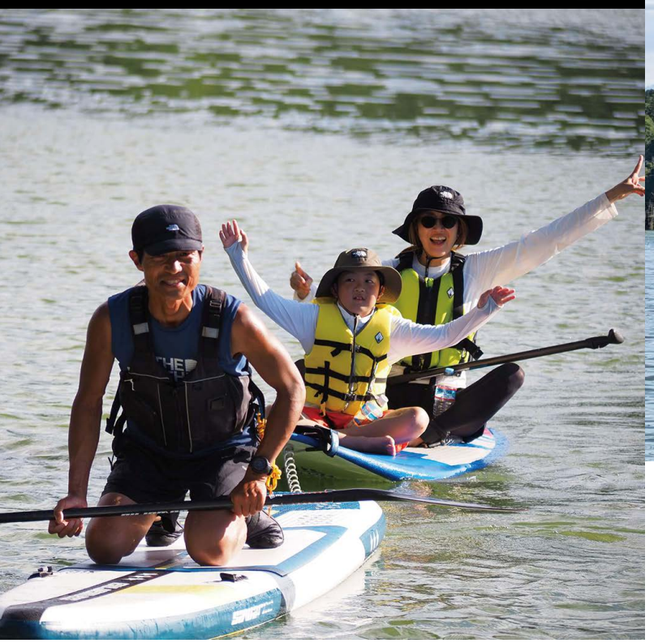
RUMOI
留萌

「北海道の左上」アウトドアフィールドガイド

裏面 手描きマップ付



「北海道の左上」アウトドアフィールドガイド　～たくましさを育む楽しさがここにある～

「北海道の左上」にようこそ！ここは訪れる人のまだ気づいていない「たくましさ」が見つかる、育てるフィールド。
自然空間、マチの佇まい、過ごす時間、出会う人からの刺激、楽しみながらもいつのまにか自分の中の「たくましさ」に気づくその瞬間を体感してみてください。「北海道の左上」アウトドアフィールドガイドが「たくましさを育むあなたの道しるべ」となりますように！

サイクルルート北海道 コミュニケーションサイトをご存知ですか？

WEBサイト「サイクルルート北海道」は、サイクリングルートの道路及び周辺施設と、気象情報の提供、サイクリストとのコミュニケーション機能をもった利用者参加型の情報発信・コミュニケーションサイトです。北海道を世界水準のサイクリングフィールドに一緒に作り上げていきませんか？

サイクルルート北海道【公式】

9 オロロンラインサイクルルート ルート全長 145km

道の駅るもい サイクリストウェルカムキャンペーン 2025

実施期間 2025年（令和7年） 6/3(土)~9/28(日)

「るもいのお菓子」をプレゼント！

サイクルルート 留萌黄金岬コース

9

詳細情報をチェック！

留萌のアウトドア 道の駅るもい【公式】

オロロンラインサイクルルート～留萌市～

増毛町から続く「オロロンラインサイクルルート」。海沿いから一転、国道２３２号市街地を抜けて小平町へ向かうルートは交通量が多いですが、市街地の観光施設や休憩スポットに立ち寄りながら楽しめるルートです。他に、田園風景や留萌ダムを巡る「留萌川ルート」、潮風を感じる「留萌黄金岬ルート」もあります。

SUP（スタンドアップパドルボード）

注目のウオータースポーツといえば、SUP。ボードの上に立ち、パドルを漕いで水面を進むアクティビティです。留萌市内のSUPポイントをご紹介しましょう！海辺のSUPポイントなら浜中海浜公園。駐車場やトイレも海のすぐそばにあります。海だけではなくダム湖でも期間限定でSUPを楽しむことができるのが、留萌ダム（留萌市幌糠地区）です。詳しくは、道の駅るもい観光コンシェルジュデスクへ。

詳細情報をチェック！

留萌のアウトドア 道の駅るもい【公式】

キャンプ場

留萌市内の個性的な3つのキャンプ場をご紹介！ゴールデンビーチるもいはファミリーにも人気です。黄金岬キャンプ場は日本の夕陽百選に選ばれた夕陽を眺めることができます。神居岩総合公園内のキャンプ場は温泉施設に近く、緑豊かなエリアです。

留萌観光協会 キャンプ場情報

アウトドアフィールドへの出発点！ 道の駅るもい

詳細情報をチェック！

レンタサイクル 道の駅るもい【公式】

レンタサイクル　moecle & e-moecle

手ぶらでサイクリングを楽しみたい方に便利なレンタサイクルです。道の駅るもいのほか、旧留萌駅（JR）近くにある「お勝手屋萌本店」でも貸出中。
また、サイクリストのための無料工具も完備。
観光コンシェルジュデスクへどうぞ。

