



北海道いぶり・サイクリング観光攻略ガイドブック

**走ろう！いぶりの道**  
いぶりをサイクリングしよう！



はしろういぶりルートマップ

**初級コース** のんびり 初心者 向け  
洞爺湖一周

**果物狩り&牧場満喫コース** 初心者 向け



企画・制作：北海道胆振総合振興局

### 🚲 走行マナー

交通ルールを守り、安全運転を心がけましょう。

- ・走行時は車や歩行者に十分注意しましょう。
- ・歩道を通行する場合は歩行者優先、必ず徐行しましょう。
- ・ヘッドフォン、携帯電話、傘は走行中使用禁止です。
- ・車道の右側走行や飲酒運転は禁止です。
- ・暗い場所での走行時は必ず前後のライトを点灯しましょう。
- ・グループで走る場合は1列で走行しましょう。
- ・信号の遵守と一時停止・安全確認をしましょう。

### 📝 あなたの個人情報

事故などの緊急時には必要な情報ですので、携行の際には記載をお願いします。

あなたのお名前： \_\_\_\_\_

ご住所： \_\_\_\_\_

緊急連絡先(お名前)： \_\_\_\_\_

緊急連絡先(てんわ)： \_\_\_\_\_

血液型： A B O AB (RH+/RH-)

事故などの緊急時には  
119(救急車・消防)・110(警察)に  
必ずご連絡下さい。

- むかわ町
- 厚真町
- 安平町
- 白老町
- 壮瞥町
- 洞爺湖町
- 壱浦町
- 伊達市
- 豊原市
- 苫小牧市
- 室蘭市

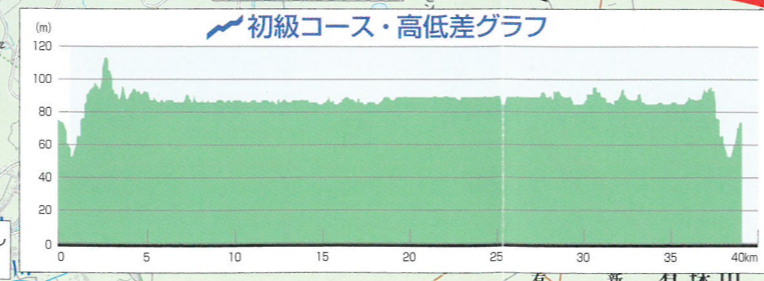


**はしろういぶりルートマップ**  
**初級コース** のんびり 初心者 向け  
洞爺湖一周

走行距離：約39.2km 獲得標高(上り)：153m  
想定所要時間：約2時間40分

凡例

- スタート・ゴール地点
- 進行方向
- 一般道
- 交通量多い
- 登り坂箇所
- 注意箇所
- 折返し地点
- ビューポイント
- トイレ
- サイクルショップ



※休憩の目安：1時間、または20kmおき



全ルートマップのご案内

みはしろういぶりルートマップ

**初級コース** のんびり 初心者 満腔一周 向け

**果物狩り&牧場満喫コース** 初心者 向け

他コースと組み合わせることもできます。あなただけのルートマップをお楽しみください。

みはしろういぶりルートマップ

**上級コース** 難易度 高 上級者 向け

**豊浦ヒルクライム** 北海道屈指の 上級者 チェレンジコース 向け

みはしろういぶりルートマップ

**中級コース** ロングラン コース 中級者 向け

**室蘭八景&工業地帯コース** 中級者 向け

みはしろういぶりルートマップ

**むかわ発着コース** 上級者 向け

**苫小牧発着コース** 中級者 向け

走ろう！いぶりの道

ルートマップ

WEBサイト

<http://www.iburi.pref.hokkaido.lg.jp/ss/srk/cycling/>

持ち物リスト

アクシデントも考慮の上、以下のものは必ず携帯して下さい。

- ヘルメット
- サングラス
- シューズ
- ボトル
- 補給食
- 携行工具一式
- スペアチューブ
- 雨具(ウィンドブレーカーなど)
- 携帯電話
- ライト類(リフレクター含む)
- ベル
- パンク修理パッチ
- 保険証
- 救急用具(絆創膏・消毒液など)

