石狩川流域 サイクリングマップ

「走る」と「感じる」をまるごと満喫できる6つのコース。

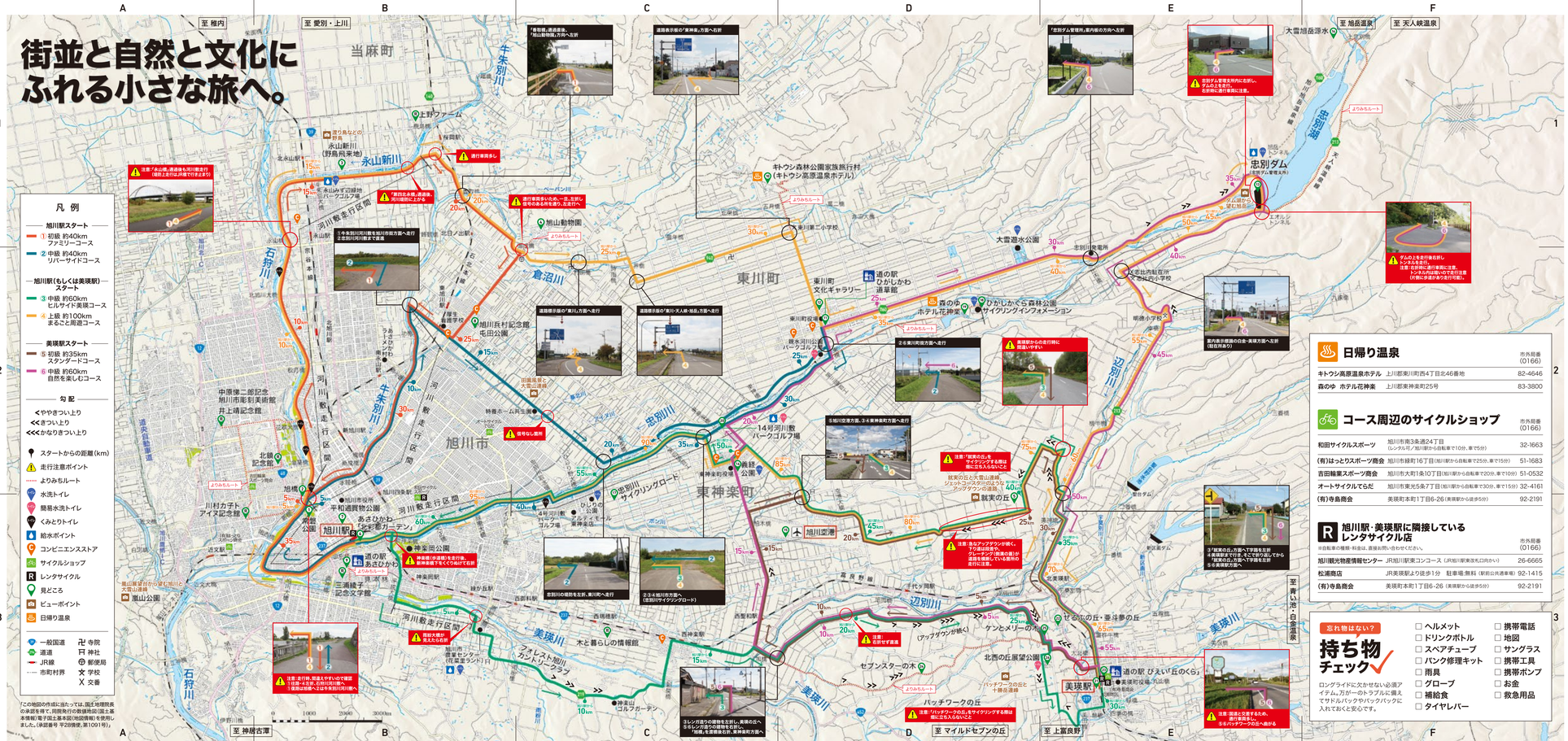
つながる46市町村

旭川市・富良野市・鷹栖町・東神楽町・当麻町・比布町・愛別町・上川町・東川町・美瑛町・上富良野町・中富良野町・南富良野町・幌加内町・夕張市・岩見沢市・美唄市・芦別市・赤平市・三笠市・滝川市・砂川市・歌志内市・深川市・南幌町・奈井江町・上砂川町・由仁町・長沼町・栗山町・月形町・浦臼町・新十津川町・雨竜市町・秩父別町・雨竜町・北竜町・沼田町・札幌市・江別市・千歳市・恵庭市・北広島市・石狩市・当別町・新篠津村