レンタルライフジャケット

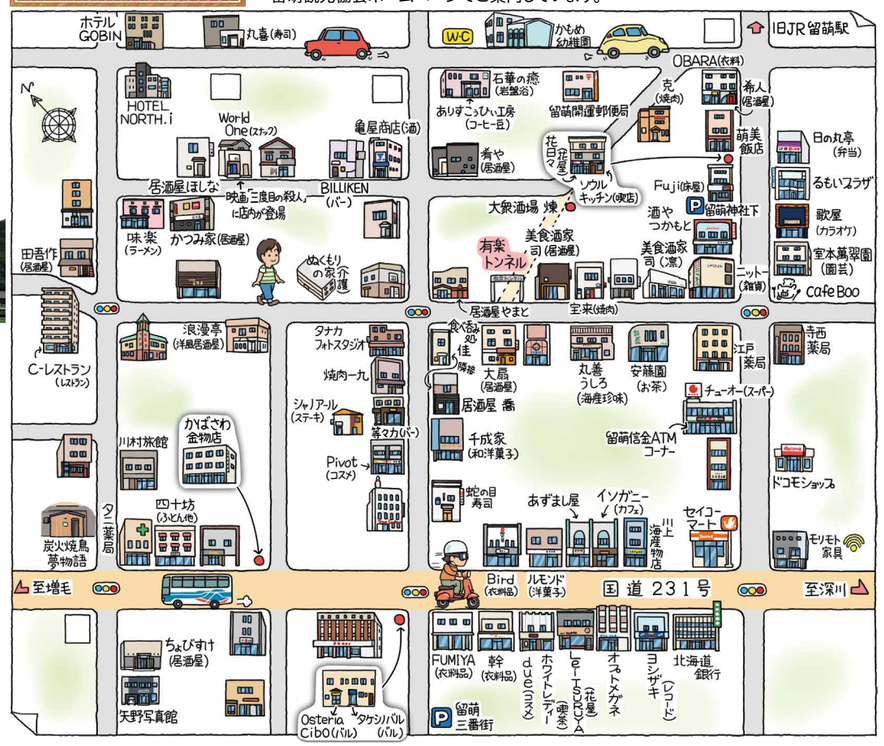
SUPや釣りの安全確保にお子様のライフジャケットも道の駅でレンタル可能！

多目的な芝生広場

道の駅るもいには広々とした芝生広場、パークゴルフ場、ドッグランがあります。フィンランド発祥の人気スポーツ「モルック」や各種遊具、パークゴルフ用具や犬用フリスビーなどを無料で利用できます。

るもい市街中心部詳細

※市内飲食店・宿泊施設などの情報は留萌観光協会ホームページでご案内しています。



日本海オロロンライン（国道232号）

ここまで来れば！ るもい。

留萌管内 1市6町1村 +2島

留萌管内市町村間距離／時間

天塩	
↓	19.3km（約22分）
遠別	
↓	22.4km（約22分）
初山別	
↓	19.9km（約21分）
羽幌	
↓	7.4km（約8分）
苫前	
↓	32.3km（約33分）
小平	
↓	13.7km（約20分）
留萌	
↓	16.9km（約24分）
増毛	

オロロンライン サイクルルート＆キャンプ場 デジタルスタンプラリー

スマホでスタンプ集めて抽選で豪華賞品をGET!

開催期間 2025年（令和7年） 7/5(土)~9/23(火・祝)

対象スポットへ行くだけでスタンプGET！

参加無料・登録不要

www.rumoiclub.net/orosta/

オロロンまっぷ 留萌版全９種類 ダウンロード版 はこちら！

公式サイト www.rumoiclub.net

各マチのマップがつながるよ。

「北海道の左上」アウトドアフィールドガイド
【発行・編集】留萌観光連盟 事務局
〒077-0005 北海道留萌市船場町2丁目
㈱エフエムもえる内　TEL0164-42-3871

掲載内容は2025年7月現在のものです。詳細は留萌観光連盟へお尋ねください。

留萌市

るもいし

オロロンまっぷ 7/8

Scenic Byway シニックバイウェイ北海道 萌える天北オロロンルート

るしんふれ愛パーク

道の駅るもい周辺

みなと オアシスるもい

道の駅るもい

・船場公園管理棟 24h WC
・観光コンシェルジュデスク
・むさし家(そば)

屋内交流遊戯施設 ちゃいるも

・ルモカフェ
・お勝手屋萌 道の駅店

モルック

チャレンジショップ

スマートモデュール

アウトドア・アクティビティ拠点施設(建設中)

