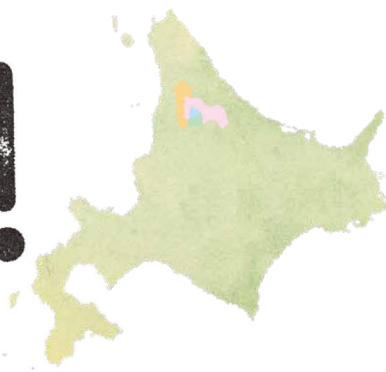


繁體字版

# Slow Trip!

Shibetsu Wassamu Kembuchi Horokanai



士別 × 和寒 × 劍淵 × 幌加內

緩慢、悠閒、療癒之旅





# 您所未見

# Slow

## 士別 | 和寒



走訪士別、和寒、劍淵、幌加內的慢活旅行標準路線!!

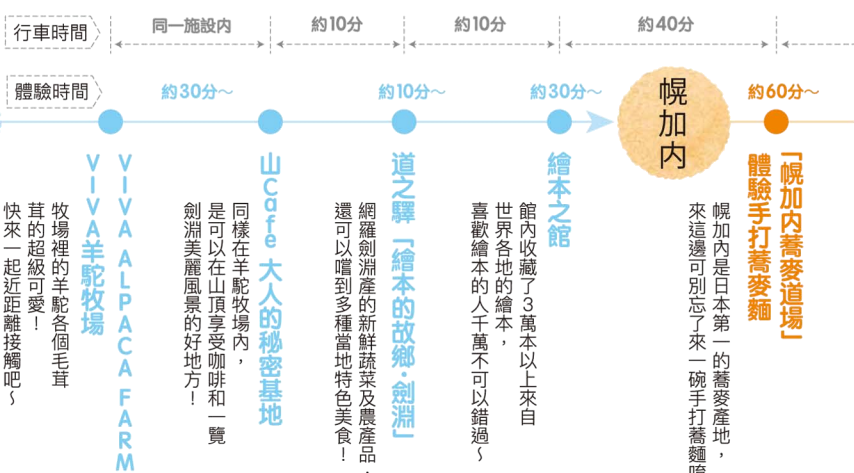


從旭川出發  
約1小時  
從札幌出發  
約2.5小時

Day 1

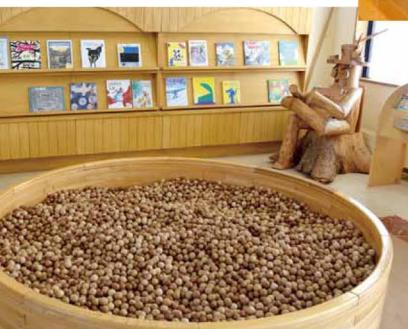
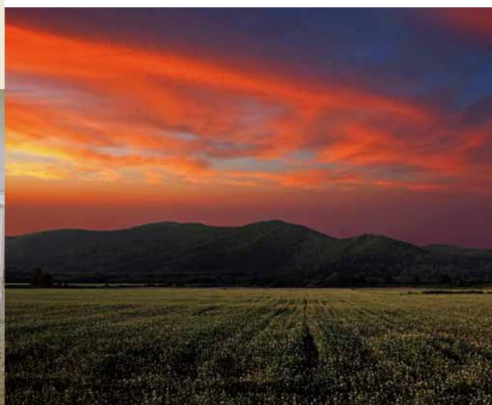


劍淵



【和寒】南瓜耕作面積日本最大！美洲南瓜的加工品大受歡迎！這裡有富含鐵質、亞鉛、蛋白質等成分的「美洲南瓜子」，還有使用美洲南瓜子及美洲南瓜果肉製成的「美洲派」、霜淇淋及甜甜圈等南瓜口味的甜點和可樂餅等，好好品嚐號稱日本第一的和寒產南瓜美味吧！

【劍淵】讓人去了還想再去的道之驛「繪本的故鄉・劍淵」。有每天早上在店內現烤出爐，約40種口味的名物麵包，還有能吃到由當地產食材做成的料理等的餐廳等，美食種類齊全；在農產品直營店，也可購買到新鮮的蔬菜、米和鮮花。在伴手禮販賣區不僅有劍淵當地的商品，也網羅了鄰近鄉鎮的品項。要選購「慢活旅行」的伴手禮，千萬不要錯過這裡！



兜風旅遊時  
順道逛逛道之驛  
樂趣更加倍!!



