# Information

## 島へのアクセス

### 飛行機

HAC(JAL)…TEL 0570-025-071
FDA(JAL)…TEL 0570-55-0489
ANA……TEL 0570-029-222

- 丘　珠⟷利 尻(約55分)
- 羽　田⟷稚 内(約1時間50分)
- 新千歳⟷稚 内(約55分)
- 新千歳⟷利 尻(約50分)※季節運行

**HAC(JAL)**
https://www.info.hac-air.co.jp

**FDA(JAL)**
https://www.fujidream.co.jp/

**ANA**
https://www.ana.co.jp

### JR

JR稚内駅…TEL 0162-23-2583

- 旭 川⟷稚 内(約4時間)
- 札 幌⟷旭 川(約1時間30分)
- 札 幌⟷稚 内(約5時間30分)

**JR北海道**
http://www.jrhokkaido.co.jp

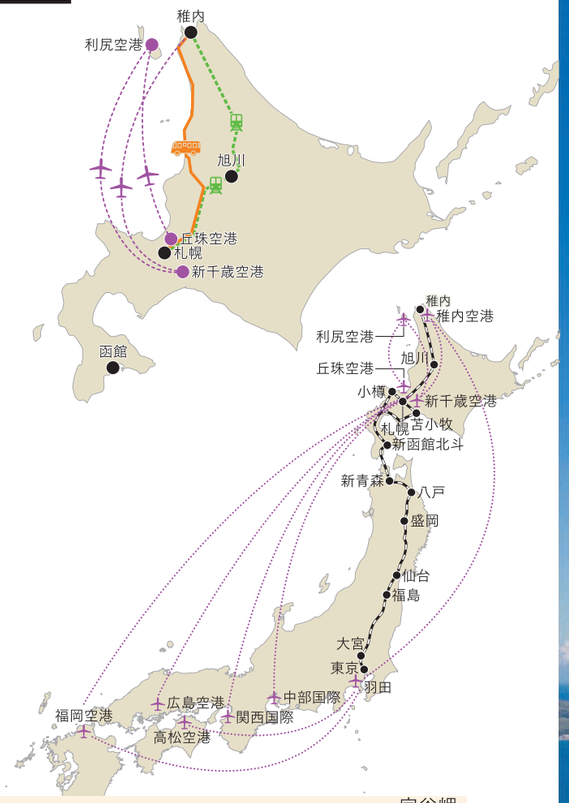
### 都市間バス

北都交通(株)…TEL 011-241-0241
宗谷バス(株)…TEL 0162-33-5515

- 札 幌⟷稚 内(約5時間50分)

**北都交通**
https://www.hokto.co.jp

**宗谷バス**
http://www.soyabus.co.jp



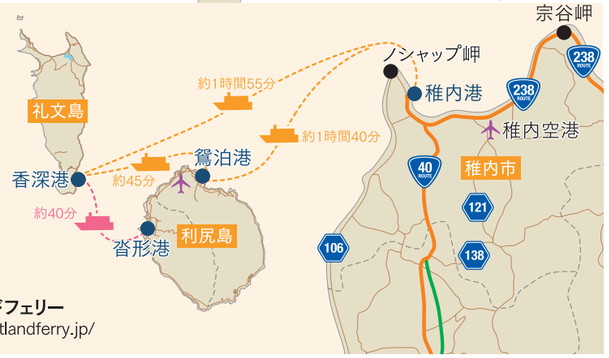

### フェリー

ハートランドフェリー(株)
稚内港フェリーターミナル……TEL 0162-23-3780
香深港フェリーターミナル(礼文島)…TEL 0163-86-1662
鴛泊港フェリーターミナル(利尻島)…TEL 0163-82-1121
沓形港フェリーターミナル(利尻島)…TEL 0163-84-2424

- 稚 内⟷利 尻(鴛泊)
- 稚 内⟷礼 文(香深)
- 礼 文(香深)⟷利 尻(鴛泊)
- 利 尻(沓形)⟷礼 文(香深)

※季節運行

**ハートランドフェリー**
https://heartlandferry.jp/







りっぷちゃん
利尻富士町

りっぷくん
利尻富士町

りしりん
利尻町



スマートフォン専用サイト
**利尻とりっぷ**
https://rishiri-trip.com/



利尻島観光ポータルサイト
**りしぷら**
https://www.rishiri-plus.jp/




あつもん 礼文町



オフィシャルサイト
**礼文島観光協会**
https://www.rebun-island.jp/

#### 利尻富士町

**利尻富士町観光案内所**(鴛泊港フェリーターミナル内)
TEL 0163-82-2201(4月～10月)

**利尻富士町観光協会**(事務局)
TEL 0163-82-1114 ／ FAX 0163-82-1373
〒097-0101 北海道利尻郡利尻富士町鴛泊字富士野6
(利尻富士町役場産業振興課商工観光係内)

#### 利尻町

**利尻町観光協会(利尻町観光案内所)**
TEL 0163-84-3622
FAX 0163-84-3553
〒097-0401
北海道利尻郡利尻町沓形字緑町14-1
(利尻町役場産業課内)

#### 礼文町

**礼文島観光案内所**(香深港フェリーターミナル内)
TEL・FAX 0163-86-2655(4月～10月)

**礼文島観光協会**(事務局)
TEL 0163-86-1001 ／ FAX 0163-86-1515
〒097-1201 北海道礼文郡礼文町香深村
(礼文町役場産業課内)

2025年度版

利尻礼文サロベツ国立公園

# 利尻島
# 礼文島



北海道〈利尻富士町・利尻町・礼文町〉観光ガイドブック

訪れた人だけが感じる、島時間がある。

日本百名山に数えられる利尻山を背景に、
海岸や奇岩、丘陵などの自然景観が力強く広がり、
海抜0メートルから貴重な高山植物が無数に咲き誇ります。

この場所には、豊かな海の幸を育む日本有数の漁場と、
独自の発展を遂げた歴史や文化を伝える史跡が数多く残っています。

島ならではの食を味わい、島の人とも交流することで、
きっと、忘れられない島旅があなたを待っています。

利尻礼文で逢いましょう。






## Contents


**利尻島の旅**
3 利尻島ってどんな島？
5 トレイル＆サイクリング
7 利尻山登山・キャンプ・温泉
9 体験メニュー・歴史

**礼文島の旅**
11 礼文島ってどんな島？
13 トレイル
16 キャンプ・映画ロケ地
17 体験メニュー・歴史

**二つの島について**
19 花に出会う
21 島ごはん
23 島の手みやげ
25 島カレンダー

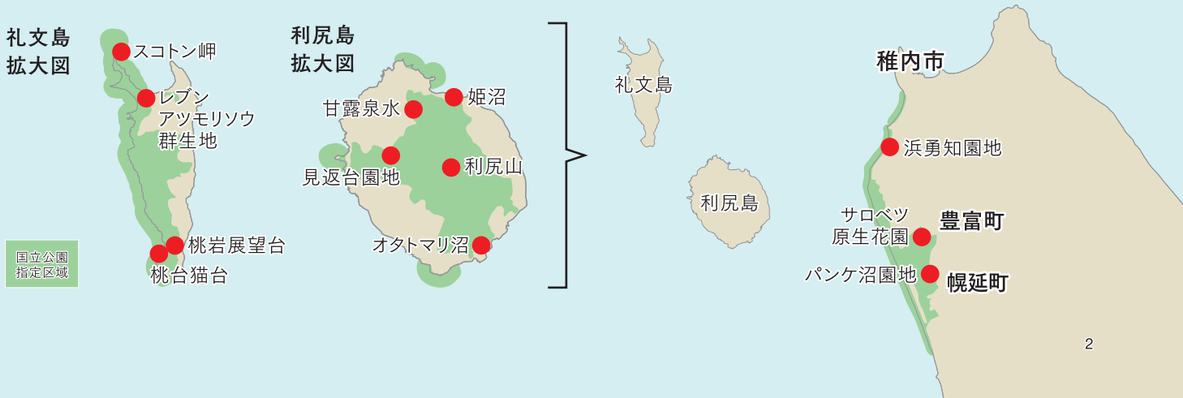
**宿泊先・MAP**
27 利尻島 宿泊先＆MAP
29 礼文島 宿泊先＆MAP




## 利尻礼文サロベツ国立公園

### 利尻山が生み出す多彩な景観、花咲き誇る最北の公園
### ―北辺の島と原野、華麗な花園と豊かな海―

利尻礼文サロベツ国立公園は、山岳、お花畑、海食崖（かいしょくがい）、湿原、海岸砂丘など変化に富んだ景観を誇る日本最北の国立公園です。利尻山は、利尻富士とも呼ばれるコニーデ型の美しい山で、公園のシンボル的な存在です。礼文島では、レブンアツモリソウなどの貴重な植物を含む高山植物のお花畑を低地で見ることができます。抜海（ばっかい）、稚咲内（わかさかない）海岸では、帯状に発達した数列の砂丘の間に湖沼（こしょう）が点在し、ミズナラ、トドマツの砂丘林とともに珍しい景観を呈しています。サロベツ原野は、泥炭地（でいたんち）の上に日本最大級の高層湿原が広がっており、またガンやカモなどの野鳥の渡りの重要な中継地にもなっています。



# 利尻島ってどんな島？

稚内市から西へ約52㎞、日本海に浮かぶほぼ円形の離島です。
島の東側にある「利尻富士町」と西側にある「利尻町」の2つの町からなり、
海の幸や湧水などの豊かな自然環境に恵まれた場所として知られています。
利尻島は「夢の浮島」とも呼ばれ、地名の由来はアイヌ語の
「リイ・シリ」= 高い・島という意味からきています。







