

Heart Land Ferry で行く

北海道

れぶんとう

礼文島だ!!

礼文島

稚内

利尻島



300種以上の 高山植物が咲き誇る 花の楽園

海拔ゼロメートルから高山植物が咲き、
花の浮島と呼ばれる日本最北の離島、礼文島の
礼文島にしか咲かない「レプンアツモリソウ」など希少な固有種も。
花々と独特な地形を楽しむことができるトレッキングが大人気です！

CONTENTS

- 3 ハートランドフェリーおすすめの
礼文島ルート
- 5 写真で見る礼文島の魅力
- 7 礼文島でトレッキング
- 9 礼文島で楽しむアクティビティ
- 11 礼文島をもっと楽しむ
イベント&グルメ
- 12 礼文島MAP
- 13 フェリーの紹介

礼文島西海岸の眺望を楽しむ
岬めぐりコース(トレッキング)のゴロタ岬付近から撮影。[→8p]

礼文島

ハートランドフェリー
おすすめの

Start!!

約3時間で最高級の体験を!! 「桃岩展望台トレッキングコース」

島に生息するほとんどの高山植物が見られるおすすめのトレッキングコース。青い海に浮かぶ利尻富士を眺められ、お花畑も満喫できます。[詳しくは→7p]



礼文島だけに
生息する
花を楽しもう!

礼文島温泉
うすゆきの湯
●香深港
フェリーターミナル
●北のカナリア
パーク

徒歩で
約10分

「北のカナリアパーク」で 利尻富士をバックに撮影

映画のロケ地に選ばれるほどの絶景を撮影できる「北のカナリアパーク」。トレッキングコースを楽しんだ後は、ここでコーヒーを飲みながらひと休みはいかがでしょう。映画のセットもそのまま、見学も可能。



礼文島最北の岬「スコトン岬」

目の前には無人島のトド島と日本海が!!
アザラシがひょっこり顔を出すことも!!



“最北限のトイレ”という珍しい看板なので、記念に写真を撮る方も多いです。

ハートランドフェリー 豆知識
日本最北の地?
●宗谷岬(日本最北端の地)
北緯45度31分22秒
●スコトン岬(日本最北限の地)
北緯45度27分51秒
宗谷岬の方が少し北にあるので、スコトン岬は最北限といわれています。



車で
約10分

売店にある、さっぱりとした味わいの昆布ソフトクリームはいかがですか?!

車で
約15分

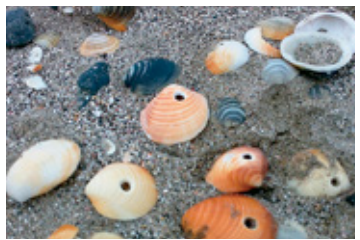
海的美しさは島内で一番!

「澄海岬」

高い透明度の美しい青い海が特徴の「澄海岬」。まるで海外にいるかのような錯覚に!「この美しさは一生涯忘れない」といわれるほど、人気のスポットです。



「穴あき貝」や 「シーグラス」を見つけよう!!



礼文町総合公園(タコ公園)前の砂浜には、「穴あき貝」や『シーグラス』と呼ばれるガラス片が打ち寄せられています。珍しいので、そのまま土産にしても喜ばれます!!旅の思い出にもなりますよ! [詳しくは→9p]

「ホッケのちゃんちゃん焼き」や 「ウニ丼」でランチタイム



礼文島に来たら、やっぱり「ウニ丼」!そして、「ホッケのちゃんちゃん焼き」。礼文島のグルメを存分に堪能!! [詳しくは→11p]



利尻富士を 眺めながら温泉に浸かる 「うすゆきの湯」

利尻富士を一望しながら温泉に浸かれる礼文島ならではの温泉。源泉かけ流しの天然温泉です。入浴後も温かさが続き、神経痛、関節痛、疲労回復、慢性皮膚病などに効果があるといわれています。

礼文島温泉 うすゆきの湯

- 所在地/礼文町香深港 Map:12p 1
- TEL.0163-86-2345
- 料金/中学生以上600円
- 営業時間/12:00~21:00
- 定休日/なし
- アクセス/香深港フェリーターミナルから徒歩約3分



外観は
モダンな
デザインが
特徴!!

