

魅惑の大自然を漕ぐ  
オホーツクサイクリングルート

ルート全長：約 321km  
オホーツクルート協議会  
2025.06 発行



サイクリストのコミュニケーションサイト  
サイクルルート北海道  
HOKKAIDO CYCLING ROUTES

<https://cycle-hokkaido.jp>

QRコード

ルートや高低差情報、休憩施設などの情報提供するとともに、サイクリストの満足度などを評価し、サイクリング環境改善にフィードバック可能なサイトです。  
サイトにアクセスして、どんどん皆さんの感想・意見をお聞かせ下さい。

自転車でおホーツクを楽しもう

北海道の東に広がる、海、大地、森林、湖、グルメを堪能できる魅力いっぱいのエリア。自転車で旅すれば、最高にエキサイティングな経験ができます。

おホーツクの情報はこちら      おホーツクの動画はこちら

QRコード      オホーツク地域デカすぎる      QRコード

オホーツクルート協議会HP      自転車系YouTuber「けんたさん」の動画

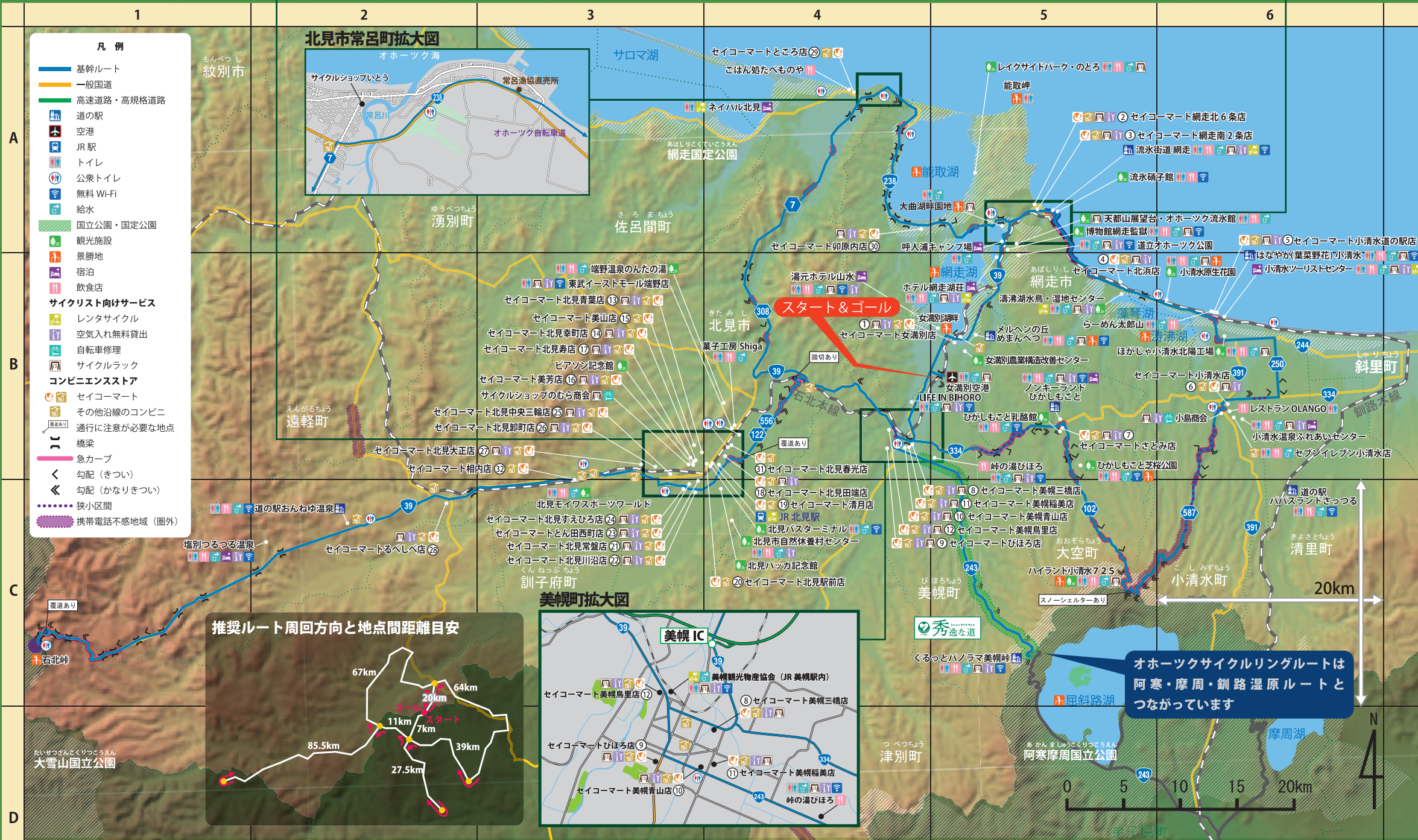
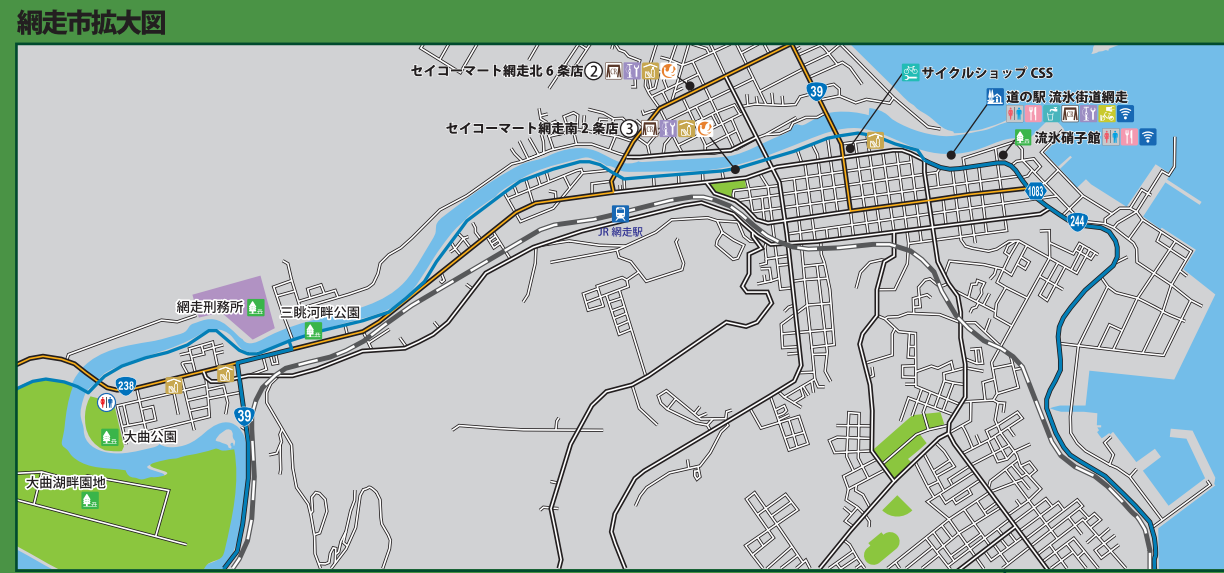
- サイクリングを安全に楽しむためのルールとマナー
- ① 道路の左側を走行しましょう  
自転車は軽車両です。道路の左側を一列で走行しましょう。
  - ② ヘルメットを着用しましょう  
ご自身の安全のためにヘルメットを着用しましょう。
  - ③ 速度の出し過ぎに注意しましょう  
適度な速度を心がけ、スピードを出しすぎないように注意しましょう。
  - ④ 畑や草地へは立ち入らない  
畑や牧草地などの私有地に無断で入ってはいけません。
  - ⑤ その他
    - 2人乗り、携帯電話やスマートフォンを操作しながらの走行は法律で禁止されています。
    - 走行前に、タイヤの空気圧やブレーキ、ライト、各種ねじの緩みが無いかなどの確認をしましょう。
    - 見通しの悪い交差点では徐行し、左右をよく見て通行しましょう。