石狩川流域圏会議　事務局

平成29年3月作成

街並と自然と文化にふれる小さな旅へ。



「この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の数値地図（国土基本情報）電子国土基本図（地図情報）を使用しました。（承認番号 平29情使、第1091号）」

日帰り温泉

	市外局番(0166)
キトウシ高原温泉ホテル　上川郡東川町西4丁目北46番地	82-4646
森のゆ ホテル花神楽　上川郡東神楽町25号	83-3800

コース周辺のサイクルショップ

	市外局番(0166)
和田サイクルスポーツ　旭川市南3条通24丁目（レンタル可／旭川駅から自転車で10分、車で5分）	32-1663
(有)はっとりスポーツ商会　旭川市緑町16丁目（旭川駅から自転車で25分、車で15分）	51-1683
吉田輪業スポーツ商会　旭川市大町1条10丁目（旭川駅から自転車で20分、車で10分）	51-0532
オートサイクルてらだ　旭川市東光5条7丁目（旭川駅から自転車で30分、車で15分）	32-4161
(有)寺島商会　美瑛町本町1丁目6-26（美瑛駅から徒歩5分）	92-2191

旭川駅・美瑛駅に隣接しているレンタサイクル店

※自転車の種類・料金は、直接お問い合わせください。

	市外局番(0166)
旭川観光物産情報センター　JR旭川駅東コンコース（JR旭川駅東改札口向かい）	26-6665
松浦商店　JR美瑛駅より徒歩1分　駐車場:無料（駅前公共通車場）	92-1415
(有)寺島商会　美瑛町本町1丁目6-26（美瑛駅から徒歩5分）	92-2191

忘れ物はない？ 持ち物チェック

ロングライドに欠かせない必須アイテム。万が一のトラブルに備えてサドルバッグやパックパックに入れておくと安心です。

- □ ヘルメット
- □ ドリンクボトル
- □ スペアチューブ
- □ パンク修理キット
- □ 雨具
- □ グローブ
- □ 補給食
- □ タイヤレバー
- □ 携帯電話
- □ 地図
- □ サングラス
- □ 携帯工具
- □ 携帯ポンプ
- □ お金
- □ 救急用品

スタートもゴールも駅舎を望みながら。

初心者から上級者まで、レベルに合ったコースがラインナップ。全コース2つの駅舎からスタート！

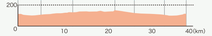
「走る」と「感じる」をまるごと満喫できるサイクリングコース

旭川駅 START

❶初級 約40km
川の街あさひかわを巡る
ファミリーコース

石狩川・牛朱別川などの河川沿いをゆったり走る入門コース。川の交流館さらら、旭山動物園、常盤公園、野外彫刻などバリエーションに富んだ定番コース。ユニークな施設を巡るのも楽しい、半分以上、河川敷や堤防上を走行するので、車が少なくアップダウンも少ないのでファミリーにも最適。

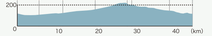
旭川駅（スタート&ゴール）
旭橋（石狩川） 5.3
永山橋（永山新川） 12.6
旭山動物園 22.3
牛朱別川左岸河川敷 26.8
旭橋（石狩川）常盤公園 33.7
旭川駅 38.7



❷中級 約40km
忠別川や牛朱別川沿いを巡る
リバーサイドコース

初心者にも人気の忠別川サイクリングロードや牛朱別川沿いなど、常に川と並行しながら走る旭川の名物コース。遥か遠くには大雪山連峰が悠然と構たたるなど、眺めも最高。25km過ぎからはゆるやかな下り坂が続く、高低差も少ない初〜中級者向け。

旭川駅（スタート&ゴール）
旭橋（牛朱別川合流点） 5.3
功進橋（牛朱別川と流石新地点） 11.1
忠別川左岸河川敷 18.9
東川町（道の駅 ひがしかわ道草館） 26.8
忠別川サイクリングロード（東橋） 27.9
忠別川取水堰 右岸地点 37.1
旭川駅 42.7



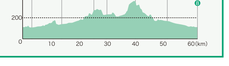
旭川駅（美瑛駅） START

旭川駅からも、美瑛駅からでもスタートできる2コース。
美瑛駅からスタートする場合は標高図のゴールから確認してください。

❸中級 約60km
川の街から丘の街へ続く
ヒルサイド美瑛コース

旭川駅からも美瑛駅からも同じコースを巡ることができる共通ルート。「パッチワークの丘」からは十勝岳連峰と田園風景の素晴らしい眺望、「就実の丘」の上りはきついが、大雪山連峰の雄大な景色や旭川市街が望め、またジェットコースターのようなアップダウンが続く、忠別川サイクリングロードでは、大雪山連峰や田園風景がゆったり楽しめる。

