



く

し

ろ

長

期

滞

在

ガ

イ

ド



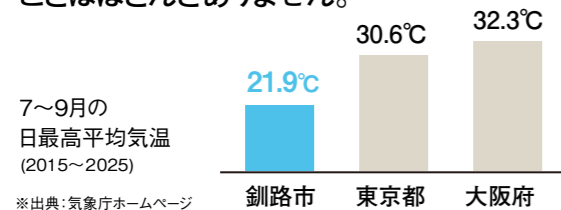
KUSHIRO

HOKKAIDO

くしろって こんなまち!

とにかく涼しい!

7~9月の日最高平均気温は約21°Cととても冷涼で、エアコンなしの生活ができます。真夏でも最高気温が30°Cを超えることはほとんどありません。



世界三大夕日のまち!

世界中の夕日を見てきた船乗りたちが、釧路港の夕日はフィリピンのマニラ湾、インドネシアのバリ島と並んで美しいと言いつつ、世界三大夕日のはじまりと言われてます。

KUSHIRO SUNSET

スギ・ヒノキの花粉ゼロ!

釧路地域にはスギやヒノキが自生していません。花粉症治療のために来訪される方もいらっしゃいます。



長期滞在とは?

「平均最高気温約21°Cの快適空間」。釧路市には、夏の冷涼な気候を求め、毎年多くの方が長期間滞在されます。

きっかけは、全国版の天気予報でした。夏の釧路の気温を見て、「本当にそんなに涼しい場所なの?」「温度計が壊れているのでは?」といったお問い合わせが徐々に増えていきました。「寒い」という少しマイナスなイメージを「涼しさ」に変換し、恵まれた自然環境や一定程度整った都市機能とともに日本有数の「避暑地」としてPRをしています。

現在では、北海道体験移住「ちょっと暮らし」実績※において、滞在人数・延べ滞在日数ともに平成23年度から連続で第1位を獲得しています。

※北海道が中心となり、移住を検討している方々に生活体験をしておうと始めた事業

圧倒的大自然!

「釧路湿原」と「阿寒摩周」の2つの国立公園を有している全国的にも珍しいまちです。

国の特別天然記念物であるタンチョウや阿寒湖のマリモ、阿寒湖温泉など観光資源が豊富です。



豊富なグルメ!

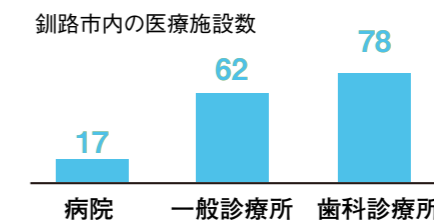
日本有数の港町として”海産物おいしい”のはもちろん、「スパカツ」や「ザンギ」などくしろならではのグルメも豊富です。



KUSHIRO GOURMET

そこそこ都会!

東北北海道の中核都市として病院や商業施設が充実しており、「そこそこ都会」的な暮らしができます。



釧路市の人口:150,200人 世帯数:90,119世帯 (2026年3月末時点)

この「長期滞在」を推進するため、地元の不動産業や宿泊業などの民間事業者が中心となって、「くしろ長期滞在ビジネス研究会」を発足しました。

釧路市役所では、この研究会の事務局として、滞在物件や観光などさまざまな情報を提供しています。

長期滞在者数の推移

| 年度 | 滞在者数 | 延べ滞在日数 |
|----|--------|---------|
| R2 | 1,644人 | 17,445日 |
| R3 | 1,362人 | 17,087日 |
| R4 | 2,267人 | 23,726日 |
| R5 | 2,026人 | 25,148日 |
| R6 | 2,797人 | 30,572日 |

※3泊4日以上の滞在を集計(3月末時点)

交通アクセス

飛行機

| | |
|--------------|-------------|
| 釧路—東京(羽田) | 6往復/日 |
| 釧路—大阪(関西国際) | 1往復/日 ※季節運航 |
| 釧路—大阪(伊丹) | 1往復/日 ※季節運航 |
| 釧路—名古屋(中部国際) | 1往復/日 ※季節運航 |
| 釧路—札幌(丘珠) | 4往復/日 |
| 釧路—新千歳 | 3往復/日 |

JR(特急)

釧路—札幌 6往復/日

都市間バス

釧路—札幌 8往復/日

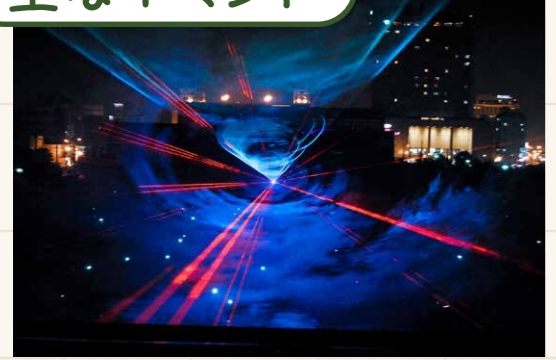
高速道路

釧路—札幌 約4時間
釧路—苫小牧 約4時間



くしろ滞在のすゝめ

主なイベント



霧フェスティバル 7月下旬開催
霧のまちくしろを象徴するイベントです。メインとなる霧レーザーショーでは、霧とレーザーが織りなす幻想的な空間を楽しむことができます。



8月19日開催
くしろ市民北海盆踊り
お盆の時期の恒例行事です。手踊りや仮装、フリースタイルコンクールなどバラエティに富んだ踊りで、踊り手も観客も一体となります。

9月第2週開催

釧路大漁どんぱく
夏の終わりを華々しく飾るイベント。北海道最大級の三尺玉が目玉となる花火大会をはじめ、くしろグルメが多数出店されます。



8月第1週開催

くしろ港まつり
くしろの夏を彩る最大のお祭りです。「市民踊りパレード」「音楽パレード」など、各種イベントが盛りだくさんです。



「アイヌ文化」に触れる
阿寒湖温泉地区では、「アイヌ古式舞踊」「火のカムイの詩」や、「ロストカムイ」などの各種公演が催されています。また、アイヌ刺繍に触れることができる市民サークルもあります。