## ① 白い恋人の丘（沼浦展望台）

北海道銘菓「白い恋人」のパッケージに描かれた
利尻山を眺めることができるスポットです。

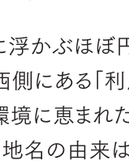
旅先でプロポーズしよう！

**石屋製菓公認　プロポーズ証明書**

この丘でプロポーズしたカップルには、記念品として「白い恋人」デザインの証明書を無料で発行しています。

鴛泊港フェリーターミナル内の観光案内所で受付・発行・受取を行っています。現地で撮影したツーショット写真を提示して、申請してください。





## ② オタトマリ沼

約1㎞の散策路がある利尻島最大の湖沼。売店で特産品やお土産を購入できます。







## ③ 二石海岸公園

ストンアートが並ぶ、石崎灯台や利尻山を望むことのできるビュースポットです。



## ④ 南浜湿原

利尻島最大の高層湿原。手つかずの自然が残る遊歩道がお勧めです。




## ⑤ 利尻山（標高1,721m）

日本最北の国立公園のシンボル利尻山。毎年、数多くの登山者で賑わいます。




## ⑥ 仙法志御崎公園

透明度の高い海と奇岩、猛々しい利尻山を見ることができ、お土産店も集まる島の人気スポットです。

ペシ岬にある鴛泊灯台は「恋する灯台」に認定！愛しい人と訪れてほしい場所です。




## ⑦ ペシ岬

灯台山とも呼ばれる標高93mの巨大な岩山。
急な坂道を上りきった頂上には絶景が広がります。

遊歩道を散策しよう！



## ⑧ 姫沼

原生林に囲まれ、風のない日には水面に映る「逆さ利尻富士」が見られます。




## ⑨ 沓形岬公園

多様な高山植物や日本海に沈む幻想的な夕日が見られる場所です。



## ⑩ 見返台園地

利尻山の5合目に位置する展望台。夜は満天の星空が広がります。




## ⑪ 北のいつくしま弁天宮

島の歴史や日本文化が残る場所です。寝熊の岩と人面岩もお勧めです。



## ⑫ 夕日ヶ丘展望台

目の前に広がるパノラマ風景が全て夕焼けに染まる絶景スポットです。



## ⑬ 富士野園地

エゾカンゾウの花が咲き誇る大群生地。海に向かって遊歩道が続きます。

# 利尻島の自然をゆったり満喫



利尻島の自然の中を歩いてみたいという方にお勧めするのが山の麓に整備されたトレイルコース。スニーカーなどの歩きやすい靴と服装であれば、森歩きを気軽に楽しむことができます。自然の中に入るため、虫よけや日焼け対策などの最低限の準備は必須です。

## 歩くことが楽しくなる道がいくつもある利尻島
## 時間や体力に合わせて自然を気軽に楽しめます





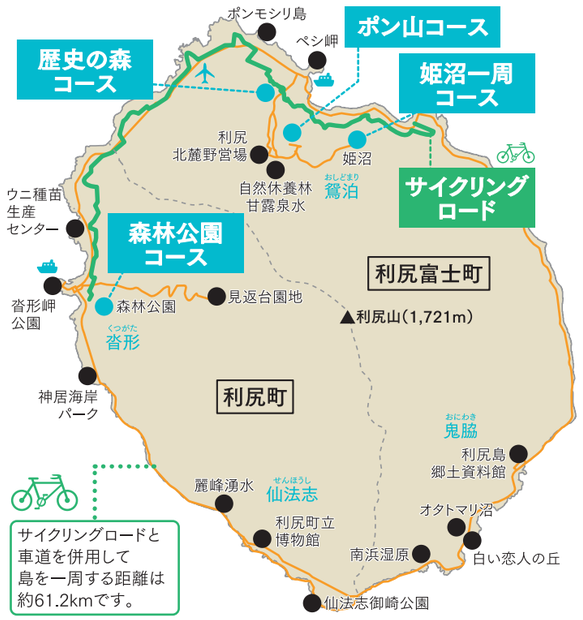


「利尻島自然休養林」は、利尻島のシンボルである「利尻山」の登山口にあり、その名のとおり澄んだ空気と豊かな森に囲まれ、登山者の安らぎの場となっています。登山口から15分ほど進んだ自然休養林内に位置する甘露泉水は、島随一の湧水スポットであり、水が甘いことからそう呼ばれるようになりました。



### バードウォッチング

4月下旬～5月下旬は、国の天然記念物クマゲラの繁殖期です。観光案内所で情報を手に入れ、森に響きわたるドラミング音を頼りにクマゲラを探してみましょう。








## PICK UP TRAIL




野鳥が集まる森の中に整備された散策路があります。分岐点ごとにある案内板を見ながら、気軽に散歩をお楽しみください。




湧水をせきとめてつくられた人造湖を一周する木道の散策路です。豊かな森の音を聞きながら、野鳥観察も楽しめます。




片道1時間ほどで登れ、道中には甘露泉水や季節によって様々な高山植物やコマドリなどの野鳥が観られます。




夏の森、小鳥の森、花の森など多彩なエリアを結ぶ散策路には、四季それぞれの楽しみ方や魅力がたくさんあります。

## 利尻島×自転車のすすめ

利尻島には快適に整備されたサイクリングロードや車道があります。レンタサイクルが充実しているため、自転車が無くても気軽に楽しむことができます。小回りのきく自転車は、自分のペースで移動することができるため、撮影好きな方にもお勧めです。

**サイクリングロード**
約24.9km 野塚展望台～利尻町運動公園

**利尻・彩くるロード（島一周）**
約61.2km サイクリングロード～車道

### 安心のサポート

サイクリストの方が安心して利尻島でのサイクリングを楽しむため、休憩スポットや給水、トイレ、自転車用の工具を設置している「利尻島サイクルオアシス」を島内各所に整備しています。

利尻サイクルオアシス
Rishiri Cycle Oasis

詳しくはWEBでチェック！
利尻とりっぷ
https://rishiri-trip.com



**島一周サイクリングコース「利尻・彩くるロード」**
見る場所によって山の表情が変わり、潮風を感じながら島を一周できます。



**サイクリングの途中で路線バスに乗り換えできる！**
事前予約で路線バスの乗車賃+500円で自転車を乗せられます。
※車椅子の方が乗車中の場合は利用不可。



**島のレンタサイクルを気軽に利用してください！**
宿泊先やレンタサイクル専門店へ事前にお問い合わせください。

# 美しい利尻山の魅力に触れる



**島の自然を守るプロジェクト**
**利尻山コマドリプロジェクト**

利尻山は、登山道の荒廃が進み崩れやすい状態となっています。この活動は、ピンバッジと手ぬぐいの収益から、登山道の補修や登山マナーの普及活動などの山岳保全を行っています。






## 標高1,721mの独立峰 利尻山
## 登山やキャンプでそれぞれの楽しみ方を

日本最北の国立公園に美しい姿を見せる利尻山。別名「利尻富士」とも呼ばれています。日本百名山では、北の秀峰として一番目に数えられています。森歩きや登山を楽しんだり、キャンプをしたり、数多くの人を魅了する山です。

### 鴛泊コース



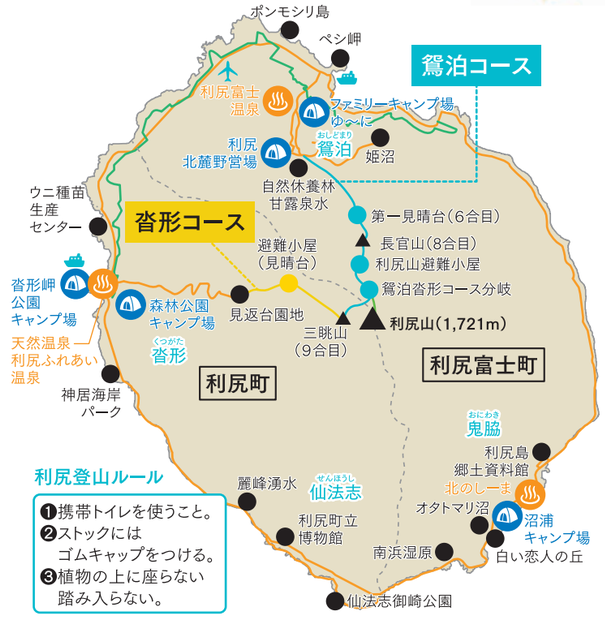

標高差 1,490m
登り約6時間、下り約4時間

### 沓形コース




標高差 1,280m
登り約6時間、下り約4時間

**●登山計画書は必ず提出してください。**
**●天候や体調をしっかりと管理・注意をし、適切に登山・下山を判断してください。**
**●登山・下山の際は足場が悪いため十分に足元に気をつけてください。**




**利尻登山ルール**

❶携帯トイレを使うこと。
❷ストックにはゴムキャップをつける。
❸植物の上に座らない踏み入らない。







## ISLAND CAMP



### 利尻北麓野営場



「鴛泊コース」登山口の入口にあり、オンシーズン中は登山者の登山基地として賑わいます。

住 利尻富士町鴛泊自然休養林内
営 5月15日～10月15日
設 管理棟（シャワー・トイレ完備）、バンガロー、オートサイト、炊事場、公衆電話、コインロッカー、ペット不可
☎ 0163-82-2394（管理棟）
営業期間外：0163-82-1114
（利尻富士町役場産業振興課商工観光係）

### ファミリーキャンプ場ゆ～に



「利尻富士温泉」に隣接するキャンプ場。コテージやバンガローの他に、キャンプ道具のレンタルも行っています。

住 利尻富士町鴛泊字栄町
営 5月1日～10月31日
設 管理棟、コテージ、バンガロー、バーベキュー棟、炊事棟、トイレ、ペット不可
¥ 各種クレジットカード、各種電子マネー、PayPay決裁
☎ 0163-82-2166（管理棟）
営業期間外：0163-82-1114
（利尻富士町役場産業振興課商工観光係）

### 沼浦キャンプ場



無料で利用できるキャンプ場。地元では星がきれいに見える場所としても知られています。

住 利尻富士町鬼脇沼浦
営 6月1日～9月30日
設 炊事場、トイレ、ペット可（周りに配慮してもらい、糞は持ち帰り）
☎ 0163-82-1114（利尻富士町役場産業振興課商工観光係）



### 森林公園キャンプ場

利尻町森林公園の入口にあるキャンプ場。場内の施設は管理され、とても使いやすくなっています。

住 利尻町沓形字富野
営 5月1日～10月31日
設 管理棟、バンガロー、バーベキュー施設、炊事場、トイレ
☎ 0163-84-3551（現地管理棟）



### 沓形岬公園キャンプ場

海岸線が近いため、夏のシーズン中はウニ漁などの漁風景を間近に見ることができます。

住 利尻町沓形富士見町
営 5月1日～10月31日
設 休憩舎（有料：洗濯機、乾燥機）、炊事場、トイレ
☎ 0163-84-2345（利尻町役場産業課商工観光係）