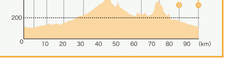
旭川駅（スタート&ゴール）
美瑛川（美瑛川〜新開橋） 3.3
西神楽駅 14.0
ケンとメリーの木（パッチワークの丘） 25.5
美瑛駅 30.2
就実の丘（案内板地点） 40.4
忠別川サイクリングロード（東神楽駅） 51.8
旭川駅 62.5



❹上級 約100km
カルチャー&ネイチャー
まるごと周遊コース

旭川、東神楽、東川、美瑛のまちを周遊するロングランコース。旭川駅からも美瑛駅からも同じコースを巡ることができる共通ルート。忠別ダム湖、就実の丘、忠別川サイクリングロードなどからの雄大な自然景観、眺望や4つのまちのカルチャーやグルメなども堪能できる周遊コース。

旭川駅（スタート&ゴール）
旭橋（石狩川） 5.3
永山橋（永山新川） 12.6
旭山動物園 22.3
東川町（道の駅 ひがしかわ道草館） 33.5
忠別ダム 47.5
美瑛駅 66.4
就実の丘（案内板地点） 76.6
忠別川サイクリングロード（東神楽駅） 88.0
旭川駅 98.7

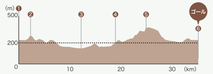


美瑛駅 START

❺初級 約35km
丘の景観、アップダウンを楽しめる
スタンダードコース

十勝岳連峰の雄大な風景を背景にアップダウンの多いパッチワークの丘をフルに楽しめるコース。名前のついた木々も見所、旭川空港をへて大雪山連峰は絶景、必見。

美瑛駅（スタート&ゴール）
ケンとメリーの木（パッチワークの丘） 2.3
四季彩の丘（加鹿） 12.2
旭川空港 18.9
就実の丘（案内板地点） 24.9
美瑛駅 35.1



❻中級 約60km
旭岳が望める忠別湖と丘陵を巡る
自然を楽しむコース

「パッチワークの丘」から十勝岳連峰を眺望し、忠別川沿いに広がる田園風景、大雪山連峰を見ながら忠別ダム へ。ダムの付近から北海道遺産高峰の旭岳が望め、湖周辺には観水広場などがあり自然を感じ楽しめる。

美瑛駅（スタート&ゴール）
ケンとメリーの木（パッチワークの丘） 2.3
四季彩の丘（美瑛川〜新開橋） 12.2
忠別川サイクリングロード（東神楽駅） 18.8
東川町（道の駅 ひがしかわ道草館） 23.2
忠別ダム 37.2
美瑛駅 56.1

風景と出会いを楽しもう!

旭川・東川・東神楽・美瑛の「見どころ」

道の向こうに広がる美しい自然やコース沿いの見どころをラインナップ。

旭川市

「あさひかわ」ってこんな街!

道北の拠点ともいわれる北海道第2の都市。「川と橋の街」ともいわれ、石狩川など大小約130本もの川が流れ、市内には750本以上の橋が架かっています。

グルメスポットをチェック!

旭川市 http://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/
旭川観光コンベンション協会 http://www.atca.jp/

東川町

「ひがしかわ」ってこんな街!

北海道のほぼ中央に位置する「写真の町」。大雪山連峰などの雄大な自然景観に恵まれ、みるものすべてが絵になる町です。

グルメスポットをチェック!

東川町 http://town.higashikawa.hokkaido.jp/
ようこそ東川 (ひがしかわ観光協会・東川町商工会) http://www.welcome-higashikawa.jp/

東神楽町

「ひがしかぐら」ってこんな街!

旭川空港があり、「花のまち」としても知られています。道内有数の米どころとして稲作を中心に、都市近郊型農業が盛んで道外へも農作物が出荷されています。

グルメスポットをチェック!

東神楽町観光協会 http://www.town.higashikagura.lg.jp/

東神楽町観光協会
東神楽町東1条西2丁目10番30号 農工会事務局内
TEL 0166-83-2543 FAX 0166-83-4182
利用時間／8時30分〜17時
定休日／土日、祝日、年末年始

美瑛町

「びえい」ってこんな街!

なだらかな丘陵地帯と、十勝岳連峰を背景とした美しい風景が望める「丘のまち」。四季折々に姿を変える風景は、多くの人々を惹きつけています。

グルメスポットをチェック!

