体験観光業・観光ガイドリスト

業者名・団体名	主な取扱い業務・アクティビティ	
R(アール)	カヌー・スノーハイク	(0154)65-4100
カヌープロ	カヌー・レンタルカヌー	090-2050-6277
ロッジシラルトロ	カヌー・トレッキング	(015)487-2325
レイクサイドとうろ	カヌー・トレッキング・スノーハイク・フィッシング	(015)487-2172
NPO法人 釧路湿原やちの会	トレッキング	090-5220-9779
塘路ネイチャーセンター	カヌー・トレッキング・ドリフトボート	(015)487-3100
カヌーショップヒライワ	カヌー・スノーハイク・カヌー関連販売	(0154)91-6185
釧路マーシュ&リバー	カヌー・スノーハイク・トレッキング	(0154)23-7116
ReRa レラ	カヌー・トレッキング・タンチョウ撮影ツアー	(0154)36-5431
ミンタラ	カヌー・トレッキング・スノーハイク	(0154)91-5763
ファミリーカヌーとうろ	カヌー・トレッキング	(015)487-2888

業者名・団体名	主な取扱い業務・アクティビティ	
TAITOネイチャー倶楽部	トレッキング	(0154)64-3111
B&Bかむほーむ	カヌー・トレッキング	(015)487-3360
釧路観光ガイドの会	釧路市街ガイド・トレッキング	090-4878-7663
クスリ凸凹旅行舎	トレッキング	(0154)37-6513
釧路川カヌーツーリングGrace field	カヌー・フィッシング	090-8631-0946
BAY LOUNGE SEA CRANE	観光クルーズ船	(0154)41-7511
Old Place	カヌー・トレッキング	080-3259-6557
サイクルガレージ パズ	レンタサイクル	(0154)65-6554
ジス・イズ	トレッキング・登山	(0154)46-2772
釧路サイクリングツアーズ(阿寒観光ハイヤー)	サイクリングガイド	(0154)66-3221
北海道トラウト奇功	カヌーフィッシング	(0154)25-2231

アクセスと観光お問合わせ

●交通機関

■航空

日本航空(JAL)	0570-025-071
全日空(ANA)	0570-029-222
北海道エアシステム(HAC)	0570-025-071
AIR DO(ADO)	0120-057-333
Peach Aviation(APJ)	0570-001-292

■列車

JR釧路駅[総合運行情報・忘れ物]	(0154)24-3176

■バス

阿寒バス	(0154)37-2221
釧路衛星バス	(0154)40-3131
くしろバス	(0154)36-8181
釧路駅前バスターミナル(札幌線カウンター)	(0154)25-1223

■レンタカー

駅レンタカー釧路営業所	(0154)22-0610
オリックスレンタカー釧路駅前店	(0154)22-0543
トヨタレンタリース釧路	(0154)23-0100
ニッポンレンタカー釧路駅前営業所	(0154)23-0919
ニコニコレンタカー釧路入江町店	(0154)22-9325
ニコニコレンタカー釧路浪花町店	(0154)23-3430
ニコニコレンタカー釧路新富店	(0154)22-6161
(株)ライン	(0154)55-2662

■ハイヤー

金星釧路ハイヤー[ジャンボタクシー有]	(0154)22-8141
釧路交通	(0154)51-1234
釧路個人タクシー協同組合[ジャンボタクシー有]	(0154)22-3156
釧路日交タクシー[ジャンボタクシー有]	(0154)36-1155
釧路北交ハイヤー	(0154)22-9151
こばとハイヤー	(0154)36-3636
第一共栄交通[ジャンボタクシー有]	(0154)36-4151
まりも交通	(0154)68-5080
阿寒観光ハイヤー	(0154)66-3221

■レンタサイクル

釧路観光コンベンション協会	(0154)31-1996
サイクルガレージPAZ	(0154)65-6554
釧路サイクリングツアーズ(阿寒観光ハイヤー)	(0154)66-3221

■旅行業者

阿寒バス旅行サービス	(0154)37-5510
衛星観光	(0154)40-2121
JR旅行センター釧路支店	(0154)25-4890
東武トップツアーズ釧路支店	(0154)24-6131
日専連釧路旅行センター	(0154)22-1021
日本旅行北海道釧路支店	(0154)99-9460
三ツ輪旅行企画	(0154)25-2277



●ひがし北海道観光のお問い合せ先

■釧路地方

(一社)釧路観光コンベンション協会	釧路市観光国際交流センター内	(0154)31-1996
釧路市観光案内所	JR釧路駅内	(0154)22-8294
釧路市観光案内所	釧路空港内	(0154)57-8304
釧路市観光振興室	釧路市役所内	(0154)31-4549
幣舞観光ガイドステーション		(0154)22-2910
阿寒観光協会案内所	NPO法人阿寒観光協会まちづくり推進機構	(0154)67-3200
釧路観光連盟	釧路総合振興局内	(0154)41-2111

■根室地方

根室観光連盟	(一社)なかしべつ観光協会内	(0153)77-9644

■網走地方

オホーツク観光連盟	北海道オホーツク合同庁舎	(0152)45-1885

■十勝地方

とかち観光情報センター	JR帯広駅エスタ東館2F	(0155)23-6403

観光情報の玄関口 XIX 全1132spots 釧路市×悠悠北海道

※金額・電話番号・開園時間等は2020年5月現在のものです。

●発行／(一社)釧路観光コンベンション協会 釧路市幸町3-3
釧路市観光振興室 釧路市黒金町7-5 www.kushiro-lakeakan.com
●2020年5月発行 ●表紙撮影者／佐藤 章 [(有)プティック マルトシ]

表情多彩

2020 くしろ
ガイドマップ

釧路

KUSHIRO

大自然の懐、表情多彩

湿・原・探・訪

日本最大級の湿原の奥懐へ。
希少な動植物との出会い、雄大な大自然を体感。



釧路市湿原展望台

湿原に群生する谷地坊主をモチーフにした展望台では、釧路湿原の魅力を紹介する映像や展示物の他に、屋上から眺める雄大な景観を堪能することができます。また、1周2.5kmの散策木道も設置されています。

*釧路市北斗6-11 0154(56)2424
*開館時間:(4月～9月)8:30～18:00 (10月～3月)9:00～17:00
*休館日:12月31日～1月3日
*入館料:大人480円 高校生250円 小中学生120円 3P C-4

トレッキング 3P C-3

木道(500m～6km)をフレッシュエアーを満喫しながら歩きましょう。ネイチャーガイドの説明を受けながら歩くと、湿原の奥深さを堪能できます。また、「温根内ビジターセンター」では木道付近の旬の情報がいっぱいです。

*温根内ビジターセンター
(0154)65-2323



ホース トレッキング(乗馬)

釧路はかつて馬産王国と呼ばれ、優良な馬種を生み出すに適した地域でした。現在も、馬と身近にふれあう施設が整備されています。

*ふれあいホースパーク:(0154)56-2566
3P B-4

SL冬の湿原号

釧路～標茶間、湿原の冬景色を縫って重厚なSLが疾走します。レトロな車内とSL独特の音・リズムをお楽しみください。

*釧路・標茶間の所要時間:約90分
*問合わせ:JR釧路駅
(0154)24-3176



しつげん55パス

5つの有料公共施設を5日間限定でお得な料金でご利用いただけるパスです。

利用可能施設	・釧路市湿原展望台 ・釧路市動物園 ・釧路市立博物館 ・丹頂鶴自然公園 ・阿寒国際ツルセンター

料金1,030円(税込)

釧路市立博物館で湿原を学び、釧路市湿原展望台で湿原を眺め、散策し、動物園でシマフクロウなど湿原の動物に出会い、鶴公園、ツルセンターで湿原の神タンチョウをじっくり堪能してください。





夏のノロッコ号

湿原を蛇行する釧路川沿いに、時速20kmほどでゆっくりと進む「くしろ湿原ノロッコ号」は、広い車窓いっぱいに、開放感あふれる風景を存分に満喫できます。

*釧路・塘路間の所要時間:約45分
*問合わせ:JR釧路駅 (0154)24-3176

スノーハイク

白い雪に覆われる湿原周辺では、スノーシュー(かんじき)を付けて雪上を歩むスノーハイクを体験できます。動物達の痕跡を探しに、雪原へ踏み出しましょう。





カヌー 釧路川の川下り

湿原の中を蛇行しながら、沼々と流れる釧路川。川のせせらぎを聴きながら、動物の目線で眺める湿原は、新しい出会いを感じさせてくれるでしょう。動物たちとも出会いやすい、冬場のカヌーも大人気!



北斗展望地 3P C-4

釧路市湿原展望台より北に約500m進んだ先の、広々としたパーキングエリアに設けられた展望地です。2万8千haに及ぶ釧路湿原を西側から望み、遮るものが何もないワイドな景観が広がります。



細岡展望台 3P D-4

釧路湿原の東部に位置する細岡展望台では、緩やかに流れる釧路川、地平線に沈む夕日、遠くにそびえる阿寒連峰を一望に収めることができます。また、近接するビジターズラウンジは、喫茶コーナーも併設しております。

*釧路郡釧路町字達古武22-9
0154(40)4455



釧路市丹頂鶴自然公園 3P B-4

日本最初の鶴公園として、飼育、人工ふ化の実践を続けてきた施設では、一年中タンチョウに出会うことができます。

**釧路市鶴丘112 0154(56)2219
*開園時間／(4月10日～体育の日)9:00～18:00
(体育の日の翌日～4月9日)9:00～16:00
*入園料／高校生以上480円 小中学生110円 *休園日／12月31日～1月3日

阿寒国際ツルセンター「グルス」&タンチョウ観察センター

丹頂の研究、保護を目的とする施設で、ツルに関わる豊富な資料、文献を公開しています。分館の観察センターでは、冬期間150羽～250羽のタンチョウが訪れ、優雅な舞を披露します。3P A-3



*釧路市阿寒町上阿寒23線40 0154(66)3460(観察センター) 0154(66)4011(グルス)
*入場料／大人480円 中学生以下250円(ツルセンターと共通)
*開館時間 グルス／9:00～17:00 無休
観察センター／(2月～3月)8:30～16:30(4月～10月は休館)(11月～1月)8:30～16:00

※開館時間・料金等が変更となる場合がございます。予めご了承下さい。



歴史と文化が息づく港町情緒、表情多彩

釧路市内 おすすめスポット

釧路市立博物館

市中の湖・春採湖を見下ろす高台に、タンチョウをモチーフにした外観が際立つ建物ですが、れっきとした博物館。釧路の生い立ちを知る上で価値のあるものばかりが収蔵展示されています。

*釧路市春湖台1−7　0154(41)5809
*開館時間／9:30〜17:00(入館は16:30まで)
*入館料／一般480円・高校生250円・小中学生110円
*休館日／月曜日(4月〜11月3日の月曜日が祝日の場合は開館、翌平日が休館)
　11月4日〜3月の祝日・年末年始・館内整理日





太平洋炭礦炭鉱展示館

約70年間に渡り、太平洋の海底から石炭を掘り続けてきた大平洋炭礦に代わって、現在、釧路コールマインが稼動を続けています。この歴史ある炭鉱の全てがジオラマなどで展示されています。

*釧路市桜ケ岡3−1−16　0154(91)5117(青雲台体育館)
*開館時間／10:00〜16:00 *入館料／大人300円・小学生200円
*休館日／水曜日・12月29日〜1月4日・その他臨時休館あり



釧路市生涯学習センター（まなぼっと幣舞）

釧路川や釧路港を見下ろす高台に建てられた、灯台をイメージした外観。上部のレストランや展望室から市街地を一望するだけではなく、空気の澄んだ日には阿寒の山々や襟裳岬も見ることができます。

*釧路市幣舞4−28　0154(41)8181
*開館時間／9:00〜22:00 *休館日／月曜日・年末年始



北海道立釧路芸術館

釧路川右岸の親水地区に設けられた、全館煉瓦づくりのお洒落な建物。国内外の企画展からミニコンサートまで、多彩な催し物が開催されます。

*釧路市幸町4−1　0154(23)2381 *開館時間／9:30〜17:00 *観覧料／展覧会ごとに変動
*休館日／月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日) 12月29日〜1月3日・展示替期間等
　詳しくはお問い合わせください



幣舞橋（ぬさまいばし）

札幌の豊平橋、旭川の旭橋と並ぶ北海道三大名橋のひとつ。日本初となる橋上に彫刻像をもつ橋で、四季のブロンズ像がそれぞれの季節を表現しています。年間を通して様々なテーマカラーでライトアップされています。



和商市場

1954(昭和29)年に「市民の台所」として設立された、釧路でもっとも歴史ある市場です。名物「勝手丼」を始め、旬の海産物がずらりと並ぶ港町らしい市場雰囲気をお楽しみください。