## 利尻の名湯で癒される

島人ご用達の温泉で心と身体をじんわりほぐす。



### 天然温泉 利尻ふれあい温泉



国内トップクラスの炭酸水素を含む、なめらかな肌心地の湯。空気に触れると色が茶褐色に変わる泉質から「金の湯」とも言われています。

住 利尻町沓形字富士見町90
営 13:00～21:00
※最終入場は20:30まで
☎ 0163-84-2001（利尻町営ホテル利尻）

### 利尻富士温泉



利尻富士温泉の泉質「ナトリウム塩化物炭酸水素塩泉」は入浴後の保湿効果が高く、湯上りには清涼感と爽快感が得られます。美肌効果も高く、島民にも愛されている温泉です。

住 利尻富士町鴛泊字栄町
営 正午～21：00※最終入場は20:30まで（5月～10月無休／11月～4月 水曜休）
¥ 各種クレジットカード、各種電子マネー、PayPay決裁
☎ 0163-82-2388

### 北のしーま



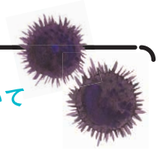
利尻島の東側、鬼脇漁港近くにある地域の人々や旅人にも愛される日帰り温泉。利尻富士温泉保養施設からタンクローリーで温泉が配湯されています。

住 利尻富士町鬼脇字鬼脇19
営 通年15:00～20:30
※最終入場は20:00まで（月曜休、第4金曜休）
☎ 0163-83-1180
※鬼脇地区総合交流促進施設

# 利尻島ならではの体験

＝雨の日オススメ体験

## ウニむき体験



### 名産のウニを割って剥いて その場で味わう

島の漁師と同じ道具を使って、本場のウニを自分で割って剥いて新鮮なままその場で賞味。

※好天時は、岸に係留された磯船でウニ採り体験にもできます（追加料金不要）。







### 神居海岸パーク

住 利尻町沓形字神居149-2
営 5月～9月(9:30～16:30)
※5月は予約のみ
¥ 1名2,000円(キタムラサキウニ1個)
☎ 090-7652-6008(店舗直通)

## 海藻クラフト体験

### 築130年以上の歴史がある建物で 利尻の海藻を使った押し葉づくりに挑戦

島の海岸に打ち寄せられる海藻や野の花を使い、押し葉体験をすることができます。施設に併設されている石蔵ギャラリーでは、アート作品を見ることができます。







### 利尻 島の駅

住 利尻町沓形字本町51
営 無休(冬季 定休日あり)
海藻クラフト体験 10:00～16:00 ※カフェ 17:00まで(L.O.16:00)
¥ 海藻クラフト体験1,500円～
☎ 0163-85-7755

## アザラシ餌やり体験



### 利尻山が見える絶景スポットで アザラシやカモメと触れあう

公園の海沿いに天然の自然磯観察場があります。アザラシプールでは、近くのお土産店で餌を購入し、アザラシを間近に感じながら餌を与えることができます。

※状況によりいない場合や体調により給餌不可の場合あり。







### 仙法志御崎公園

住 利尻町仙法志字御崎
営 6月～9月中旬(8:00～17:00)
¥ 餌100円(みさき物産)
☎ 0163-84-2345(利尻町役場)

## 夏のアクティビティ

### 利尻ブルーの海と星空を楽しむ夏 夏の利尻島で心躍る冒険を！

利尻島の夏はアクティビティが盛りだくさん。SUPやシーカヤックなどのマリンスポーツでは利尻ブルーと呼ばれる真っ青な海をのんびりと楽しむことができます。その他釣りやスターウォッチング等を楽しむことができます。









## ウニを学ぶ



ウニを育てる大きな水槽が並び、島のウニ資源を守る取り組みを展示パネルや冊子などを通して、学ぶことができます。

### 利尻町ウニ種苗生産センター

住 利尻町沓形字種富町102
営 通年(9:00～16:00)
¥ 無料
☎ 0163-84-2345(利尻町役場)

## 冬のアクティビティ



冬はバックカントリースキーやスノーシューができます。冬の利尻山に登る方は、装備・計画を万全にし、体調確認、天候等の最新情報を確認して、無理のない行動をしましょう。



## 芸術・文化に触れる



利尻島の貴重な資料や写真、当時使用されていた道具を通じて文化・歴史を知る事ができる施設です。

### カルチャーセンター＆リップ館

住 利尻富士町鴛泊字栄町119-1
営 5月～10月(9:00～17:00)※5月、10月は月曜日休館
¥ 310円※中学生200円、小学生以下100円
PayPay決裁
☎ 0163-82-1721

## 島の花をみる



高山植物展示園は、リシリヒナゲシやボタンキンバイなどの利尻島固有種を含む多種多様な高山植物が咲き、間近で鑑賞できる施設です。

### 高山植物展示園

住 利尻富士町鴛泊栄町227-7
営 5月1日～10月31日(24時間)
¥ 無料
☎ 0163-82-1114(利尻富士町役場)



利尻の歴史を楽しむ、ツウな島旅。

# 利尻昔語り



### 北方を警備した会津藩士

江戸時代後期、ロシアは幕府に開国通商を求め、強行手段として択捉島や樺太の集落を襲撃し、略奪しました。そこで幕府は会津藩に北方の守りにつくよう命じます。しかし、当時のロシアはナポレオンとの戦争を優先し、北海道に襲来する事はありませんでした。藩士たちは当時の粗末な住まいや栄養不足、帰還途中に船が沈没するなどして、命を落とす者もいました。非業の死を遂げた会津藩士を弔うため、墓碑が島内に3ヶ所安置され、顕彰碑も建立されています。



### ラナルド・マクドナルド

江戸の末期、捕鯨船の水夫だったマクドナルドは、ひとり下船し利尻島へ上陸しました。しかし、密入国者として捕らえられ、長崎に送られます。当時の日本は英語の通訳者が必要で、マクドナルドを通詞たちにつけて英語を学ばせました。そのため、日本初の英語教師と言われています。野塚展望台には、上陸記念碑が建立されています。



### 時雨音羽 しぐれおとは

利尻島出身の作詞家 時雨音羽は、明治32(1899)年沓形村に生まれました。学校を卒業後、沓形村役場に勤め、19歳で上京。昭和17(1942)年に"山は白金～"で始まる「スキー」を作詞。「君恋し」は、昭和36(1961)年のレコード大賞に輝いています。

## 歴史好き必見！お勧めスポット



### 利尻町立博物館

見ごたえたっぷりの展示品の数々。利尻に受け継がれる、自然と海と人の物語を感じることができます。

住 利尻町仙法志字本町136
営 通年(9:00～17:00)※入館16:30まで
休館日／月曜日、祝日の翌日、年末年始
※臨時休館日、臨時開館日あり(HPで要確認)
¥ 200円(高校生以下無料)
☎ 0163-85-1411



### 利尻島郷土資料館

かつての鬼脇村役場を活用した資料館。利尻島の自然ジオラマや島の生活を見学することができます。

住 利尻富士町鬼脇257
営 5月～10月
(火曜休※祝日の場合は翌日、祝日の翌日休)
※7月～8月無休 ※11月～4月閉館
¥ 200円(中学生・身障者 100円・小学生 50円)
☎ 0163-83-1620

# 利尻島のガイド

花・鳥・島内ガイド等 / 登山・トレッキングガイド / サイクリングガイド / りしぷら 利尻島ガイド情報
マリンスポーツ / 釣り / 冬のアクティビティ

### 利尻・島ガイドセンター

TEL 0163-85-7718／FAX 0163-85-7718
〒097-0101
利尻富士町鴛泊字港町85
https://www.rishiri-shimaguide.com/

### 利尻自然ガイドサービス

TEL 0163-82-2295／FAX 0163-82-2296
〒097-0101 利尻富士町鴛泊字栄町227-5
マルゼンペンション レラモシリ内
http://www.maruzen.com/tic/guide/

### 利尻はなガイドクラブ利尻事務所

TEL 0163-82-1882／FAX 0163-85-7080
〒097-0101
利尻富士町鴛泊字富士野35-5
https://www.rishiri-hanaguide.com

### 利尻礼文ガイドネット

TEL 0163-85-7675／FAX 0163-82-2126
〒097-0101
利尻富士町鴛泊字富士野5
https://www.rirenet.com/

### Island Time(アイランド タイム)

TEL 090-5955-2746
〒097-0101
利尻富士町鴛泊字本泊291-3
http://www.telnet-rishiri.info/pr/island-time/

### スペトラ SPACE TRAVEL E-BIKE TOURS

TEL 0163-85-7675
〒097-0101
利尻富士町鴛泊字大磯
https://www.supetora.com

### 利尻島沓形ネイチャーガイドオフィス

TEL 0163-84-2561／FAX 050-3397-7012
〒097-0401
利尻町沓形字日出町50番地5
http://www.kukiru.com/guide.html

### RISHIRI ACTIVITY

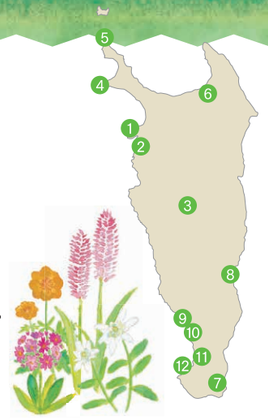
TEL 080-1883-8768
〒097-0401
利尻町沓形字日出町55
http://rishiri-activity.com/

### Islands Trek(アイランズ トレック)

TEL 090-1424-1029
〒097-0401
利尻町沓形字富士見町86-1
https://islandstrek-rishiriirebun.localinfo.jp/

# 礼文島ってどんな島？

稚内市から西へ約60㎞、日本海に位置する最北の離島です。
太古の昔に大陸から切り離されたこの島には、奇跡的な自然が今なお残されています。
春から夏にかけて約300種の高山植物が咲き誇る風光明媚な場所として知られています。
礼文島は「花の浮島」とも呼ばれ、地名の由来は
アイヌ語の「レプン・シリ」= 沖の・島という意味からきています。