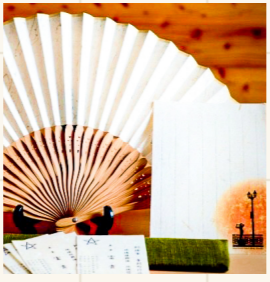
くしろ地域を知る



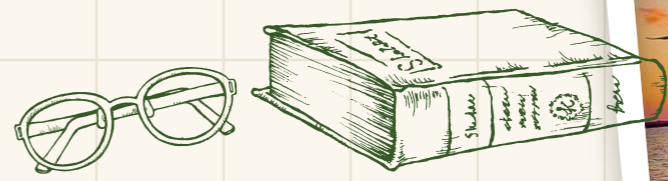
「地域学習講座」に参加する
くしろ長期滞在ビジネス研究会では、長期滞在される皆さまを対象に、くしろ地域の文化や歴史、自然などを学ぶ「地域学習講座」を開催しています。

「自然」に触れる

くしろ地域は野生生物の楽園。タンチョウに出会うことのできる「釧路市丹頂鶴自然公園」や野生生物の保護について学べる「釧路湿原野生生物保護センター」などがあります。



「富貴紙」に触れる
音別地域では、蔴(ふき)を原料にした和紙「富貴紙」が特産品です。音別町体験学習センター「こころみ」や、ルート38音別館「おんぼーと」では富貴紙づくりの体験ができます。



滞在中の過ごし方



涼しくしろで交流会
滞在中の情報交換や長期滞在者同士のつながりを作るため、くしろ長期滞在ビジネス研究会では、交流会などの集まりを企画・開催しています。



カヌー
くしろ地域のアクティビティで外せないのがカヌー。ゆっくりと湿原の中を下りながら、大自然を間近に感じることができます。



サークル活動
釧路市民の方々が有志で活動するサークルの中には、長期滞在者の皆さまも気軽に参加できるものもあります。



観光クルーズ船

釧路港を中心に運行する観光クルーズ船。海鳥たちへのもぐもぐタイムがあるほか、船上から見る夕日は絶景の一言です。



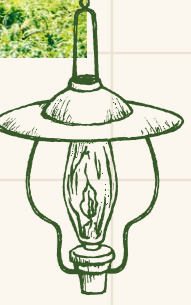
ゴルフ
夏でも涼しい環境の中でプレーするゴルフは、長期滞在者に人気のアクティビティの一つ。「阿寒カントリークラブ」をはじめ、さまざまなゴルフ場があります。



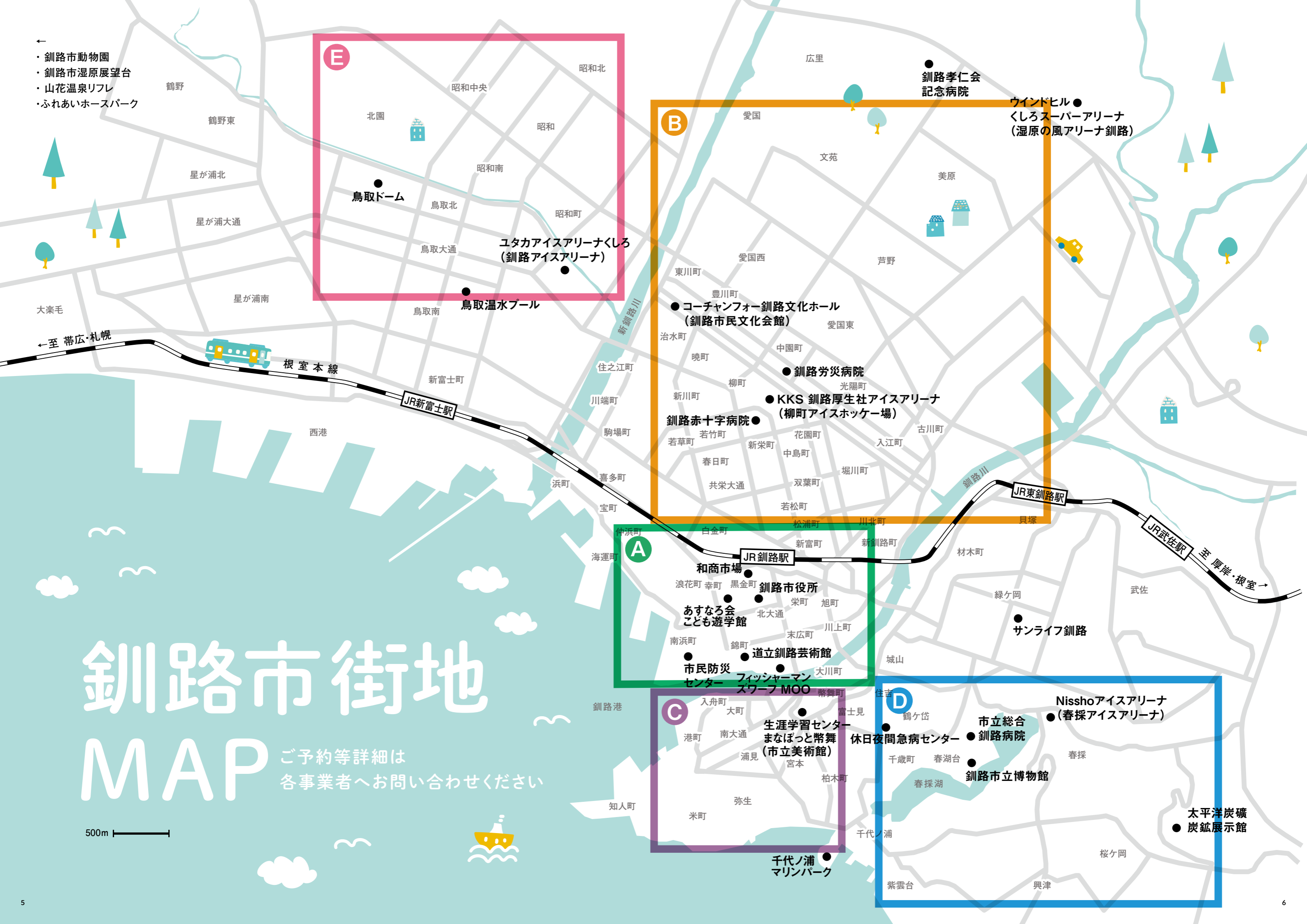
釣り
市街地にいながら気軽に海釣り体験ができる千代ノ浦マリナーパーク、50cmオーバーのアメマスなど迫力のあるレイクフィッシングが可能な阿寒湖など、釣りを楽しめる場所があります。