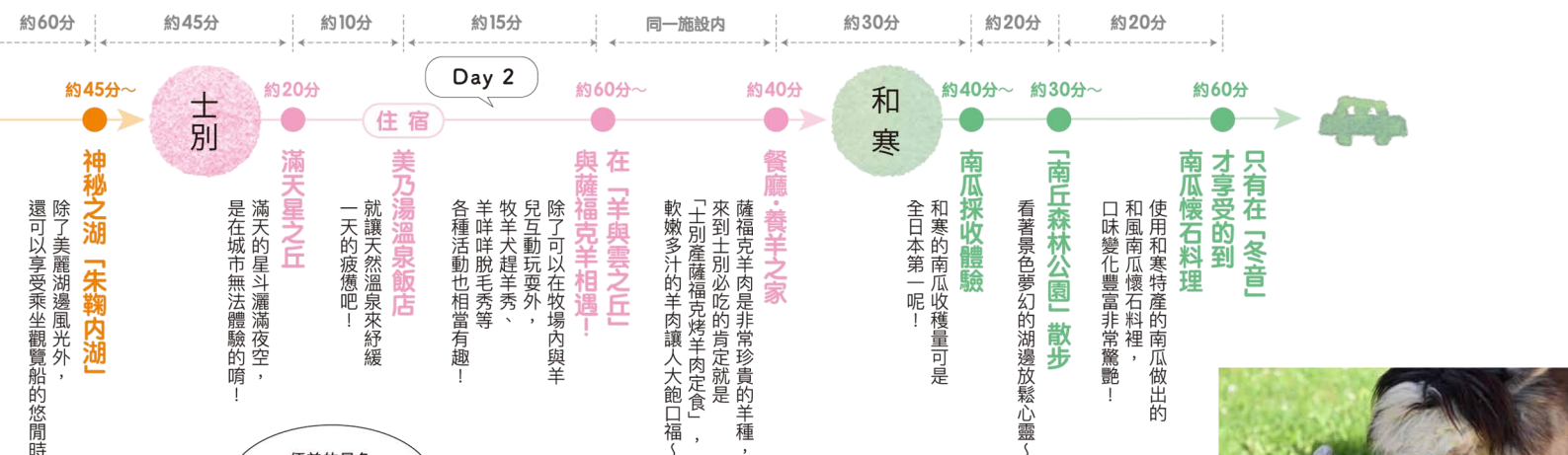


# 過的北海道，就在這裡！

# Trip!

## 劍淵 | 幌加內

走訪士別、和寒、劍淵、幌加內，含括1市3町的「慢活旅行」，能帶著您用全身領略滿溢著北海道風情的大自然、美食及體驗，暫時遠離都市喧囂，度過悠閒時光，您心動了嗎？透過網站或旅遊書無法體感的真實世界裡，還隱藏著許多您所未知的北海道。邀您前往體驗各鄉鎮特有的特產品及絕景風光，擁抱最真實的北海道。



優美的景色  
美味的食物  
都十分豐富！！

【幌加內】不僅蕎麥，適合配酒的公魚口味零嘴「爽脆可口」Wakasagi也是人氣很高的伴手禮！



【士別】有100頭以上綿羊放牧其中的「羊與雲之丘」，從入口大門即可進入牧場內。快拿綿羊的飼料（100日圓），盡情地與羊兒互動玩耍吧！另外還有牧羊犬趕羊秀及羊咩咩脫毛秀等有看頭的表演及以羊毛為材料所進行的製作體驗活動。餐廳還能吃到使用士別薩福克羊烹調的絕品料理！



與可愛的羊兒  
互動玩耍  
療癒一下！



「羊與雲之丘」裡有超過100隻羊放牧其中。透過餵食體驗，能讓您盡情地與羊兒們互動。在寬廣草原中，享受療癒人心的美好時光。

## 無比療癒的牧羊小鎮

# 士

# 別

「士別市」市內共飼育1100頭以上薩福克品種綿羊。在「羊與雲之丘」，不僅可在觀光牧場內直接與羊兒互動接觸，還有以羊毛為材料的手作體驗，以及羊咩咩脫毛秀、牧羊犬趕羊秀等各種活動。市內的餐廳，也能吃到使用士別產羊肉烹調的在地原創料理；歡迎蒞臨盡享這好吃、好玩又好看的薩福克羊樂園吧！