*釧路市黒金町13−25　0154-22-3226
*営業時間／1月〜3月(月〜土)/8:00〜17:00、4月〜12月(月〜土)/8:00〜18:00※日曜営業の場合8:00〜16:00(但し12月の日曜営業につきましては8:00〜18:00)
*定休日／毎週日曜日(1月〜3月)※4月〜12月についてはお問い合わせください。



遊学館

子どもたちが体験を通して科学や宇宙について学べる科学館と、体を使って思いっきり遊べる児童館の機能を持った複合施設です。雨の日や冬でも楽しめる大きな屋内型の砂場もあります。

*釧路市幸町10丁目2番地／0154-32-0122
*営業時間／9:30〜17:00／入館料／展示室観覧料/大学生・一般600円、高校生240円、小・中学生120円　プラネタリウム観覧料/大学生・一般480円、高校生180円、小・中学生120円
*休館日／月曜日(月曜が祝日の場合はその翌日)、4月29日から5月5日、釧路市内小中学校の春休み、夏休み、冬休み期間中は開館、年末年始



釧路市中央図書館

蔵書数は30万冊以上と道東一の規模を誇り、釧路ゆかりの文学を収集・展示する「釧路文学館」も併設しています。
じっくり読書としっかり調べものができるフロア、学びやくつろぎの空間など、フロアごとに機能が充実しています。

*釧路市北大通10丁目2番1号　0154-64-1740
*営業時間／9:30〜19:30　入館料／無料
*休館日／毎週月曜日(月曜祝日の場合は月曜日開館)、年末年始、館内整理日(毎月最終金曜日)



釧路フィッシャーマンズワーフMOO

釧路の中心街にある観光施設。鮮魚や銘菓など土産店や観光案内所、屋台風の居酒屋が並ぶ『港の屋台』があり、夏季限定営業の『岸壁炉ばた』も人気です。

*釧路市錦町2−4　0154-23-0661
*営業時間／1Fショッピングゾーン:通常/10:00〜19:00、7〜8月/9:00〜19:00、12月31日・1月2日〜4日/10:00〜17:00、2F〜3F飲食ゾーン:店舗により異なる、港の屋台:17:00〜24:00(一部ランチ営業あり)
*定休日／年末年始、全館点検の日



道の駅「丹頂の里」クレインズテラス

クレインズテラスの建築素材は、釧路産のカラマツ材を使用しており、施設内には、24時間対応のトイレや観光案内所、さらに、地元産の農畜産加工品から菓子、クラフト類まで幅広く販売されています。

*釧路市阿寒町上阿寒23-36-1　0154-66-2969
*営業時間／5月〜9月:9:00〜18:00　10月〜4月:9:00〜17:00
*定休日／無休



釧路市動物園

地元民や観光客から親しまれている道内最大規模の動物園。北海道ゾーンではヒグマやシマフクロウ・タンチョウなど北海道ならではの動物を身近に観察できます。

*釧路市阿寒町下仁々志別11　0154-56-2121
*営業時間／4月10日〜体育の日/9:30〜16:30、体育の日の翌日〜4月9日/10:00〜15:30
*入場料／大人580円、中学生以下無料
*休園日／12月〜2月の毎週水曜日(12月24日、祝日を除く)、年末年始



彷徨の天才歌人

啄木の光と影

HISTORY OF TAKUBOKU

明治41年（1908年）1月21日、石川啄木は「釧路新聞記者」として釧路駅に降り立った。その2ヵ月半後の4月5日、今度は船で釧路を後にすることになる。僅か76日間の在釧期間中、啄木は記者として、歌人として多忙な毎日を送る。記事を書く。取材に出る。たのまれて講演をする。夜には同僚と料亭へ繰り出す。歌作りに精を出す。そして芸妓・小奴とのロマンスも…

現在、釧路市内には27基の歌碑等がありますが、うち25基が啄木ゆかりの米町界隈を中心に点在し、約2時間30分の歌碑めぐりのコースとなっています。



1 釧路停車場跡 釧路交流プラザさいわい前

浪淘沙
ながくも声をふるはせて
うたふがごとき旅なりしかな



2 南大通二丁目

北の海
鯨追ふ子等大いなる
流氷来るを見ては喜ぶ



3 小奴碑

あはれかの国のはてにて
酒のみき
かなしみの滓を啜るごとくに

小奴といひし女の
やはらかき
耳朶なども忘れがたかり

舞へといへば立ちて舞ひにき
わのづから
悪酒の酔ひにたふるるまでも

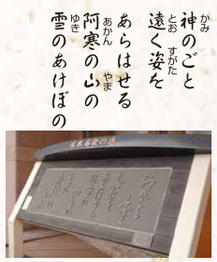


4 旧釧路新聞社跡

十年まへに作りしといふ漢詩を
酔へば唱へき
旅に老いし友

5 港文館前

さいはての駅に下り立ち
雪あかり
さびしき町にあゆみ入りにき



6 南大通四丁目（釧路信金南支店前）

神のごと
遠く姿を
あらはせる
阿寒の山の
雪のあけぼの



7 南大通四丁目

わが室に女泣きしを
小説のなかの事かと
おもひ出づる日



8 啄木下宿跡

こほりたるインクの罎を
火に炙し
涙ながれぬともしびの下



9 啄木ゆめ公園

さいはての駅に下り立ち
雪あかり
さびしき町にあゆみ入りにき



10 南大通六丁目

山に居て
海の彼方の潮騒を
聞くとしもなく
君を思ひぬ



11 南大通七丁目

三味線の絃のきれしを
火事のごと騒ぐ子ありき
大雪の夜に

12 米町公園

しらしらと氷がやきし
千鳥なく
釧路の海の冬の月かな



13 米町二丁目

春の雨夜の窓ぬらし
そぼふれば
君が来るらむ鳥屋に鳩なく

14 米町三丁目

頬とこゑ
それのみ昔に変らざる友にも会ひき
国の果てにて



15 米町四丁目

さらさらと氷の屑が
波に鳴る
磯の月夜のゆきかへりかな



16 弥生二丁目

花のごとほる子は
行きずりの
袖の香りに物言はせけり



17 米町三丁目

酒のめば悲しみ一時に湧き来るを
寝て夢みぬを
うれしとはせし

18 本行寺

一輪の赤き薔薇の花を見て
火の息すなる
唇をこそ思へ



19 米町一丁目

よりそひて
深夜の雪の中に立つ
女の右手のあたたかさかな

出しぬけの女の笑ひ
身に沁みき
酎に酒の凍る真夜中



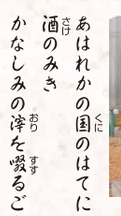
20 浦見八丁目



港文館

明治41年に釧路を訪れた石川啄木が、新聞記者として勤務した当時の釧路新聞社を再現した建物。館内は啄木や港湾の各種史料が展示されています。

＊釧路市大町2−1−12　0154(42)5584
＊開館時間／(5月〜10月)10:00〜18:00
(11月〜4月)10:00〜17:00
＊入館料／無料　＊休館日／年末年始



21 浦見八丁目

葡萄色の
古き手帳にのこりたる
かの会合の時と処かな



22 料亭しゃも寅跡

火をしたふ虫のごとくに
ともしびの明るき家に
かよひ慣れにき



23 浦見八丁目

波もなき二月の湾に
白塗の
外国船が低く浮かべり

24 南大通七丁目

西の空雲間を染めて
赤々と
氷れる海に日は落ちにけり



25 料亭喜望楼跡

あはれかの国のはてにて
酒のみき
かなしみの滓を啜るごとくに



啄木歌碑マップ



啄木76日間の足跡 ―明治41年―

1/21　午後9時半、白石義郎釧路新聞社長と共に釧路駅に下りる。佐藤国司宅に泊まる。
22　釧路新聞社に初出勤。佐藤衣川と会う。
23　洲崎町1丁目の関下宿（関サワ）の2階8畳間に下宿。
24　三面編集の指揮をとる。日景安太郎主筆から5円借りて文具類を買う。社長の招待で佐藤国司と編輯4人で○喜望楼に行き編輯方針を相談する。
25　夜、日景主筆が遊びに来る。
26　白石社長から新聞が一新したと褒められ、5円と銀側時計を貰う。第一小学校で開かれた愛国婦人会釧路幹事部の新年互礼会に臨席し、「現代婦人に関する一場」を演説する。
27　昨日の互礼会の記事と演説の要綱を「新時代の婦人」と題して二面に載せる。
28　一面に「詞壇」を設け。且つ大木頭という名で政界の風雲を書く「雲間寸観」を掲載することにした。
30　孝明天皇祭で休み。一日手紙を書き、福引のクジを作る。下宿料4円62銭払う。
31　給料15円。佐藤国司氏を訪ね、10円貰う。
2/1　日景宅で晩餐を御馳走になる。小樽の家族へ18円と節子に1円送る。
2　釧路新聞社新築落成式。日景から羽織袴を借り、4時から喜望楼で行われた祝宴に出る。
4　午前4時浦見町釧路見番屋付近で失火あり、全焼16戸半焼1戸。野辺地の父から手紙あり。少し風邪ぎみ。
6　白石社長宅を訪問し、御馳走になって10時帰宅。
7　函館時代の同僚遠藤隆（第三小教員）に会う。銀側時計を質に入れ、5円半を手に喜望楼で飲む。
8　釧路支庁に行き、第三小の人事刷新を約束させる。函館の宮崎郁雨に長い手紙を書く。
9　第一小学校で開かれた釧路婦人会総会に出席。4時、釧路の新聞記者の月次集会のため梅月庵へ。帰り、劇場玉来座で林一座を見る。
10　北東新報社が催した新夕張炭山事故救援の慈善演劇会を見る。
11　紀元節。上杉小南子と鹿嶋屋へ。その後喜望楼へ。8時頃、釧路座で慈善演劇を見、本行寺の娘三尺ハイカラの手を握る。
12　同僚の上杉と仏教論、人生論を語る。喜望楼の新聞部屋へ。
13　日景と共に鶴寅へ。その後、鹿嶋屋へ。鹿嶋屋の市子の「釧路粋界」に自筆の名前を書かせて貰う。
14　富士屋旅館に薩摩琵琶手有馬正彦を訪問、晩餐を御馳走になり8時に帰る。
16　釧路座にて釧路新聞と北東新報の合同演劇「無冠の帝王」に主任記者として出演。
17　毛生液（薬）を今夜からつけ始める。
19　本道鉄道冬期操業視察の新聞記者の歓迎委員として日景安太郎が旭川へ向かった。
20　鉄道冬期操業視察一行来釧。小樽日報時代の同僚沢田天峯が同行し、啄木の部屋に泊まる。
21　鉄道冬期操業視察一行と共に釧路新聞社前で記念写真。喜望楼で視察隊歓迎会。三浦屋を訪ねて小川黙淵と築港問題について談じる。
22　釧路実業新報の創刊祝いで鶴寅へ行った。「小奴のカッポレは見事であった。」
23　秋浜融三（弟子屈）が来るかと待ったが来なかった。
24　終日筆を放さず「雲間寸観」を書く。佐藤衣川と二人で小奴の家へ遊びに行く。
26　宮崎郁雨から35円の電報為替を受取る。上杉小南子、佐藤衣川、永戸泪水子と共に鹿嶋屋へ。
28　施網漁業に関する社長からの特電を号外として出す。小奴の見舞いに行く。遠藤隆が来て第三小学校改革に関して、記事を中止することを申し込む。
29　遠藤隆から12円80銭送ってくる。宮崎郁雨からの為替も受取った。
3/1　敗徳教員問題について、教員5名連署の記事中止申込書が来た。
3　横山城東が関下宿に移る。日景主筆の鉄道操業視察の慰労会を鶴寅で開く。その後、佐藤衣川と本行寺の歌留多会へ行く。
5　夜に入って吹雪となった。横山城東と連れ立って鹿嶋屋へ。
7　記者月例会で富士屋旅館へ行き、記者倶楽部建設（予算三千円）の件を決議。9時頃から花輪、古川、衣川と4人で鶴寅へ。
8　大風雪。第三小学校の児童学芸会に行くが中止、帰る事ができず学校に仮泊。
9　工場に雪が這入って機械に故障あり、止むなく一日休刊。
10　「出社して、被害の記事一頁書いた。田舎の新聞には惜しい程の記事と思うと心地よい。」
11　小奴の長い長い手紙を受け取る。終日大吹雪。交通杜絶。
13　梅川操の訪問を受ける。彼女の印象を長々と日記に書く。
14　夜、歌留多会を開く。男ばかりで騒いでいる所へ梅川操が入って来る。
15　第三小学校の児童学芸会に出席。部屋で梅川操と小菅まさゑがきて歌留多。その後、横山、梅川、小菅らと波止場へ。
16　章魚（たこ）を喰って腹痛をおこし、社を休む。
17　何となく不快で今日も社を休む。梅川操が造花の薔薇一輪を持って来た。
19　社で種痘して貰う。帰宅すると盛岡中学出身の銀行員増田が一寸来る。
20　小奴の身の上話を聞く。
21　春季皇霊祭で休み。
22　大風雪罹災者救助の慈善演芸会が米町宝来座で行われる。「つくづくと、釧路がイヤになった。」
23　「何と不愉快な日であろう」鎌田昴が来て喜望楼へ引っ張り込まれて、小奴との間に離間策を施される。
25　「石川啄木の性格と釧路、特に釧路新聞とは一致することが出来ぬ」釧路をさるべき機会が来ることを感じる。
26　「少し神経衰弱がおこったらしい。立つと動悸がする。横になってると胸が痛む。不愉快だ」
28　今日から不平病。白石社長からの電報で釧路の去ることを決意する。
29　「目を覚まして、此頃何日でも寝汗の出ているのが誠に厭な気持。」
30　万沢医学士が来て、不平病なら僕の手ではとても癒せない、と言って帰る。
4/1　東京へ行くための金策をする。
2　安田船舶部で乗船手続きをする。宮古寄港函館行きで3円50銭の二等切符を買う。
3　10時波止場へ行き、酒田川丸に乗船。349噸の汚い船。
5　酒田川丸、積荷の関係で3日遅れて午前7時半出航。