メンテナンス

以下の場所で車体のメンテナンスができます。

\*バイクの種類によって対応できない場合があります。必ず電話で問い合わせましょう。

- |  |  |
|--|--|
| <p><b>■室蘭市</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・サイクルショップあらかき (0143)55-2321</li> <li>・サイクルショップえんどう (0143)44-1550</li> <li>・サイクルショップむらい (0143)22-6032</li> <li>・日沼自転車商会 (0143)44-3406</li> <li>・有限会社プラザ・クボ (0143)44-2983</li> </ul> | <p><b>■伊達市</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・サイクルショップツorium (0142)23-3207</li> </ul>                             |
| <p><b>■苫小牧市</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・サイクルショップ輪輪 (0144)67-7172</li> <li>・有高木サイクル (0144)73-1819</li> </ul>  | <p><b>■洞爺湖町</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・サイクルショップこばやし (0142)76-2373</li> <li>・高柳商会 (0142)75-2406</li> </ul> |
| <p><b>■登別市</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・サイクリングワカキ (0143)83-1730</li> <li>・サイクルセンタースタイルカマダ (0143)86-8095</li> <li>・西垣じてんしゃ (0143)85-2157</li> </ul>  | <p><b>■白老町</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・高橋自転車商会 (0144)82-2537</li> </ul>                                    |
| <p><b>■安平市</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・菅原自転車店 (0145)25-2162</li> </ul>   |  |

サイクルスタンド設置箇所

室蘭市	道の駅「みたら室蘭」	室蘭市祝津町4丁目16番地15	(0143)26-2030
登別市	登別市地獄谷駐車場	登別市登別温泉町無番地	(0143)84-2018 (登別市観光経済部観光室)
	カルルス温泉駐車場	登別市カルルス町	(0143)84-2018 (登別市観光経済部観光室)
豊浦町	道の駅「とよら」	豊浦町字旭町65番地8	(0142)83-1010
洞爺湖町	道の駅「あぶた」	洞爺湖町入江84番地2	(0142)76-5501
	道の駅「とやう湖」	洞爺湖町香川9番地4	(0142)87-2200
	洞爺水の駅	洞爺湖町洞爺町100番地	(0142)89-3108
壮瞥町	道の駅「そうべつ情報館」	壮瞥町字滝之町384-1	(0142)66-2750
	昭和南山駐車場	壮瞥町昭和南山188-5	(0142)75-2241 (一般財団法人自然公園財団昭和南山支部)
白老町	アイヌ民族博物館	白老町若草町2-3-4	(0144)82-3914
	はしもと陶芸館 (竹浦観光案内所)	白老町字竹浦118-146	(0144)87-4975
	大漁番屋虎杖浜 (虎杖浜観光案内所)	白老町字虎杖浜56-7	(0144)87-2636

昭和新山(特)

和天山

伊達市

喜門別町

西関内町

志門気町

東関内町

会館あり

乾町

伊達市

竹原町

幌美内町

清住町

高柳商会 (0142)75-2406

サイクルショップこばやし (0142)76-2373

だて歴史の社

交通量が多いので注意!

※休憩の目安:1時間/または20kmおき

はしろういぶりルートマップ

果物狩り&牧場満喫コース 初心者 向け

走行距離:約42.4km 獲得標高(上り):457m  
想定所要時間:約2時間50分

スタート/ゴール

そうべつ情報館(アイ)

進行方向

果樹園が多数あります!

走行快適な裏道です。時々、大型車が通るので注意!

1のA地点へ移動(行き)

2のA地点へ移動(帰り)

凡例

- スタート・ゴール地点
- 進行方向
- 一般道
- 交通量多い
- 登り坂箇所
- 注意箇所
- 折返し地点
- ビューポイント
- トイレ
- サイクルショップ

果物狩り&牧場満喫コース・高低差グラフ