## 1 澄海岬

売店もチェック！

澄んだ蒼い海と断崖絶壁が美しい西海岸の人気観光スポットです。

## 2 西上泊

丘陵から見渡す岬が連なる景色は圧巻です。



## 3 礼文岳

晴れた日には山頂から360度の眺望やロシアの島々も見えます。



どこを見ても絶景！

## 4 ゴロタ岬

岬を見渡す大パノラマは、歩いた人だけが見られる景色です。



## 5 スコトン岬

強風を体感できる島最北部の観光スポット。目の前にトド島を見ることができます。




## 6 久種湖

島唯一の湖で渡り鳥の観察ポイント。一周できる遊歩道があります。



映画のワンシーンを自分なりに演じてみよう。天気のいい日は利尻山をバックに写真撮影しよう！

## 7 北のカナリアパーク

映画「北のカナリアたち」のロケ地である麗端小学校岬分校を一般に公開しています。晴れた日には利尻山が美しくみえるビューポイントです。



## 8 香深井

礼文林道の出口にあり、近くには緑ヶ丘公園キャンプ場や見内神社があります。利尻山の形が綺麗に見えるビュースポットです。



夕日もきれい！

## 9 地蔵岩

元地海岸にそびえ立つ、お地蔵様が手を合わせて拝んでいるように見える巨岩。




## 10 元地海岸（メノウ浜）

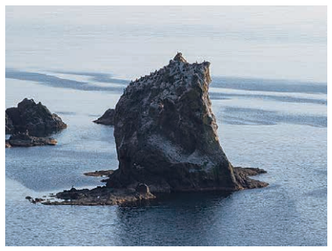
メノウ浜でのメノウ拾いや日本海に沈む美しい夕日が有名な場所です。



桃の形に見える！

## 11 桃岩

付近一帯に広がるお花畑は国の天然記念物に指定されています。



## 12 猫岩

海の上に猫が背をまるめて座っているような形をしている岩です。

# 花の浮島を歩いて感じる



## 美しい自然や景観と出会う礼文島トレイル





礼文島のトレイルは、島内にある全コース、全長約50kmにおよぶ自然歩道です。高山植物群落や島の美しい景観を鑑賞できる場所として多くの人が楽しんでいます。自然歩道は、軽装で散策できるコースや山岳地と同様の難所があったり、漁港・住宅地を通ったりと、コースによって特徴が異なります。自分のペースや体力に合ったコースを選び、ルールを守って島を巡ってみてください。

トレイルマップ

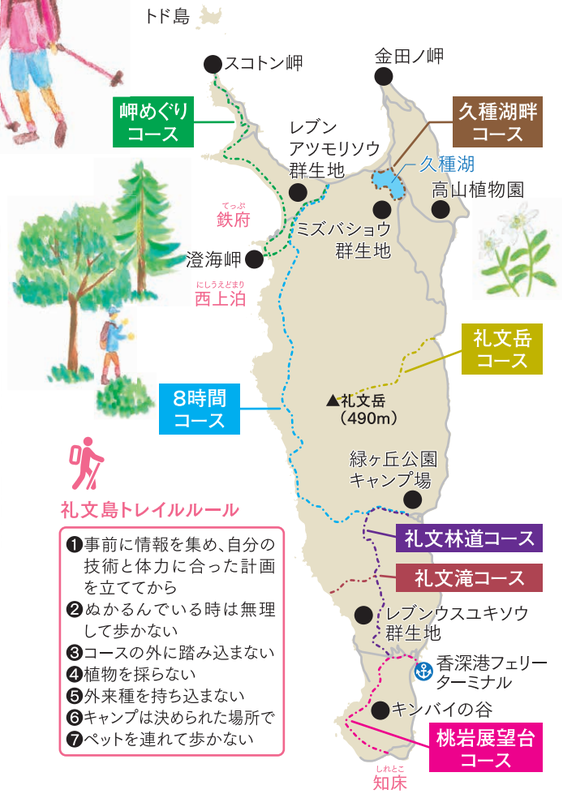
植物図鑑

### 到達証明書をもらおう

香深港フェリーターミナルにある観光案内所で、礼文島到達証明書を無料でもらえます。旅の思い出にぜひ。






### 礼文島トレイルルール

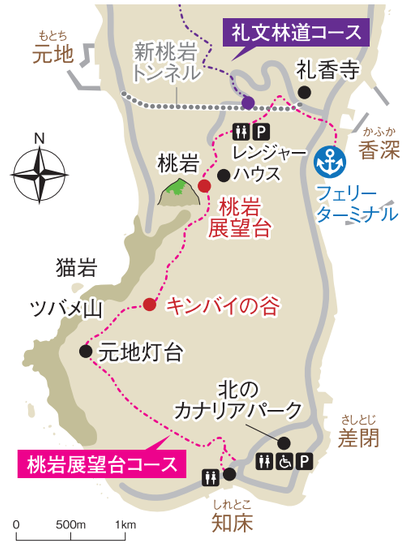
❶事前に情報を集め、自分の技術と体力に合った計画を立ててから
❷ぬかるんでいる時は無理して歩かない
❸コースの外に踏み込まない
❹植物を採らない
❺外来種を持ち込まない
❻キャンプは決められた場所で
❼ペットを連れて歩かない



## PICK UP TRAIL

### 桃岩展望台コース 約7.1km

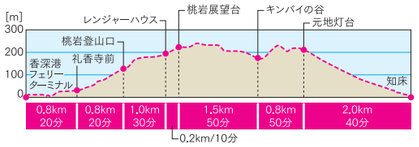





### 礼文島ファンを魅了し続ける花の巡礼地

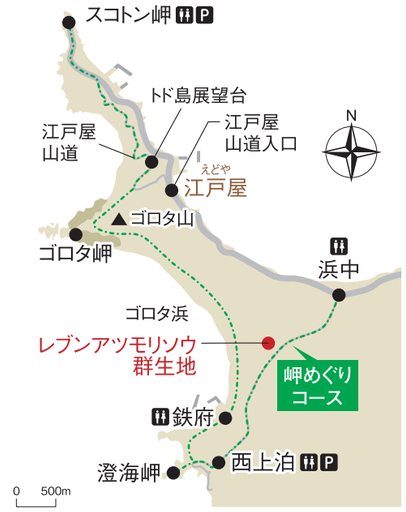
礼文島南部の香深から、桃岩展望台、元地灯台を経て知床へと続く全長約7.1kmのコースは、海に浮かぶ利尻山をバックに、断崖と青い海が続く礼文島西海岸を眺めながら、高山植物のお花畑を歩きます。桃岩付近一帯の野生植物は、島内でも有数の高山植物群落で、礼文島の観光スポットとして人気です。





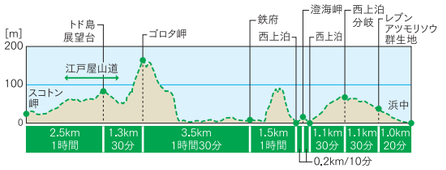

### 岬めぐりコース 約12.4km






### 北部エリアの景勝地が次から次に現れる

礼文島の最北端スコトン岬からゴロタ岬、澄海岬を抜け、レブンアツモリソウ群生地を経て浜中へと続く全長約12.4kmのコース。3つの岬をめぐるこのコースは、花だけでなく、海食崖が生み出す礼文島西海岸の眺望を楽しめます。コースの途中には、レブンアツモリソウ群生地があり、5月下旬～6月中旬まで開園しています。

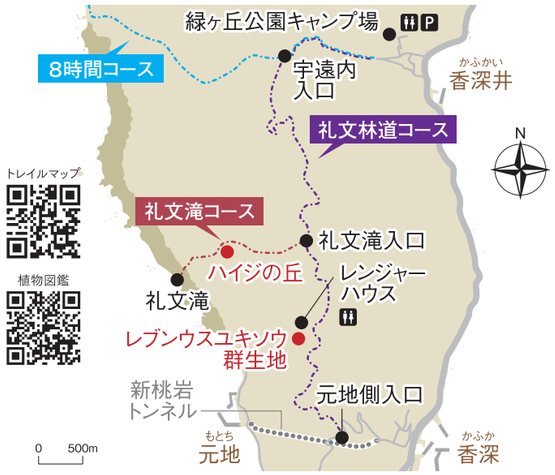


## 礼文林道コース

約8.2km



桃岩展望台へ向かう途中の礼文林道元地口から、レブンウスユキソウ群生地を通り、香深井までを結ぶコース。お花畑ビューポイントや先に見える利尻山が美しいルートです。




## 礼文滝コース

（礼文林道途中の分岐点から）

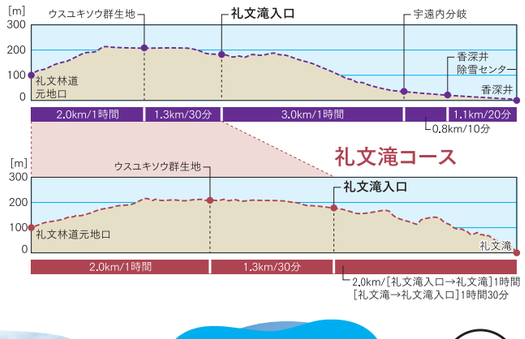
往復約4km

上級者向き



礼文林道途中の分岐点から、西海岸の礼文滝を結ぶコース。ルート脇の斜面に高山植物を見ることができます。起伏が多く、ロープをつたって下りる急斜面や沢を渡るので、装備は万全に。

### 礼文林道コース




### 礼文滝コース



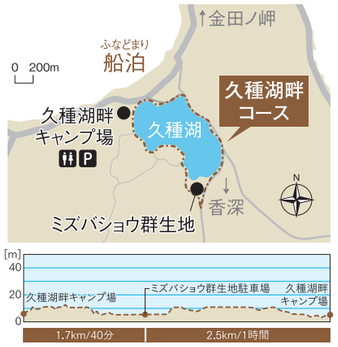

## 久種湖畔コース

約4.2km

渡り鳥に会えるかも！




礼文島北部の久種湖をぐるりとめぐるコース。湿地性の植物や春と秋に訪れる渡り鳥を観察できます。

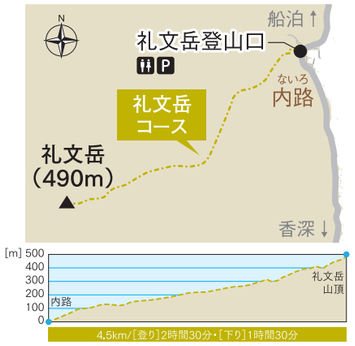



## 礼文岳コース

往復約9km



島内で最も標高の高い礼文岳山頂を目指すコース。島の全貌、海に浮かぶ利尻山のパノラマを眺望できます。



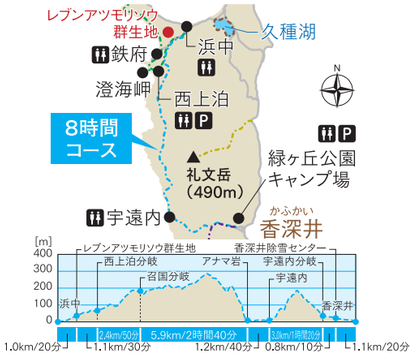

## 8時間コース

約16.5km

上級者向き



礼文島西海岸を北から南へ縦断する長距離コース。さまざま変化に富んだルートは、本格的な装備が必要です。








# 自由にのんびり島キャンプ



礼文島には2カ所のキャンプ場があります。それぞれのキャンプ場を拠点にトレッキングをして楽しんだりと、自由にのんびり過ごすことができます。テント設営やトレイルで疲れた身体を癒やす温泉もあります。