石川啄木の釧路での76日間が終わった。

上記は石川啄木の釧路滞在中の日記をわかりやすく再編集いたしました。
監修：北畠　立朴
（国際啄木学会理事 釧路啄木会 会長）

海の幸に恵まれた港町ならではの
魚貝料理、独自の食文化として
発祥・広まったローカル料理やお酒。
釧路の醍醐味は１日では
とても食べ尽くせない。

くしろ ご当地グルメ

旬味色々 表情多彩



ザンギ

釧路発祥の地と呼ばれる鶏のから揚げ料理。ウスターソース風の独自のタレをつけて食べるのが釧路の流儀です。



勝手丼

お好みの魚介類を、その場で選んで盛り付ける釧路名物オリジナル海鮮丼。ＪＲ釧路駅近くの和商市場で食べることができます。



スパカツ

アツアツに熱した鉄板皿の上に、濃厚なミートソースのスパゲッティと肉厚なトンカツを乗せた釧路っ子が愛するソウルフード。



釧路らーめん

北海道4大ラーメンのひとつ。カツオだしベースのあっさりとした醤油味のスープに、縮れの極細麺が特徴です。



炉端焼き

近海で獲れた魚、牡蠣などの貝類、エビやカニなど地元だからこそ味わうことのできる素材本来の贅沢な味わいを存分にお楽しみください。



さんまんま

旬の時期に水揚げされるサンマを1尾丸ごと使用し、醤油ベースのタレに漬け込み、お米を巻いて炭火で焼き上げた逸品。



さんまの刺身

活きの良い新鮮なサンマを刺身で食べられるのは、漁場が近い釧路ならではの秋の醍醐味。脂が乗って美味です。



蕎麦

釧路市内を歩くといたるところに蕎麦店があり、ほとんどの店で提供される蕎麦は、クロレラ入りの緑色なのが特徴です。



いくら丼

日本有数の鮭の水揚げを誇る釧路では、いくら丼は庶民の味。熱々のご飯に乗った赤い宝石をぜひご堪能ください。



寿司・回転寿司

抜群の鮮度を誇る釧路の寿司。グルメが唸るネタの多さは圧巻です。市内地場系列の回転寿司もおすすめです。



ツブ

釧路の名産品のひとつに数えられるツブ貝。市内繁華街には、香ばしい醤油タレで焼かれたツブ焼きが堪能できます。



乳製品

日本有数の酪農地帯が展開する釧路根室エリアでは、新鮮な牛乳から作られたチーズやアイス、スイーツがお薦めです。



エゾシカ料理

道東地区ではエゾシカが多く生息し、エゾシカ料理は釧路ならではのジビエ料理。ぜひ一度ご賞味ください。



鱈（たら）

“さかなへんに雪”と書くとおり、厳寒期に旬を迎える白身の魚。特に鱈の鍋物は釧路を代表する味覚のひとつ。タチと呼ばれる白子は、鍋、天ぷら、ポン酢などいろいろな料理で味わえ、絶品です。



くしろの地酒



福司（ふくつかさ）

創業100年を数える釧路で唯一の酒蔵、地元に根付き愛され続ける銘柄です。郷土料理に良く合い、お土産にも最適です。

旬の魚カレンダー

春	・トキシラズ ・メヌケ　・キチジ ・オヒョウ　・毛ガニ	夏	・ナガコンブ ・イカ　・カレイ ・ツブ
秋	・秋サケ・サンマ ・シシャモ ・ハタハタ	冬	・マダラ　・カジカ ・スケトウダラ ・ウニ　・ホッキ

ぶらり街あるき表情多彩

1 レンタカーで 釧路湿原ぐるっと一周 移動/車



1. 釧路市湿原展望台（2P参照）
湿原の植物「ヤチボウズ」をイメージして建てられた釧路湿原展望台。館内には釧路湿原の植生の成り立ちや幻の魚「イトウ」などを見ることができます。隣接する木道の散策もおすすめです。
所要時間：館内のみ20分、館内見学&サテライト展望台まで行く場合1時間30分

移動時間/約10分



2.温根内木道の散策
釧路湿原西側に位置し、湿原の目線で歩くことができます。短い500mコースから長い3kmコースまで3種類のコースがあり、時間に合わせてお楽しみ頂けます。木道沿いには季節の植物や、7月中旬～8月上旬の夕・夜にはヘイケボタルが見られることも。
所要時間：15分～1時間30分

移動時間/約30分



3.コッタロ湿原展望台
ハンノキが少なく太古の湿原の姿を残すコッタロ湿原展望台。営巣するタンチョウが見えることも。
所要時間：30分
※展望台まで207段の階段

移動時間/約30分



4.細岡展望台（3P参照）
釧路湿原国立公園で人気のある展望台の一つ。ポスターなどに使われる、釧路川の蛇行を眼下に望む展望台。

2 リバーサイド 釧路市街地散策コース 移動/徒歩 16P



1.幣舞橋（4P参照）
釧路を代表する観光スポットの一つ、記念写真の撮影スポットとして、また近年では夕日の撮影スポットとしても知られています。
所要時間：15分

移動時間/約10分



2.ぬさまい公園
幣舞橋から都市部を眼下に望む公園ですが、公園内には北海道の名付け親、松浦武四郎の蝦夷地探検像や釧路市出身の作家原田康子さんの「挽歌」の碑があります。

移動時間/約15分



3.港文館（6P参照）
石川啄木が76日間滞在した旧釧路新聞社（現北海道新聞社）を復元した施設で、啄木に関連した資料が数多くあります。
所要時間：15分

移動時間/約10分



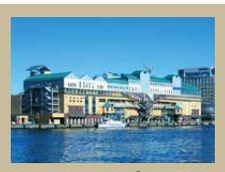
4.釧路フィッシャーマンズワーフ MOO（5P参照）
釧路川沿いに位置する釧路フィッシャーマンズワーフ MOOはお土産、飲食、観光情報を備えた観光複合施設で、お菓子や海産物、名物の「さんまんま」などがございます。隣接する全天候型緑地「EGG」は市民の憩いの場になっています。
所要時間：30分

釧路風水まちめぐり〔釧路出身の建築デザイナー〕毛綱建築作品にふれる

◆ルート紹介◆ ①NTT DoCoMoビル（16P C-3）⇒②フィッシャーマンズワーフMOO《1》（16P B-5）⇒③釧路センチュリーキャッスルホテル（16P D-6）⇒④ふくしま医院《2》（15P G-6）⇒⑤反住器（15P G-6）⇒⑥市立幣舞中学校《3》（15P H-6）⇒⑦釧路市立博物館《4》（15P I-6）

毛綱毅曠（もづなきこう）氏プロフィール
釧路出身の建築家・毛綱毅曠氏の作品は独自のテーマのもとで、学校、病院、展望台、博物館などを手掛けました。

1941年 釧路に生まれる。
1960年 湖陵高校から神戸大学工学部建築科に進み、卒業後は精力的に設計活動を続ける。
1984年 釧路市立博物館、釧路市湿原展望台を手掛ける。その後、キャッスルホテル、NTTドコモ釧路ビルなども手掛けるが、2001年、59歳で急逝。



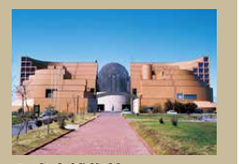
1.フィッシャーマンズワーフMOO
外観には、釧路の街並みが集約され、マストやクレーンには鶴・魚・山などのモチーフが点在。



2.ふくしま医院
釧路市内では、最後の毛綱作品。特長ある外観に加えて、ホールはコンサートなどにも利用されています。



3.市立幣舞中学校
屋根部分に掛けられた大きなアーチが特長。内部にも大壁画や大階段室などの見どころがたくさんあります。



4.市立博物館
外観は、タンチョウが羽を広げたイメージ。日本建築学会賞を受賞した釧路を代表する建物です。

市内おすすめ観光ルート

3 春採湖を巡る サイクリングコース 移動/自転車 14・15P



1.鶴ケ岱公園
釧路中心部にほど近い公園。敷地内に池や茶室もあり誰もが楽しめる公園です。
春先にはチューリップが咲き誇ります。
所要時間：15分

移動時間/約10分



2.春採湖
市街地にある海跡湖で、ヒブナの生息地として国の天然記念物に指定されています。飛来する鳥類は130種以上、湖畔の植物は約400種にのぼるなど自然の息吹が豊かなエリアです。
所要時間：15分

移動時間/約5分



3.釧路市立博物館（4P参照）
春採湖の丘に建つ博物館。館内では湿原の動植物やアイヌ文化の資料が展示されています。
所要時間：30分

移動時間/約15分



4.千代ノ浦マリンパーク
太平洋に面している親水公園。パーク内には多目的広場や遊具、バーベキュー施設等があり休憩に最適。太平洋に沈む夕日を眺めるのもうってつけの場所。
所要時間：10分

移動時間/約10分



5.米町公園
釧路市発祥の地といわれる米町。米町公園からは港沿いに広がる釧路の街を一望することができ、灯台をかたどった米町展望台に登ると、晴れた日には遠く摩周岳や、日高地方の山々まで望めます。
所要時間：10分

4 JR花咲線で行く! 根室・厚岸日帰り旅 移動/JR



1.JR釧路駅
まずはここからスタート!午前中の汽車に乗車できれば根室との往復ができます。

移動時間/約2時間30分



2.JR根室駅
到着後、納沙布岬行きのバスが駅前ターミナルから出発します。本土最東端を目指す方には是非。駅前には名物「エスカロップ」や「花咲ガニ」を食べることができる飲食店等が並びます。

移動時間/約30分



3.納沙布岬
折返しのバスは約1時間後。お土産店や飲食店もたくさんありますのでゆっくりと楽しんでみてはいかがでしょうか。

移動時間/約1時間

4.JR根室駅

移動時間/約1時間30分



5.JR厚岸駅（厚岸味覚ターミナルコンキリエ）
途中、厚岸で特産品の牡蠣を味わってみてはいかがでしょうか？駅裏の「厚岸味覚ターミナルコンキリエ」では、通年で新鮮な牡蠣を食べることができます。最近は、厚岸産ウィスキーをかける食べ方がおすすめ。

移動時間/約1時間

6.釧路駅



釧路の夕日

フィリピンのマニラ、インドネシアのバリ島と並び、「世界三大夕日」に数えられる釧路港の夕日は、一説によるとその昔、世界中の夕日を見てきた船乗りたちの口コミで広がったのが始まりとされています。空気が澄み、晴天が多い秋は特にくっきりとした夕日が鑑賞でき、人気スポットの幣舞橋は、日没の時間になると、大勢の市民や観光客で賑わいます。最近は夕日の後の夕焼けも釧路ならではの景色と人気を集めています。

釧路の夕日をいつでも見ることができるライブカメラを配信中！ぜひご覧ください。

ANAクラウンプラザホテル釧路

釧路夕焼け倶楽部がおすすめする、夕日スポット



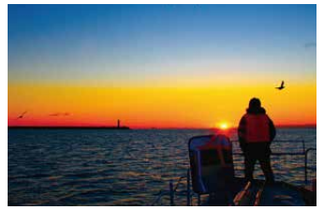
1 釧路川河口

釧路川河口は西側を向いており、夕日が正面に落ちるベストスポット！リバーサイドエリアは両岸が歩きやすいように整備されており、観光スポットの「幣舞橋」をはじめ、歩きながら夕焼けを眺めるのに最適です。（見頃：2月上旬～3月末、9月下旬～10月末）



