

HeartLandFerry で行く

北海道

れぶんと

礼文島

礼文島だ!!

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。
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める
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]



礼文島だけに
生息する
花を楽しもう!

スコトン岬
穴あき貝・
シーグラス拾い
(船泊湾)
澄海岬
うにむき
体験センター
礼文島温泉
うすゆきの湯
香深港
フェリーターミナル
桃岩展望台
トレッキングコース
北のカナリア
パーク

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]



レブンキンバイソウ

展望台からの桃岩

「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か。映画のセットもそのまま、見学も可能。セット内では「花講座」が実施されていることも! (※花講座の日時は、8p記載のネイチャー礼文にご確認ください)

体験
コーナー

体験コーナーもあります。[詳しくは⇒10p]



北のカナリアパーク
限定コーヒー。

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!!

ハートランド
フェリー 豆知識
日本最北〇の地?
●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。



“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。
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!?

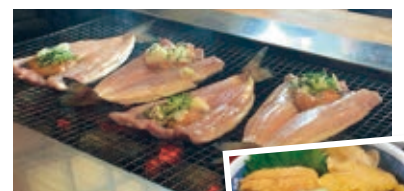
海の様子は島内で一番!

すかい
「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!「この美しさは一生忘れない」といわれるほど、人気のスポットです。



「ホッケのちゃんちゃん焼き」や
「ウニ丼」でランチタイム



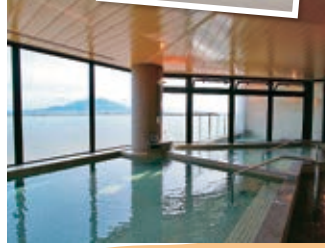
礼文島に来たら、やっぱり「ウニ丼」!そして、「ホッケのちゃんちゃん焼き」。礼文島のグルメを存分に堪能!! [詳しくは⇒11p]

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/12:00~22:00(4月~9月)
13:00~21:00(10月~3月)
- 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



「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]



甘くておいし〜い!
「ウニ殻むき体験」

「うにむき体験センター」では、ウニ専用の特殊な器具を使って、殻むきを体験できます。むいたあとはもちろんウニを味わえます!!栄養豊富な利尻昆布を食べて育ったウニは、おいしさ満点!! [詳しくは⇒9p]



Finish!!

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)

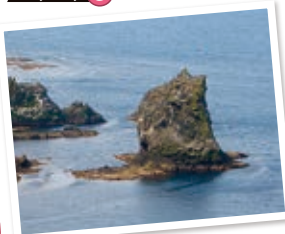
ランの女王と呼ばれる上品なクリーム色の花。島の北部には群生地もあります。高山植物園では8月まで楽しめます。

Map:12p 4

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



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。

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



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～7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。



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。



礼文島の花 レブンコサクラ

(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。



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。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

小さくて
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」

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。



※ 岬めぐりコースをトレッキングするとい

スコトン岬 → 約3.8km(約1時間30分) → ゴロタ岬 → 約3.5km(約1時間30分) →
鉄府 → 約1.7km(約1時間10分) → 澄海岬 → 約2.4km(約1時間10分) →
レブンアツモリソウ群生地 → 約1km(約20分) → 浜中(約20分)

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」
や礼文島の見聞などを使った「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!

NPO法人 礼文島自然情報センター ネイチャー礼文

Map:12p 11

- 所在地/礼文町香深港 礼文町民センター3F
- TEL.0163-85-7830
- 営業時間/13:00~16:45 ●定休日/不定休
- 香深港フェリーターミナルから徒歩約5分
- HP/ <http://www17.plala.or.jp/rebunsj/>

ガイド情報

施設名	電話番号	ホームページ
礼文島自然ガイド	TEL.090-7048-9261	https://www.rebungeuide.com/
礼文はなガイドクラブ	TEL.0163-89-6330	http://www.hanaguideclub.com/
利尻礼文ガイドネット	TEL.0163-85-7675	https://www.rinenet.com/
利尻自然ガイドサービス	TEL.0163-82-2295	http://www.maruzen.com/tic/guide/

江戸屋山道から見える利尻山

歩くのはちょっと苦手という方におすすめ!!
トレッキング気分を味わえる「江戸屋山道」!