大型P

国道231号

エフエムもえる 76.9MHz

無料アプリで・スマホで聞けちゃうよ。HPをチェック

萌っこ春待里(3月上旬)

萌っこばんばレース

神居岩公園

二十一世紀桜の丘

キャンプ場

管理棟

パークゴルフ場

ホテル神居岩

産業廃棄物処理センター

旧幌糠小学校 幌糠農業・農村支援センター

至 北竜町

留萌ダム

あかね薬局

サツドラ

オカモト(GS)

深川留萌自動車道

留萌幌糠IC

留萌自動車学校

留萌大和田IC

SUP体験会

※開放日についてはHPをご覧下さい。

あおぞら薬局

市立病院

中華料理味道

アーガマン(ネパール料理)

麺や雅

留萌IC

そば処祥園

パチンコひまわり

コインランドリーカラフル

DCMホーマック

水産加工団地

ラーメン萌

セイコーマート

陸上自衛隊留萌駐屯地

緑ヶ丘小学校

留萌ブックセンター

マックスバリュ

モダ石油

au

留萌中学校

コインランドリー

アポロステーション

ローソン

留萌高校

沿岸バス

富山整形外科

旧JR留萌駅

レトロなインテリア

ローソン

喫茶キタノ

駅前市場

駅前通に並ぶ市民の台所

・長田鮮魚店
・鈴木かまぼこ店
・白鳥精肉店
・ぷろぺら

出来たて美味しいよ

駅前交番

駅前海栄(ラーメン)

この先直進⇒観光案内所

ビジネスホテル光陽館

ときよし食堂

沿岸バス待合所

大判焼

光陽館

名物 豚(ぶた)ちゃん焼

旧JR留萌駅周辺

国道232号

留萌川

Love River るもい川まつり(8月中)

留萌川

開発事務所

Sweet House のんのん

保健福祉センターはーとふる

ラーメン山岡家

高砂公園

オロロンライン眼科

羅妃焚(ラーメン)

トヨタレンタリース留萌店

セレモニーホールほそかわ

ほっともっと

COOPさっぽろ

カントリーサイン

市立図書館

お祭り

るもい呑涛(どんとう)まつり

夏の風物詩!

やん衆あんどんパレード

リード石油

Aコープルピナス

JAるもい

ホクレンSS

歩道橋

留萌振興局

ほっとスペースHug(喫茶)

消防署

警察署

ツルハ

カラフル(コインランドリー)

モスバーガー

セブンイレブン

イエローハット

東光小学校

「米パスタ」千望高校の生徒の発案で製品化

「ルル・ロッソ」留萌産小麦を100%使用のパスタ

お土産にいかが

かずのこ

豚ジスカン

カズチー

本漬糠にしん

KAZUMOちゃんグッズ

フタバ製麺

yukyuk(レンタルスペース)

Coffeeハウス久里

ハート薬局

たけうち内科

つぼハ

ENEOS

コーヒーハウスbloom

開道寺

尺例

Wi-Fiスポット

「けあらし」スポット

貸自転車「moecle(モエクル)」の貸出し場所

LOVE vegetable Tanaka

ドッグランもあるよ

富山整形外科

大東旅館

ブラン(パン)

米粉ピザ 留萌産の米粉使用

道内でも珍しい健康交流施設

るもい健康の駅

ゲオ

ジャイアンツ(パチンコ)

ソフトバンク

サッポロドラッグストア

高麗館(韓国料理)

一久庵(菓子)

にしんパイ

永福寺

泉町公園

やん衆にしんづけ

旧JR留萌駅

きしはた鮮魚店

カサイ(園芸)

喫茶コンパス

わたべ整形外科

にしきどう花園市民斎場

北海道電力(株)留萌ネットワークセンター

お食事処波乃家

留萌信金本店

アポロステーション

パチンココンパル

浄化センター

留萌浄化センターパークゴルフ場

※映画「三度目の殺人」にホームが登場

夢Cafe

お勝手屋萌(観光案内所)

ファーストスポーツ

プチ情報②

掟ポルシェさん

留萌出身の著名人

Curry ZION

クレープ屋YUMMY!!

加藤水産

プチ情報①

留萌出身の著名人

森田公一さん

留萌駅の駅弁

にしん親子弁当

留萌駅の名物駅弁が食べられるよ♪

パークゴルフ場

田中青果

田中青果やん衆にしんづけ

錢丸眼科

ピレネー山屋パン

留萌駅前大通り

みつばちハウス(ライダーハウス)

開運だるま通りの看板

街灯

てんてつバス直売所

中央バスターミナル

ENEOS

花結(仏具)

わたなべクリニック

IF やぶ金(そば)

すき家

SL(D613)の車両展示

日本で唯一現存するD61

るるもっぺ憩いの森

見晴公園

ファイヤーバーグ

留萌市文化センター

日本海眺望スポット! 夜景や雲海も!