2 米町展望台（15P F-7参照）

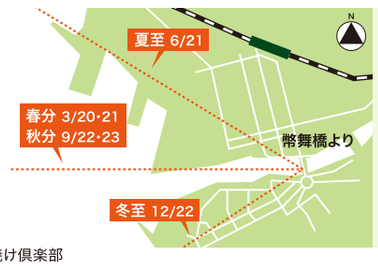
歴史的な要素が強い米町地区ですが、釧路を一望できる米町展望台からは、夕日、夕焼けを鑑賞できる絶好のスポット！晴れた日には、雌阿寒岳や雄阿寒岳がフレームに収まります。（見頃：6月～9月）



3 海上（通年）

幣舞橋ふもとの釧路川左岸からは夕日観光船「SEA CRANE」が出航します。（16P C-6参照）海の上からカモメと一緒に眺める夕日は釧路ならではの体験。夜のナイトクルーズもおすすめです。（要予約）

釧路夕焼け倶楽部とは… 世界三大夕日の一つとして数えられる釧路の夕焼けの魅力を発信し、観光の柱として釧路の活性化を目指すことを目的に設立された団体です。



毎月1日の日没時刻（めやす）

1月1日	15:58	7月1日	19:06
2月1日	16:34	8月1日	18:44
3月1日	17:11	9月1日	17:58
4月1日	17:48	10月1日	17:05
5月1日	18:23	11月1日	16:16
6月1日	18:54	12月1日	15:49

協力・写真提供:釧路夕焼け倶楽部

ひがし北海道MAP



■距離早見表

	釧路	厚岸	根室	中標津	標茶	弟子屈	鶴居	阿寒湖温泉
厚岸	49km 1時間							
根室	124km 2時間30分	79km 1時間35分						
中標津	91km 1時間50分	76km 1時間30分	78km 1時間35分					
標茶	50km 1時間	38km 45分	117km 2時間20分	46km 55分				
弟子屈	75km 1時間30分	63km 1時間15分	118km 2時間20分	45km 55分	25km 30分			
鶴居	35km 40分	72km 1時間25分	151km 3時間	80km 1時間35分	34km 40分	37km 45分		
阿寒湖温泉	74km 1時間30分	103km 2時間	158km 3時間10分	85km 1時間40分	65km 1時間20分	40km 50分	77km 1時間30分	
羅臼	154km 3時間5分	140km 2時間50分	133km 2時間45分	67km 1時間20分	110km 2時間10分	105km 2時間5分	154km 3時間5分	125km 2時間30分

■釧路市の主なイベント

【1月】あいすランド阿寒（阿寒）
【2月】くしろ冬まつり（釧路）・阿寒湖氷上フェスティバル（阿寒）
【4月】阿寒湖水開き（阿寒）・イオマンテの火まつり11月まで（阿寒）
【5月】くしろチューリップ&花フェア（釧路）
【6月】北のビーナス踏まつり（音別）
【7月】厳島神社例大祭（釧路）
阿寒ふるさとまつり（阿寒）・くしろ霧フェスティバル（釧路）
【8月】くしろ港まつり（釧路）・商工まつり（音別）・くしろ市民北海盆踊り（釧路）
【9月】釧路大漁どんぱく（釧路）・鳥取神社例大祭（釧路）
【10月】まりも祭り（阿寒）
【12月】くしろ物産まつり（釧路）


釧路市街図
イオンモール釧路昭和
●1F 日本橋 ●1F 六花亭
●1F 柳月 ●1F 純水
●2F 阿寒バス旅行サービス トラベルサロン
イオン釧路店
●1F 柳月 ●1F 六花亭
●1F ケンタッキーフライドチキン
●1F 阿寒バス旅行サービス
●1F マクドナルド ●1F かつてん
●1F ふじえだ園 ●1F 日本橋
●1F 瑪蜜黛(モミトイ)
P16
JR釧路駅周辺
拡大マップ
③春採湖を巡る
サイクリングコース
釧路港
西港
釧路西港
根室本線
釧網本線
新釧路川
釧路川
釧路・阿寒自転車道「湿原の夢ロード」(24.4km)
釧路外環状道路
釧路中央IC
釧路東IC
至 帯広・札幌
至 厚岸・根室
至 釧路湿原道路
至 釧路市動物園・釧路市湿原展望台
凡 例
観光案内所
コンビニエンスストア
ホテル・旅館
ガソリンスタンド
銀行
郵便局
駐車場





JR釧路駅周辺・釧路繁華街 複合店のごあんない

17-1 フィッシャーマンズワーフMOO
- 釧路霧のビール園
- おが和
- 中野物産
- 鳥政（港の屋台）
- さんまんま魚政
- 岸壁炉ばた
- 花ばんや
- MOO郵便局
- 食事処たかつな
- たんばや
- カネ龍高綱
- 北匠
- バ・バン
- 5F 多目的アリーナ

17-2 パステルパーク
- 1Fみっくすぱけっと
- 1F NIKU18
- 1F 市民活動センター わっと

17-3 和商市場
- さとむら
- かねまさ
- 嶋田商店
- 吉岡肉店
- 北匠
- マルシェくしろ
- くしろキッチン

17-4 オリエンタルプラザ
- 8F プロスパー two side 天照
- 8F ラウンジプラチナ
- 5F LEAD（リード）

17-5 サミットビル
- 1F BAR YOKOHAMA

17-6 セントラルビル
- 釧路ばる

17-7 フジビル
- 7F ナイトイン稀々
- 1F 番小屋

17-8 三丁目ビル
- 2F スナックアンナ

17-9 八千代ビル
- 1F やちよ寿司本店
- 2F 八千代本店

17-10 スエヒロエイトビル
- 3F BAR 麗光

17-11 すみ友館
- 5F スグレイス

17-12 ライオンビル釧路館
- 1F 虎や

17-13 ホテルパコ釧路
- 1F もりや

17-14 LSビル
- B1F 二代目晴れる家
- 1F 串石
- 4F ビリケン

17-15 サンプラザ
- 1F 鮨茶寮四季彩
- 1F 鳥善
- 6F 華琳

17-16 末広興産ビル
- 2F はたご家
- 1F 歌屋

17-17 末広銀座
- 2F 笑の館

17-18 笛園ビル
- 1Fとん哉
- 2F瓢（ふくべ）

（一社）釧路観光コンベンション協会会員店舗（飲食店/ショッピング/お土産店）

店名・施設名	TEL
●飲食店	
【日本料理】	
くしろ駒形家（郷土料理）Ⓛ	24-4658
四季の味わい醍醐Ⓛ	22-4466
郷土料理・食事処ちく半（割烹料理）Ⓛ	25-5151
とん哉（和風とんかつ・割烹料理）Ⓛ	23-6101
八千代本店（割烹料理・寿司）Ⓛ	22-0218
ふく亭釧路本店	24-8744
釧路ふく亭櫂梯楼Ⓛ	65-1185
酒肴 瓢	23-6104
こだわりとんかつ かつ善Ⓛ	23-1213
食事処釧里（完全予約制）	22-6570
六園荘（完全予約制）	41-5116
北菜亭愛国店Ⓛ	64-7333
【炉ばた・居酒屋】	
くし炉あぶり家（炉端焼）	22-7777
ちゃりんこ	24-9350
鳥政（鳥料理専門店）	24-4675
〃　港の屋台内（MOO内）	22-4129
鳥善（ザンギ）	22-8472
くし炉番小屋（炉端焼）	25-0033
炉ばたしらかば	22-6686
炉ばた煉瓦	32-3233
喰い処鮭番屋（炉端焼）Ⓛ	25-0503
岸壁炉ばた（夏期のみ）Ⓛ（ランチ一部営業）	23-0600
炉ばた居酒屋はたご家	22-1717
魚活鮮とあぶり焼　海へ	32-2201
いろはにほへと 幣舞橋店	32-7713
居酒屋 酒楽Ⓛ（ランチ平日のみ）	22-4083
炉ばた釧路しつげん	22-2257
旬鮮炉ばた もりや	32-0012
居酒屋あけぼの	65-5114
港の炉端焼 虎や	25-0511
炉ばた かじか	22-2526
ろばた鱗	22-4001
旬菜酒房参久	24-2939
焼き鳥バル鳥ブル	21-5310
本格炭火焼鳥居酒屋旨いんだもん	21-5310
王将（おでん）	23-7578
炭火串焼き・石焼き 串石	22-9414
炭火串焼き・石焼き 串石 昭和店	91-9414
串あげ処 のどか	35-0592
さかまる別邸夕凪	31-4646
酪農家バルROLE BALE	65-6262
釧路ばる	22-9987
炉ばた八	64-1086
くしろ大衆居酒屋 二代目 晴れる家	22-1155
七輪酒肴 こいき	23-5050
【ラーメン・そば】	
かど屋（つぶ焼・ラーメン）	24-4039
そば処寿庵Ⓛ	22-2679
竹老園東家総本店（そば）Ⓛ	41-6291
そば処日本橋Ⓛ　別保店	40-3884
〃　イオンモール釧路昭和店	55-7178
〃　イオン釧路店	36-3144
釧路ラーメン河むらⓁ	24-5334
魚一（うおっち）らーめん工房（丹頂市場内）Ⓛ	23-4541
ラーメン純水　春採本店Ⓛ	46-2573
〃　イオンモール釧路昭和店Ⓛ	55-7192
〃　北大通店Ⓛ	65-7444
〃　釧路町桂店	65-6511
麺や北町Ⓛ	51-1555
北大通 東家（そば）Ⓛ	23-9391
【寿司】	
なごやか亭Ⓛ	
〃　春採店	46-2233
〃　運動公園店	37-0880
〃　新川店	24-2033
〃　昭和店	55-7581
くしろ都寿司本店（寿司・日本料理）	24-2339
やちよ寿司Ⓛ	22-0218
鮨茶寮四季彩（完全予約制）	25-3900

店名・施設名	TEL
【レストラン・他】	
焼肉菜包 ぼくぜんⓁ	
〃　春採店	47-2989
〃　運動公園通店	38-2929
〃　昭和店	55-2989
釧路霧のビール園（MOO内）	23-5251
和食拉麺北斗（空港内）Ⓛ	57-6780
丹頂が見える店どれみふぁ空Ⓛ	64-3987
レストラン泉屋本店Ⓛ	24-4611
泉屋ソロⓁ（スーパーアークス鳥取大通店内）	52-1583
イタリア料理ボロネ	24-7747
メリーさんのひつじ（夏期のみ）Ⓛ	015-487-3100
レストハウス憩っと（湿原展望台内）Ⓛ	56-2424
レストラン&コミュニティイオマンテ（釧路フレンチ）	65-1802
YAKINIKU Dining 弦	39-0828
さんまんま魚政（MOO内）Ⓛ	24-5114
味よし	25-8723
花ばんやⓁ	23-5251
オルディネールⓁ（イタリアン）	31-3622
手作りの味食事処たかつなⓁ	23-0377
釧路カントリークラブ内ふく亭（夏期のみ）Ⓛ	65-2331（KCC）
釧ちゃん食堂（くしろ水産センター内）Ⓛ	25-1117
釧ちゃん食堂（釧之助本店）Ⓛ	64-5000
海鮮BBQ大漁丸（釧之助本店）Ⓛ	64-5000
ステーキ宮 桂店Ⓛ	65-1951
長村牧場阿寒モルト牛焼肉店Ⓛ（ランチ土日のみ）	66-2929
アールベルアンジュ釧路貴賓館（完全予約制・団体昼食/夕食）	31-1200
Jamamart coffeeⓁ	38-5331
炭焼き「肉バル」NIKU18	23-2918
SoupCurry&Cafe CRABONⓁ	64-6571
釧路倶楽部Ⓛ	65-7594
かつてん イオン釧路店	68-5615
瑪蜜黛（モミトイ）イオン釧路店	65-8375
WADA MASAHIRO ART SQUARE	64-3111（HOTEL TAITO）
【ファーストフード】	
ケンタッキーフライドチキンⓁ	
〃　釧路十条店	52-3365
〃　釧路愛国店	39-2063
〃　イオンモール釧路昭和店	55-1665
〃　イオン釧路店	39-1461
〃　ザ・ビッグ春採店	47-2668
ミスタードーナツⓁ	
〃　コーチャンフォー釧路店	46-7100
〃　リラブ運動公園通り店	37-6110
〃　リラブルート38号店	52-6886
ピザハットⓁ	
〃　釧路光陽店	31-8100
〃　ザ・ビッグ春採店	47-0810
マクドナルドⓁ	
〃　釧路春日フクハラ店	32-2850
〃　星ヶ浦ぴあざフクハラ店	54-2651
〃　イオン釧路店	38-5625
〃　イオンフードコート釧路店	39-1960
〃　38号釧路店	51-5591
〃　釧路貝塚通り店	46-7631
【バー・クラブ・スナック】	
パブスナック あけぼの	22-3340
ナイトイン稀々	24-4888
BAR YOKOHAMA	25-0177
ラウンジプラチナ	31-3001
カクテル・スナック笑の館	25-3050
LEAD（リード）	22-3988
BAR麗光	21-8000
プロスパー two side 天照	31-3001
スナックアンナ	24-8322
スグレイス	65-9566
世界のビールが飲める店 ビリケン	24-0001
時間無制限セルフ飲み放題の店 気まま	080-6067-3210
【菓子、銘酒】	
かわなべ菓子舗（和洋菓子）	23-4014
山木屋浦田（和洋菓子）	22-3565
ピーターパン（ベーカリー）	37-5679