## 緑ヶ丘公園キャンプ場



森に囲まれた静かなキャンプ場。芝生フリーサイト、高床式デッキのほか、管理棟には、コインランドリーと自動販売機があります。ソロキャンパーご用達のスポットです。

住 礼文町香深村香深井
営 5月1日～10月31日
設 管理棟（洗濯機）、テントデッキ、炊事場、トイレ
¥ 使用料／大人620円、小人310円
☎ 0163-85-7131（管理棟）
営業期間外：0163-86-1001
（礼文町役場建設課）

## 久種湖畔キャンプ場



芝のテントフィールド、バンガロー、コテージ（寝具・冷蔵庫・水回り完備）、電源完備のオートサイトからなる、大型のキャンプ場。久種湖の周囲約4.2kmには散策路があり、トレイルコースになっています。

住 礼文町船泊村大備
営 5月1日～9月30日
設 管理棟（洗濯機・乾燥機）、コテージ、バンガロー、オートサイト、炊事場、トイレ、シャワー棟
¥ 入園料／大人620円、小人310円
☎ 0163-87-3110（管理棟）
営業期間外：0163-86-1001
（礼文町役場産業課）

## 礼文島温泉 うすゆきの湯



浴場は、天然温泉、ジャグジーバス、サウナ室、露天風呂、貸切家族風呂があり、透き通った湯は、肌にやさしく、入浴後も長く温かさが持続します。タオルセットの貸し出しもあります。

住 礼文町香深村尺忍
営 4月～9月（12：00～21：00）
10月～3月（13：00～21：00）
※最終入場は30分前
休 無休
¥ 利用料／600円（小学生及び小学校就学前の幼児等は無料）
☎ 0163-86-2345
他 [泉質]ナトリウム-塩化物、硫酸塩泉
[効能]神経痛、筋肉痛、関節痛など



## 映画ロケ地マップ



映画『北のカナリアたち（2012年）』の公開を記念し、2013年にグランドオープンした施設が「北のカナリアパーク」です。撮影のために建てられた校舎「麗端小学校岬分校」ではロケ時の写真や衣装などを展示しています。
また海岸線や岬、昭和の港町の雰囲気を残す街並みなど、映画の多くのシーンを礼文島で撮影しました。






### 北のカナリアパーク






カナリアパークは利尻山が一番きれいに見える場所。カフェ等もご利用いただけます。

### 撮影スケジュール

2011年12月1日　クランクイン。札幌、稚内、サロベツ、利尻島、礼文島において約2カ月にわたり冬パートの撮影が行われる。
2012年7月1日　利尻島、礼文島で夏パートの撮影を再開。
2012年7月18日　礼文島での撮影を最後にクランクアップ。



# 礼文島ならではの体験

＝雨の日オススメ体験

## 島をあるく





季節ごとに変わる景色を眺めて
トレッキングを楽しもう

島内には7つのトレッキングコースがあり難易度もさまざま。季節ごとに変わる景色を眺めながらのトレッキングをお楽しみください。参加記念の缶バッジや完全制覇の方には記念のTシャツをプレゼント。




### 礼文島観光案内所

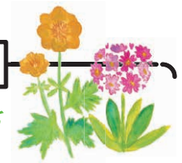
住 礼文町香深港フェリーターミナル1F
営 5月～9月 ¥ スタンプラリーカード 500円
☎ 0163-86-2655




缶バッジ

## 島の花をみる





手軽に見頃の花を
一堂に見られる

季節ごとに咲く約50種類、およそ2万本の高山植物が目を楽しませてくれます。運が良ければ8月中旬までは施設内で無菌培養され開花したレブンアツモリソウを見ることができます。



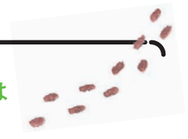
### 高山植物園

住 礼文町船泊村
営 5月～9月(9:00～17:00)※最終入場は16:30
(9月 日曜休)
¥ 入園料／310円 ☎ 0163-87-2941

花の観察には礼文島植物図鑑が便利

## 神社めぐり





礼文島にある神社は
全部で18箇所

島では海の安全や漁に関する神が信仰されています。特に厳島神社、礼文神社は歴史がある神社。厳島神社の社務所で両方の御朱印を頂けますので参拝後に立ち寄りましょう。







### 厳島神社

住 礼文町香深村トンナイ350
営 参拝(24時間解放)、社務所(7:00～18:00)
¥ 社務所 朱印料／300円
☎ 0163-86-1852

## 島の歴史や文化を知る





太古の昔から現在まで
独自の文化を育んだ島

国の重要文化財である縄文時代の「北海道船泊遺跡出土品」、北海道独特の古代文化であるオホーツク文化、かつてのニシン漁の賑わいなど、島の歴史や文化を伝える資料を展示しています。





### 礼文町郷土資料館

住 礼文町香深村ワウシ(ピスカ21内)
営 5月～10月(8:30～17:00)※6月～9月無休(月曜休※祝日の場合翌日)
¥ 入館料／高校生以上310円・小中学生160円※就学前幼児無料
☎ 0163-86-2119

## 穴あき貝拾い



人工的に空けられたようなキレイな穴が空いている貝やシーグラスがたくさん海岸に打ち上げられています。

### 船泊湾



住 礼文町船泊村大備
(礼文町総合公園)
営 特になし
¥ 無料

## メノウ拾い



海岸に打ち寄せられた小石の中にはメノウの原石を見つけることができます。島では乳白色が中心で、アクセサリーのほかパワーストーンとしても人気があります。

### メノウ浜

住 礼文町大字香深村元地
営 特になし
¥ 無料



## 島の図書館&本屋さん



図書館と複合した島の本屋さん。礼文島の花や歴史についての本も取り扱っています。

### BOOK愛ランドれぶん

住 礼文町香深村トンナイ558-6
営 9:30～16:30(月曜休※祝日の場合は翌日)
¥ 特になし
☎ 0163-86-2710

## アザラシウォッチング



運が良ければ、ごろりと寝そべるアザラシの姿が見られるのが金田ノ岬付近。風が強いので帽子など飛ばされないように気をつけてアザラシを観察してみてください。

### 金田ノ岬

住 礼文町大字船泊村
営 特になし
¥ 無料



礼文の歴史を楽しむ、ツウな島旅。

# 礼文昔語り





### 礼文島の歴史

礼文島の地名の由来はアイヌ語の「レプン・シリ」=沖の島という意味の語源から来ています。
江戸時代の前期にあたる1685年に松前藩の直轄地として宗谷場所が開設され、礼文は利尻とともに付属場所として開設されました。以後、徐々に開拓され、明治13(1880)年には香深村戸長役場を設置、明治25(1892)年には船泊村が香深村から分村。第2次世界大戦終了後の昭和31(1956)年に香深村と船泊村が合併して礼文村となり、昭和34(1959)年には礼文町が誕生し水産業の町として発展しました。





### 船泊遺跡

島唯一の湖、久種湖と船泊湾を隔てる標高10mほどの砂丘上、現海岸から約200m内陸に船泊遺跡があります。周辺で土器や石器が拾えることは古くから知られており、昭和に入ると北海道大学の研究者による学術的な調査も実施されました。
昭和24(1949)年には、北海道大学医学部が船泊湾沿岸の遺跡群で発掘調査を行いました。船泊遺跡周辺で発見され、地名から「船泊上層式」と名付けられた土器など、その成果は北海道の縄文時代研究に大きな影響を与えました。その後も北海道を代表する縄文時代の遺跡として全国の研究者に注目されています。

## 歴史好き必見！お勧めスポット



### 銭屋五兵衛 貿易の地(記念碑)

銭屋五兵衛は、1800年代前半の加賀国の商人で、北前船の経営などによって大きな財産を築いた人です。礼文島を拠点にしてロシアと貿易を行ったという話があり、その地に記念碑が建てられています。

住 礼文町船泊村2-2(トド島展望台)
営 特になし
¥ 無料



### 上村占魚句碑

上村占魚は、熊本県出身の有名な俳人です。礼文島に門下生がいたことから、昭和36(1961)年に初めて来島。昭和63(1988)年の来島時に詠んだ俳句を刻んだ石碑が建てられました。

住 礼文町船泊村2-2(トド島展望台)
営 特になし
¥ 無料

# 礼文島の交通

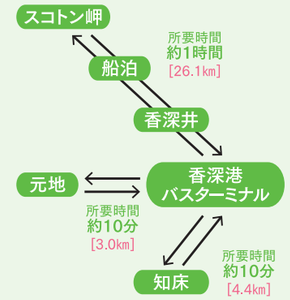
## 路線バス

宗谷バス(株)礼文営業所
[香深] TEL 0163-86-1020

島内の各地域へ香深港フェリーターミナルを起点に4路線(スコトン・元地・桃岩登山口・知床方面)が運行しています。定期観光バス(予約制)もあります。

※運行回数は季節によって変わります。
※自由乗降区間があります。

### 礼文路線バス略図




## 定期観光バス

宗谷バス(株)礼文営業所
[香深] TEL 0163-86-1020

## レンタカー(要予約)

トヨタレンタリース旭川礼文店
[香深] TEL 0163-86-1117

## タクシー

礼文ハイヤー
[香深] TEL 0163-86-1320
イシドウハイヤー
[香深] TEL 0163-86-1148

## レンタルサイクル・バイク

CAT ROCK (自転車の予約不可)
[香深] TEL 090-7517-1095
(問い合わせ時間 9:00～11:00)
ホテル礼文(レンタサイクルのみ)
[香深] TEL 0163-86-1990

島の自然を守るプロジェクト
### 礼文島リボンプロジェクト

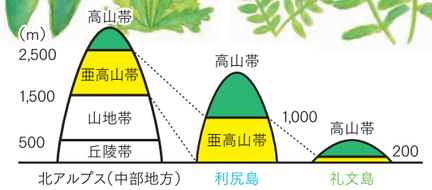
礼文島の高山植物などの自然や景観、水産資源などの保護を行う活動です。礼文島のリボンプロジェクトとしてピンバッジを販売しています。ぜひご協力ください。