写真で見る

礼文島の魅力

北のカナリアパーク

映画「北のカナリアたち」のロケ地をそのままに残した観光スポット。美しい景色と映画の世界観を堪能できます。

Map:12p 2



礼文島の花 レブンアツモリソウ

(5月下旬～6月中旬)

ランの女王と呼ばれる上品なクリーム色の花。島の北部には群生地もあります。高山植物園では8月まで楽しめます。

Map:12p 4

礼文島固有種



礼文町マスコットキャラクター
あつもん

レブンアツモリソウの妖精です。礼文島に住む人々と礼文島を訪れる人たちが大好きです。心に幸せの種を持っています。



礼文島の花 レブンソウ

(6月～9月)

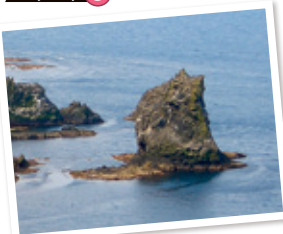
赤紫色の可憐な花で、寒さから身を守るため、全体が絹毛に覆われています。

礼文島固有種

猫岩

背中を丸めて座っている猫が、海を眺めているように見える奇岩です。

Map:12p 3



見内神社

アイヌの娘を祀った伝説の神社。神社の正面が海側なのも珍しい。

Map:12p 5



周氷河地形

約2万年前の氷期にできた地形。山稜が丸みを帯びてなだらかに続く緩い斜面が見られる。



桃岩

大きな桃に見える奇岩。アイヌの伝説が数多く残る場所でもあります。

Map:12p 6

礼文島の花 レブンキンバイソウ

(6月中旬～7月中旬)

桃岩展望台トレッキングコースの途中にあるキンバイの谷では、斜面を覆うように咲いています。

礼文島固有種



礼文島の花 レブンコザクラ

(5月～6月上旬)

小さなゴムマリのような可愛い花です。背丈は高くても20cmほどです。



くしこ久種湖

礼文島唯一の湖で日本最北の湖。バードウォッチングのおすすめスポットです。

Map:12p 7



スコトン岬

礼文島最北の岬です。対岸には無人島のトド島が見えます。

Map:12p 8



礼文島の花 レブンハナシノブ

(5月下旬～7月上旬)

カラフトハナシノブの仲間で、紫色の花びらと黄色のおしべが美しい花。



礼文島の花 レブンウスユキソウ

(6月～8月)

礼文町の町花。気高さと可憐さを合わせもつ高山植物のプリンセス。アルプスのエーデルワイスの仲間です。

Map:12p 9

礼文島固有種



小さい花ですが
かわいらしい花です

すかい澄海岬

透明度が高く、海底まで見ることができるコバルトブルーの海。美しさに引き込まれます。インスタ映えスポットです。

Map:12p 10



花を見ながら
ゆっくりのんびり!

礼文島で

Trekking トレッキング

ほっかいどう100の道「礼文・花と海の道」

イチオシの
おすすめ

桃岩展望台 コース

Momoiwa
Observation
Course

【5.7km・約3時間】



礼文島の「すべて」が詰まったおすすめコース!!
外国人観光客にも人気です!



ミニ情報

レンジャーハウス前の
駐車場に車を停めて、
トレッキングをスタート
するのもおすすめです。
自分の体力に合わせて
途中で戻るのもアリ!!

岬めぐり コース

Cape Tour
Course

【12.4km・約5時間40分】

■香深港フェリーターミナルからスコトン岬まで
バスで約60分。



- お花は時期によって
さまざま!!
- イワベンゲイ
 - キジムシロ
 - ハクサンチドリ
 - マイツルソウ
 - センダイハギ
 - ネムロシオガマ
 - チシマフクロ
 - オオバナノミノナグサ

花や野鳥のことなど礼文島の 自然に関する情報を収集!

トレッキングをする前の情報収集ができるスポットとしておすすめです。
また、「オリジナルTシャツづくり」や礼文島の貝殻などを使った「ライトづくり」などの体験コーナーもあるので、雨の日でも楽しめます!



ガイド情報

施設名	電話番号	ホームページ
礼文はなガイドクラブ	TEL.0163-89-6330	https://www.hanaguideclub.com/
利尻礼文ガイドネット	TEL.0163-85-7675	https://www.rirenet.com/
利尻自然ガイドサービス	TEL.0163-82-2295	http://www.maruzen.com/tic/guide/
礼文ガイドサービス	TEL.0163-86-1320	http://rebutn.co.jp/

高山植物園

Map:12p 11

トレッキングができなくても、島の高山植物を楽しめます。

- 所在地/礼文町船泊村
- TEL.0163-87-2941
- 開館/5月~9月 ●営業時間/9:00~16:30
- 定休日/5月~8月:無休、9月:日曜日
- 料金/大人310円、子ども160円
- 香深港フェリーターミナルから車で約30分



穴あき貝拾い

広い海岸沿いを見ると穴のあいた貝がたくさん! ひとを通してオリジナル貝殻ストラップを作れば、お土産としても喜ばれること間違いなし!