店名・施設名	TEL
釧路菓子処なかじま（和洋菓子）	
浦見本店	41-2347
〃　中園店	24-8227
柳月製菓（和洋菓子）	
〃　釧路愛国店	37-6633
〃　桜ヶ岡店	91-3388
〃　イオン釧路店	39-6333
〃　星が浦ぴあざフクハラ店	52-3636
〃　イオンモール釧路昭和店	55-3366
〃　ビッグハウス旭町店	21-6633
〃　ビッグハウス中標津店	(0153)78-8177
〃　スーパーアークス鳥取大通店	65-7723
六花亭（和洋菓子）	
〃　イオンモール釧路昭和店	0120-12-6666
〃　イオン釧路店	0120-12-6666
〃　春採店	44-6666
〃　鶴見橋店	52-6666
ぶちどーる（和洋菓子）	
〃　宮本店	43-1109
〃　芦野店	39-3777
〃　鳥取店	55-5710
〃　中標津店	0153-72-2571
パティスリーコルネ	51-8040
福司酒造	41-3100
Flanders（洋菓子）	68-5039
パ・パン	68-5338
●ショッピング・お土産店	
釧路フィッシャーマンズワーフMOO	23-0600
和商市場（魚・青果市場）	22-3226
くしろ丹頂市場（魚・青果市場）	22-5948
阿部商店工場直売所（海産物）	25-0503
おが和（海産物）　本社直売店	42-7171
〃　MOO店	23-0288
かわしま空港店（お土産店）	57-8718
さとむら和商店（海産物）	32-0788
嶋田商店（カニ専門店）	23-7535
釧路湿原焼釧里窯	22-6570
たんぱや釧路空港店（お土産店）	57-8758
〃　MOO店	22-0053
くしろキッチン	22-8726
中野物産（海産物）本社直売店	22-3719
〃　MOO店	23-0287
拓洋（海産物）	57-6680
マルイチ吉岡肉店	25-4129
長村牧場直売店（阿寒モルト牛）（土日のみ）	66-2929
釧之助共栄大通店（海産物）	23-1000
釧之助本店（海産物）	64-5000
釧祥館（駅弁・仕出し）	22-9460
カニのデパートかなはし水産（海産物）	57-4316
赤いシャッポ（JA阿寒直営店）（クレインズテラス内）	66-2685
塩干・魚卵 カネ龍高綱	23-0555
コーチャンフォー釧路店（大型複合店）	46-7777
リラブ運動公園通り店（大型複合店）	37-6112
リラブルート38号店（大型複合店）	52-6776
釧路北匠（MOO店）（海産物）	32-3550
釧路北匠（和商市場店）（海産物）	32-1866
石田商店（青果）	22-6519
ふじえだ園（コーヒー・茶葉）	36-1192
佐藤紙店	22-1311
カメラの六峰社	23-8401
パッケージプラザ我満	39-5055
阿寒マルシェ	66-1222
マルシェくしろ	65-1566
イオン釧路店	36-3111
イオンモール釧路昭和店	55-7711

（一社）釧路観光コンベンション協会会員宿泊施設

名　称	位置	Tel	部屋数	住　所	備　考
釧路ロイヤルイン	16P B-1	31-2121	153	黒金町14-9-2	コインランドリー有
釧路プリンスホテル	16P B-4	31-1111	369	幸町7-1	コインランドリー有
ANAクラウンプラザホテル釧路	16P B-5	31-4111	180	錦町3-7	コインランドリー有
すみれ旅館	16P C-1	23-1285	13	若松町8-17	ランドリー有
ホテルクラウンヒルズ釧路	16P C-2	22-0109	164	北大通13-1-14	コインランドリー有
コンフォートホテル釧路	16P C-2	21-5711	126	北大通13-1-1	コインランドリー有
ホテルルートイン釧路駅前	16P C-2	32-1112	220	北大通13-2-10	コインランドリー有
スーパーホテル釧路	16P C-3	24-9000	101	黒金町11-1-1	温泉 コインランドリー有
東横イン釧路十字街	16P C-4	23-1045	208	北大通7-2-1	コインランドリー有
ラスティングホテル	16P D-1	21-9111	84	若松町3-3	コインランドリー有
駅前ホテルパルーデ釧路	16P D-2	22-3111	99	末広町12-2	コインランドリー有
スーパーホテル釧路駅前	16P D-2	25-9000	84	末広町14-1-2	温泉 コインランドリー有
ホテルエリアワン釧路	16P D-3	31-0946	41	末広町11-1-2	コインランドリー有
釧路センチュリーキャッスルホテル	16P D-6	43-2111	48	大川町2-5	コインランドリー有
ビジネス旅館大喜館	16P E-1	25-1934	62	新富町14-7	温泉・コインランドリー有
ラビスタ釧路川	17P A-4	31-5489	225	北大通2-1	温泉・コインランドリー有
ホテルアクシアイン釧路	17P C-1	24-5000	74	末広町6-3	コインランドリー有
ホテルパコ釧路	17P C-4	23-8585	221	末広町2	温泉・日帰り入浴可・コインランドリー有
ホテルWBF釧路	17P E-2	23-3311	108	川上町4-1	コインランドリー有
ホテル千友館	14P D-2	51-5867	30	鳥取大通4-17-15	コインランドリー有
ホテルマーシュランド	14P D-2	51-5557	66	鳥取大通5-2-5	コインランドリー有
ホテルマーシュランド別館	14P D-2	51-5557	41	鳥取大通5-2-5	コインランドリー有（ホテルマーシュランド内利用）
ライダーハウス銀鱗荘	15P F-6	23-8512	10	南浜町1-12	コインランドリー有・ペット可　11/1～3/31休館
ビジネスホテル中園第一	15P G-3	23-1764	15	中園町3-4	コインランドリー有
民宿タカハシ	15P G-3	25-3767	9	中園町11-4	コインランドリー有
民宿ファミリーハウス	15P G-3	22-0208	10	豊川町12-13	コインランドリー有
ビジネスホテルフロンティア	15P G-4	24-3557	24	柳町3-21	コインランドリー有
ペンショングリーンパーク	15P I-6	41-2685	24	鶴ヶ岱3-7-11	ランドリー有
大喜湯 春採店	15P I-6	46-5558	9	春採7-1-45	温泉・日帰り入浴可
カムイレラ	16P C-5	35-1098	5	北大通2-7	ランドリー有
丹頂の里温泉 美肌の湯 赤いベレー	03P A-3	66-2330	14	阿寒町23線36番地	温泉・日帰り入浴可
山花温泉リフレ	03P B-4	56-2233	16	山花14-131	温泉・日帰り入浴可・コインランドリー有
鶴居ノーザンビレッジ HOTEL TAITO	03P C-2	64-3111	16	鶴居村鶴居西1-5	温泉・日帰り入浴可・コインランドリー有
アスリートイン	03P C-5	65-5216	17	大楽毛1-9-12	ランドリー有
ロッジシラルトロ（カヌー専用ロッジ）	03P D-3	(015)487-2325	8	標茶町シラルトロ湖温泉	温泉・コインランドリー有 別棟ペット可・11/1～1/31休館（宿泊はカヌーツアーパックのみ）
カムイの湯ラビスタ阿寒川	13P	67-5566	64	阿寒町オクルシュベ3番1	温泉

2020年4月現在

JR釧路駅周辺 16P・釧路繁華街 17P　釧路市街図 14P～15P　釧路湿原周辺地図 03P　Ⓛランチ営業あり

※内容・詳細については、直接宿泊施設にお問い合わせ下さい。※市外局番0154（記載しない場合）

超グルメ回転寿司
鮨処
なごやか亭

産地と旬にこだわる

超グルメ回転寿司!!

圧巻!! こぼれいくら

港町、釧路でとことん味わい尽くせ!!

なごやか亭

■営業時間／11:00~22:00(LO 21:30)
■定休日／1月1日･2日　駐車場完備

春採店
釧路市春採7丁目1-10
TEL.0154-46-2233

新川店
釧路市新川町15-18
TEL.0154-24-2033

運動公園通店
釧路町桂木3丁目7-3
TEL.0154-37-0880

昭和店
釧路市昭和中央4丁目1-7
TEL.0154-55-7581

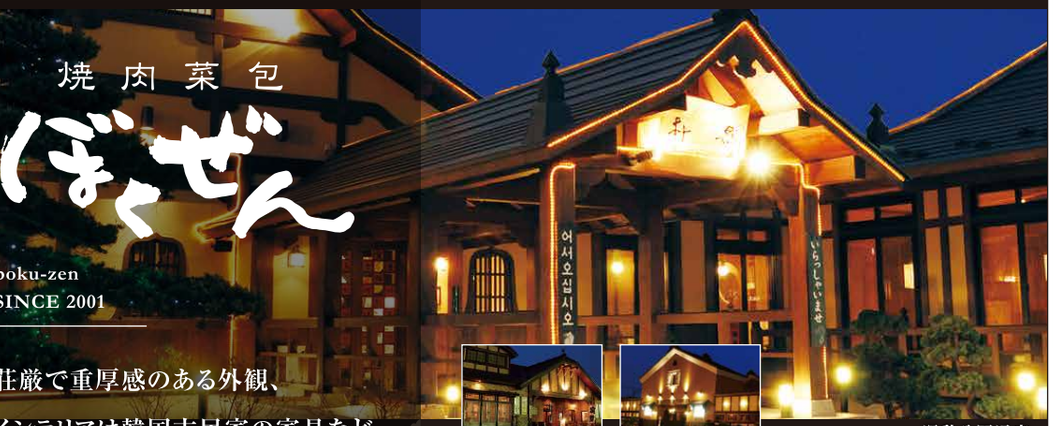
※21:00頃よりご来店に関しましては、営業時間を短縮している場合もありますので事前に店舗へご確認ください。

15P I−6 / 15P I−3 / 15P F−3 / 14P E−1

焼肉菜包
ぼくぜん

boku-zen
SINCE 2001

荘厳で重厚感のある外観、
インテリアは韓国古民家の家具など
アジアンミックスを随所に散りばめ
異国情緒を感じられる癒し空間です。



春採店　昭和店　運動公園通店


春採店



ぼくぜん自慢の 厳選焼肉 から、充実の サイドメニュー にいたるまで
美味しいこだわりいっぱいの人気メニューベスト5

1位

黒毛和牛熟成上カルビ
1,298円+税

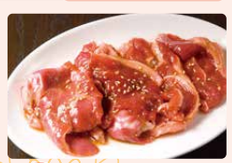
2位

壺漬け一本カルビ
1人前 698円+税

3位

特選上ハラミ
998円+税


4位 石焼海鮮チゲ
998円+税


5位 上ジンギスカン
498円+税

焼肉菜包
ぼくぜん

春採店
釧路市春採7丁目1-15
TEL.0154-47-2989
■営業時間／11:00~23:00(LO/22:30)
■定休日／1月1日･2日　駐車場完備

運動公園通店
釧路郡釧路町桂木6丁目2-1
TEL.0154-38-2929
■営業時間／11:00~23:30(LO/23:00)
■定休日／1月1日･2日　駐車場完備

昭和店
釧路市昭和中央4丁目1-7
TEL.0154-55-2989
■営業時間／11:00~23:00(LO/22:30)
■定休日／1月1日･2日　駐車場完備

15P I−6　15P I−2　14P E−1

こだわりとんかつ かつ善

ジューシーな厳選熟成豚や
真狩産ハーブ豚、軽やかで
もたれない植物油を使用した
ボリューム満点さっくり
極上とんかつを是非！

自慢の逸品をご賞味あれ！

人気メニューBEST5！

掲載メニュー
ごはん・味噌汁
キャベツ
おかわり無料！



人気ナンバー1
ヒレカツ定食
小 1,180円+税 ■単品 900円+税
中 1,380円+税 ■単品 1,100円+税
●ヒレカツ ●キャベツ ●ごはん ●味噌汁 ●漬物

人気ナンバー2
ロースカツ定食
小 1,080円+税 ■単品 800円+税
中 1,280円+税 ■単品 1,000円+税
●ロースカツ ●キャベツ ●ごはん ●味噌汁 ●漬物

