

TESHIO

天塩

「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



ここまで来れば！

るもい。

留萌管内

1市6町1村

+2島

天塩町

遠別町

初山別村

羽幌町

苫前町

小平町

留萌市

増毛町

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

日本海オロロンライン

(国道232号)

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

行っただけで

スタンプGET!

参加無料・登録不要

www.rumoiclub.net/orosta/

「北海道の左上」アク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.rumoiclub.net

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。

「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」によろこ！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！

9

詳細情報を

チェック!

観光情報

天塩町【公式】

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、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！

詳細情報を

チェック!

ダウン・ザ・テッシェン・オーベツ

【公式】

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・テッシェン・オーベツ2025

2025年8月2日(土)・3日(日)

●天塩川 幌延町「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？

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？

天塩町

9

オロロンライン

サイクルルート

ルート全長 145km

サイクルルート

天塩川河川ルート

サイクルルート

天塩川河川ルート

サイクルルート

天塩川河川ルート

詳細情報を

チェック!

観光情報

天塩町【公式】

キャンプ場

天塩町観光の中心「鏡沼海浜公園」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。パ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。

キャンプ飯紹介

天塩川の恵み「しじみ」は天塩町を代表する産物です。大粒のしじみを手軽にキャンプで味わえるのが、道の駅てしお内のアンテナショップ「天塩の國」で販売している「しじみ潮汁」。レシピ通りに調理してももちろん美味しいのですが、一手間加えたアレンジレシピ「しじみの白ワイン蒸し」ならアウトドアクッキングの新たな定番料理に！

レシピ動画

(食の魅力セット)