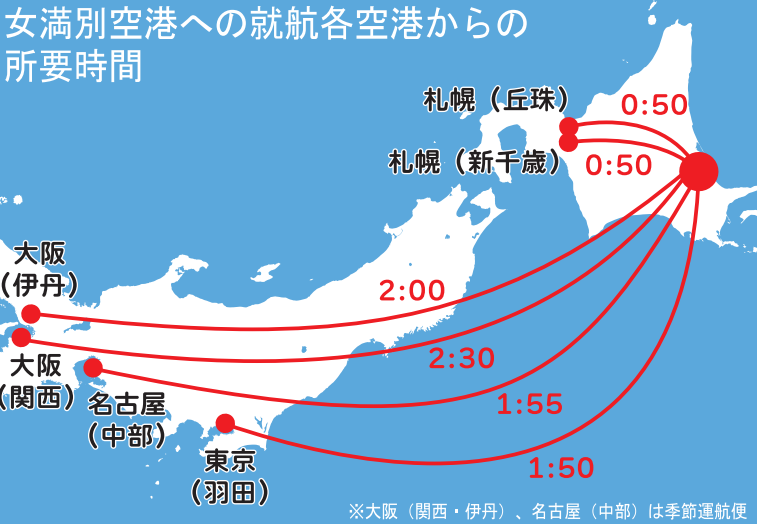
サイクリング環境向上の取り組み

サイクリングルートの案内設置、安全対策としての路面表示設置など、サイクリング環境向上に向けた取り組みを行っています。

ルート案内      安全対策

分岐路面表示      単路部(5km間隔)案内看板      主要交差点部路面表示      急カーブ前路面表示





●ゲートウェイ：女満別空港

オホーツクルートのゲートウェイである女満別空港には、自転車をお持ちのお客様、サイクリストの皆様が快適に旅行できるよう、自転車の組立、メンテナンス、休憩等ができる「サイクルステーション」があります。

●オホーツクルート協議会の活動

・サイクルイベントの開催

オホーツク地域特有の自然環境や食をテーマにしたイベントや大会を複数開催し、道内外のサイクリストを取り込むべく活動を展開しています。



・移動サポートの取り組み

オホーツクエリアの絶景ポイントをサイクルトレーラーで移動し、各ポイントで自転車でかめぐる移動サポートを令和4年度より導入しています。



・サイクリスト応援カーの取り組み

サイクリング途中の、万が一の自転車トラブルに対応するための取組として、国道・道道の巡回中の道路パトロールカーと河川巡視パトロールカーが、自転車工具や空気入れをサイクリストに無料で貸し出ししています。



オホーツクサイクリングルート「ステージ」のご紹介

全長321kmを6コースに分けた「ステージ」をご紹介します。「ステージ」すべてを走破するもよし、好きなところだけ走行するのもよし。複数回に分けて走行するもよし。オホーツクサイクリングルート走行の参考にしてください。