人気ナンバー3
海老ヒレカツ定食
1,380円+税 ■単品 1,100円+税
●海老フライ ●ヒレカツ ●キャベツ ●ごはん ●味噌汁 ●漬物

人気ナンバー4
ジャンボロース定食
1,580円+税 ■単品 1,300円+税
●ジャンボロースカツ ●キャベツ ●ごはん ●味噌汁 ●漬物

人気ナンバー5
真狩産ハーブ豚カツ定食
1,780円+税 ■単品 1,500円+税
●ハーブ豚カツ ●キャベツ ●ごはん ●味噌汁 ●漬物



かつ善 新川店
釧路市新川町15-13

■営業時間／11:00~22:00(LO 21:30)
■定休日／1月1日·2日　駐車場完備
TEL.0154-23-1213



15P F−3

釧路を愉しむ、釧路を味わう
Kushiro Komagataya

駒形家名物

花咲蟹 お晩菜

ここでしか味わえない絶品の美味しさ



花咲蟹姿盛り（半身）
or
北海縞海老（8尾）





幻の蟹と呼ばれる
「花咲蟹」を堪能！

◆お品書き
●前浜花咲蟹 姿盛り【半身】
または
●特大北海縞海老 茹で上げ【8尾】
……各3,000円［税別］
お好きな一品をチョイス！

＋
●旬の小鉢……530円［税別］
●旬のお造り…800円［税別］

セットがお得！
3品で4,330円［税別］のところ
特別価格
3,980円［税別］

くしろ 浜のお晩菜

絶品素材で愉しむ今宵のお晩菜



◆お品書き
●旬の小鉢……530円［税別］
●旬のお造り……800円［税別］
●旬の揚げ物［または］焼き物…710円［税別］
●旬の小鍋……1,200円［税別］

小鍋は4種からチョイス！
◎釧路沖鯨はりしゃぶしゃぶ
◎前浜沖海鮮しゃぶしゃぶ
◎前浜沖牡蛎しゃぶしゃぶ
◎前浜沖北寄しゃぶしゃぶ
※各種海鮮小鍋は漁模様により、ご提供できない場合がございます。予めご了承ください。

セットがお得！
4品で3,240円［税別］のところ
特別価格
2,980円［税別］

※写真はイメージです

くしろ 駒形家
■ご予約・お問い合わせは
Tel.0154-24-4658

○釧路空港より車で40分 ○釧路駅より車で3分·徒歩10分
釧路市栄町6丁目2番地（栄町平和公園隣り）
■営業時間／AM11:30~PM3:00
PM5:30~PM10:00
P完備
http://www.komagataya.com 釧路 駒形家
携帯サイトもご覧ください



17P D−1

www.946hatagoya.com　◎季節限定の厳選素材や、お得な情報は［炉ばた居酒屋はたご家］ホームページでもご覧いただけます。

くしろ炉端焼

旬の素材の旨味を美味しく、お安くご提供。
釧路の粋な味わいを堪能!!
浜で揚がったばかりの新鮮な魚介類をジュワッと焼き上げる炭の炎が海の幸に更なる旨味を与えます。



【炙り焼き】

【北海道産】肉厚真ほっけ（半身）
990円（税抜）



【釧路産】ししゃも（オス・メス各2尾）
670円（税抜）



北海しま海老（1尾）150円（税抜）

新鮮北海道貝
活ホタテ
活北寄
活ツブ
産地直送





海氣力（そこぢから）
かつて日本の産業を支えた石炭。いまや国内唯一のヤマとなった海底炭鉱の坑道の奥底…、最深の地に貯蔵・熟成された香り高き釧路の銘酒。
1杯 880円
4合瓶 4,500円（いずれも税抜）



北海道上富良野町生まれの伝説のホップ
伝説のホップ SORACHI 1984
限られたお店でしか飲めない世界を変えるかもしれないビール
590円（税抜）

釧路最大級、炉ばた居酒屋180名様収容
2名様から60名様まで、バラエティー豊かなお部屋をご用意致しました。

古の旅籠をイメージした木の温もり空間、はたご家。こころ暖まるおもてなしと浜で揚がったばかりの海産品、そしてゆったりと流れる時間を心ゆくまでお愉しみ下さい。





契約駐車場あります
ホームページにもお得な情報があります。是非ご覧下さい。
ホームページ
facebook

炉ばた居酒屋 はたご家 HATAGOYA
釧路市栄町4-2（歌屋末広店2F）
営業時間 PM5:00～PM11:30
※日曜/PM11:00まで
ご予約・お問い合わせ
☎0154-22-1717 AM10:00より受付開始!
www.946hatagoya.com

17P D−2

MOO 2F・3F
くしろの旨いプランここにあり!
お仲間と楽しく語らう笑顔のひととき。2次会も併せてお楽しみください。



生ラムジンギスカン食べ飲み放題 お1人様90分 4,400円



ロースターで海鮮・肉も美味しく!!
※写真はイメージです。

■釧路市錦町2-4（MOO）
2F／花ばんや
3F／釧路霧のビール園
■営業時間
11:30～14:00
17:00～22:00
お問い合せはいずれも
0154-23-5251



16P B−5



●釧路港旨ネタ握りおまかせ寿司盛り
一人前/十貫 2,800円（税込3,080円）
活きと鮮度握りおまかせ寿司盛り 一人前/六貫 1,200円（税込1,320円）
※写真は、釧路港・旨ネタ握りおまかせ寿司盛りです。



あぶり家でくし炉を満喫!
●道東産 貝かき焼 一個 300円（税込330円）
道東のかきを炭焼きでどうぞ。
●黒はも炙り焼き 一人前 680円（税込748円）
ひと味違う、はもの味わい
●北釧さば 刺身 一人前 680円（税込748円）
職人技光るあぶり家ブランド



炉端焼きの王道!
●真ほっけ炙り焼き 半身 980円（税込1,078円）
※一尾でのご提供もいたします。



凍ったお酒を浮かべました。
●凍結酒 一合 680円（税込748円）
全国より取り寄せた銘酒・焼酎を各種取り揃えております



あぶった蟹爪が入っている深い味わい
●蟹あぶり酒 一合 680円（税込748円）

釧路を楽しむ 地酒福司（ふくつかさ）

あぶり家 携帯サイト



くし炉 あぶり家 ABURIYA
釧路市末広町5丁目6番地
■営業時間／午後4時30分～午後11時30分
■定休日／年中無休
■あぶり家Web／http://www.aburiya946.com/
ご予約・お問い合わせは
TEL.0154-22-7777

17P B−2



14P E—4



釧路観光の
ご用命は‥日交へ

ジャンボタクシー
(9名乗り・6名乗り)
あります！

0154-36-1155

にこにこ笑顔で・つかれを知らぬ・ころやさしい・うんてんしゅ

日交 釧路日交タクシー(株)
釧路町曙1丁目2番地9

短期 長期 出張歓迎

リニューアルしました！
ほっとする宿

お一人様料金 3,800(税込)
朝食200円 夕食500円

(株)中園第一
駐車場完備!!
釧路市中園町3番4号（労災病院前）
TEL0154(23)1764 FAX0154(23)1900

15P G—3



16P B—5



16P B—5

昭和34年創業から「釧路の洋食」を発信。



懐かしく落ち着いた雰囲気の中で寛げる老舗洋食レストラン
シェフ渾身の料理をリーズナブルに

レストラン
IZUMIYA 泉屋

本店 釧路市末広町2丁目 ☎24-4611
営 10~3月／11:00~21:00(LO／20:30)
4~9月／11:00~21:30(LO／21:00)

イタリアンバルで食とお酒をお楽しみ下さい！



飲み放題　樽生ビール・酒・焼酎
ワイン・ジュース類
1,980円(2時間)

イタリア料理
ポロネ
末広・泉屋ビルBF
☎24-7747
営17:00~22:00
(LO／21:30)

17P B−4

時を愉しむ、大人の酒房



カウンター席



個室(掘りごたつ)



個室(テーブル席)



酒肴 西釧 ふくべ

釧路市末広町3-5
（笛園ビル2F）
営 17:30~23:30
（オーダーストップ23:00）
休 毎週日曜日
ご予約・お問い合せは
☎0154-23-6104



17P B−2



15P I−6 / 15P I−3 / 14P C−2

「大皿盛りの惣菜
釧路の新鮮な魚
厚岸の牡蠣、
50種類の本格焼酎、
80種類の地酒で
お待ちしています…。」

おすすめの地酒

釧路の地酒
福　司　500円

根室の地酒
北の勝　500円

自家製おすすめメニュー

厚岸産生かき(2ケ)	500円
厚岸産焼かき(2ケ)	500円
生くじら刺身	600円
生さんま刺身	500円
生うに刺身	500円
まぐろ刺身	500円
生たこ刺身	600円
生つぶ刺身	600円
牛筋煮込み	500円
角煮	500円
むきカレイ煮付(サメカレイ)	700円
手作りザンギ	600円
かにクリームコロッケ	600円
かにグラタン	600円
うに丼	500円
いくら丼	500円

居酒屋
ちゃりんこ
釧路市栄町3丁目1番地
☎0154-24-9350
営業時間／17:30~23:00



17P D−3

Marsh&River

気がつけば、
そこは釧路湿原の真ん中
湿原と大きな空と、
そしてカヌーだけ





グリーンシーズン 4月~12月中旬

マーシュ&リバーのカヌーコースは
細岡展望台から広がる湿原を下ります。

【カヌーツーリング】
- 細岡カヌーポート~岩保木水門
- 所要時間:約2時間
- 料金:2名以上で参加の場合、大人1名9,500円(税込)
（1人参加の場合）大人1名12,500円(税込)

大好評

※傷害保険:1名500円(税込)が別途となります。

ホワイトシーズン 1月~3月

【ウインターカヌー&湿原ウォッチング】
- スガワラカヌーポート~塘路湖
- 所要時間:約4時間
- 料金:2名以上で参加の場合、
大人1名10,500円(税込)
（1名参加の場合）大人1名13,500円(税込)

※傷害保険:1名500円(税込)が別途となります。



※消費税増税の場合、料金の変更があります。

北海道知事認定 北海道アウトドア優良事業者
株式会社 釧路マーシュ&リバー
☎0154(23)7116
釧路郡釧路町トリトウシ88-5 〈ホームページ〉http://www.946river.com

03P D−4

釧路川カヌーツアー

お客様だけのカヌーツアー
ガイド付きで安心して楽しめますお電話お待ちしています!



カヌーコース…①塘路湖~細岡　②細岡~岩保木

車での現地待ち合わせ時間		料金 大人2名以上(※傷害保険¥300別途)	
JR 細岡駅	8：30	大　人1名	¥8,800(税込)
〃	11：20	小学生1名	¥3,300(税込)
〃	14：30	幼　児1名	¥2,200(税込)

お車の無いお客様はご相談ください　6時~22時迄／電話受付

冬季ツアー　釧路市街ホテルのみ送迎可 朝7:30 昼12時
フルドライスーツレンタル込大人2名様以上一人¥9,900(税込)



北海道知事認定優良アウトドアー事業者
カヌーショップ ヒライワ
釧路市桂恋149-8 090-2054-4590
URL http://hiraiwa-canoe.com/



03P D−5

釧路川を大型カヌーで下りながら

家族や仲間とえさ釣り!

3時間程度、2名利用時
1名:15,000円~

安心・安全
プロガイドライセンス取得者が
同乗致します。
（緊急時のカヌー技術・急流レスキュー技術・自然知識全般）



ルアー・フライでトラウト狙い!

5時間程度、2名利用時
1名:21,500円~

カヌーツーリング
2~3名利用時
1名:9,000円

渓流釣り(イワナ・ヤマメ釣り)
2名利用時
1名:15,000円

Grace field グレイスフィールド
釧路市星が浦大通り1丁目7番29号

詳しくは、お問合せ下さい。
Tel.090-8631-0946
Fax.0154-51-9616
釧路 グレイスフィールド　検索

03P C−4



合宿でチーム力UP!
釧路での合宿・遠征は

アスリートイン

本館・別館合せて17室を設えております。

予算が限られている朝食も食べたいランドリー設備もほしい
ミーティングルームも欲しいバスでの送迎も欲しい氷も大量に必要
試合のスケジュールに合わせたい
アスリート達のそんな想いに応えられる
安心の宿です!
ビジネスでの短期・長期滞在もお待ちしております。

ATHLETE INN
株式会社 アスリートイン
旅館業許可／釧保生第169-3号司令 定休日／不定休

住所／〒084-0917 北海道釧路市
大楽毛1丁目9番12号
TEL 0154-65-5216
info@athlete-inn.com
athlete-inn.com
ホームページもご覧ください

03P C−5

釧路の"旬"にこだわりました

和洋朝食バイキング 無料

旅先だからこそ、朝から"ワクワク"してもらいたい。
そんな思いを込めて、海と大地の恵みいっぱいの
釧路ならではのお食事をご用意しております。
太平洋や阿寒の山々を望む展望レストランで
お楽しみください。



▲ロイヤルインといえばもちろん
焼きたて"ふわっふわ"のパン！種類も豊富。





▲和洋折々の充実したメニュー。釧路のソウルフードも。

お急ぎの方も安心！
朝食レストラン会場は AM6:00 OPEN!