- 所在地/礼文町船泊村大備 礼文町総合公園前
- お問い合わせ先/礼文島観光協会 TEL.0163-86-2655
- 香深港フェリーターミナルから車で約30分

Map:12p 12



シークラスもあるよ!

豆知識
なぜ穴があるの?
「ツメタガイ」に穴を開けられて、中身を食べられたからです。

アザラシウォッチング



秋の観察スポット
「金田ノ岬」

野生のアザラシを観察することができます。まさに自然の水族館です。

- お問い合わせ先/礼文島観光協会 TEL.0163-86-2655

Map:12p 14

バードウォッチング



オオルリ



ジョウビタキ



ルリビタキ

多くの野鳥が飛来し、観察しやすい春のバードウォッチングがおすすめです。

豆知識
コマドリ
礼文町の町鳥はコマドリです。

メノウ拾い



拾える原石が夢がある!!

古来から装飾品として親しまれている、パワーストーン・メノウ。海岸で自由に探してお土産にできます。海の荒れた後が狙い目です!

メノウ浜(元地海岸)

Map:12p 13

- 所在地/礼文町香深村元地 元地海岸
- お問い合わせ先/礼文島観光協会 TEL.0163-86-2655
- 香深港フェリーターミナルから車で約10分



北のカナリアパーク

- 所在地/礼文町香深村畜部
- 開館日/5月1日~10月31日:無休、11月~4月:休館
- お問い合わせ先/礼文町役場 TEL.0163-86-1001
- 香深港フェリーターミナルから車で約5分

Map:12p 2



北のカナリアパーク内にあり目の前に利尻富士を望む絶景が楽しめるカフェです。絶景を楽しみながらコーヒやスイーツはいかがですか?

カナリアカフェ

- 営業期間/5月1日~9月30日
- 営業時間/10:00~16:00(店内利用ラストオーダー15:30)
- 定休日/火・水曜



礼文島で楽しむ アクティビティ

キャンプ場



久種湖畔キャンプ場

- 日本最北のキャンプ場です。
- 所在地/礼文町船泊村大備
- 営業期間/5月1日~9月30日
- 駐車場/あり
- 電源付きオートサイト、コテージ、バンガローあり
- お問い合わせ先/TEL.0163-87-3110(5月~9月)



緑ヶ丘公園キャンプ場

- 所在地/礼文町香深村香深井
- 営業期間/5月1日~10月31日
- 駐車場/あり
- お問い合わせ先/TEL.0163-85-7131(5月~10月)

CAMP SITE

ヨガにおすすめのスポット

ヨガマットを持ち込んで、澄んだ空気をいっぱい吸いながらヨガはいかがですか?絶景を見ながらヨガをするなら、北のカナリアパークがおすすめです!

- ※インストラクターはおりません。
- ※ヨガマットはお客様ご自身でご持参ください。





最北フラワーマラソン

利尻島のマラソンと一日違いで行われるマラソンイベント。3kmの親子ペアコースもあります。

6月第1土曜開催

アツモリ感謝祭

毎年「レブンアツモリソウ」が見ごろを迎える頃に、群生地前で行われるミニイベントです。



6月上旬開催

礼文ふるさとまつり

短い夏を謳歌する船泊と香深で行われる礼文島最大のイベント。島の味覚が大集合します。

8月上旬開催

オータムフェスタ

礼文島の北部の景勝地・久種湖畔にて開催される、秋の味覚を堪能するグルメイベントです。



9月第2土・日開催



2018彩北航路フォトコンテスト最優秀賞「早春の輝き」撮影者：遠藤 康弘

彩北航路フォトコンテスト

最優秀作品には、賞金と特産品が贈られ、次年度の礼文島広報ポスターとして全国の旅行会社などに配られます。



礼文町

香深

香深港

- キャンプ場
- 銀行
- 郵便局
- ATM
- コンビニ
- 温泉
- お手洗
- バリアフリーお手洗
- ガソリンスタンド
- Wi-Fi
- トレッキングコース



ウニ丼

その日に水揚げされた新鮮なウニは、甘くて濃厚な味わいです。ウニの解禁は6月～9月。「エゾバフンウニ」と「キタムラサキウニ」の2種類の食べ比べをするなら7月～8月がおすすです。

