＼ 自転車ツーリングで楽しむ ／

寄り道のススメ

愛車でのドライブもいいけれど、時にはどこか遠い町で自転車にまたがり、自分のペースでゆっくりと走ってみてほしい。パノラマに広がる景色を眺め、時に土地の人との会話を楽しみながら、あちらへ寄り道、こちらへ寄り道——、そんな小さな旅を、道内各地をリレーしながらご紹介していく。第3回目は全長256kmで北海道第2の長流にして日本最北の大河・天塩川を有する道北を満喫できるルート。お気に入りの景色や寄り道スポットを見つける旅に、いざ、出発！

企画・文
萬谷（ばんや） 利久子（りくこ）さん

PROFILE
生産者の商品開発、レストランなど「食×農×観光」をサポートする北海道6次産業化プランナー。中小機構北海道本部、農商工連携アドバイザーや北海道大学大学院観光学院デスティネーションマネージャーなども務める。

ガイドのプロと巡るインスタ映え満載のロケーション

「TEPPEN-RIDE（てっぺんライド）」と名付けられたきた北海道の自転車ルート。雄大な天塩川に沿って北上し自然の中を走る豪快なツーリングコースです。観光地とは違う上質なアウトドアフィールドとして、本州や海外からも自転車ファンが訪れ、評価が高いエリアとなっています。上級者には山道のアップダウンもあり、初心者には勾配がゆるやかなサイクリングに適した立地が人気です。

レンタル自転車は、「なよろ観光まちづくり協会」や「しもかわ観光協会」で借りられ、ロードバイク、クロスバイク、マウンテンバイクから自分に合うものを選択できます。

ルート上には緑あふれる樹林、白い花咲くそば畑なども視界に拡がります。麦の穂が風に揺れる「ザーッ」という波のような音。車の音が少ない分、自然の音も澄んで聞こえます。同じ北海道でも道北はダイナミック感が格別！

今年の夏はコロナ禍のレジャーとしてキャンプが人気となり、キャンプ場を拠点としてサイクリングを楽しむ方が増えました。それに加えてカヌーやトレッキングなどのアウトドアを一緒に楽しむメニューも揃っているのが魅力です。

「きた北海道エリア」は、寄り道スポットも充実。地元で教えてもらった美味しいお店、気になるスポットまで自転車をこいで行くのもなかなか良いものです。町の風景に溶け込んで、そこで暮らしている人のような気分も味わえたり。一日自転車をこいで汗をかいた後は、「地ビール」でシメるのも旅の醍醐味です。美深町産「白樺樹液ビール」は軽やかなホワイトビール。最高のゴールインとなるでしょう。

きた北海道ルートを紹介してくれるのは…

畑中 覚是さん

PROFILE
世界中のアウトドアファンを魅了する、圧倒的な自然に恵まれた「きた北海道エリア」ならではの新しい旅のカタチを提案するなど、フィールドを活かした活動に積極的に取り組んでいる。

NPO法人
なよろ観光まちづくり協会

住所／名寄市東1条南7丁目1-10
TEL／01654-9-6711
https://nayoro-kankou.com/top/

今回、道北ルートを紹介してくれるのは、「NPO法人　なよろ観光まちづくり協会」事務局長の畑中覚是さん。自転車ツーリズムのキーパーソンです。畑中さんは「きた北海道エコ・モビリティ」として、飛行機・JR・自転車・バス・バイク・カヌーを組合せ、それぞれの地域に適したモビリティの確立を目指して活動しています。

もちろんご自身もサイクリスト。近隣への移動はもとより、遠方でも車に自転車を積んで現地で走行するなど、日々楽しんでいます。

「きた北海道ルートは長い一本道コースで走りやすく、視界には大雪山連峰や田園風景、天塩川など飽きることのない絶景が広がります。道中にも見どころは多々ありますが、やはり宗谷岬は別格。例年、旭川から出発してこのコースを2泊3日かけて走り、宗谷岬を目指す自転車旅の企画『TEPPEN-RIDE』を主催しています。名寄市や音威子府村、中川町などを経て、ゴールにたどり着いた時の参加者の達成感に満ちた笑顔、そしてみんなで記念撮影する瞬間は最高です。是非たくさんの方々にこの感動を体験してもらいたいと思います」

また、天塩川および宗谷本線と並行して走るという点も大きな魅力なのだそう。途中でカヌー体験をしたり、天気や体調不良などで予定通り進まない時には宗谷本線で自転車を積み込んで移動することも可能です。高低差も小さく、幅広いレベルの人が楽しめるので、ぜひ自転車を軸にしたエコ・モビリティを満喫して欲しいと笑顔で話してくれました。

いつかは走破したい・・・・!