# 花に出会う



利尻島は植生が多様で、山を登るにつれて現れるお花畑は壮観です。
高緯度の高山なので、貴重な花々が咲き乱れます。
礼文島は、本州では高山でしか見られないような高山植物が
海抜0メートルの海岸から見られるのが特徴です。
それぞれの島で、貴重な高山植物を数多く見ることができます。







## リシリヒナゲシ

ケシ科 利尻島固有種

日本に自生する唯一のヒナゲシです。固有種であり、利尻山3合目以上に咲きます。




## レブンアツモリソウ

ラン科 礼文島固有種

ラン科の女王とも称えられる礼文固有種です。現在は礼文島北部、アツモリソウ群生地で見られます。



## Island flower list




### ボタンキンバイ

キンポウゲ科 利尻島固有種

はなびらが多い事に由来し、牡丹の花に例えた名前。雌しべが赤く利尻山上部に咲く固有種です。(牧野富太郎博士命名)




### リシリリンドウ

リンドウ科

大雪山や夕張岳にも分布する高山性の植物。高さは5〜15cm程で、中心部の花弁が花の蓋をしているようです。(牧野富太郎博士命名)




### リシリアザミ

キク科 利尻島固有種

両島に自生するチシマアザミは花が下向きですが、花が上向きに咲くリシリアザミは利尻島南部に見られる固有種です。




### レブンキンバイソウ

キンポウゲ科 礼文島固有種

花びらに見えるのはガクで、その中のおしべのように見えるのが花びら。島で咲く金色の梅に似た花と言うことで名付けられました。




### レブンウスユキソウ

キク科 礼文島固有種

ヨーロッパで見られるエーデルワイスの仲間。北緯45度の海岸線近くで、この種が見られるのは世界的にも貴重です。




### レブンソウ

マメ科 礼文島固有種

6〜8月に咲きますが、残り花が秋まで少しずつ咲きます。寒さから身を守るために、全体が絹毛におおわれているのが特徴です。



### ザゼンソウ

サトイモ科
4月下旬▶5月下旬



### ミズバショウ

サトイモ科
4月下旬▶5月下旬



### ハクサンチドリ

ラン科
5月中旬▶6月上旬



### エゾノハクサンイチゲ

キンポウゲ科
利尻 6月上旬▶7月上旬
礼文 5月中旬▶6月中旬



### オオバナノエンレイソウ

ユリ科
5月中旬▶6月中旬



### クロユリ

ユリ科
5月下旬▶6月上旬



### チシマフウロ

フウロソウ科
6月上旬▶7月下旬



### エゾカンゾウ

ススキノキ科
6月下旬▶7月中旬



### イブキトラノオ タデ科

利尻 7月中旬▶8月中旬
礼文 6月下旬▶8月上旬



### ツリガネニンジン

キキョウ科
7月下旬▶9月上旬

※開花時期は目安です。

# 島ごはん



北海道の北部に位置する利尻島・礼文島は、
四方が豊かな海に囲まれており
一年を通して豊富な海産物が水揚げされます。
信頼のブランドになっているウニや利尻昆布、ホッケのほか
ちょっと変わったワンハンドグルメにも、注目してください。
※ウニ等の海産物は漁の状況により提供出来ない場合があります。

### ウニ丼

6月～9月頃しか獲れない島のウニは、日本の中でも最高級品と言われています。「エゾバフンウニ」「キタムラサキウニ」の2種類があり、お店にあればぜひ食べ比べて見てください。

島では
エゾバフンウニを
「ガンゼ」、
キタムラサキウニを
「ノナ」と
呼んでいます。






### 生ウニ

新鮮なウニは臭みがなく、磯の香りと甘みが口に広がります。



### 焼きウニ（イベント時限定）

殻から芳ばしい香りが漂い、かきだして食べるホクホクのウニの味は、また格別です。



### ホッケの飯寿司

脂の乗ったホッケを米こうじで発酵させた冬の定番で、家庭ごとの味を楽しめます。



ホッケの旬は
7月頃から9月頃と
されています。
タイミングが合えば
ぜひ食べてほしい
逸品！

### ホッケのちゃんちゃん焼き

新鮮で脂の乗ったホッケに、特製の味噌ダレと刻んだネギを合わせて焼きます。



### 海鮮丼

島に来たら楽しみたい新鮮な海の幸。魚介類をたっぷりと楽しめます。



### ご当地ラーメン

お店によってスープやトッピングが異なる、オリジナリティ溢れる島グルメです。



### ホッケの開き

表面にうっすらと脂が浮き、つややかなホッケの開きは地元でも大人気。



### ご当地カレーライス

昆布の出汁が入っていたり、地元の食材を使っていたりと工夫はそれぞれ。



### たちかまのバター焼き

スケトウダラの白子を練り上げたかまぼこを、バターで焼いた一品です。



### なまこ酢

独特のコリコリした硬さにしなやかな食感。噛むほどうまみがしみ出します。

## 手軽に食べられる！
# ワンハンドグルメ




利尻島
### 焼きホタテ

身が厚く新鮮なホタテを目の前で焼いてくれます。

利尻島 **タコカツ**

カラッとジューシーに！
昆布塩で召し上がれ！







利尻島 **揚げかまぼこ**

ホッケのすり身を油で揚げており風味も濃厚で、小腹を満たす軽食にぴったりです。




利尻島 **ご当地アイス**

利尻昆布の旨味を引き立てる塩味のアイスにはウニがトッピングされています。

利尻島 礼文島
### ソフトクリーム

島内各地で食べられるソフトクリームは食べ歩きの定番。お店オリジナルの味が楽しめます。







礼文島 **タコざんぎ**

タコのざんぎ（唐揚げ）は豊かな風味とおいしさが味わえます。

礼文島 **ホッケバーガー**

礼文島でとれたホッケを使用！
熱々フライがソースと絡んで絶品です。



# 島の手みやげ



利尻島・礼文島といえば利尻昆布やウニなど
新鮮な海産物や水産加工品です。
島には鮮度と旨味が詰まったお土産品のほか
ご当地ならではのお土産菓子、それぞれの町のゆるキャラグッズなど
さまざまな手みやげを買うことができます。



## 利尻昆布

沿岸で荒波にもまれた利尻昆布は、コクのある上品なダシが自慢です。花折昆布、早煮昆布、とろろ昆布、昆布しょうゆなど、いろいろなオリジナル商品があります。


利尻昆布
北海道利尻島
北海道利尻島
味付昆布
おぼろ昆布
天然
利尻昆布スープカレー
利尻昆布しょうゆ
利尻
利尻昆布だし
利尻昆布のり
利尻昆布
利尻
とろろ昆布
磯の香りとろろ汁
利尻昆布
北海道利尻島
RISHIRI KONBU SOUP CURRY
利尻昆布
しょうゆ
利尻
昆布茶
礼文島香深産
利尻昆布
北海道利尻島
利尻昆布
北海道利尻島
利尻昆布
北海道利尻島

# 四季を愉しむ島カレンダー



| | 1月 | 2月 | 3月 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 気温（日平均） | 0.1<br>-5.4 | -0.8<br>-6.2 | 2.2<br>-2.4 | 11.0<br>4.5 | 13.2<br>6.2 | 17.8<br>11.3 | 23.0<br>16.9 | 24.3<br>17.7 | 21.8<br>14.0 | 16.8<br>9.1 | 8.1<br>1.4 | -0.5<br>-4.9 |
| 服装 | ●長袖<br>●セーター<br>●防寒具 | | ●長袖<br>●フリース<br>●厚手のジャンパー | | | ●長袖<br>●ウィンドブレイカー<br>●フリース | | ●半袖　●長袖<br>●ウィンドブレイカー<br>●フリース（登山など） | ●長袖<br>●フリース<br>●厚手のジャンパー | | ●長袖<br>●セーター<br>●防寒具 | |
| 歳時記 | 本格的な冬<br>あたり一面<br>雪が降って<br>まっ白の景色 | 寒さが厳しい<br>季節<br>海藻採りが<br>風物詩 | 雪解けと共に芽吹くいのち<br>利尻山の残雪 | ミズバショウが開花 | コマドリが鳴きはじめる<br>5月中旬 日本で最も遅い桜が咲く | エゾカンゾウなど<br>初夏の花々が開花<br>ウニ漁が始まる（9月まで） | 夜の海にイカ釣り船の漁火<br>利尻山夏山登山シーズン<br>青い海や緑豊かな自然 | | 利尻山の紅葉がはじまる | 10月初旬 利尻山初冠雪 | | 白銀に覆われ<br>神々しい<br>利尻山 |