**サイクリングロードステージ**

サイクリングロードを通り、網走湖、能取湖を巡るビギナーズステージ

おすすめの季節 **秋**

起終点 道の駅 流水街道網走 常呂漁協直売所 走行距離 30km (往復:60km) 難易度 ★☆☆☆☆ (往復:★★★★☆) 獲得標高 171m

**美幌峠ヒルクライムステージ**

獲得標高500m、中級者向けヒルクライムステージ

おすすめの季節 **夏**

起終点 JR美幌駅 美幌峠頂上 走行距離 27km (往復:54km) 難易度 ★★☆☆☆ (往復:★★★★☆) 獲得標高 527m

**オホーツク周遊ステージ①**

北見市、美幌町、大空町、網走市をつなぎ、網走湖、能取湖、オホーツク海を巡る周遊ステージ

おすすめの季節 **夏**

起終点 女満別空港 走行距離 100km 難易度 ★★☆☆☆ 獲得標高 701m

**石北峠ヒルクライムステージ**

獲得標高1,000m越え、熟練者向けヒルクライムステージ

おすすめの季節 **秋**

起終点 JR網走駅 石北峠頂上 走行距離 94km (往復:188km) 難易度 ★★★★★☆ (往復:★★★★★) 獲得標高 1,213m

**道の駅 流水街道網走**

3.8km

**網走刑務所**

2.9km

**大曲湖畔園地**

6.3km

**能取湖**

3.3km

**卯原内サンゴ草群落地**

15.3km

**常呂漁協直売所**

**美幌観光物産協会**

2.5km

**kitchen café Biotop**

5.0km

**峠の湯びほろ**

9.2km

**ハルニレの巨木**

2.6km

**白樺並木**

11.5km

**道の駅ぐるっとパノラマ美幌峠**

**女満別空港**

8.7km

**メルヘンの丘**

8.9km

**道立オホーツク公園**

3.9km

**博物館網走監獄**

31.9km

**常呂交通ターミナル**

54.7km

**LIFE IN BIHORO**

**端野温泉のんたの湯**

8.6km

**北見ハッカ記念館ハッカ蒸溜館**

1.4km

**ピアソン記念館**

33.3km

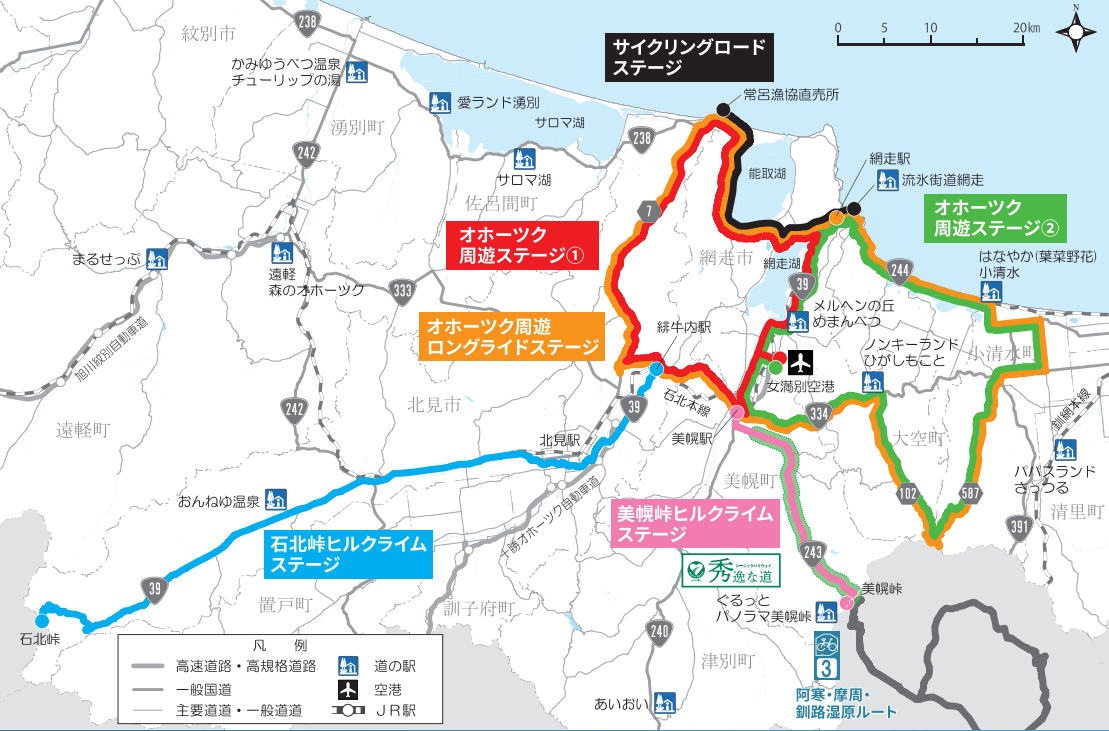
**北の大地の水族館**

7.4km

**塩別つつる温泉**

30.4km

**石北峠**



**オホーツク周遊ステージ②**

網走市、美幌町、大空町、小清水町をつなぎ、網走湖、湧沸湖、藻琴湖、オホーツク海を巡る周遊ステージ

おすすめの季節 **春**

起終点 女満別空港 走行距離 134km 難易度 ★★★★★☆ 獲得標高 1,229m

**道の駅メルヘンの丘 めまんべつ**

16.4km

**流水硝子館**

19.5km

**道の駅はなやか小清水**

44.3km

**ハイランド小清水725**

12.2km

**ひがしもと芝桜公園**

7.8km

**道の駅ノンキールランドひがしもと**

**オホーツク周遊ロングライドステージ**

オホーツク周遊ステージ①②を満喫する周遊ロングライドステージ

おすすめの季節 **夏**

起終点 JR網走駅 走行距離 190km 難易度 ★★★★★★ 獲得標高 1,645m

**小清水ツーリストセンター**

2.6km

**ほがじゃ小清水北陽工場**

60.9km

**ひがしもと乳酪館**

30.5km

**網走水産直売所**

37.4km

**サロマ湖 (ワッカネイチャーセンター)**

38.5km

**網走湖**

**地域ルート確認QRコード**

地域で推奨するその他のルート(地域ルート)をNAVITIMEアプリでご覧いただけます。

**「ステージ」詳細情報やその他の施設情報は**

こちらから

オホーツクサイクリングルート周辺におけるサイクリスト向けの主なサービス

| 道の駅     |                  |         |      |      |             |                |
|---------|------------------|---------|------|------|-------------|----------------|
| セクションNo | 施設名              | サイクルラック | 空気入れ | 工具貸出 | 営業時間        | 住 所            |