遠くはサハリンまで見渡せる
日本最北端のロマンと美味を堪能できる
サイクリングルートです。

きた北海道ルート

和寒町を起点とし、北海道遺産の天塩川に併走し稚内市・宗谷岬までの道北地域を縦断する基幹ルートAと、利尻島を一周する基幹ルートBで構成。北海道らしさを丸ごと体感できます。

1 ビバアルパカ牧場

表情や毛色など個性豊かなアルパカと間近で触れ合える牧場。アルパカの原毛をベースとしたマフラーや手袋、アクセサリーなども購入でき、しっとり・ふんわり柔らかな手触りと暖かさでお土産として人気です。牧場東斜面にはマウンテンバイクコースも完備、コース頂上からは剣淵町全域を見渡すことができます。

住所／上川郡剣淵町東町3733番地
TEL／0165-34-3911
営業／10:00～16:00（無休）

2 Bakery & cafe cotori

自家製酵母と道産小麦で作る香ばしいセミハード系のパンと、旬の道産野菜を使ったスープが人気のベーカリーカフェ。自家製酵母の発酵から生地作りまで、手間と時間をかけて10日目に焼き上がるパンは、小麦本来の風味が伝わる印象深い味わいです。サイクリングの途中のランチに立ち寄るにもオススメのスポット。

住所／士別市東11条2丁目3208-63
TEL／0165-29-2058
営業／10:00～17:30（パンが無くなり次第終了）
（月・火曜休）

3 豊富温泉

大正14年に石油の試掘を行ったところ、翌年5月に地下約960m地点から高圧の天然ガスと共に、43℃のお湯が噴出したことから開湯した温泉。油分を含んだお湯は石油のような臭いも特徴的ですが、保湿保温効果が高く、美白の湯としても知られています。アトピー性皮膚炎や慢性皮膚疾患の湯治場としても人気なのだそう。

住所／天塩郡豊富町東4条3丁目
TEL／0162-82-1728
一般社団法人 豊富町観光協会

おすすめ 1 天塩川コース（片道約90km）

Restaurant BSB

古い赤レンガ倉庫を改装した建物が目印。日本最北のクラフトビール醸造所「美深白樺ブルワリー」に併設されたレストランでは、ボリューム満点の「水牛ローストビーフのサンドイッチ」がサイクリストにも好評の一品です。北海道の「地域名産」に指定された白樺の樹液を使用したクラフトビールや、ここでしか飲めない特別な銘柄も見逃せません。

住所／中川郡美深町大通北4丁目9番地
TEL／01656-8-7123
営業／12:00～22:00（無休）

砂澤ビッキ記念館

北海道が誇る現代木彫の第一人者、砂澤ビッキが、生前アトリエとして使っていた音威子府村の旧筬島小学校を「エコミュージアムおさしまセンター（通称：砂澤ビッキ記念館）」として再利用。音威子府駅前に制作された『オトイネップタワー』がよこたわるように展示されている。館内ギャラリーには、村にゆかりのアーティストなどの企画展を毎月行っている。

住所／中川郡音威子府村物満内55番地
TEL／01656-5-3980
営業／9:30～16:30（月曜休）
（11/1～4/25は冬季間閉館）
入館料／300円

おすすめ
2 名寄サイクリングコース（片道約20km）

まちおこしセンター「コモレビ」

住所／上川郡下川町共栄町1番地1
TEL／01655-4-2718
営業／9:00～19:00（年末年始休）

モノ・コト・ヒトが結びつく町の情報発信施設。観光案内所としての情報収集の拠点としてだけでなく、自由に使える休憩スペースにはWi-Fiも完備されているので、サイクリング途中での立ち寄りには最適です。施設内には特産品や職人達が作った作品展示などもあります。

河川敷のサイクリングロード

名寄市から下川町に向かい、名寄川と併走できるサイクリングロード。視界を遮るものがなく、迷う心配もない一本道です。夏は涼しげな川沿いで風を感じながら、思い切り自転車で駆け抜けましょう。

Nakano farm 6

野菜栽培の北限といわれる名寄市の野菜農園。ミニトマト“アイコ”だけを使った無添加トマトジュース「トペンペ」が人気商品です。農薬散布を行わない有機肥料主体で育てられた同園のトマトの糖度は8～12度以上と際立つ甘さ。自転車での立ち寄りもしやすい場所なので、ミニトマト狩り体験などもおすすめです。

住所／名寄市日彰665
TEL／01654-9-6711
営業／8月～9月上旬
体験料金／ミニトマト収穫体験（要予約）、
大人1,500円（ミニトマトのお土産付）

レストラン モレーナ 7

下川町中心部から少し外れた場所にポツンと佇む隠れ家レストラン。店内にはマスターが描いた絵が飾られ、異国情緒溢れる雰囲気が漂います。かつて旅先で音楽好きのインド人にギターを教える代わりに教わったという看板メニューの北インドカレーは、薬膳のような香りと絶妙なスパイス、野菜の旨味がクセになる逸品です。

住所／上川郡下川町北町309番地
TEL／01655-4-4110
営業／11:00～17:00（月曜休）