## 利尻島のイベント



### 2月上旬 りしり寒歓（かんかん）まつり

賞金が当たるタイヤ引きタイムレースほか、老若男女が楽しめるアトラクションが盛りだくさん。

### 2月上旬 雪ん子広場

利尻の冬を楽しむ恒例イベント。餅まきや雪中パークゴルフ大会、漬物石カーリングなどが行われます。



### 6月第1日曜 利尻島一周悠遊覧人G

景色を楽しみながら一周およそ55kmの島を、10時間以内でひと回りするマラソンレースです。

### 7月中旬 みなとビアガーデン

ウニ・タコ・ホタテなど新鮮な海産物が味わえる露店や、ウニ採り体験などを楽しめます。



### 7月下旬 8月上旬 北海島まつり

利尻富士町最大の夏祭り。島の海産物を味わえる屋台やアトラクションも盛りだくさんです。

### 8月5・6日 利尻浮島まつり

利尻町最大の夏祭り。2日間に渡り開催され、屋台や観光大使等によるステージ、花火も楽しめます。大抽選会では豪華景品も！



### 8月11日 うにうにフェスティバル

利尻特産の「ウニ」が主役のイベント。焼きウニやミニうに丼のほか、「ウニ早食い競争」など、催しが目白押し！

### 8月下旬 飲むべや喰うべやフェスティバル

飲んで食べることを楽しむ、利尻の夏を締めくくるイベント。多くの飲食店が出店し、もちまきなども行います。

### 8月下旬 利尻島一周ふれあいサイクリング

自転車道と一般道道を結び、利尻島を一周するコースは約61km。スタート地点は2ヶ所から選べます。島内外から参加者が集う人気のイベントです。



## 礼文島のイベント







### 6月第1土曜 最北フラワーマラソン

礼文島に夏の訪れを告げるマラソン大会です。気軽に楽しめる3kmの親子ペアコースもあります。



### 6月初旬 アツモリ感謝祭

レブンアツモリソウ群生地前でのミニイベント。見頃を迎える頃に行われます。



### 7月中旬 水産まつり

香深港特設会場で「島のうまいもの」が大集合！島のウニやホッケを味わえます。



### 8月10・11日 礼文ふるさとまつり

島内の特設会場に島の味覚が集合。10日に花火大会、11日に海峡まつりが行われます。



※気温は2024年利尻町沓形のデータです。（気象庁ホームページより）

# 利尻島宿泊先

禁煙　個室トイレ　個室バス　天然温泉　車椅子可　ペット可(★は要相談)　無線LAN　エアコン

| 地区 | 施設名 | 電話番号 | 収容人員 | 営業期間 | 料金 | 設備 | 主なカード |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| おしどまり 鴛泊 | ① 北国グランドホテル | 0163-82-1362 | 176名 | 4月20日～10月20日（予定） | ●14,300円（4、9、10月）●16,500円（5、8月）●22,000円（6、7月）<br>※料金は税込 | 車椅子貸出可 | VISA |
| | ② 利尻マリンホテル | 0163-82-1337 | 161名 | 4月～10月 | ●14,000～25,000円（4月～5月、9月～10月）<br>●20,000～28,000円（6月～8月） | ウォシュレット、冷暖房 | VISA |
| | ③ 利尻富士観光ホテル | 0163-82-1531 | 70名 | 4月～10月 | ●24,000～49,000円（5月、10月）<br>●31,000～57,000円（6月～9月） | 全室禁煙、冷蔵完備 | VISA |
| | ④ ホテルあや瀬 | 0163-82-1560 | 184名 | 4月～10月 | ●15,000～22,000円（4、10月）●18,000～25,000円（5、9月）<br>●18,000～28,000円（6～8月） | エアコンは新館のみ | VISA |
| | ⑤ ホテル雲丹御殿 | 0163-82-1120 | 44名 | 4月～10月 | ●29,700～42,900円 ※料金は税込 | | VISA |
| | ⑥ 田中家ひなげし館 | 0163-89-0811 | 50名 | 5月～10月 | ●14,000～18,000円 | | VISA |
| | ⑦ 旅館 雪国 | 0163-82-1046 | 50名 | 通年営業（12月28日～1月5日休業） | ●13,200円（6/11～8/20）●11,000円（6/1～6/10、8/21～9/30）<br>●9,900円（4/27～5/31、10/1～10/31）●8,800円（11/1～4/26）※料金は税込 | 天然温泉（4/27～10/31） | VISA |
| | ⑧ 夕陽館（ゆうひかん） | 0163-89-2525 | 22名 | 1月6日～12月23日 | ●12,000円（6～9月）●8,000円（10月～5月） | | |
| | ⑨ 旅館 なり田 | 0163-82-1536 | 10名 | 通年営業（年末年始休業） | ●14,000～16,000円（6月～9月）●12,000円～（10月～5月） | | |
| | ⑩ 旅館 大関 | 0163-82-1272 | 15名 | 5～10月 | ●13,000円 ※料金は税込 | | |
| | ⑪ ペンション群鳥（グリーンウィンド） | 0163-82-1888 | 29名 | 4月～10月 | ●18,700～24,200円（6月～8月）●16,500～20,900円（9月） | 全室冷蔵庫完備 | PayPay利用可 |
| | ⑫ ペンション ヘラさんの家 | 0163-82-2361 | 16名 | 5月末～10月 | ●18,700円（5/1～6/15、7/15～7/25）●20,350円（6/16～7/15）<br>●17,600円（7/26～8/15）●15,950円（8/16～8/30）●13,750円（9/1～9/10）<br>●12,650円（9/11～10/31）※料金は税込 | | |
| | ⑬ 利尻うみねこ ゲストハウス | 0163-85-7717 | 20名 | 5月～9月 | ●素泊り 4,000～5,800円 ※料金は税込<br>※男女別相部屋または個室、U29割、連泊割あり、登山口送迎なし | | |
| | ⑭ 利尻山荘 花りしり | 0163-82-2362 | 12名 | 通年営業（休業日あり） | ●7,700～18,000円 | | |
| | ⑮ お宿マルゼン | 0163-82-2620 | 19名 | 4月～10月 | ●素泊まり 5,000円 ※料金は税込、登山口送迎なし | ★ | |
| | ⑯ 花コテージ北国（北国グランドホテル） | 0163-82-1362 | 16名 | 6月～9月 | ●14,300円（4、9、10月）●16,500円（5、8月）<br>●22,000円（6、7月）※料金は税込 | ※ペット可1室、無線LANは全室 | VISA |
| | ⑰ 利尻ぐりーんひる inn | 0163-82-2507 | 24名 | 3月～10月 | ●ドミトリー 3,900円～（3月～5月、10月）2泊7,800円、3泊10,800円、4泊以上1泊3,400円<br>●ドミトリー 4,800円～（6月～9月）2泊9,000円、3泊11,800円、4泊以上1泊3,400円<br>※男女別相部屋、料金は税込 | | VISA |
| | ⑱ マルゼンペンション レラモシリ | 0163-82-2295 | 28名 | 通年営業 | ●15,400～27,500円（6月～9月）<br>●13,200～20,900円（10月～5月）※料金は税込 | 無線LANはFree Wi-Fi | VISA |
| | ⑲ さいとう旅館 | 0163-82-1514 | 20名 | 4月～10月 | ●17,000円～（6月～9月） ●12,000円～（5月、10月） | | |
| | ⑳ 利尻 旅番屋 | 0163-85-7750 | 26名 | 通年営業 | ●8,000円（シングルルーム）●20,000円（1LDK）●30,000円（2LDK）<br>※3泊目から連泊割引 ※料金は税込 | | VISA |
| | ㉑ しまのやど かむいりしり | 0163-85-7711 | 27名 | 5月～10月 | ●素泊まり 8,500～13,000円 | | VISA |
| | ㉒ 花と夢の島ラナルド | 0163-85-7640<br>予約 090-4748-3607 | 9名 | 通年営業 | ●25,000円（9名まで）●24,000円（4名まで）●19,500円（3名まで）●15,000円（2名まで）<br>●9,000円（1名）※1棟貸し、冬季は暖房費1組+1,000円、料金は税別、連泊割引有り | | |
| おにわき 鬼脇 | ㉓ プチホテル川ー | 0163-83-1268 | 22名 | 3月～12月 | 【10/15～4/28】●7,200円～7,700円（素泊まり）●11,200円～11,700円（2食付）<br>●朝食のみ（素泊まり料金+1,500円）●夕食のみ（素泊まり料金+2,500円）<br>【4/29～10/14】●9,500円～10,000円（素泊まり）●19,500円～20,000円（2食付）<br>●朝食のみ（素泊まり料金+2,000円）●夕食のみ（素泊まり料金+8,000円）<br>※登山口送迎なし | | |
| | ㉔ 旅館 富士 | 0163-83-1170 | 26名 | 通年営業 | ●素泊まり 8,800円～9,900円（5月～9月）<br>●素泊まり 7,900円（10月～4月） | | VISA |
| くつがた 沓形 | ㉕ ホテル利尻 | 0163-84-2001 | 185名 | 4月1日～11月29日 但し12～3月は素泊まりのみ | ●11,150円～（4月、10月～11月）●16,100円～（5月～9月）<br>※料金は税込（入湯税込）※露天風呂は5～10月上旬まで | | VISA |
| | ㉖ アイランドインリシリ | 0163-84-3002 | 203名 | 6月1日～9月30日 | ●19,000円～ ※料金は季節により異なります。※料金は税込 | | VISA |
| | ㉗ 正部川旅館 | 0163-84-2072 | 20名 | 通年営業（年末年始を除く） | ●9,900円～（6月～9月）●8,500円～（10月～5月）※季節により変動あり | | |
| | ㉘ 中原旅館 | 0163-84-2066 | 40名 | 通年営業（年末年始を除く） | ●素泊まり7,700円 ●朝食付き8,580円（通年）※暖房費+400円 ※料金は税込 | PayPay利用可 | VISA |
| | ㉙ 民宿くつがた荘 | 0163-84-2038 | 15名 | 3月～12月 | ●8,800円 ※素泊り 5,000円 ※料金は税込 | | |
| | ㉚ 民宿なごり荘 | 0163-84-2233 | 20名 | 5月中旬～12月 | ●7,500円 ※料金は税込 | | |
| | ㉛ 民宿びやころ荘＆ゲストハウスあだち | 0163-84-2044 | 25名 | 通年営業 | ●素泊り3,800円～（温泉券付き）※送迎観光プラン有（別途料金）<br>※食事別料金 夕食（飲み物付）4,500円～、朝食1,200円～ | | |
| | ㉜ ゲストハウスいちななにーいち | 0163-84-2561 | 18名 | 通年営業 | ●素泊まり 4,140円～（男女別相部屋、シングルルーム）※料金は税込 | | VISA |
| | ㉝ クツカンタ | 0163-85-7422 | 5名 | 通年営業 | ●素泊まり 4,500円 | 各種電子決済可 | VISA |
| | ㉞ Villa Kamui | 070-4465-6123 | 4名 | 通年営業 | ●55,000円～ ※1組限定プライベートサウナ付 | | VISA |
| | ㉟ 利尻島の宿クマゲラハウス | 0163-84-2561 | 12名 | 通年営業 | ●素泊り4,500円～（シングル、セミダブル、ツインルーム）※料金は税込 | | VISA |
| | ㊱ 民泊 たじり | 0163-84-2154 | 8名 | 5月～10月 | ●素泊まり4,300円 | | |
| | ㊲ Rishiri Antique Inn（リシリアンティークイン） | 080-9336-7194 | 5名 | 6月～9月 | ●素泊まり12,000～16,000円 | | |
| せんほうし 仙法志 | ㊳ 民宿 はまだ 利尻ん輪 ライハ（りしりんりんらいは） | 080-7847-2305 | 20名 | 5月～10月 | ●一般 素泊まり5,500円税込 ●ライダー3,000円（学生、女性は500円引）<br>※フリーキッチン、全室テレビ、扇風機、共同トイレ、共同浴室（コンブの風呂）、共同洗濯機、喫煙所ブース有り | | |
| | ㊴ 縁OCEAN（えにしオーシャン） | なし（ネット予約） | 5名 | 通年営業 | ー棟貸し ●基本2名様以上●おひとり様8,000円～（季節や人数により変動あり） | 駐車スペース有 | |