江戸屋山道は岬めぐりコースの一部で、車でも走れる平坦な舗装路
コースです。

お花は時期によって
さまざま!!



レブンアツモリソウ群生地

高山植物園

Map:12p 12

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/9:00~17:00
- 定休日/5月~8月:無休、9月:日曜日
- 料金/大人300円、子ども150円
- 香深港フェリーターミナルから車で約30分



ウニ殻むき体験



ハートランド
フェリー 豆知識

オスとメスの見分け方
長いトゲの「キタムラサキウニ」はウニの身が白っぽいのがオス、赤っぽいのがメス。オスのほうが濃厚でおいしいといわれていますが、自分でむいたウニのうまいさはどちらも格別です！

専用の特殊な器具を使ってウニ殻むき体験！活きたウニを自分で割り、身を取り出していただきます！

うにむき体験センター

Map:12p 13

- 所在地／礼文町香深村起登白
- 開館日／4月～9月
- 開館時間／9:00～15:30
- 料金／1個800円
- TEL.0163-87-2506
- 香深港フェリーターミナルから車で約15分

アザラシウォッチング



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.0163-86-1001

Map:12p 16



シーカヤック

海上から礼文島の風景をゆっくり楽しむことができます。陸からは見られない特別な景色を堪能！！

- お問い合わせ先／利尻自然ガイドサービス TEL.0163-82-2295



利尻自然ガイドサービス

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！ひも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.0163-86-1001
- 香深港フェリーターミナルから車で約30分

Map:12p 14

シーグラスも
あるよ！



ハートランド
フェリー 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。

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 15

- 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.0163-86-1001
- 香深港フェリーターミナルから車で約10分

礼文島で楽しむ アクティビティ

バードウォッチング



オオルリ

ジョウビタキ

ルリビタキ

礼文島自然ガイド

多くの野鳥が飛来し、観察しやすい春限定(4月20日～5月20日)のガイド付きバードウォッチングがおすすめ。

- お問い合わせ先／礼文島自然ガイド TEL.090-7048-9261 鹿川(かがわ)

ハートランド
フェリー 豆知識

コマドリ
礼文島の町鳥はコマドリです。

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

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
- 各キャンプ場のお問い合わせ先／礼文島観光協会 TEL.0163-86-1001

北のカナリアパーク

Map:12p 2

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

アクセサリー作り体験



“シーグラス(海岸に打ち寄せられるガラス片)”や“穴あき貝”を利用してオリジナルアクセサリを作ることができます。

- 定休日／5月～10月：不定休(基本土・日・祝)
- 体験時間／9:00～12:00、13:00～15:00
- 料金／1回300円

ジェルキャンドル作り体験

貝殻やシーグラスなどを入れて、ジェルキャンドルを作ることができます！礼文島の思い出にいかがですか！?



- 実施日／5月～10月の毎月月・木の2回(変更の場合あり)
- 体験時間／13:00～14:30、15:00～16:30(一斉スタート、最大6名)
- 料金／1回500円

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しょうか？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ありません。※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



7月中旬
開催
水産まつり
夏のグルメイベント。タコやカレイの
掴みどりなど面白いアトラクションが
満載です！

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



8月7・10日
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・日曜
開催

れ文ふるさとまつり

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。



2018年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

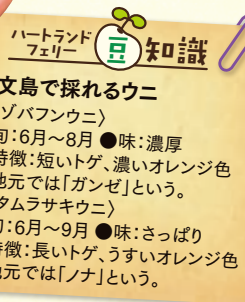
最優秀作品には、賞金と特
産品が贈られ、次年度の礼
文島広報ポスターとして全国
の旅行会社などに配られます。