くしろ湿原ノロッコ号
釧路湿原の景色を楽しみながら、のんびり走る観光列車です。湿地で水浴びをするシカなど、普段見られない光景に遭遇するかもしれません。



- ・ 釧路市動物園
- ・ 釧路市湿原展望台
- ・ 山花温泉リフレ
- ・ ふれあいホースパーク



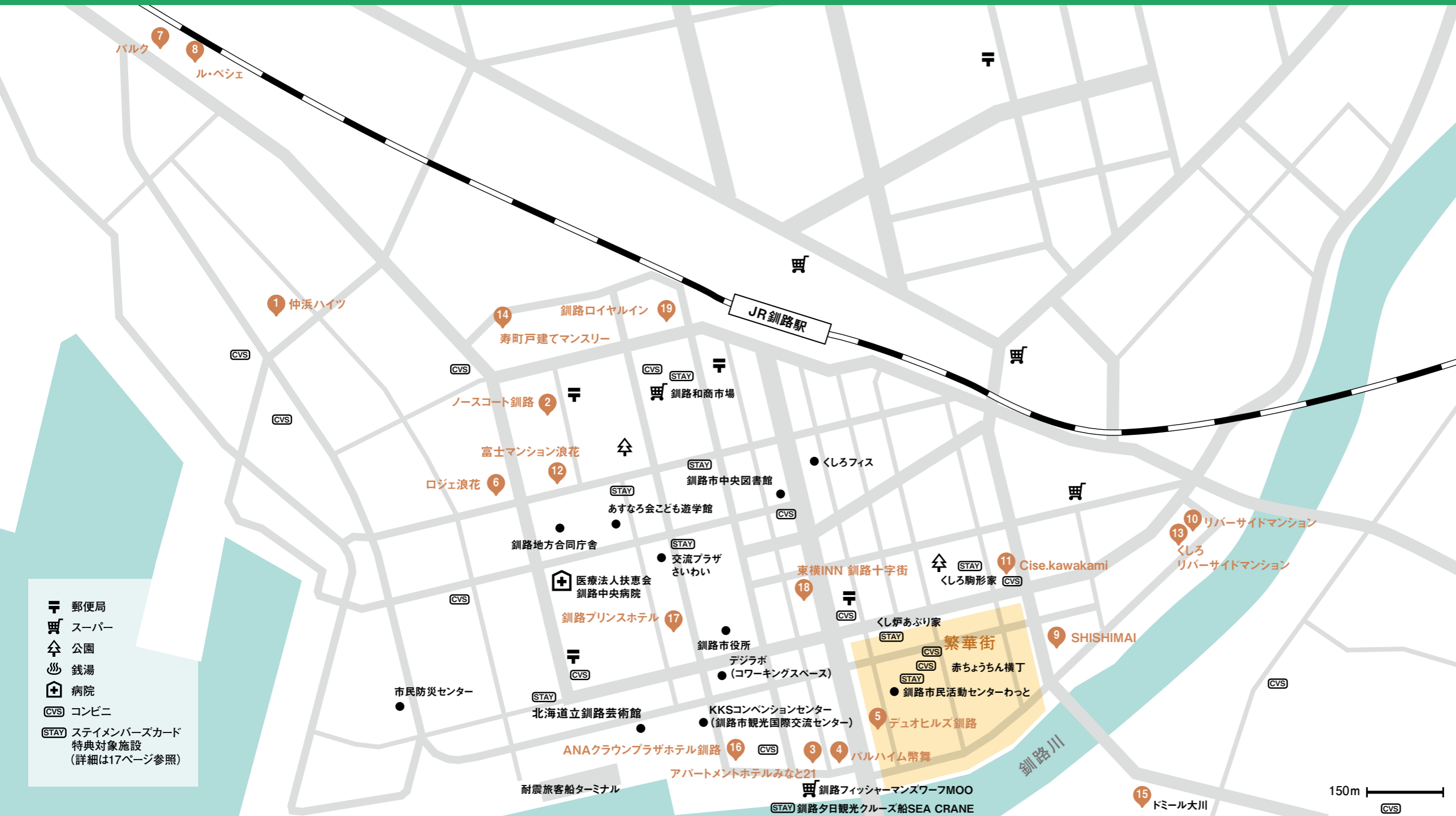
釧路市街地

MAP

ご予約等詳細は
各事業者へお問い合わせください

500m

① 主な滞在施設とその周辺 釧路駅周辺




11 Cise.kawakami
 住所 釧路市川上町6-3上島ビル
 面積(間取り) 104.41m²(2LDK)
 (株)五明
 TEL 0154-25-1755
 MAIL kirinooto946@gmail.com




12 富士マンション浪花207
 住所 釧路市浪花町12-1-16
 面積(間取り) 51.37m²(2LDK)
 11棟(BASE9)
 TEL 0154-64-7735
 MAIL k-toshinai@11-inc.com



13 くしろリバーサイドマンション401・403
 住所 釧路市旭町26
 面積(間取り) 66.41m²~65.87m²(2LDK)
 棟リアライズ
 TEL 0154-64-9051



14 寿町戸建てマンスリー
 住所 釧路市寿町1-1-14
 面積(間取り) 83.62m²(3LDK)
 棟UONOS
 TEL 0154-65-8272



15 ドミール大川107号室・207号室
 住所 釧路市大川町7
 面積(間取り) 79.73m²(3LDK)
 棟道東住宅公社
 TEL 0154-35-1090
 MAIL dotohousing@gmail.com