●2名様利用、1泊2食の1人あたりの税別料金（サービス料込※一部施設を除く）　●一部施設は入湯税別途負担　●一部施設は税込料金

## 詳細MAP

郵便局　駐在所　病院　ガソリンスタンド






# 利尻島MAP




SOS

### 警察署

鴛泊駐在所
TEL 0163-82-2110
沓形駐在所
TEL 0163-84-2110
仙法志駐在所
TEL 0163-85-1110
鬼脇駐在所
TEL 0163-83-1004

### 病院

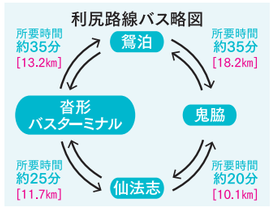
利尻島国保中央病院
TEL 0163-84-2626
利尻富士町国民健康保険
鴛泊診療所
TEL 0163-82-1038
北海道立鬼脇診療所
TEL 0163-83-1341

## 利尻島の交通

### 路線バス・定期観光バス

宗谷バス（株）利尻営業所
[沓形] TEL 0163-84-2550
※自由乗降区間があります。
※1日乗り放題のパスがあります。

利尻路線バス略図




### レンタカー（要予約）

ニッポンレンタカー 利尻営業所
[鴛泊] TEL 0163-89-0919
マルゼンレンタカー
[鴛泊] TEL 0163-82-2295
利尻レンタカー
[鴛泊] TEL 0163-82-2551
トヨタレンタリース旭川利尻営業所
[鴛泊] TEL 0163-89-2300
まごころレンタカー
[鴛泊営業所]TEL 0163-82-1551
[鬼脇事務所]TEL 0163-83-1603
かめやレンタカー
[沓形] TEL 0163-84-2252
ピリカレンタカー
[沓形] TEL 070-2626-8075

### タクシー

富士ハイヤー
[鴛泊] TEL 0163-82-1181
りしりハイヤー
[沓形] TEL 0163-84-2252
合同会社ササヤ
[沓形] TEL 070-2305-7580

### レンタサイクル・バイク

旅館 雪国
[鴛泊]TEL 0163-82-1046
RISHIRI ACTIVITY
（レンタサイクルのみ）
[沓形]TEL 080-1883-8768

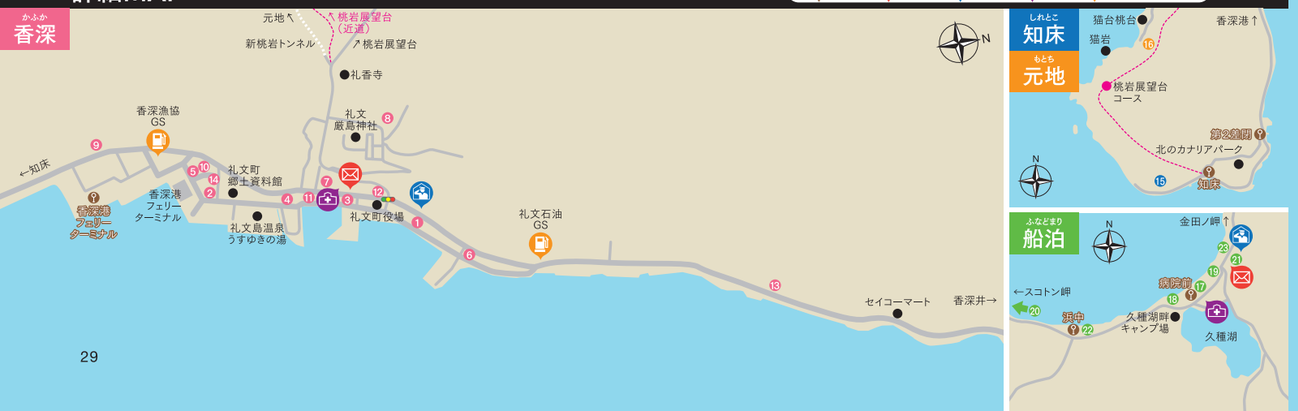
# 礼文島宿泊先

個室トイレ　個室バス　天然温泉　車椅子可　ペット可(★は要相談)　無線LAN　エアコン

| 地区 | 施設名 | 電話番号 | 収容人員 | 営業期間 | 料金 | 設備 | 主なカード |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 香深 | ①礼文観光ホテル咲涼 | 0163-86-1717 | 200名 | 4月24日～11月3日 | ●18,000～35,000円(サ込・税込・入湯税150円)<br>※期間により変動あり。お問い合わせください。 | 無線LANはロビーのみ | |
| | ②ホテル礼文 | 0163-86-1990 | 160名 | 5月17日～9月30日 | ●16,500～30,800円(税込・2食付)<br>※期間により変動あり。お問い合わせください。 | | |
| | ③花れぶん | 0163-86-1666 | 120名 | 5月20日～9月30日 | ●30,800～44,000円(サ込・税込・入湯税150円)<br>※部屋タイプ、期間により変動あり。お問い合わせください。 | エアコンは一括管理の為、客室内での温度調整は× | |
| | ④旅館桜井 | 0163-86-1030 | 50名 | 通年営業 | ●6月～8月 16,000～20,000円(サ込・税別)<br>●9月～5月 13,000～18,000円(サ込・税別) | 無線LANはロビーのみ | |
| | ⑤素泊まり花文 | 0163-85-7890 | 16名 | 4月～12月 | ●素泊り 6,500円(税込)<br>●朝食付 7,500円(税込) | | |
| | ⑥旅館かもめ荘 | 0163-86-1873 | 28名 | 通年営業 | ●5月1日～9月30日 12,100～14,300円(税込)<br>●10月1日～12月20日・1月1日～4月30日 8,800円(税込) | | |
| | ⑦しまのやど れぶんしり | 0163-86-2477 | 30名 | 年末年始休業 | ●素泊まり 7,500～13,000円 ※朝食付プランあり | | |
| | ⑧ペンションう～に～ | 0163-86-1541 | 29名 | 通年営業<br>(年末年始休業) | ●5月20日～8月31日 29,700円～(サ込・税込・2食付)<br>●9月1日～9月30日 18,000円～(サ込・税込・2食付)<br>●10月1日～4月26日 9,900円～(サ込・税込・2食付)<br>●4月27日～5月5日 24,200円～(サ込・税込・2食付)<br>●5月6日～5月19日 19,800円～(サ込・税込・2食付) | | |
| | ⑨民宿山光 | 0163-86-1891 | 10名 | 5月15日～10月15日 | ●6,600円 | 扇風機あり | |
| | ⑩ゲストハウス のんの | 0163-85-7868 | 12名 | 4月20日～10月末 | ●5,500円(税込・素泊り) | シャワールームあり | |
| | ⑪民宿さざ波 | 0163-86-1420 | 15名 | 通年営業 | ●9,900～13,000円(2食付・税込)<br>●6,600円(素泊・税込) | | |
| | ⑫民宿香栄丸 | 0163-86-1032 | 30名 | 6月～9月中旬 | ●12,100～14,300円(2食付) | 4室のみ | |
| | ⑬民宿はな心 | 0163-86-1648 | 47名 | 通年営業<br>(年末年始休業) | ●4月20日～9月30日 13,750～17,600円(税込・2食付)<br>●10月1日～4月19日 9,350～13,200円(税込・2食付)<br>※素泊り・ビジネス料金あり。お問い合わせください。 | 個室トイレ付8室、バス・トイレ付1室 | |
| | ⑭民宿やざわ | 0163-86-2034<br>090-1524-9337 | 20名 | 4月15日～9月30日 | ●1室1名 15,000円(税込) ●1室2名 13,000円(税込)<br>●1室3名～4名：12,000円(税込) | 各部屋扇風機あり | |
| 知床 | ⑮民宿はまなす | 0163-86-2811 | 16名 | 6月～9月 | ●6月～8月 10,000円～12,000円(税込・2食付)<br>●9月 9,500円～11,500円(税込・2食付) | | |
| 元地 | ⑯桃岩荘YH | 0163-86-1421 | 38名 | 6月～9月 | ●会員素泊まり 3,850円<br>●一般素泊まり 4,510円 | | |
| 船泊 | ⑰礼文島プチホテル コリンシアン | 0163-87-3001 | 60名 | 5月1日～10月19日 | ●37,400～38,500円(1泊2食シングル・サ込・税別・入湯税150円)<br>●28,600～36,300円(1泊2食付ツイン・サ込・税別・入湯税150円) | | |
| | ⑱ホテル礼文荘 | 0163-87-2755 | 45名 | 5月1日～10月31日 | ●11,000～15,000円(税込) | | |
| | ⑲民宿海憧(かいどう) | 0163-87-2717 | 30名 | 通年営業 | ●9,900～16,500円(2食付・税込) | | |
| | ⑳星観荘(YH形式) | 0163-87-2818 | 8名 | 4月29日～10月15日 | ●5,500～8,500円(税込) | エアコンは相部屋のみ | |
| | ㉑民宿カメとはまなす | 0163-87-2887 | 22名 | 通年営業 | ●観光プラン 11,500円(税別・1泊2食付)<br>●ビジネスプラン 8,500円(税別・1泊2食付)<br>●素泊り 6,500円(税別) | | |
| | ㉒民宿吹風 | 0163-87-3032 | 10名 | 通年営業 | ●8,000～10,000円(税別) ●5,500円(素泊まり、税別) | | |
| | ㉓民宿夕凪(ゆうなぎ) | 0163-87-2016 | 16名 | 通年営業 | ●素泊り 7,000円(税込) | | |

## 詳細MAP

バス停　郵便局　駐在所　病院　ガソリンスタンド






# 礼文島MAP




**ガイド情報**
礼文島観光協会 花ガイド

### はなガイドクラブ
TEL 0163-89-6330(夏季)
FAX 0163-89-6770(夏季)
TEL・FAX 0137-27-4545(冬期)
〒097-1201
礼文町香深字尺忍1-10
http://www.hanaguideclub.com

### 礼文ガイドサービス
TEL 080-5548-6464(川村)
0163-86-1320
FAX 0163-86-1382
〒097-1201
北海道礼文郡礼文町香深村ワウシ
http://rebun.co.jp/guide/

### Rebun Outdoor Guide
TEL 090-2690-4175
〒097-1201
北海道礼文郡礼文町香深村字尺忍
https://rebun-island.com/

SOS

### 警察署
香深駐在所　TEL 0163-86-1110
船泊駐在所　TEL 0163-87-2110

### 病院
北海道立香深診療所
TEL 0163-86-1239
礼文町国民健康保険船泊診療所
TEL 0163-87-2771