豆知識

礼文島で採れるウニ

- 旬: 6月～8月 ●味: 濃厚
- 特徴: 短いが、濃いオレンジ色
- 地元では「ガンゼ」という。(キタムラサキウニ)
- 旬: 6月～9月 ●味: さっぱり
- 特徴: 長いが、うすいオレンジ色
- 地元では「ノナ」という。

宝うに缶詰

一番おいしい時期に礼文島で水揚げされた生ウニを100%使用した蒸しウニの缶詰です。



ミニ情報

冒険家の三浦雄一郎さんがエベレストに持って行かれました。

●お問い合わせ先/船泊漁協 TEL.0163-87-2101

ホッケのちゃんちゃん焼き

礼文島ならではのホッケの食べ方。ホッケに特製の味噌とネギをのせて、炭火で焼き上げます。脂がのっている礼文産のホッケは、お土産としても人気です。

●お問い合わせ先/海鮮処 かふか(香深漁協) TEL.0163-86-1228 炉ばた ちどり TEL.0163-86-2130



礼文産 利尻昆布

京都では礼文産が最高級といわれています。日本食を支える、だし昆布です。

豆知識

礼文産の利尻昆布? 利尻島だけではなく、礼文島で採られるものも同じ利尻昆布です。



プロバスケットボール選手 松田 鋼季さん

礼文島出身の松田鋼季さんは礼文島国際観光大使であると同時に、現在アメリカのプロバスケットボール独立リーグ「ABA」で活躍されています!

松田選手が語る礼文島の魅力!

遠征でアメリカを中心にいろいろな国を訪れますが、やっぱり礼文島が一番好きです。小学生の時、父からドリブルを教わった礼文町総合公園(通称「タコちゅう公園」)。中学の足で、母の卵焼きを楽しみに歩いた「元地」。「帰ってきてからのーい」と声をかけてくれる島の人。帰郷のたびに歓迎してくれる仲間。夜「星をとりに行くべ」と言い出すロマンチックな強面の先輩。少しシャイだけど楽しい島民ばかりなので、気軽に声をかけてみてください。「自分だけの観光名所」を見つけ、また、礼文島に帰ってきてください!

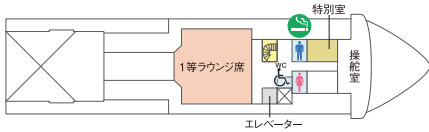
フェリーの紹介

サイプリア宗谷 *Cypria Soya*

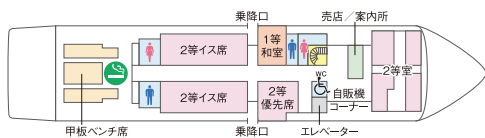


船名は、礼文島にのみ生息するレブンアツモリソウに因んで、アツモリソウの学名「サイプリペディウム」に、国・地域名の「IA」を合わせて命名。船体カラーは、コーポレートカラーの「濃藍色」と、北海道最北端の鮮やかな朝焼け・夕焼けを「茜色」で表現しました。

客室2階 - Aデッキ



客室1階 - Bデッキ



船舶概要

全長	95.70m	旅客定員	夏期/550名
巾	15.00m		夏期以外/475名
深さ	5.40m	車両搭載能力	8トントラック/21台
航海速度	19.6ノット		乗用車/55台
総トン数	3,555トン	就航	平成20年5月

各フェリーターミナル内の案内図はこちら

稚内港



香深港

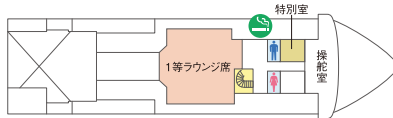


ボレアース宗谷 *Boreas Soya*

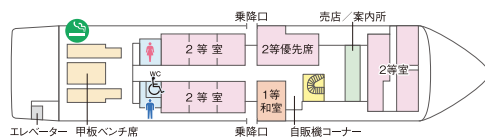


船名は、ギリシャ神話の「北風の神(ボレアス)」を意味し、宗谷地方の時に厳しく、遅く、大らかな自然の中を吹き渡る特有の北風をイメージして命名。最北の風を受けて、快適で安心感のある船旅をお約束します。

客室2階 - Aデッキ



客室1階 - Bデッキ



船舶概要

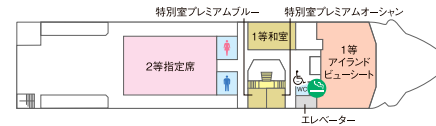
全長	95.70m	旅客定員	夏期/550名
巾	15.00m		夏期以外/500名
深さ	5.40m	車両搭載能力	8トントラック/21台
航海速度	19.7ノット		乗用車/55台
総トン数	3,578トン	就航	平成15年5月