美瑛町 https://town.biei.hokkaido.jp/
美瑛時間（美瑛町観光協会） http://www.biei-hokkaido.jp/

常盤公園

旭川市初の公園として、大正5年に開園。国内に道立美術館、文学資料館、野外彫刻などがある。「日本の都市公園100選」に選定されている。

旭川市常盤公園
TEL 0166-23-8961

旭橋

「川と橋の街」旭川市のシンボル。石狩川河口から約157km上流に架かる、現在の旭橋は昭和7年に完成、「北海道遺産」に選定されている。

旭川市常盤通3丁目

永山新川（野鳥飛来地）

野鳥の宝庫であり、渡り鳥の飛来シーズンになるとハクチョウやカモなどさくの鳥が羽を休ませる。休日には野鳥観察に訪れる家族連れで賑わう。

キトウシ森林公園 家族旅行村

キトウシ山の麓に広がるレクリエーション施設。展望台からの眺望やカタクリの群生、芝桜などの花々が美しいアウトドアスポット。

上川郡東川町西5号北44番地
TEL 0166-82-2632

東川町文化ギャラリー

写真、彫刻、絵画、文芸などの文化、芸術作品を展示。毎年開かれる「東川町国際写真フェスティバル」など多彩なにわたる企画展を開催している。

上川郡東川町東町1丁目19-8
TEL 0166-82-4700

忠別ダム

石狩川とその 合 流 点 より約31km上流の忠別川に建設された多目的ダム。洪水調節、河川の環境保全、かんがい用水、水道用水の供給、発電の役割を持つ。
ダム管理所には展示室（入場無料、トイレ有）があり、堰頂広場、観水広場なども整備されている。