16 ANAクラウンプラザホテル釧路
 住所 釧路市錦町3-7
 面積(間取り) 16.7m²(シングル)
 25.2m²(ツイン)
 TEL 0154-31-4111



17 釧路プリンスホテル
 住所 釧路市幸町7-1
 面積(間取り) 15.5m²~(シングル)
 23.0m²~(ツイン)
 TEL 0154-31-1216



18 東横INN 釧路十字街
 住所 釧路市北大通7-2-1
 面積(間取り) 13.9m²(シングル)
 14.8m²(ツイン)
 TEL 0154-23-1045



19 釧路ロイヤルイン
 住所 釧路市黒金町14-9-2
 面積(間取り) 14~15m²(シングル)
 18~21m²(ツイン)
 TEL 0154-31-2121



【マンスリーマンション等】家具・家電設置済みタイプ

1 仲浜ハイツ
 住所 釧路市仲浜町3-26
 面積(間取り) 47.26m²(2DK)
 棟ユタカコーポレーション
 TEL 0154-21-6611



3 アpartmentホテルみなと21
 住所 釧路市錦町2-1
 面積(間取り) 13.9m²~18.8m²
 (有)フラノ開発
 TEL 0154-22-7251



5 デュオヒルズ釧路 501号室
 住所 釧路市北大通3-1
 面積(間取り) 40.79m²(1LDK)
 (有)つくしグッド住まい
 TEL 0154-64-6155



7 パルク
 住所 釧路市宝町10-13
 面積(間取り) 32.29m²(1DK)
 59.60m²(2LDK)
 パルク
 TEL 090-8648-0008
 MAIL kushiro.ooya@gmail.com



9 SHISHIMAI
 住所 釧路市川上町4-2-2
 面積(間取り) 87m²(4LDK)
 SHISHIMAI
 MAIL shishimai946@gmail.com



2 ノースコート釧路
 住所 釧路市幸町13-3-15
 面積(間取り) 35.43~36.18m²(1LDK)
 (株)ホクトハウス
 TEL 0154-31-2431
 MAIL info@hokutohouse.co.jp



4 パルハイム幣舞
 住所 釧路市北大通2-7-17
 面積(間取り) 27.08~35.20m²(1DK)
 28.39~35.20m²(2DK)
 (株)道東住宅公社
 TEL 0154-35-1090
 MAIL dotohousing@gmail.com



6 ロジェ浪花101号室・103号室・205号室
 住所 釧路市浪花町12-2-30
 面積(間取り) 21.87m²(1R)
 (株)道東住宅公社
 TEL 0154-35-1090
 MAIL dotohousing@gmail.com



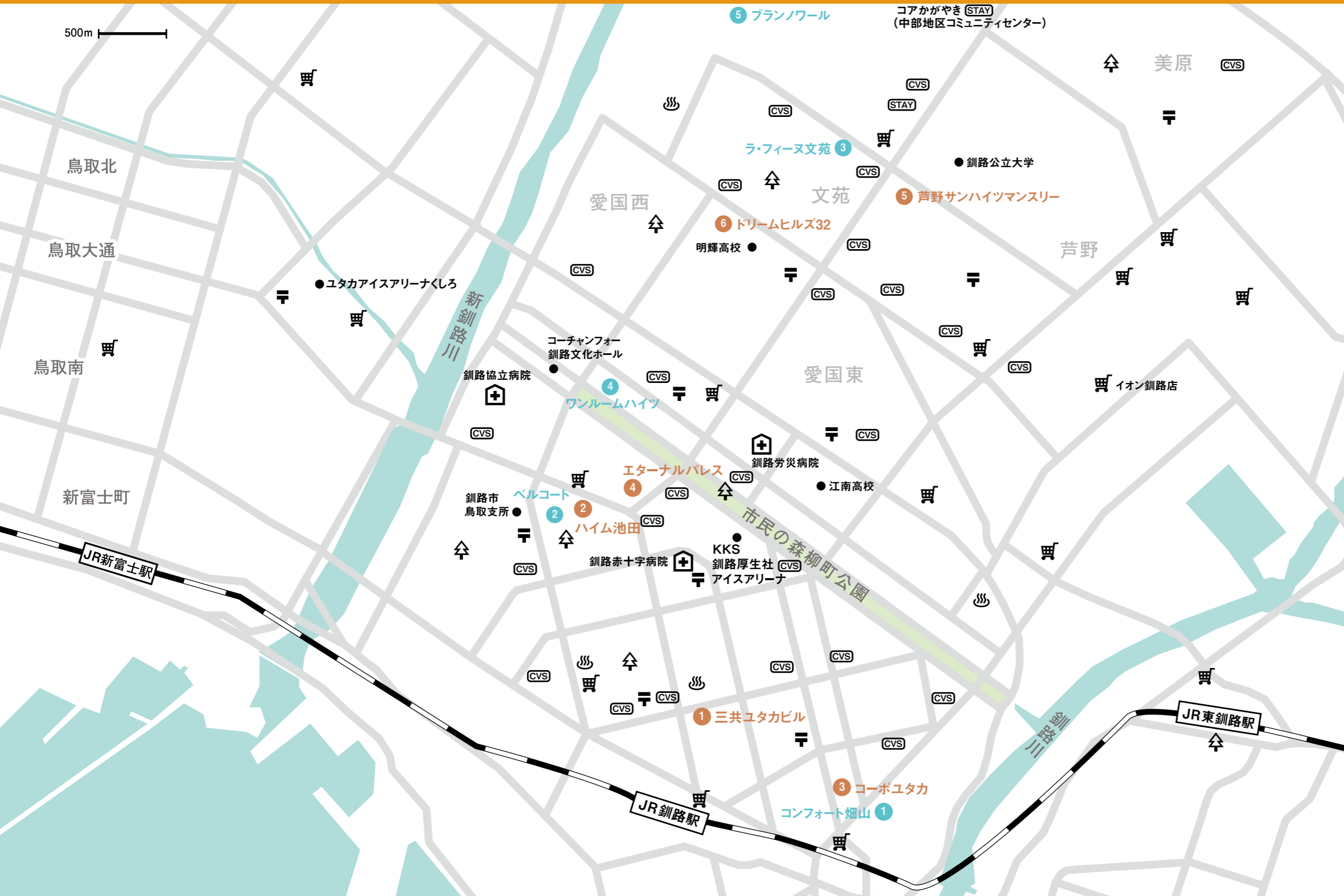
8 ル・ペシエ
 住所 釧路市宝町10-11
 面積(間取り) 54.70m²(2LDK)
 ル・ペシエ
 TEL 090-8648-0008
 MAIL kushiro.ooya@gmail.com