応募期間
5月1日～9月30日



うどん

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月がすす
めです。



礼文島で採れるウニ

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



●お問い合わせ先/
船泊漁協 TEL.0163-87-2101



トド串

澄海岬の売店で販売
されています。礼文島
でしか食べられませ
ん。是非チャレンジを！



れ文 まんじゅう

礼文島民のみならず、ファンの多い礼文
島唯一の和菓子店のおまんじゅう。無
添加の自家製あんこを使用しています。

店主の息子さんは、礼
幌で「ル・パティスリー
ウズ」のというケーキ屋
さんをしています。

●お問い合わせ先/
うのず製菓 TEL.0163-86-2660

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
特製のミソとネギをのせて、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。

ハートランド フェリー

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』のシカゴ
スティームでレギュラー選手
として活躍されています！

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」)。中学の遠征で、母の卵
焼きを楽しみに歩いた「元地」。「帰ってきてからの
かーい」と声をかけてくれる島の人の、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
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！

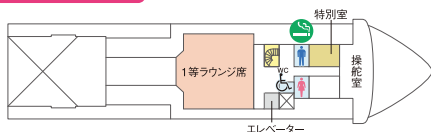
フェリーの紹介

サイプリア宗谷 *Cypria Soya*

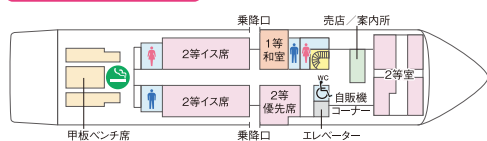


船名は、礼文島にのみ生息するレブンアツモリソウに因んで、アツモリソウの学名「サイプリベディウム」に、国・地域名の「IA」を合わせて命名。船体カラーは、コーポレートカラーの「濃藍色」と、北海道最北端の鮮やかな朝焼け・夕焼けを「茜色」で表現しました。

客室2階 - Aデッキ



客室1階 - Bデッキ



船舶概要

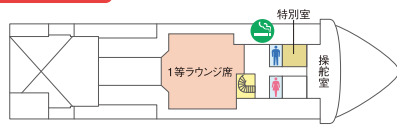
全長	95.70m	旅客定員	夏期/550名
巾	15.00m		夏期以外/475名
深さ	5.40m	車両搭載能力	8トントラック/21台
航海速力	19.6ノット		乗用車/55台
総トン数	3,555トン	就航	平成20年5月

ボレアス宗谷 *Boreas Soya*

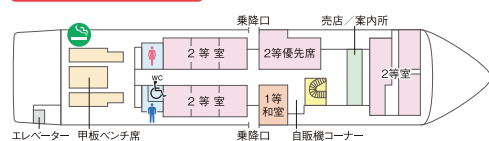


船名は、ギリシャ神話の「北風の神(ボレアス)」を意味し、宗谷地方の時に厳しく、遅く、大らかな自然の中を吹き渡る特有の北風をイメージして命名。最北の風を受けて、快適で安心感のある船旅をお約束します。

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
航海速力	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



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。



●スタンプ ●ふせんメモ ●くるっぴー ●フレクシール ●ファスナーポーチ

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

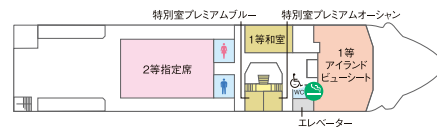


アマポーラ宗谷 *Amapola Soya*

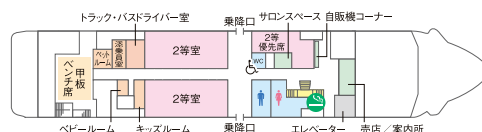


サイプリア宗谷、カランセ奥尻につく島の花シリーズ第3弾のフェリー。船名は利尻島に生ずる希少固有種の黄色い花「リシリヒナゲシ」に因み、ヒナゲシのスペイン語より命名。ヒナゲシの花言葉は「思いやり、いたわり」、本船はその心そのまま皆様に島々へご案内します。

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
航海速力	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!

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?



Supported by 株式会社ポケモン

© 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・クリーチャー・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過ごして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ビと一緒に船旅をお楽しみいただけます。



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

礼文島



いい旅と、いい毎日をつなぐ。

 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。

2020.3