上川郡東川町八ケナン
TEL 0166-82-5391

旭川空港

北・北海道の空の玄関として1966年に開港。空港内にはショップやレストランが多数あり、展望デッキからは大雪山連峰などの眺望が楽しめる。

上川郡東神楽町東2線16号98番地
TEL 0166-83-3939

義経公園

東神楽町の中心にあり噴水広場、サクラ、ツツジなどの木々、多目的グラウンドが整備されている。義経伝説で知られる東神楽神社がある。

上川郡東神楽町南1条東1丁目

忠別川サイクリングロード

旭川ツインハーブ橋からひがしかぐら森林公園までの延長15.2km、大雪山連峰を正面に忠別川旧国風景、自様林などが多彩な風景を楽しめる。

TEL 0166-83-2114
（東神楽町役場産業振興課）

美瑛駅

美瑛軟石を使ったレトロな石造りの駅舎。美瑛町の観光ポイントの一つ。「ふるさとの駅」100選に選定されている。

上川郡美瑛町本町1丁目
TEL 0166-92-1854

ぜるぶの丘・亜斗夢の丘

国道沿いにある花畑、ラベンダー、ひまわり、ポピーなどの花々が咲きほこる。展望台がある。

上川郡美瑛町字大三
TEL 0166-92-3160

セブンスターの木

たばこ「セブンスター」のCMで使われた木。付近の丘のパノラマも絶景。

上川郡美瑛町北瑛

旭山動物園

日本最北にある動物園。動物たちの特性を活かした、いきいきした姿が魅力。

旭川市東旭川町倉沼
TEL 0166-36-1104

就実の丘

広大な丘陵地の中にアップダウンの続く直線道路、旭川市街道路、大雪山連峰、十勝岳連峰を一望できるビュースポット。

旭川市西神楽就実地区
TEL 0166-23-0090
（一社）旭川観光コンベンション協会

あさひかわ「北彩都ガーデン」

駅に直結する全国でも珍しいロケーションの庭園。啓らには忠別川が流れ、庭園の各エリアではさまざまな草花が目を楽しませてくれる。

旭川市宮前2条1丁目
TEL 0166-74-5966
（ガーデンセンター）

大雪旭岳源水（大雪旭岳源水公園）

大雪山「旭岳」の雪解け水が、長い年月をかけて大自然の天然フィルターに通され、はじめて湧き出る場所。湧き水は当り取ることができる。

上川郡東川町ノカナン
TEL 0166-82-2111
（東川町役場　代表）

忠別湖と旭岳

忠別湖の背景には北海道の最高峰である旭岳（2,291m）が望め、晴れた日などには湖面にその雄大な姿を現すことも ある。

ひがしかぐら森林公園

公園内の人造湖とその周りを囲む森林の緑を同時に楽しめる体験型リゾート。忠別川サイクリングロードの終着点でサイクリングターミナルがある。

上川郡東神楽町25号40番地
TEL 0166-83-7789

森のゆ花神楽

大雪山を一望できる温泉施設。露天風呂、大浴場、サウナ、レストラン、リラクゼーションルームなどがあり、日帰り入浴も可能。

上川郡東神楽町25号
TEL 0166-83-3800

14号河川敷パークゴルフ場

忠別川河川敷のパークゴルフ場。緑大な大雪山連峰を眺めながらプレーを楽しめる。（NPO）国際パークゴルフ協会公認コース、36ホール。

上川郡東神楽町14号北別川河川敷
TEL 0166-83-7789

ケンとメリーの木

自動車、スカイラインのCMのロケ地として使われたポプラの木。周辺にも美瑛やカフェも。

上川郡美瑛町大久保北

北西の丘展望公園

ピラミッドの形をした展望台から十勝岳連峰が一望でき、園内の9つのラベンダー畑も見所。案内所ではコーヒーなども販売され、観光案内所も併設。

上川郡美瑛町大久保北生
TEL 0166-92-4445

パッチワークの丘（十勝岳連峰と十勝岳）

大昔に起こった火山の大噴火で形作られた美しい丘と十勝岳（2,077m）を主峰とする十勝岳連峰が織りなす雄大な自然景観が楽しめる。
古くから噴火を繰り返す十勝岳は、温泉をはじめ美瑛町石などさまざまの恩恵をもたらしている。

平和通買物公園

昭和47年6月に開設された全国初の恒久的な歩行者専用道路（歩行者天国）。毎年さまざまな催しが行われ、多くの人で賑わう。

旭川兵村記念館 屯田公園

旭川兵村に入植した屯田兵とその家族が築きた、軍事訓練と開拓労働の苦闘の歴史と暮らしぶりを展示。

旭川市東旭川南1条6丁目
TEL 0166-36-2323

道の駅 チャリめし&スイーツ

地元の食材を活かしたこだわりグルメと甘いスイーツでパワーチャージしちゃおう!

道の駅あさひかわ

北・北海道（上川・留萌・宗谷）の特産品や旭川を中心とした銘菓、特産品、農産物を直売。旭川ラーメンをはじめとする有名店なども出店している。

旭川ラーメン

ソフトクリーム

旭川市神楽4条6丁目1-12
TEL 0166-61-2283

道の駅あさひかわ
（一財）北海道地域物産振興センター
http://www.asahikawa-jibasan.com/

道の駅「ひがしかわ道草館」

観光資源を擁する「大雪山国立公園」の玄関として、ひがしかわ観光情報など情報発信の拠点となっている。

オリジナルおにぎり

ソフトクリーム

上川郡東川町東町17丁目1番15号
TEL 0166-68-4777

ようこそ東川 道の駅紹介ページ
http://welcome-higashikawa.jp/info/?cs=17

道の駅「びえい「丘のくら」

大正初期に建設された美瑛駅近辺の石倉庫を改装したもの。観光コーナーや特産品販売コーナーがあり、農産加工品などが購入できる。

美瑛カレーうどん

美瑛サイダー

上川郡美瑛町本町1丁目9番2号
TEL 0166-92-0920

美瑛時間 道の駅紹介ページ
https://www.biei-hokkaido.jp/search/sightseeing/000230.html

あの川はどんな川?

サイクリングコースに沿った河川にも目を向けてみよう。

石狩川（いしかりがわ） 幹線流路延長 268km

源を、大雪山系の石狩岳（1,967m）に発し、上川盆地、石狩平野を経て日本海に注いでいます。流路延長全国第3位。

忠別川（ちゅうべつがわ） 幹線流路延長 59km

源を、忠別岳（1,963m）に発し、旭川の市街部で美瑛川を合わせて石狩川に合流しています。

美瑛川（びえいがわ） 幹線流路延長 69km

源を、十勝岳連峰のソリガネ山（1,967m）付近に発し、美瑛町を経て旭川市の市街部で忠別川に合流しています。

牛朱別川（うしゅべつがわ） 幹線流路延長 37km

源を、米飯山（920m）付近に発し上川盆地を経て旭川市街部を貫流して石狩川に合流しています。

永山新川（ながやましんかわ） 幹線流路延長 5.7km

洪水時に牛朱別川の本名石狩川に流し、旭川市街部を洪水から守るために作られた人工の川（分水路）です。平成16年に完成しました。

旭川市街詳細図
石狩川
牛朱別川
忠別川
旭川駅
旭川市役所
旭川市科学館
旭川市博物館
旭川中央警察署
旭川医大
北海道立旭川美術館
旭川市民文化会館
旭川駅前郵便局
旭川西郵便局
旭川西神楽郵便局
旭川西神楽郵便局
旭川西神楽