Wi-Fi利用もストレスフリー
最新機器でさらに安定したWi-Fi環境を実現。
ストレスなくインターネットをお楽しみ頂けます。

JR釧路駅すぐ横!! 観光・ビジネスに最適!!







KUSHIRO ROYAL INN
釧路ロイヤルイン
チェックイン 14:00
チェックアウト 11:00
〒085-0018 北海道釧路市黒金町14丁目9-2 tel.(0154)31-2121
インターネットからのご予約は http://www.royalinn.jp

16P B−1

ANA CROWNE PLAZA
AN IHG HOTEL
KUSHIRO



"安心"と"くつろぎ"を。

ANAクラウンプラザホテル釧路
〒085-0016 北海道釧路市錦町3-7
Tel:0154-31-4111　Fax:0154-24-8640
anacpkushiro.com

宿泊予約　0120-455-655　anacrowneplaza.com

16P B−5

釧路を満喫した後は、心安らぐ深い眠りを

楽天トラベルアワード2016 シティ・ビジネス部門 北海道エリア お客さまの声大賞

全洋室に英国王室御用達のベッド完備







釧路川を眺めながらクチコミで大人気の朝食を。

チェックアウト 12:00　駐車場無料　全室禁煙

釧路センチュリーキャッスルホテル
Kushiro Century Castle Hotel　釧路市大川町 2-5　TEL.0154-43-2111

16P D−6



ようこそ薬膳と温泉の里へ

お泊りは
1泊2食付
8,450円より（入湯税別）
（5名様1室の場合）

日帰り入浴料金
大人　630円（税込）
中学生　530円（税込）
小学生　320円（税込）
幼児　無料

日帰り入浴・宿泊・お食事
各種プラン取揃えております。



◎阿寒ICより約11km 釧路市動物園となり

釧路市山花14線131番 TEL(0154)56-2233 FAX(0154)56-2277
ホームページ http://www.refre-yamahana.jp/

03P B−4

WADA MASAHIRO ART SQUARE
ワダ マサヒロ アート スクエアー 6月 OPEN!

写真ギャラリー・カフェ&バー
タンチョウ写真家和田正宏の常設ギャラリー

おいしいコーヒーと牛乳やチーズなどの
地元食材を使用したカフェメニュー
バーでは釧路近海新鮮魚介類や
鶴居村のブランド豚料理を提供



営業時間 / 午前10:00～午後10:00　定休日 / 毎週月曜日

BICYCLE SQUARE（バイシクル スクエアー）
自転車観光ガイド・インフォメーションセンター
JCTAサイクリングツアーガイド・JCTAサイクルインストラクター・JCAサイクリングリーダーの認定専門家が常駐。

TSURUI NORTHERN VILLAGE
HOTEL TAITO
北海道阿寒郡鶴居村鶴居西１丁目
ホテルTAITO　検索
ご予約 0154-64-3111



03P C−2

Prince Hotels & Resorts

Seibu Group
でかける人を、ほほえむ人へ。

ひがし北海道の旅の拠点として

世界三大夕日と自然とロマンの街、釧路へ



幣舞橋と世界三大夕日



レストラン トップオブ クシロ



高層階ツインルーム



ホテル全景

JR釧路駅から徒歩約10分（タクシーで平常時5分）
たんちょう釧路空港からバスで60分（釧路市役所前下車）またはタクシーで平常時40分

Prince Hotel Kushiro

釧路プリンスホテル
〒085-8581 北海道釧路市幸町7-1
TEL.0154-31-1111　FAX.0154-31-1202
www.princehotels.co.jp/kushiro/

16P B−4

旅する ひがし北海道屈斜路へ

湖と自然がお迎えするやすらぎのリゾート



屈斜路湖の雲海



レストラン ルーベーニュ



屈斜路温泉



ホテル全景

たんちょう釧路空港から約95km（平常時約110分）
釧路プリンスホテルから約92km（平常時約100分）

Prince Hotel Kussharo

屈斜路プリンスホテル
〒088-3395 北海道川上郡弟子屈町屈斜路温泉
TEL.015-484-2111　FAX.015-484-2580
www.princehotels.co.jp/kussharo/

13P

ビジネスでのお泊まり、道東観光の拠点としてのご利用に最適。

LASTING HOTEL 永遠 という名のホテル



<シングル>
大人お1人様（1泊朝食付・税・サ込）
6,270円～

<セミダブル>（1室2名様ご利用の場合 1泊朝食付・税・サ込）
大人お1人様
4,620円～

- 無料駐車場50台完備
- 大浴場・露天風呂
  ミストサウナあり
  （※大浴場貸切り要予約）

JR釧路駅より徒歩3分安心・便利・快適なホテル

LASTING HOTEL ラスティング ホテル

お問合せ・ご予約は TEL0154-21-9111
〒085-0033 釧路市若松町3-3 FAX0154-21-9133



湿原 のある街のホテル HOTEL MARSHLAND



<シングル>
大人お1人様（1泊朝食付・税・サ込）
6,050円～

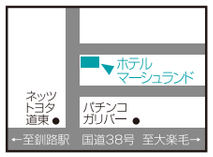
<和室>（2名様以上ご利用の場合 1泊朝食付・税・サ込）
大人お1人様
5,500円～

- 無料駐車場100台完備
- 展望大浴場あり
- 釧路空港より車で25分

感動の味覚と出逢えるホテルがある。

ホテル マーシュランド Hotel Marshland（湿原）

お問合せ・ご予約は TEL0154-51-5557
〒084-0906 釧路市鳥取大通5丁目 FAX0154-52-4087



ホテルマーシュランド別館 大人お1人様（1泊朝食付税込）**4,180円～**

※施設はホテルマーシュランドと共有です。※長期割引もあります。
お問合せ・ご予約は TEL0154-51-6791
〒084-0906 釧路市鳥取大通5丁目2番5号

16P D−1　14P D−2



感動の出会い！ 釧路湿原。

安定性抜群のカヌー
川下りに使用するカヌーは特別に
制作されたもので、通常より幅が広く
大きいため、カヌーに立って動植物や
SLを写真に撮る事も可能です。



通年メニュー 各コースは傷害保険・送迎を含む料金となります。

- コッタロ～塘路湖コース
  所要時間 約2時間
  2名様以上の場合
  大人 **8,000円**［1人の場合［10,000円］］ 子供 **4,000円**
- アレキナイ川往復コース
  所要時間 約1時間20分
  2名様以上の場合
  大人 **6,000円**［1人の場合［8,000円］］ 子供 **3,000円**

夏期メニュー 各コースは傷害保険・送迎を含む料金となります。

- 塘路湖～細岡コース
  所要時間 約1時間30分
  2名様以上の場合
  大人 **8,000円**［1人の場合［10,000円］］ 子供 **4,000円**
- 塘路湖～岩保木ロングコース
  所要時間 約3時間
  2名様以上の場合
  大人 **12,000円**［1人の場合［15,000円］］ 子供 **8,000円**
- レイクツアーコース
  所要時間 約1時間
  2名様以上での申込となります
  大人 **5,000円**［1人受入不可］ 子供 **3,000円**

冬季メニュー 各コースは傷害保険・送迎を含む料金となります。

- コッタロ～塘路湖コース
  ＆かや沼温泉入浴付き
  所要時間 約1時間30分
  2名様以上の場合
  大人 **8,000円**［1人の場合［10,000円］］ 子供 **4,000円**
- 冬季限定 *Nature Tour*
  カヌー＆タンチョウ観測
  所要時間 約3時間
  2名様以上の場合
  大人 **10,000円**［1人の場合［15,000円］］ 子供 **5,000円**

Family Canoe 106

ファミリーカヌーとうろ

川上郡標茶町塘路駅前横　道がわからない時はお気軽にお電話を！ TEL015-487-2888

冬期間のみ送迎応談ペット可、1人でも貸切OK



ホームページ http://familycanoe106.com/
ファミリーカヌーとうろ　検索

モバイルサイト

03P D−3

安心・感動・低料金！冬でも安全に楽しめます。 —— 冬期休業/11月1日～1月末 ——

ロッジシラルトロの釧路川カヌーツアー



水上たっぷり（10km!）2時間

- ●コース/塘路湖横断→アレキナイ川→釧路川→細岡
- ●大　人/8,500円（税、保険込）
- ●小学生/6,000円（税、保険込）

※お泊まり以外の方もOK!

「温泉無料入浴サービス付き」

4時間コースもあります

- ●コース/塘路湖横断→岩保木水門
- ●大人/13,500円・小学生/9,000円

※いずれも税、保険料込み

※上記料金は2名様以上の場合の料金です。1名様の場合は2時間コース13,000円、4時間コース20,000円です。





野趣満点の展望露天風呂
源泉100%、掛け流し



宿泊とカヌーのパックもあります

- ●2食付宿泊と2時間カヌーツアー 17,000円（税込）
- ●2食付宿泊と4時間カヌーツアー 22,000円（税込）

※宿泊のみは受付しておりません。

釧路湿原国立公園シラルトロ湖温泉

ロッジ シラルトロ

TEL.015-487-2325
FAX.015-487-2388
http://www.sirarutoro.in

住　所/標茶町シラルトロ湖温泉
交　通/国道391号線沿い（釧路の北東35Km）
　JR釧網線塘路下車（送迎有、国道沿い看板有）
施　設/和5・コテージ2棟
情　報/in15時・out10時、部屋食

喫煙コーナー設置

03P D−3

一泊からマンスリーなど短期から長期まで対応。


安心のセキュリティーと充実


した設備を完備しております。

宿泊・シェアハウス KAMUY RERA

カムイレラ

カムイレラへのお問い合わせは TEL.0154-35-1098

くらしユタカに。 YUTAKA -ユタカグループ- group

釧路市北大通2-7 本間ビル1.2F
運営会社／株式会社エゾ・プランニング
ezo.kushiro@gmail.com

16P C−5

味の決め手は「手作り魚醤」！香ばしいエビの旨みが絶妙な「エビ醤ラーメン」


■エビ醤ラーメン


■魚醤ラーメン

北海道ミシュランガイドに掲載された「魚醤ラーメン」でお馴染み、魚ーらーめん工房。第2弾となる「エビ醤ラーメン」は、一口で香ばしいエビの旨みがぐっとくる一杯に仕上がっています。ともにあっさり、こってり、太麺・細麺と選べるおいしさを楽しめます！

うおっち 魚一 らーめん工房

釧路市幸町13（くしろ丹頂市場内）
和商市場向かい
TEL.0154-23-4541
営業時間／9:00〜16:30
定休日／日曜日

16P B−2



麺や 北町 きたまち

釧路市鳥取大通7丁目5-12（釧路鳥取西郵便局うら）
TEL 0154-51-1555
URL ● http://www.ramen-kitamachi.com/
営業時間 ● 11:00〜15:00/17:00〜20:00
定休日 ● 毎週火曜日

14P C−2



HOTEL CROWN HILLS KUSHIRO

JR釧路駅すぐそば 徒歩1分！

10F レストラン ピリカ
夕食 18:00〜20:30まで 営業しております（月曜休み）

ホテル クラウンヒルズ釧路

釧路市北大通13-1-14 お問合せ ご予約は TEL.0154-22-0109

16P C−2



15P G−6 / 15P G−3



釧路の味を丹精込めて


※様々なギフトもご用意しております。

海産物 土産品 卸小売
中 中野物産

〈本 社〉〒085-0017 釧路市幸町5丁目5番3号 TEL(0154)22-3719・FAX(0154)22-6794
〈MOO店〉〒085-0016 釧路市錦町2丁目4番地 フィッシャーマンズワーフMOO内 TEL(0154)23-0287
■E-メール/mail:bussan-kn946@coral.ocn.ne.jp

16P A−4 / 16P B−5



アシスト自転車で釧路の歴史と街並みを五感で堪能

釧路ポタリングコース 6,600円（税込）／人
催 2〜4名 走 7km・約3時間 出発時間 ①9:00〜 ②13:30〜

KUSHIRO CYCLING TOURS 釧路サイクリングツアーズ

0154-66-3221 HP
釧路市阿寒町新町2丁目4-7
受付時間／8時〜17時
MAIL: akan.tourist.taxi@gmail.com

当社は感染症拡大防止に配慮したツアーを実施しております。

03P A−3



釧路湿原をそのまま−体験−
〜わたしたちがご案内します〜

NPO法人 釧路湿原やちの会

■設　立／平成12年3月 インタープリター（ガイド）15名
（平成16年北海道アウトドア資格制度知事認証優良者登録団体）
■代表者／理事長　大西　英一

お問い合わせ
【事務局】〒085-0804 釧路市白樺台4丁目8番8号
（岩間）TEL・FAX（0154）91-1644
携帯 090-5220-9779
E-mail:info@kushiro-yachi.com
HP