- 1 標高1557.6公尺的「天鹽岳」，其山陵線一帶可見到牛皮杜鵑等各種高山植物自然生長，也是廣為人知的鼠兔棲息地。
- 2 湖畔開滿了菖蒲花的「岩尾內湖」，可自行攜帶小船或獨木舟，享受遊湖樂趣。

## GOURMET

- 3 這是在「養羊之家 餐廳」販售的「士別產烤羊肉定食」。這裡有在眼前現烤的熟騰騰羊肉，鮮嫩多汁讓人大飽口福。
- 4 使用士別薩福克羊肉做成的原創菜色「羊肉山藥丼」，在「士別inn翠月」可以吃到，為一種用食材表現出士別四季美景的珍品丼飯。
- 5 被譽為羊肉中最高等級的「士別薩福克羊」，以適當的油脂分佈及軟嫩的肉質為最大特色。
- 6 作為伴手禮也十分受到青睞的「薯麻糬」和「南瓜麻糬」。推薦可與成吉思汗烤肉一起烤著吃。



## 好看又好玩的薩福克羊體驗活動！



【牧羊犬趕羊秀】  
可近距離欣賞牧羊犬與羊兒在大地奔跑的場景。



【羊咩咩脫毛秀】  
在觀眾眼前快速俐落地為綿羊剃去一身厚毛。也有提供剃毛體驗。



【羊毛手工藝體驗】  
使用士別產羊毛為材料，可以進行染色、紡紗、織布、針織和羊毛氈等手作體驗。



【農用卡車搭乘體驗】  
大夥可坐在農用卡車上，隨車遊覽參觀羊與雲之丘的風光。

## STAY

- 1 【士別inn翠月】  
四季美景環繞的休憩空間。能讓身心得到釋放，重新充滿能量。  
住址：士別市南士別町1871-21 TEL: 0165-29-2233
- 2 【士別格蘭大飯店】提供使用當季食材的旬味佳餚及士別產薩福克羊肉的料理。  
住址：士別市東3條6丁目 TEL: 0165-23-1234
- 3 【美乃湯溫泉飯店】提供豐沛的天然湧泉及舒適的放鬆時光。  
住址：士別市大通東1丁目3143番地215 TEL: 0165-29-2611





降雪前夕的越冬高麗菜與即將收割的毛豆田，其鮮綠的色澤與廣闊的藍天相互映襯，構成和寒美麗的日常風景。

「What's some」看似窮鄉僻野，卻又有些許樂趣

# 和寒



1 「鹽狩嶺紀念館」是復原作家三浦綾子舊宅的建築物。裡面展示當時執筆「冰點」這本小說時所用的房間，還有與「鹽狩嶺」小說、電影相關的資料等。

2 夫婦岩位在從市區往西南約9公里，標高333公尺的山頂上。是由1200萬年前火山活動時噴發的熔岩冷卻後凝固而成。因能保佑家庭圓滿、子孫滿堂，成為人們心靈的依歸而備受敬仰。



## GOURMET

3 和寒的南瓜耕作面積為日本第一。夏天時盛開的黃花也相當美麗。

4 使用和寒町產南瓜製成的甜派，為低甜度的人氣商品。「美洲南瓜派」6入972日圓(含稅)

5 大量以和寒特產南瓜入菜的「南瓜懷石」料理。能品嚐到口味變化豐富的南瓜料理。

6 從雪裡挖出的越冬高麗菜，擁有令人驚艷的鮮甜滋味。



## 用全身肌膚感受大自然的美好!!

### 【全日本投球比賽】

比看誰能最快把100顆球投入籃框的計時競賽活動。



【南丘森林公園】在景色夢幻的湖邊，也能享受獨木舟的樂趣。



【夏季蔬菜收成體驗】能以BBQ的方式，吃到自己親手現採的蔬菜。



【遊步道】這是條以鹽狩嶺為起點的遊步道。沿途有各種動植物和夫婦岩等，能親身體感豐沛的大自然。

## STAY

### 【鹽狩之宿 (Shikari Hütte)】

佇立在森林之中，能望見火車的住宿設施。從主人親手打造的獨棟小木屋，即可望見JR宗谷本線的鐵道，恣意享受拍照樂趣！



住址：和寒町字鹽狩503番地2 TEL：0165-32-4600



「繪本之館」藏有3萬冊的世界繪本與800件的繪本原畫。是處能讓大人、小孩都樂在其中的「夢幻空間」。裡面放入了10萬顆木製圓球的「木之沙丘(木球池)」也十分受歡迎。