アマポーラ宗谷 *Amapola Soya*

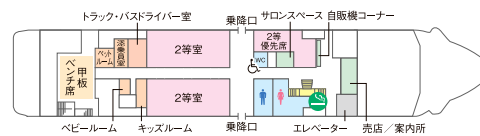


サイプリア宗谷、カランセ奥尻につづく島の花シリーズ第3弾のフェリー。船名は利尻島に自生する希少固有種の黄色い花「リシリヒナゲシ」に因み、ヒナゲシのスペイン語より命名。ヒナゲシの花言葉は「思いやり、いたわり」、本船はその心そのまま皆様に島々へご案内します。

客室2階 - Bデッキ



客室1階 - Cデッキ



船舶概要

全長	96.55m	旅客定員	夏期/550名
巾	15.00m		夏期以外/495名
深さ	5.50m	車両搭載能力	8トントラック/21台
航海速度	19.45ノット		乗用車/53台
総トン数	4,265トン	就航	令和2年2月4日

ここに注目! フェリー業界初! ポケモンデザインのキッズルーム・ベビールームが登場!

壁には隠れハートがあるよ!

キッズルーム

アローラロコンとロコンと一緒に船旅を楽しみませんか?

ベビールーム

Supported by ポケモンデザインラボ

© 2020 Pokémon. © 1995-2020 Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc. ポケットモンスター・ポケモン・Pokémonは任天堂・クリエーション・ゲームフリークの登録商標です。

客室紹介 360°

スマートフォンでQRコードを読み込むと、客室内360度ビューを見ることができます。

特別室

豪華な内装の特別室。ご家族や大切な方と快適な船旅をお過ごしください。



1等ラウンジ席 1等アイランドビューシート

ゆったりとしたリクライニング座席でお過ごしいただけます。窓からの景色もお楽しみください。



1等和室

足を伸ばしてゆったりとお休みになれる客室です。マットレスと毛布、枕をご用意しておりますので、ごゆっくりお過ごしください。



2等指定席 アマポーラ宗谷のみ

事前に席を確保することができるので、時間に余裕を持ったご乗船ができます。



2等優先席(バリアフリー席)

ソファタイプの席や、車いすのまま安心してお過ごしいただけるスペースがある客室です。



2等室

広々としたカーペット敷きのオープンスペースです。到着までのひとときをゆっくりとお寛ぎください。



ベビールーム アマポーラ宗谷のみ

明るく快適なお部屋でベットと一緒に船旅をお楽しみいただけます。



オリジナルグッズ










スタンプやマスクングテープなど、ハートランドフェリーオリジナルグッズも船内に販売中です。



※掲載商品の取扱いを中止する場合がございますのでご了承ください。

ACCESS

札幌から稚内へ

	JR札幌駅 → JR新千歳空港駅	約35分
	札幌 → 新千歳空港	約55分
	札幌 → 新千歳空港	約1時間20分
	新千歳空港 → 稚内空港	約55分
	稚内空港 → 稚内港フェリーターミナル	約30分
	稚内空港 → 稚内港フェリーターミナル	約35分
	JR札幌駅 → JR稚内駅(特急列車)	約5時間30分
	JR稚内駅 → 稚内港フェリーターミナル(約1km)	約2分
	札幌 → 稚内港フェリーターミナル	約6時間

稚内から礼文島へ

	稚内港フェリーターミナル → 香深港フェリーターミナル	約1時間55分
---	-----------------------------	---------

礼文島から利尻島へ

	香深港フェリーターミナル → 鷺泊港フェリーターミナル	約45分
	香深港フェリーターミナル → 沓形港フェリーターミナル	約40分



いい旅と、いい毎日を結ぶ。

Heart Land Ferry

ハートランドフェリー株式会社

ご予約専用ダイヤル

 **0570-02-8010**

(予約受付時間) 9:00~17:00

運航状況・運航ダイヤ・
その他のお問い合わせ

 **0570-09-8010**

◆運航状況やご予約はホームページで

www.heartlandferry.jp

ハートランドフェリー

検索



 **LINE 公式アカウント** 運航情報配信中

■ 配信するケース ■
 ・フェリーが欠航する場合
 ・運航見合せの場合
 ・臨時便を運航する場合

※平常運航時の配信はいたしません。

2023.5