之丘」，不僅可在觀光牧場內直接與羊兒互動接觸，還有以羊毛為材料的手作體驗，以及羊咩咩脫毛秀、牧羊犬趕羊秀等各種活動。市內的餐廳，也能吃到使用士別產羊肉烹調的在地原創料理；歡迎蒞臨盡享這好吃、好玩又好看的薩福克羊樂園吧！

GOURMET

- 這是在「養羊之家 餐廳」販售的「士別產烤羊肉定食」。這裡有在眼前現烤的熟騰騰羊肉，鮮嫩多汁讓人飽口福。
- 使用士別薩福克羊肉做成的原創菜色「羊肉山藥丼」，在「士別inn翠月」可以吃到，為一種用食材表現出士別四季美景的珍品丼飯。
- 被譽為羊肉中最高等級的「士別薩福克羊」，以適當的油脂分佈及軟嫩的肉質為最大特色。
- 作為伴手禮也十分受到青睞的「薯麻糬」和「南瓜麻糬」。推薦可與成吉思汗烤肉一起烤著吃。



好看又好玩的薩福克羊體驗活動！



【牧羊犬趕羊秀】
可近距離欣賞牧羊犬與羊兒在大地奔跑的場景。



【羊咩咩脫毛秀】
在觀眾眼前快速俐落地為綿羊剃去一身厚毛。也有提供剃毛體驗。



【羊毛手工藝體驗】
使用士別產羊毛為材料，可以進行染色、紡紗、織布、針織和羊毛氈等手作體驗。



【農用卡車搭乘體驗】
大夥可坐在農用卡車上，隨車遊覽參觀羊與雲之丘的風光。

STAY

- 【士別inn翠月】
四季美景環繞的休憩空間。能讓身心得到釋放，重新充滿能量。
住址：士別市南士別町1871-21 TEL: 0165-29-2233
- 【士別格蘭大飯店】
提供使用當季食材的旬味佳餚及士別產薩福克羊肉的料理。
住址：士別市東3條6丁目 TEL: 0165-23-1234
- 【美乃湯溫泉飯店】
提供豐沛的天然湧泉及舒適的放鬆時光。
住址：士別市大通東17丁目3143番地215 TEL: 0165-29-2611



欣賞、製作、品嚐！日本第一的蕎麥體驗！



【朱鞠內湖畔露營區】
有獨木舟及營火等活動，能盡享徜徉在大自然之中的露營樂趣！沖涼間及投幣式洗衣機等設備也很齊全。



【幌加內蕎麥道場】
在日本第一的蕎麥產地，體驗手打蕎麥麵！須事先預約，詳情請來電洽詢。
TEL 0165-35-2369



【蕎麥麵快食比賽】
這是幌加內當地每年的例行活動。由男性們比看誰能最快吃完5盤的蕎麥涼麵！



【幌加內町新蕎麥祭】
於8月下旬~9月上旬的週六日舉辦。活動內容包含觀賞、品嚐、體驗，能飽嚙蕎麥的美味！

STAY

【湖畔小屋】
朱鞠內
在此可邊欣賞湖景，度過悠閒愜意的時光。能飽覽大自然美景的晚餐也很有人氣。

住址：幌加內町朱鞠內 TEL: 0165-38-2029



有著你我心中追尋的美好

幌加內



- 種植面積為日本第一，才能有如此壯觀的蕎麥田絕景。一直延伸至山腳下的景色，宛如「白色地毯」。近似夏日雪的蕎麥田景色，絕對值得一見。
- 「三頭山」為北海道百大名山之一。從山頂放眼望去可將暑寒別岳連峰及利尻富士、大雪及天鹽等山岳盡收眼底。

南北總長有63公里，地形十分狹長的「幌加內町」，共擁有三項「日本第一」的頭銜：「蕎麥種植面積及收穫量日本第一」、「擁有日本最大的人造湖『朱鞠內湖』」和「創下日本最低溫紀錄-41.2度」。其中，名聲享譽全日本的蕎麥，是從1970年代實施減反政策時(戰後減少白米生產量的政策)，作為稻米的替代作物而開始著手種植的。到了1980年，種植面積成了日本第一。現在的種植面積有3,400公頃，產量也超過了2,900公噸。來到「日本第一」的蕎麥故鄉，就好好品嚐一下絕品蕎麥麵的美味吧！

GOURMET

- 在產量日本第一的蕎麥故鄉所吃到的蕎麥麵，滋味果真名不虛傳。在鎮內可以享用到使用當地蕎麥粉製成，各店引以自豪的蕎麥麵。
- 朱鞠內湖的公魚，是令道產子味感感動的一級美食！(道產子：特指在北海道出生的人)
- 營養價值高的「蕎麥蜂蜜」。散發獨特香氣與黑糖般的甜味。
- 町內的原種蕎麥品種「honominori」，穀香十足順口美味。