10 リバーサイドマンション502号室
 住所 釧路市旭町26
 面積(間取り) 59.74m²(3LDK)
 (有)つくしグッド住まい
 TEL 0154-64-6155



② 主な滞在施設とその周辺 駅裏～文苑周辺



家具・家電レンタルタイプ

1 コンフォート畑山G号室

住所 釧路市川北町4-10
面積(間取り) 35.00㎡(1DK)

株式会社
TEL 0154-38-7800
MAIL tt1946@purple.plala.or.jp



2 ベルコートA-2・B-2

住所 釧路市新川町7-4
面積(間取り) 35.40㎡(1DK)
46.58㎡(1SDK)

株式会社
TEL 0154-38-7800
MAIL tt1946@purple.plala.or.jp



3 ラ・フィエヌ文苑 101・203

住所 釧路市文苑1-57-11
面積(間取り) 26.08㎡(1DK)

株式会社
TEL 0154-38-7800
MAIL tt1946@purple.plala.or.jp



4 ワンルームハイツ

住所 釧路市豊川町5-13
面積(間取り) 17.01㎡(1DK)

セムオーリアルマネージメント株式会社
TEL 090-3900-3193
MAIL eijohba@yahoo.co.jp



5 ブランノワール202

住所 釧路市文苑2-32-15
面積(間取り) 41.15㎡(1SDK)

株式会社
TEL 0154-38-7800
MAIL tt1946@purple.plala.or.jp



【マンスリーマンション等】 家具・家電設置済みタイプ

1 三共ユタカビル

住所 釧路市共栄大通3-1
面積(間取り) 52.40~65.44㎡(2DK)

株式会社ユタカコーポレーション
TEL 0154-21-6611



2 ハイム池田5号室

住所 釧路市新川町10-4
面積(間取り) 24.3㎡(1DK)

株式会社ホクトハウス
TEL 0154-31-2431
MAIL info@hokutohouse.co.jp



3 コーポユタカ

住所 釧路市新富町8-17
面積(間取り) 13.7~18.6㎡(1K)

株式会社ユタカコーポレーション
TEL 0154-21-6611



4 エターナルパレス

住所 釧路市柳町12番
面積(間取り) 47.42~55.32㎡(2LDK)

株式会社ホクトハウス
TEL 0154-31-2431
MAIL info@hokutohouse.co.jp



5 芦野サンハイツマンション

住所 釧路市芦野5-23-6
面積(間取り) 51.03㎡(1LDK)

株式会社UONOS
TEL 0154-65-8272



6 ドリームヒルズ32

住所 釧路市愛国西2-29-7
面積(間取り) 26.02㎡(1DK)

アイコー不動産株式会社
TEL 0154-38-5167
MAIL info@ai946.com



【マンスリーマンション等】
家具・家電設置済みタイプ

1 ゲストハウス幣 (ぬさ) 1F・3F

住所 釧路市南大通1-2-5
面積 (間取り) 94㎡(2LDK)

ヴェリティ(同)
TEL 0154-64-6849
MAIL info@verity-mk.com



2 浦見貸別荘

住所 釧路市浦見2-1-19
面積 (間取り) 250㎡(4LDK)

ヴェリティ(同)
TEL 0154-64-6849
MAIL info@verity-mk.com



3 大町戸建てマンスリー

住所 釧路市大町5-1-18
面積 (間取り) 134.58㎡ (5LDK)

株UONOS
TEL 0154-65-8272



4 入舟6丁目 借家

住所 釧路市入舟6-3-13
面積 (間取り) 79.11㎡(3LDK)

ピタットハウス釧路店
(有)北陽商事
TEL 0154-68-5757
MAIL pitatto-house@hokuyoshoji.com



5 リバーサイドKITAHARAIⅡ

住所 釧路市南大通 6-6-5
面積 (間取り) 66.96㎡(3LDK)

(株)アーチ北原
TEL 0154-64-7403



6 浦見6丁目貸家(戸建)

住所 釧路市浦見6-1-12
面積 (間取り) 129.19㎡(3LDK)

(有)つくしグッド住まい
TEL 0154-64-6155



7 霧ノ音

住所 釧路市浦見4-2-2
面積 (間取り) 384.35㎡

株五明
TEL 0154-25-1755
MAIL kirinoto946@gmail.com



8 ゲストハウス灯(とう)1F

住所 釧路市米町2-9-5
面積 (間取り) 75㎡(3LDK)

ヴェリティ(同)
TEL 0154-64-6849
MAIL info@verity-mk.com



9 米町夕日館

住所 釧路市米町4-9-8
面積 (間取り) 61㎡(3LDK)

ピタットハウス釧路店
(有)北陽商事
TEL 0154-68-5757
MAIL pitatto-house@hokuyoshoji.com



10 米町貸家

住所 釧路市米町4-1-9
面積 (間取り) 75㎡(2LDK)

ヴェリティ(同)
TEL 0154-64-6849
MAIL info@verity-mk.com



11 リビングスペース森柏木町 第1棟2F・第2棟2F

住所 釧路市柏木町8-10
面積 (間取り) 2LK

(株)リビングスペース森
TEL 0154-42-0334
TEL 080-5831-6379
MAIL livingspacemori@outlook.com



13 米町2丁目貸家(戸建)

住所 釧路市米町2-7-4
面積 (間取り) 129.87㎡(4LDK)

(有)つくしグッド住まい
TEL 0154-64-6155



14 釧路南大通りマンション

住所 釧路市南大通3-2 10階
面積 (間取り) 53.58㎡(1LDK)

(有)つくしグッド住まい
TEL 0154-64-6155



15 南大通4マンション1022・1025

住所 釧路市南大通4-2
面積 (間取り) 29.5㎡(1R)