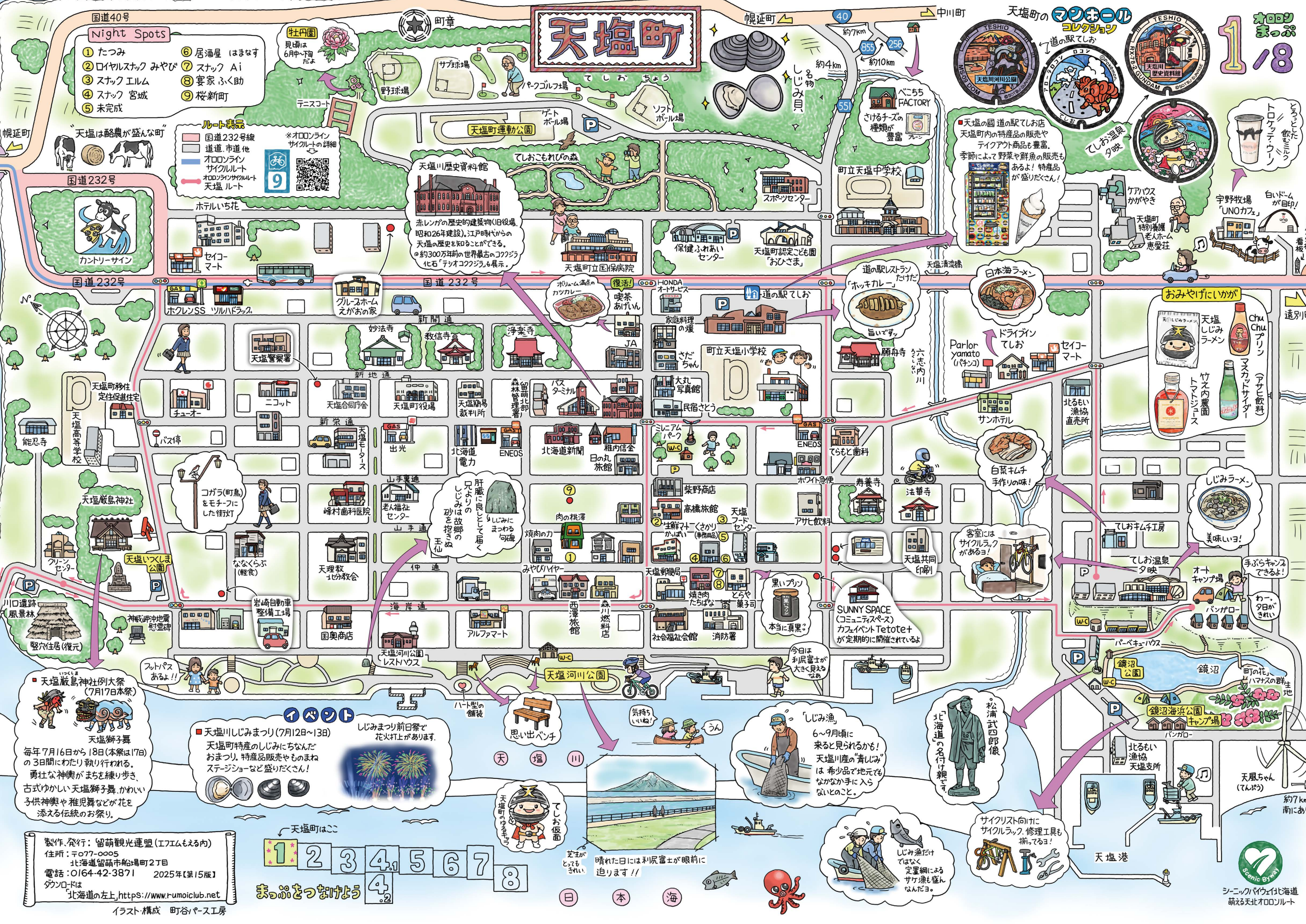
しじみの白ワイン蒸し

しじみの白ワイン蒸し

しじみの白ワイン蒸し

しじみの白ワイン蒸し





### Night Spots

- ① たつみ
- ② ロイヤルスタッフ みやび
- ③ スナック エルム
- ④ スナック 宮城
- ⑤ 未完成
- ⑥ 居酒屋 はまなす
- ⑦ スナック Ai
- ⑧ 宴家 ふく助
- ⑨ 桜新町

### ルート表示

国道232号線  
道道、市道他  
オロロンライン  
サイクルルート  
オロロンライン  
天塩ルート



※オロロンライン  
サイクルルートの詳細

# 天塩町

天塩町のマスコット  
コレクション

道の駅てしお

天塩川河川公園

天塩川河川公園

天塩川河川公園

1/8

オロロン  
まっぷ

天塩の道の駅てしお  
天塩町内の特産品の販売や  
テイクアウト商品も豊富。  
季節によって野菜や鮮魚の販売も  
あるよ！特産品  
が盛りだくさん！

天塩の道の駅てしお  
天塩町内の特産品の販売や  
テイクアウト商品も豊富。  
季節によって野菜や鮮魚の販売も  
あるよ！特産品  
が盛りだくさん！

天塩の道の駅てしお  
天塩町内の特産品の販売や  
テイクアウト商品も豊富。  
季節によって野菜や鮮魚の販売も  
あるよ！特産品  
が盛りだくさん！

天塩の道の駅てしお  
天塩町内の特産品の販売や  
テイクアウト商品も豊富。  
季節によって野菜や鮮魚の販売も  
あるよ！特産品  
が盛りだくさん！

天塩の道の駅てしお  
天塩町内の特産品の販売や  
テイクアウト商品も豊富。  
季節によって野菜や鮮魚の販売も  
あるよ！特産品  
が盛りだくさん！

天塩の道の駅てしお  
天塩町内の特産品の販売や  
テイクアウト商品も豊富。  
季節によって野菜や鮮魚の販売も  
あるよ！特産品  
が盛りだくさん！

天塩の道の駅てしお  
天塩町内の特産品の販売や  
テイクアウト商品も豊富。  
季節によって野菜や鮮魚の販売も  
あるよ！特産品  
が盛りだくさん！

天塩の道の駅てしお  
天塩町内の特産品の販売や  
テイクアウト商品も豊富。  
季節によって野菜や鮮魚の販売も  
あるよ！特産品  
が盛りだくさん！

天塩の道の駅てしお  
天塩町内の特産品の販売や  
テイクアウト商品も豊富。  
季節によって野菜や鮮魚の販売も  
あるよ！特産品  
が盛りだくさん！

天塩厳島神社例大祭  
(7月17日本祭)  
天塩獅子舞  
毎年7月16日から18日(本祭は17日)  
の3日間にわたり執り行われる。  
勇壮な神輿がまちを練り歩き、  
古式ゆかしい天塩獅子舞、かわい  
い子供神輿や稚児舞などが花を  
添える伝統のお祭り。

天塩川しじみまつり(7月12～13日)  
天塩町特産のしじみにちなんだ  
おまつり。特産品販売やものまね  
ステージなど盛りだくさん！

製作・発行：留萌観光連盟(エフエムえもり内)  
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.rumoclub.net>  
イラスト・構成 町谷パース工房

まっぷをとなけよう

晴れた日には利尻富士が眼前に  
迫ります！！

しじみ漁  
6～9月頃に  
来ると見られるかも！  
天塩川産の「しじみ」  
は希少品で地元でも  
なかなか手に入ら  
ないとのこと。

松浦武四郎像  
北海道の名付け親です。

サイクリスト向けに  
サイクルラック、修理工具も  
揃ってますよ！

シニョバイウェイ北海道  
萌える北オロロンルート