

TESHIO

天塩



「北海道の左上」
アウトドアフィールドガイド

ここまで来れば！
るもい。

日本海オロロンライン
(国道232号)

留萌管内
1市6町1村
+2島

稚内
・旭川
・札幌

遠別町
天塩町
・天塩
・遠別
・初山別
・初山別村
・羽幌
・羽幌町
・苦前町
・苦前
・小平
・小平町
・留萌市
・増毛町
・増毛

羽幌沿海
フェリー
焼尻島
天塩島

開催期間
2025年(令和7年)
7/5(土)~9/23(火・祝)

スマホでスタンプ集めて抽選で豪華賞品をGET!

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.rumoclub.net/orosta/

QRコード

「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

公式サイト
www.rumoclub.net

QRコード

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！

各マチのマップが
つながるよ。



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。

「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」にようこと！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！



オロロンラインサイクルルート

オロロンラインサイクルルートの最北端が天塩町。遠別町から北上し天塩町のカントリーサインが現れると、風が一気に変わる。これまでの7つのマチに共通していた潮風から青い草の匂いとともに、風景も一変。港町、海のマチの風景から牧歌的な牧場の風景が続く、草地に横たわる乳牛の群れ、草を喰み、気持ち良さそうに尻尾を右に左にと揺らす牛達が醸し出すゆったりとした時間の流れが心地よい。さあ、ゴールは間近です！



観光情報
天塩町【公式】



レンタサイクル情報

アップダウンが少なく平らな道が続く天塩町は初心者でもサイクリング、ポタリングが楽しめるマチです。鏡沼浜公園管理棟受付ではアクティビティとして、レンタサイクルができます。ぜひご利用ください。サイクリングを楽しんだ後は、温泉で汗を流してゆっくりしませんか？



てしお温泉夕映
【公式】



キャンプ場

天塩町観光の中心「鏡沼浜公園」にあるキャンプ場には、フリーサイト、オートサイト、バンガロー、オートバンガロー、ライダーハウスと多様なニーズに合わせたステイができます。バーベキューコーナーなどの施設やキャンプ道具なども用意されています（有料）。夏には天塩川河川公園で「しじみまつり」が開催され特産のしじみの販売もあります。



天塩町観光協会



ダウン・ザ・テッシ-オ-ベッ
【公式】



エクササイズ

天塩川が河口に注ぐ天塩町。遠く利尻富士を望む「天塩川河川公園」は心癒されるヒーリングスポットです。不定期開催ですが、地元の健康運動指導士とともにサンセットエクササイズを楽しむことができます。ヨガやストレッチで楽しむトワイライトタイム、深呼吸するたびに整う新体験です。



レシピ動画
(食の魅力セット)
しじみの白ワイン蒸し



カヌー

天塩町は天塩川の河口にあるマチです。天塩川は北見山地の天塩岳を水源とし、北へ向かって流れる一級河川で、本流の長さは256kmで北海道第2位の川です。長流天塩川を下る国内最長のリバーカヌーのツーリングイベントも行われています。キャンプとともに天塩でのアウトドアシーンのカヌー、あなたも参加してみませんか。

ダウン・ザ・テッシ-オ-ベッ2025 2025年8月2日(土)・3日(日)

●天塩川 岩延町「三日月湖カヌーポート」～天塩町「天塩川河川公園」 ●漕行距離23km

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？



サイクルルート
北海道【公式】

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と一緒に育んでいきませんか？



サイクルルート
天塩川河川ルート



観光情報
天塩町【公式】



天塩町観光協会