株バックス
TEL 090-6995-6981
MAIL teriyaki94686@gmail.com



㊦ 主な滞在施設とその周辺 武佐～興津



【マンスリーマンション等】家具・家電設置済みタイプ

1 アロハ
 住所 釧路市千代ノ浦2-11
 面積(間取り) 42.64㎡(2LDK)
 (有)つくしグッド住まい
 TEL 0154-64-6155



3 飯島マンション
 住所 釧路市緑ヶ岡2-32-14
 面積(間取り) 49.5㎡(2DK)
 株UONOS
 TEL 0154-65-8272



2 クレス興津
 住所 釧路市興津3-7-6
 面積(間取り) 42.12㎡(2DK)
 (株)すえ工業
 TEL 0154-57-3300
 MAIL info@suekougei.com



4 レイクサイドビュー
 住所 釧路市柏木町10-9
 面積(間取り) 49.5㎡(2DK)
 株UONOS
 TEL 0154-65-8272

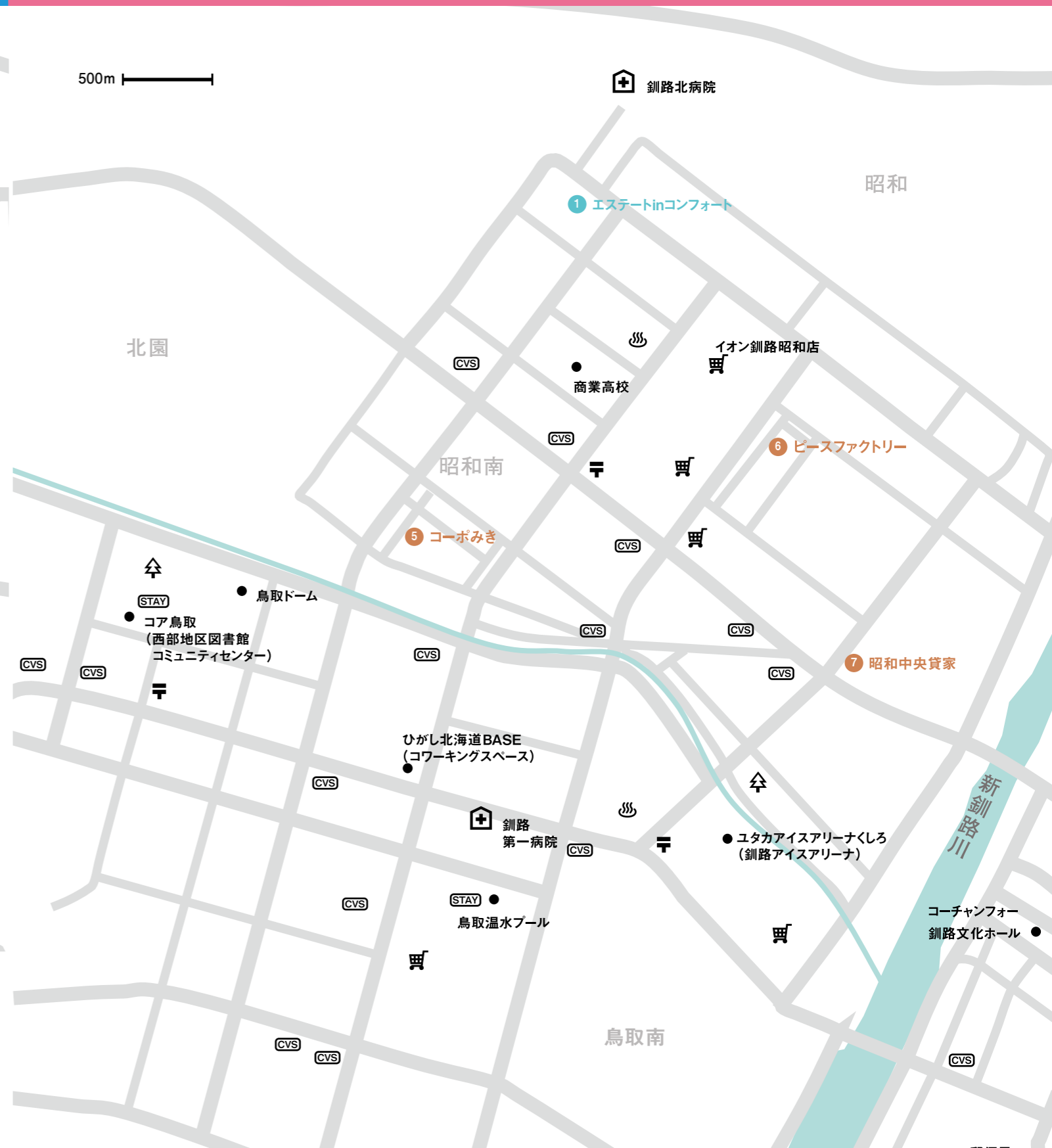


家具・家電レンタルタイプ

1 エステートinコンフォート 205(2F)
 住所 釧路市昭和中央6-31-13
 面積(間取り) 41.15㎡(1SDK)
 (株)タートル
 TEL 0154-38-7800
 MAIL tt1946@purple.plala.or.jp




㊧ 主な滞在施設とその周辺 昭和～鳥取



5 コーポみき
 住所 釧路市昭和南5-6-11
 面積(間取り) 28.98㎡(1DK)
 (株)ホクトハウス
 TEL 0154-31-2431
 MAIL info@hokutohouse.co.jp



6 ピースファクトリー
 住所 釧路市昭和中央3-38-14
 面積(間取り) 48.44㎡(2LDK)
 (有)つくしグッド住まい
 TEL 0154-64-6155



7 昭和中央貸家(戸建)
 住所 釧路市昭和中央1-9-11
 面積(間取り) 115㎡(5LDK)
 (有)つくしグッド住まい
 TEL 0154-64-6155



ひがし北海道MAP



標茶～鶴居物件

【マンスリーマンション等】家具・家電設置済みタイプ

塘路貸家A(戸建)

住所
川上郡標茶町
字塘路32-344
面積(間取り)
100.44㎡
(3LDK)