## 在繪本的故鄉 享受如夢境般的假日

# 劍

# 淵

於1988年組成的「繪本的故鄉・劍淵共創會」，不僅以繪本作為社區再造的題材，其獨特性也引起話題。從此「劍淵町」便成了「繪本的故鄉・劍淵」，名聲享譽全日本。同時，以前一年度出版的繪本為對象的獎項：「劍淵繪本的故鄉大賞」，也獲得了熱烈的迴響。由8～9月間造訪繪本之館的來館者進行投票來決定得獎的作品。此外，這裡也被選為電影「ZINZIN」的拍攝舞台；這是一部於2013年由演員大地康雄氏擔綱企劃及主演，描繪人心的善良與親情的感人之作，蔚為話題。



1 「瞭望之丘」是電影「ZINZIN」的外景地。從這裡俯瞰的景色，堪稱絕景。360度的寬闊視野充滿北海道風情，美景盡收眼底。

2 在「VIVA羊駝牧場」可以與可愛的羊駝們互動。也有販賣玩偶及使用羊駝原毛製成的圍巾等多種伴手禮。



## GOURMET

3 「可樂餅咖哩飯」750日圓，搭配使用紫色馬鈴薯「Shadow queen」做成的可樂餅。可以在道之驛站內吃到。

4 這是每天會在道之驛「繪本的故鄉・劍淵」出爐的名物麵包。提供約40種口味的現烤麵包。

5 銷往全日本的「GOTO燻製」，招牌為煙燻雞蛋、燻雞和煙燻肝等商品，不使用防腐劑和保色劑。

6 在劍淵這片大地所種植的各種新鮮蔬菜。皆可在道之驛的農產品直營店購得。



## 露營、公園高爾夫和溫泉的奢華體驗！



【繪本的故鄉 家族旅遊村露營區】  
正前方可清楚看見櫻岡湖全貌。還可以到附近泡溫泉，消除旅遊的疲憊。



【櫻岡公園高爾夫球場】  
裡面設有2種不同的球道，有使用丘陵地形打造的正規『台地球道』，以及能全家共樂的『湖畔球道』。



【劍淵溫泉】  
有附設3溫暖的天然溫泉。泉質為單純溫泉（弱鹼性低張性低溫泉）。



【山頂兜風遊】  
若要登上羊駝牧場的最高點，也很推薦搭乘一路吹著風兜風前往的發財車！沿途景色也很棒。

## STAY

【劍淵溫泉湖畔櫻岡】  
（溫泉飯店）

這裡是處能飽覽四季美景，並與大自然對話的場所。夏季時，可在環湖步道散步或騎單車漫遊；冬天時還可享受釣公魚的樂趣。

住址：劍淵町東町5141番地 TEL: 0165-34-3100

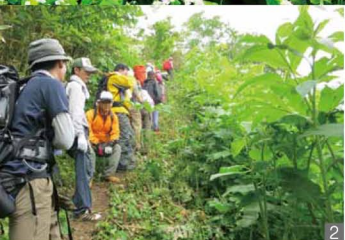




「朱鞠內湖」是日本最大的人造湖。於1974年被指定為道立自然公園，如今仍保有原始風貌。因有瀕臨絕種的遠東哲羅魚棲息在內，故也被稱為神秘之湖。

有著你我心中追尋的美好

# 幌加內



- 1 種植面積為日本第一，才能有如此壯觀的蕎麥田絕景。一直延伸至山腳下的景色，宛如「白色地毯」。近似夏日雪的蕎麥田景色，絕對值得一見。
- 2 「三頭山」為北海道百大名山之一。從山頂放眼看去可將暑寒別岳連峰及利尻富士、大雪及天鹽等山岳盡收眼底。

南北總長有63公里，地形十分狹長的「幌加內町」，共擁有三項「日本第一」的頭銜：「蕎麥種植面積及收穫量日本第一」、「擁有日本最大的人造湖『朱鞠內湖』」和「創下日本最低溫紀錄-41.2度」。其中，名聲享譽全日本的蕎麥，是從1970年代實施減反政策時（戰後減少白米生產量的政策），作為稻米的替代作物而開始著手種植的。到了1980年，種植面積成了日本第一。現在的種植面積有3,400公頃，產量也超過了2,900公噸。來到「日本第一」的蕎麥故鄉，就好好品嚐一下絕品蕎麥麵的美味吧！