千望台

海抜180m

ハートランドカフェ

マサリベツ望洋の森

井原水産・直売店

るしんふれ愛パーク

留萌セントラルクリニック

広見屋旅館

留萌記念病院

セブンイレブン

大沼ベニヤ

富丸

荒磯鮨

勤労者体育センター

留萌市中央公民館

留萌市スポーツセンター

「ルルモッペ大橋」全長76m、主塔の高さ30mの斜張橋

道の駅るもい

ちゃいるも

アウトドア・アクティビティ拠点施設(建設中)

ローソン

WEST TOWN

旅館福広館

a.k.KISHI(衣料)

かなもり(印章)

まごころ屋(弁当)

田中クリーニング

サカエヤプラスワン(自転車)

留萌神社例大祭 7月16日~18日

通称シベリア団地

見晴球場

道幅が狭くなる

千望台まで上り坂約1km

何を見ているのかな

五十嵐億太郎像「留萌港開発の父」

港北小学校

各施設の情報は「道の駅るもいHP」を今すぐチェック!

J-VOX

デジャヴ(イタリアン)

Y.Sドリーム

丸喜寿司

市街中心部の詳細は裏面を見てね!

留萌神社

法國寺

ツルハ

光明寺

宮園教会

本妙寺

葉のおざき

港南中学校

浜中運動公園

白鳥建設工業

ホテルGOBINⅡ

留萌元町郵便局

新屋マリン漁協

留萌地方卸売市場

竹寿司

友禅(しゃぶしゃぶ)

ホテルニューホワイトハウス/メルカート

三億園(焼肉)

myu(バー)

R-inn(ホテル)

小平町

ラ・ポーズ(喫茶) 1Kmほど北

通称「ダイバー君」

石倉倉庫群

ろうきん留萌支店

留萌信金中央支店

飛鳥(喫茶)

日栄会館(旅館)

聖パウロカトリック留萌教会

コスモ補聴器センター

居酒屋将軍

三泊風車 1kmほど北

「赤灯台」平成9年にモニュメントとして移設された

「松浦武四郎踏査の碑」

留萌港

けあらし撮影ポイント

温水プールぷるも

玉村菓子

セイコーマート

北洋銀行

正覚寺

留萌小学校

真照寺

沖見郵便局

留萌税務署

小鳥交通

セイコーマート

セブンイレブン

聚福寺

礼受牧場

喫茶トリム

新美せともの

るもい体験交流施設 海に山に(民泊施設)

法泉寺

開発建設部

巡視船ちとせ

留萌館(旅館)

留萌郵便局

留萌市役所

ワークマンハウス(宿泊施設)

国道231号

「波灯の女」高さ6.6m 手にするLEDは5kmまで届くという

カレー大将

留萌港湾合同庁舎

留萌港湾事務所

みなぎこころクリニック

感応寺

放課後等デイサービスUPward

海岸沿いのサイクリングは気持ちいいよ

DZマート

ヤマト運輸

直売所

浜本商店(水産加工)

増毛町

村社厳島神社

ゆるやかな上り 暑寒別岳がきれいに見えるヨ

漁師の店直売所

佐賀番屋

三船殉難の碑

高橋灯台のモニュメント(実物の1/2)

海のふるさと館

留萌の歴史や自然などが学べる。展望ラウンジあり

プチ情報③

るもい浜焼き by 観光協会

【三大スポット】
・礼受牧場
・海のふるさと館
・ゴールデンビーチるもい

ゴールデンビーチるもい

礼受漁港

Seaside House Bravo!

喫茶ウィング

オレンジハウス

夕凪

岬食堂

イ・モール(海の家)

留萌出身の音楽家!「若者たち」の作曲者

佐藤勝の歌碑

波濤の門

黄金岬

けあらし撮影ポイント

日本海

ルート表示

国道231号線

国道232号線

道道、市道 他

オロロンラインサイクルルート

※留萌川ルート(地域ルート・おすすめスポット)詳しくは

製作、発行:留萌観光連盟(エフエムもえる内)
住所:〒077-0005 北海道留萌市船場町2丁目
電話:0164-42-3871
2025年【第15版】
ダウンロードは「北海道の左上」https://www.rumoiclub.net

イラスト・構成 町谷パース工房