| A 5     | 道の駅流水街道網走(観光案内所) | ○       | ○    | ○    | 9:00~18:00  | 網走市南3条東4丁目5-1  |
| B 5     | 道の駅メルヘンの丘めまんべつ   | ○       | —    | —    | 9:00~18:00  | 大空町女満別昭和96-1   |
| B 5     | 道の駅ノンキールランドひがしもと | ○       | ○    | —    | 9:00~18:00  | 大空町東藻琴100      |
| B 6     | 道の駅はなやか(葉菜野花)小清水 | ○       | —    | —    | 9:00~18:00  | 小清水町字浜小清水474-7 |
| C 5     | 道の駅ぐるっとパノラマ美幌峠   | ○       | ○    | ○    | 9:00~18:00  | 美幌町字古梅         |
| C 2     | 道の駅おんねゆ温泉        | ○       | ○    | ○    | 10:00~16:00 | 北見市留辺藪町松山1-4   |

| 自転車修理   |               |      |      |            |                      |
|---------|---------------|------|------|------------|----------------------|
| セクションNo | 施設名           | 持込修理 | 出張修理 | 営業時間       | 住 所                  |
| A 5     | サイクルショップC S S | ○    | 要問合せ | 要問合せ       | 網走市南2条東1丁目3-3南2条ビル2階 |
| B 6     | 小島商会          | ○    | 要問合せ | 9:00~18:00 | 小清水町南町2丁目11-1        |
| B 3     | サイクルショップのむら商会 | ○    | 要問合せ | 9:00~20:00 | 北見市美芳町4丁目6-18        |

| レンタサイクル |                   |     |     |     |      |                   |                      |
|---------|-------------------|-----|-----|-----|------|-------------------|----------------------|
| セクションNo | 施設名               | ロード | クロス | MTB | その他※ | 営業時間              | 住 所                  |
| A 5     | 道の駅 流水街道網走(観光案内所) | —   | ○   | —   | ○    | 9:00~18:00        | 網走市南3条東4丁目5-1        |
| B 5     | ホテル網走湖荘           | ○   | ○   | —   | —    | 7:00~17:00(宿泊者のみ) | 網走市字呼人78             |
| B 5     | 湧沸湖水鳥・湿地センター      | —   | —   | —   | ○    | 9:00~17:00        | 網走市字北浜203-3地先        |
| B 6     | 小清水ツーリストセンター      | —   | ○   | —   | ○    | 9:00~17:00        | 小清水町浜小清水474-7        |
| A 4     | ネイバル北見            | —   | —   | —   | ○    | 9:00~17:30(事前予約制) | 北見市常呂町字栄浦365-1       |
| B 4     | 北見サイクルステーション      | —   | ○   | —   | ○    | 10:00~(事前予約制)     | 北見市大通西2丁目1まちきた大通ビル1階 |
| B 4     | 美幌観光物産協会          | ○   | ○   | ○   | ○    | 9:00~17:00(事前予約制) | 美幌町字新町3丁目JR美幌駅内      |

情報は2025年6月現在のものになります