(有)つくしグッド住まい
TEL 0154-64-6155



塘路貸家B(戸建)

住所
川上郡標茶町
字塘路32-210
面積(間取り)
72.49㎡
(2LDK)



(有)つくしグッド住まい
TEL 0154-64-6155



塘路貸家C(戸建)

住所
川上郡標茶町
字塘路32-403
面積(間取り)
90.51㎡
(2LDK)



(有)つくしグッド住まい
TEL 0154-64-6155



【ホテル】

つるいむら湿原温泉ホテル

住所
阿寒郡鶴居村
鶴居東3丁目
面積(間取り)
ツインルーム



つるいむら湿原温泉ホテル
TEL 0154-65-8840



塘路別荘(戸建)

住所
川上郡標茶町
字塘路32-269
面積(間取り)
97.87㎡
(2SLDK)



株UONOS
TEL 0154-65-8272

標茶町シラルトロエトロ

住所
川上郡標茶町
シラルトロエトロ
168-208
面積(間取り)
80.19㎡(1LDK)



株UONOS
TEL 0154-65-8272

塘路別荘シマエナガ棟

住所
標茶町字塘路
32-268
面積(間取り)
79.38㎡
(2SLDK)



株UONOS
TEL 0154-65-8272

AKAN Field SORA

住所
釧路市阿寒町
富士見2-12-11
面積(間取り)
73.97㎡
(1R)



AKAN Field SORA
TEL 080-9277-5124

コネクトヴィラBeppo

住所
釧路市字別保
原野南20線
51-33
面積(間取り)
268.49㎡
(3LDK)



株リアライズ
TEL 0154-64-9051

西庶路戸建てマンスリー

住所
白糠町西庶路
東2条北1丁目
2-21
面積(間取り)
3LDK



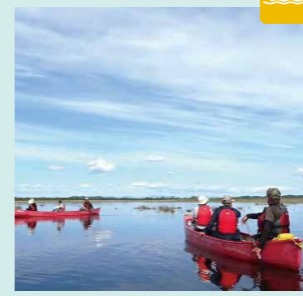
株UONOS
TEL 0154-65-8272

釧路で遊ぶ! おすすめスポット10選!

釧路マーシュ&リバー

釧路川をゆっくりと下るカヌーに乗りながら、雄大な釧路湿原を満喫できます。

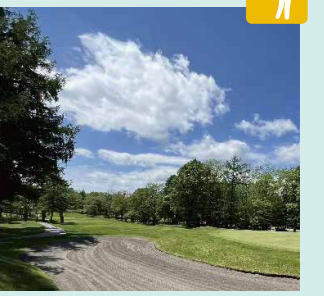
釧路郡釧路町字トリトウシ88-5
TEL 0154-23-7116
<https://946river.com/>



阿寒カントリークラブ

北海道の大自然を背景に思いっきりゴルフが楽しめます。

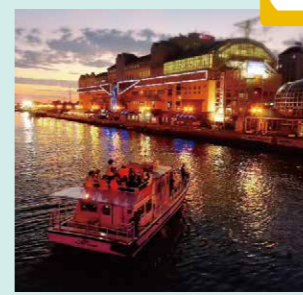
釧路市阿寒町舌辛14番地
TEL 0154-66-3833
<https://www.akan-cc.co.jp/>



釧路夕日観光船シークレイン

世界三大夕日の一つ「釧路の夕日」を船の上から堪能できるサンセットクルーズです。

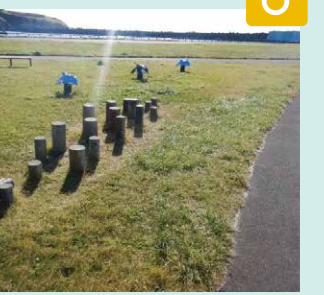
釧路市錦町2丁目4
釧路フィッシャーマンズワーフMOO1階
TEL 0154-41-7511
<https://www.icom946.com/crane/>



千代ノ浦マリナーパーク

釧路市の中心街からすぐそば!気軽に海釣り体験やBBQができるパークです。

釧路市千代ノ浦1
TEL 0154-22-0191
<https://www.city.kushiro.lg.jp/sangyou/suisan/1006271/1006273.html>



ふれあいホースパーク

馬に揺られながら雄大な自然と触れ合えるおすすめスポットです。

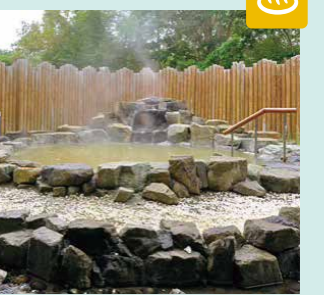
釧路市山花10-1
TEL 0154-56-2566
<https://www.refre-yamahana.jp/2020/12/02/horsepark/>



山花温泉リフレ

釧路駅から車で約30分。日替わりの薬湯に露天風呂、地産地消にこだわった釧路型薬膳料理が魅力です。

釧路市山花14-131
TEL 0154-56-2233
<https://www.refre-yamahana.jp/>



大喜湯 春採店

公衆浴場ですが、カルシウムを多く含んだ温泉で体がぼかぼかに。宿泊もできます。

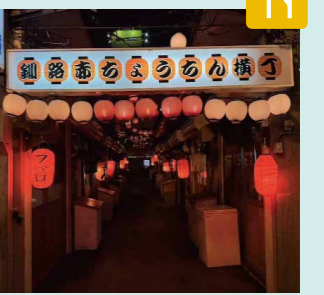
釧路市春採7-1-45
TEL 0154-46-5558
<https://www.taikiyu.com/>