03P D−5

お・い・し・さ・つ・た・わ・る



和商市場

釧路市黒金町13-25 ☎0154-22-3226

営業時間／8時〜18時 ※季節によって営業時間の変更もございます。

駐車場について お車でお越しの際は地下駐車場（2時間無料）
釧路駅西商店街駐車場（30分無料）をご利用ください。※大型車専用スペースも完備

16P B−2

コインランドリー釧路

釧路市内で4店舗営業中
全店舗、年中無休で
早朝より夜24時まで営業中
両替機完備！
TEL.080-5589-2838

- コインランドリー 釧路城山
  釧路市城山2-1-30　駐車場／あり 7台
- コインランドリー 釧路鳥取
  釧路市鳥取北10-18-13　駐車場／あり 7台
- コインランドリー 釧路春採
  釧路市春採3-6-8　駐車場／あり 5台
- コインランドリー 釧路緑ヶ岡
  釧路市緑ヶ岡6-31-13　駐車場／あり

15P H−6 / 14P B−1 / 15P I−7 / 15P J−5



料金例

	半日	1日
クロスバイク	2,000円	3,500円
ロードバイク	3,500円	5,000円
eBike	5,000円	8,000円

0154-65-6554 FAX 0154-65-6113
営業期間／4月〜10月末 10:00〜18:00（事前予約で9:00から可）
〒085-0016 北海道釧路市錦町5丁目1 錦町ユタカビル1F
●釧路駅から徒歩10分程度 ●釧路フィッシャーマンズワーフMOOから徒歩4分程度

16P C−5



くしろほくしょう
釧路北匠
釧路市幸町13丁目1番5号
0154-32-1866

16P B−2



道の駅 クレインズ テラス
阿寒丹頂の里

釧路市阿寒町上阿寒23線36番地1（国道240号沿い）
TEL 0154-66-2969
休 館 日/原則年中無休（施設点検による臨時休館を除く）
開館時間/9:00～18:00（5月～9月）、
9:00～17:00（10月～4月）
観光案内所/10:00～16:00（通年）

03P A−3



その他グッズもございます
佐藤紙店
〒085-0015 釧路市北大通8-1
TEL.0154-22-1311
営業時間/9:30～18:30

16P C−3



政 株式会社 さとむら
代表取締役 鈴木政司
本社／〒080-0912 北海道釧路市星が浦大通2-2-2
TEL（0154）53-1008・FAX（0154）51-1711
【和商市場内】〒085-0018 北海道釧路市黒金町13-25
TEL（0154）32-0788・FAX（0154）32-0799

16P B−2



阿寒カントリークラブ
〒085-0220 釧路市阿寒町舌辛14番地
TEL.0154-66-3833
http://www.akan-cc.co.jp

03P A−3



北海道釧路発
さんまんま 魚政
釧路市錦町2-4 MOO1F
TEL:0154-24-5114
さんまんま 検索
さんまんま取扱い店
鳥 政（・栄町店 ・MOO店）
お土産用取扱店
・キヨスク釧路1ホーム店
・BLUE SKYショップ
・釧路空港店など

16P B−5



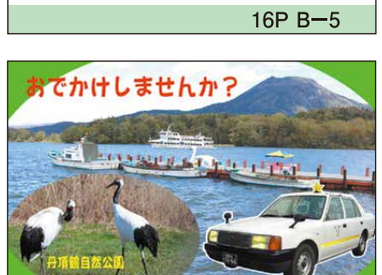
クスリ DEKOBOKO 旅行舎
自然観察ガイド/塩 博文
（北海道認定アウトドア自然ガイド資格認定1055号）
TEL/FAX:0154-37-6513
email: n43kusuri@gmail.com
http://dekoboko.biz

15P I−1



手づくりの味
食事処 たかつな
釧路市錦町2-4 MOO 1F
☎0154-23-0377
営10：00～19：00 不定休

16P B−5



道東観光はお任せ下さい
金星ハイヤー
配車センター 0154-22-8141



JHC 釧路交通株式会社
24時間年中無休 ☎0154-51-1234
釧路市星が浦大通5-5-49



SGRAYS スグレイス
釧路市栄町2-6-7 すみ友館ビル5F
TEL.0154-65-9566
携帯090-2070-8894
営業時間/20:00～1:00
収容人数/40名 不定休
別途 ご希望人数に合わせて宴会場予約可能

17P D−3



昭和店 釧路市昭和中央５丁目11-8
☎0154-55-5558
営 平日／12:00～24:00 土日祝／6:00～24:00
P 80台【年中無休】

春採店 釧路市春採７丁目1番45号
☎0154-46-5558
営 平日／12:00～24:00 土日祝／6:00～24:00
P 70台【年中無休】

14P E−1 / 15P I−6



個人 釧路個人タクシー協同組合
釧路市若草町10-24



釧路湿原カヌーツアー&ネイチャーツアー
ゆったり、のんびりしてみませんか?
釧路川カヌーツアーI ●塘路湖～細岡カヌーポート
◎大人お2人様 ¥18,000
大人お1人様追加料金 ¥9,000
小学生お1人様追加料金 ¥5,000
ReRa（レラ）
湿原の散策や、
森のトレッキング、スノーシュー
ハイキングなど、色々なツアー
メニューをご用意しています。
[事務局]釧路市芦野3丁目27-2 TEL FAX 0154 36-5431 URL http://www.kusiro.com

15P H−2



ご予約・お問い合わせは
配車センター ☎0154-36-4151



●釧路愛国店
●桜ヶ岡店
●イオン釧路店
●星が浦 ぴあざフクハラ店
釧路市愛国東2丁目1-21
TEL 0154-37-6633
●イオンモール釧路昭和店
●ビッグハウス旭町店
●スーパーアークス 鳥取大通店

人と人との心を結ぶ
北の自然薯 柳月 りゅうげつ

15P H−3 / 15P J−7 / 15P I−3 / 14P B−2 / 14P E−1 / 16P E−4 / 14P E−3



旬の釧路を味わう
美味しい酒
新鮮な魚貝類、
本物の味で
楽しいひとときを
お過ごし
ください。

釧路市栄町2丁目3番地
☎(0154)22-6686

17P D−3



釧路市湿原展望台 1階
レストハウス 憩っと
TEL（0154）56-2424
4～9月：10:00～16:30
10～3月：10:00～16:00
※ラストオーダーは閉店30分前迄

03P C−4

困った時の、なんでも屋です。
お見積り・ご相談 無料
掲載以外の事もお気軽にご相談ください

生活関連サポートサービス
家庭の清掃
住宅営繕（リフォーム）
お墓のお手入れ
お庭のお手入れ
各種機械修理・販売
遺品整理
不用品処理代行
プチ引越し
野外イベント・企画お手伝い
お部屋片付けサービス
不要バイク・自転車・機械他 処理
除雪・排雪・屋根の雪下ろし
その他

なんでもおまかせ・カンパニー
北海道知事許可 企業組合 青遊舎（せいゆうしゃ）T・K
フリーアクセス 0800-800-7818
FAX（0154）65-9258（無料通話）
各種クレジットカードご利用OK!
釧路市美原5-10-2 ホームページ http://seiyusya-tk.com/

15P I−2

豊富な車種であなたの観光をサポートします。




YARiS (5人乗り)


COROLLA (5人乗り) セダン


RAV4 (5人乗り)


ALPHARD (7・8人乗り)

トヨタレンタカー予約センター 0800-7000-111 無料 ウェルキャブ専用 0800-7000-294 無料 オープン時間 8:00～20:00(年中無休) トヨタレンタカー 検索

トヨタレンタリース釧路

写真地情報

釧路店	釧路空港店	釧路鳥取店	根室店	中標津空港店
釧路市栄町12-1-1	釧路市鶴丘2-1	釧路市鳥取大通り8-2	根室市西浜町2-2	標津郡中標津町北中17-9
☎0154-23-0100	☎0154-57-4100	☎0154-53-0100	☎0153-24-0100	☎0153-78-8100
16P D－2	03P B－4	14P C－2	13P	13P

JRでひがし北海道を乗りつくそう！



くしろ湿原ノロッコ号（釧路ー塘路）

特急おおぞら（釧路ー札幌）

道東 森の恵み

SL冬の湿原号（釧路ー標茶）

※画像はすべてイメージです。 JR北海道 検索 https://www.jrhokkaido.co.jp

列車時刻、運賃・料金等、JR北海道についての最新情報▶

JR北海道釧路支社

16P C－1

2020年度 雄大な自然と遊ぶエコツーリング
阿寒バスの定期観光バス

好評運行中!! 乗車予約制 ※トドワラ号は予約不要

ピリカ号
道東三湖（摩周湖・屈斜路湖・阿寒湖）を巡る

3ヶ月前から予約可 バスガイド付

所要時間／約8時間55分

料金：
大人 4,600円
小人 2,300円

〈運行期間〉
6/1～11/8(毎日)
※運行状況につきましてはお問い合わせください。

●阿寒湖温泉では120分のフリータイムがあります。昼食は各自ご負担となります。

釧路駅前	8:00 発
MOOバスターミナル	8:05 発
釧路プリンスホテル	8:08 発
釧路湿原北斗展望台	車窓見学
摩周湖第1展望台	景勝時間30分
硫黄山	景勝時間30分
砂湯（屈斜路湖）	景勝時間20分
阿寒湖温泉（昼食）	13:05 着予定
たんちょう釧路空港	16:10 着予定
釧路駅前	16:50 着予定
MOOバスターミナル	16:54 着予定
釧路プリンスホテル	16:55 着予定

トドワラ号
野付半島トドワラ散策

定期バスで日帰り観光 予約不要

定期バスと遊覧船のセット割引!

釧路発着 標津発着
大人 5,600円 大人 1,950円
小人 2,800円 小人 980円

標津→尾岱沼 尾岱沼発着
大人 1,500円 大人 1,600円
小人 750円 小人 800円

〈運行期間〉7/11～8/10

釧路駅前	※7:25 発
定期バス	※但し土・日・祝は50分遅発となります
標津バスターミナル	※10:15 発
トドワラ号	※但し土・日・祝は40分遅発となります
野付半島ネイチャーセンター	※10:45 着
徒歩約50分	※但し土・日・祝は40分遅着となります
トドワラ船着場	
遊覧船約35分	
尾岱沼	13:15 発
定期バス	
標津バスターミナル	13:58 発
定期バス	
釧路駅前	16:40 着予定

ホワイトピリカ号
冬の道東三湖（屈斜路湖・摩周湖・阿寒湖）を巡る

3ヶ月前から予約可 バスガイド付

所要時間／約9時間30分

料金：
大人 6,000円
小人 3,680円

〈運行期間〉
1/8～3/21（予定）
※詳しくはお問い合わせください。
※日程が前後する可能性がございます。

●昼食代が含まれています。
●阿寒湖温泉では60分のフリータイムがあります。

釧路駅前	8:30 発
MOOバスターミナル	8:35 発
釧路プリンスホテル	8:38 発
鶴見台	景勝時間20分
砂湯（屈斜路湖）	景勝時間20分
硫黄山	景勝時間30分
弟子屈町内（昼食）	55分
摩周湖第1展望台	景勝時間30分
阿寒湖温泉（フリータイム）	15:15 着予定
たんちょう釧路空港	17:15 着予定
釧路駅前	17:55 着予定
MOOバスターミナル	17:59 着予定
釧路プリンスホテル	18:00 着予定

冬のたんちょう号
冬ならではの釧路湿原とタンチョウの魅力がいっぱい

しつげん55PASSで巡る

3ヶ月前から予約可 バスガイド付

所要時間／約6時間50分

料金：
大人 5,200円
小人 3,690円

〈運行期間〉
1/23～2/28（予定）
※詳しくはお問い合わせください。

●昼食代及び有料施設の入場料が含まれています。
●釧路空港連絡バスとのセット料金もございます。

釧路駅前	8:50 発
MOOバスターミナル	8:55 発
釧路プリンスホテル	8:58 発
丹頂鶴自然公園	景勝時間20分
阿寒国際ツルセンター	景勝時間60分
山花温泉リフレ（昼食）	55分
釧路市湿原展望台	景勝時間20分
塘路駅	14:20 着予定
塘路湖（あるこっと）	景勝時間20分
釧路駅前	15:35 着予定
MOOバスターミナル	15:39 着予定
釧路プリンスホテル	15:40 着予定


摩周湖


トドワラ


冬の阿寒湖


タンチョウ

※天候・道路事情でコースが変更・遅延・運休する場合もございますので、ご了承ください。※写真はイメージです。

お申し込みお問い合わせ

阿寒バス(株)

ホームページからも予約できます!! 阿寒バス 検索 http://www.akanbus.co.jp ☎(0154)37-2221

15P H－1