3



## GOURMET

- 3 在產量日本第一的蕎麥故鄉所吃到的蕎麥麵，滋味果真名不虛傳。在鎮內可以享用使用當地蕎麥粉製成，各店引以自豪的蕎麥麵。
- 4 朱鞠內湖的公魚，是令道產子味覺感動的一級美食！（道產子：特指在北海道出生的人）
- 5 營養價值高的「蕎麥蜂蜜」。散發獨特香氣與黑糖般的甜味。
- 6 町內的原種蕎麥品種「honominori」，穀香十足順口美味。



## 欣賞、製作、品嚐！日本第一的蕎麥體驗！



【朱鞠內湖畔露營區】  
有獨木舟及營火等活動，能盡享徜徉在大自然之中的露營樂趣！沖澡間及投幣式洗衣機等設備也很齊全。



【幌加內蕎麥道場】  
在日本第一的蕎麥產地，體驗手打蕎麥麵！須事先預約，詳情請來電洽詢。  
TEL 0165-35-2369



【蕎麥麵快食比賽】  
這是幌加內當地每年的例行活動。由男性們比看誰能最快吃完5盤的蕎麥涼麵！



【幌加內町新蕎麥祭】  
於8月下旬～9月上旬的週六日舉辦。活動內容包含觀賞、品嚐、體驗，能飽嚐蕎麥的美味！

## STAY

【湖畔小屋】  
朱鞠內  
在此可邊欣賞湖景，度過悠閒愜意的時光。能飽覽大自然美景的晚餐也很有人氣。



住址：幌加內町朱鞠內 TEL: 0165-38-2029





このパンフレットはサマージャンボ宝くじの  
収益金を活用して作成しています。

# ACCESS

## 士別

### 士別市経済部商工労働観光課

北海道士別市東6条4丁目1番地  
TEL 0165-23-3121

### 士別観光協会

北海道士別市西2条5丁目  
TEL 0165-29-2225

#### 【新千歳機場出發】

開車 2小時30分鐘 搭電車 3小時

#### 【旭川機場出發】

開車 1小時10分鐘 搭電車 旭川機場至JR旭川站搭巴士40分鐘、  
JR旭川站搭電車約1小時10分鐘

## 和寒

### 和寒町公所産業振興課

北海道上川郡和寒町字西町120  
TEL 0165-32-2423

### 和寒町観光協会

北海道上川郡和寒町字西町18  
TEL 0165-32-2341

#### 【新千歳機場出發】

開車 2小時15分鐘 搭電車 3小時

#### 【旭川機場出發】

開車 1小時 搭電車 旭川機場至JR旭川站搭乘巴士40分鐘、  
JR旭川站搭乘電車40分鐘

## 剣淵

### 剣淵町公所社區營造觀光課

北海道上川郡剣淵町仲町37番1號  
TEL 0165-34-2121

### 剣淵町観光協会

北海道上川郡剣淵町緑町7番1號  
TEL 0165-34-3848

#### 【新千歳機場出發】

開車 2小時30分鐘 搭電車 3小時

#### 【旭川機場出發】

開車 1小時10分鐘 搭電車 旭川機場至JR旭川站搭乘巴士40分鐘、  
JR旭川站搭乘電車1小時

## 幌加内

### 幌加内町公所商工商工観光課

北海道雨龍郡幌加内町字幌加内4699番地  
TEL 0165-35-2122

### 幌加内町観光協会

北海道雨龍郡幌加内町字幌加内幌加内交流廣場内  
TEL 0165-35-2380

#### 【新千歳機場出發】

開車 2小時30分鐘 搭電車 新千歳機場至JR深川站搭乘電車1小時10分鐘、  
JR深川站至幌加内搭乘巴士75分鐘

#### 【旭川機場出發】

開車 1小時20分鐘 搭電車 旭川機場至JR旭川站搭乘巴士40分鐘、  
JR旭川站至JR深川站搭乘電車20分鐘、  
JR深川站至幌加内搭乘巴士75分鐘

JR札幌站

JR新千歳機場站

新千歳機場

新千歳機場交流道

深川交流道

道央高速公路

JR深川站

JR巴士  
幌加内總站

JR和寒站

JR剣淵站

JR士別站

士別剣淵交流道

和寒交流道

旭川鷹栖交流道

旭川機場

- 東京(羽田、成田)至新千歳機場1小時30分鐘
- 東京(羽田、成田)至旭川機場約1小時40分鐘