釧路赤ちょうちん横丁

北海道最古の屋台村、昭和レトロな風情と個性あふれる26店舗が集結!釧路の夜の思い出に是非。

釧路市川上町4-1
TEL 0154-42-0334
<https://www.kushiro-akayoko.co.jp/>



くしりあぶり家

くしろ発祥の炉端焼きを堪能できるお店。港町の新鮮な魚介類とくしろ地域のお肉料理をここで全部楽しめます。

釧路市末広町5丁目6番地
TEL 0154-22-7777
<https://www.aburiya946.com/aburu1.html>



くしろ 駒形家

春夏秋冬に合わせて地場の食材をメインに季節のお料理を提供しています。魚介と山の恵みを、酒の肴にどうぞ。

釧路市栄町6丁目2番地
TEL 0154-24-4658
<https://www.komagataya.com/>



くらしのQ&A

詳しい情報は
こちらでも



釧路市公式LINE

Q. 市内を移動する際に利用できる交通機関はありますか？

くしろバス(株)、阿寒バス(株)が運営する市内路線バス、JRがあります。便数が少ない路線がありますので、ご注意ください。タクシーやレンタカーもおすすめです。

くしろバス(株) TEL 0154-36-8181
阿寒バス(株) TEL 0154-37-2221



JR北海道 釧路支社 TEL 0154-25-1683
金星釧路ハイヤー株式会社 TEL 0154-22-8141
株式会社トヨタレンタリース釧路 TEL 0154-23-0100
クシロセキタンレンタカー TEL 0154-64-6600
ニコニコレンタカー TEL 0154-22-9325
株式会社カーサービス釧路(ヤスカリ) TEL 0120-849-566

Q. 釧路で長期滞在した場合、何か特典はありますか？

釧路市に長期滞在(4日以上)、もしくは二地域居住している方に「くしろステイメンバースカード」を発行しています。このカードは、市内の一部施設を釧路市民と同じ条件で利用できる他、オリジナル特典もあります。発行には条件がありますので、釧路市市民協働推進課(TEL0154-31-4538)にお問い合わせください。



STAY ステイメンバースカード
特典対象施設

Q. 仕事をしながら釧路で避暑生活する予定です。利用できる事務所・会議室・打合せスペースなどはありますか？

くしろ市内には、「デジラボ」(7ページ地図参照)、「ひがし北海道BASE」(14ページ地図参照)があります。利用料の助成制度もありますので、くしろ長期滞在ビジネス研究会事務局(TEL0154-31-4538)までお問い合わせください。

デジラボ



(利用助成あり)

ひがし北海道
BASE



(利用助成あり)

Q. 防災・災害情報はどこで確認できますか？

携帯電話やパソコンで「釧路市WEBハザードマップ」を確認ください。また、災害や避難情報を釧路市公式LINEでお知らせしています。上記QRコードより登録をお願いします。また、災害及び避難に関する情報等はFMくしろ(76.1MHz)でも確認できます。

冬のおすすめモデルコース

まちなかで釧路の歴史と自然を楽しもう！
SL冬の湿原号日帰りコース

冬は、シマエナガに会えるかも...

JR釧路駅(SL冬の湿原号) → 塘路駅集合 → カヌー体験

SL冬の湿原号 約50分

冬の釧路湿原ネイチャーカヌープラン&塘路湖水上あそび

→ JR釧路駅 → 食べる

約30分

P16参照



温泉と自然でリフレッシュ！
阿寒湖温泉1泊2日コース

空気がおいしいのか
何よりのごちそう！

JR釧路駅 → あいすらんど阿寒

バス 約2時間

わかさぎ釣りやアイススケートなど
冬のアクティビティを満喫

→ アイヌシアターイコロ見学 → 阿寒湖温泉

阿寒湖温泉 → 道の駅 阿寒丹頂の里

バス 約2時間

→ 阿寒国際ツルセンター「グルス」 → JR釧路駅

徒歩 約5分

バス 約1時間20分



ひがし北海道をめぐるガイド付き観光バス&バスツアーやその他、おすすめのモデルコースはコチラ

冬の歩行時や運転時の注意点

ペンギン歩きが
滑って転ばないコツです。



靴の裏全体を
路面につけて歩く



小さな歩幅で
そろそろ歩く



急がず、焦らず余裕を持って歩く

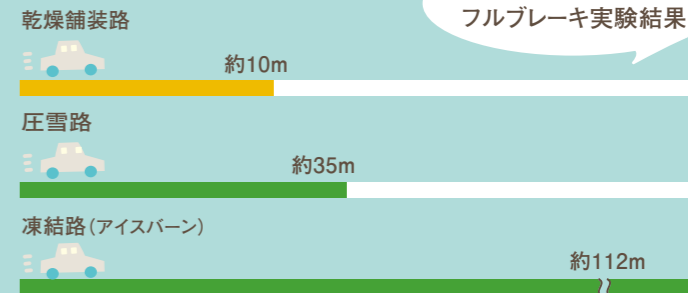


余裕

車の注意点

冬は、スタッドレスタイヤを装着し「早めのブレーキ」「車間距離を十分に取る」「スピードを出さない」を心がけて運転しましょう。また、ブラックアイスバーンという、一見濡れているようにしか見えない凍った路面がありますので注意しましょう。

時速50kmからの
フルブレーキ実験結果



国土交通省北海道開発局HPより

釧路の冬を楽しむ服装

冬のくしろは、平均気温が約-7℃、最も寒い時には-10℃を下回ります。晴れの日が多く、雪は少ないものの、強い北風にさらされ道路はツルツル路面になります。防寒対策と転倒防止のおすすめアイテムを取り入れて、冬を快適に楽しみましょう！

- 暖かいアウター
 - 暖かいインナー
- 厚手のコートやダウン、ヒートテック肌着で体温を保ちましょう。カイロを体にはると◎



- 厚手の手袋、マフラー
 - 帽子や耳あて
- 突き刺さるような北風から、頭部や手、耳、首元などを守り、温かく保つために必要です。



- 裏地のついたパンツ
 - 厚手のタイツ
- 裏起毛のボトムスにタイツやズボン下を重ねて、冷気の侵入を防ぎましょう。

- 滑り止めのついた靴
 - 厚手の靴下
- ブーツやスノーシューズなど滑り止め付きの冬靴はマスト。つま先まで温かい防寒靴下も。

<問い合わせ先>

くしろ長期滞在ビジネス研究会 [事務局: 釧路市市民協働推進課]

釧路市黒金町7丁目5番地 TEL:0154-31-4538 E-mail:shi-shiminkyoudou@city.kushiro.lg.jp

