



森は人を癒し、人は森を癒す。

森林体験



ガーデン散策とコーヒーブレイクを

11 イコロの森

苫小牧市



深い森の閑静なガーデン。「過ごす庭」をテーマにガーデナーたちがデザイン・管理している庭には、宿根草やバラが鮮やかに咲く。園内のカフェでは自家焙煎コーヒーを。研修施設「森の学校」は、会議やワークショップに利用できる。

- 📍 苫小牧市植苗565-1
- 🆓 無料(ガーデン入場料は大人1名800円)
- 🕒 ガーデン散策30分 / 4月下旬~10月の9:00~17:00(11月~4月中旬は冬期休業)
- 🚗 喫煙スペースあり P 120台
- ☎ 0144-52-1562 📧 info@ikor-no-mori.com
- 🌐 http://www.ikor-no-mori.com

遊歩百選の森でガイドと散策

12 ポロトの森

白老町



白老の象徴的な湖「ポロト湖」の周囲に広がる自然休養林。遊歩道が整備され、気軽に散策を楽しめる。おすすめはガイドツアー。アイヌ民族の世界観を通じた自然と人との関わりについて学べる。

- 📍 白老町白老
- 🆓 無料
- 📌 ※ポロトの森自然散策ガイド(最少催行人数2名)は大人1名 / 7,900円。所要時間1~2時間
- 🕒 通年
- 🚗 喫煙スペースなし P 30台
- ☎ 0144-82-2216 📧 info@shiraori.net
- 🌐 https://shiraori.net/spot/ポロトの森/



原始の森で地球の息吹を体感

15 登別ゲートウェイセンター

登別市



ガイドと泉源をめぐる「泉源ウォッチング」。国の天然記念物に指定されている登別原始林を散策しながら、登別地獄谷や活火山の壮大な風景、天然足湯を堪能できる。

- 📍 登別市登別温泉町26 道南バス登別温泉バスターミナル
- 🆓 登別温泉・泉源ウォッチング / 大人1名5,000円
- 🕒 2時間30分 / ①10:30 ②14:00
- 🚗 喫煙スペースあり P 無し
- ☎ 0143-84-2200 📧 contact@noboribetsu.co.jp
- 🌐 http://gwc.noboribetsu.co.jp

ニセコの自然と触れ合う

16 アンヌプリ森林公園

ニセコ町



ニセコアンヌプリの麓にある森林公園。散策路を歩けば、たくさんの種類の木々や、様々な鳥の鳴き声を楽しめる。周辺エリアは、温泉宿やペンションなどの宿泊施設も充実。

- 📍 ニセコ町字ニセコ473番地
- 🆓 無料
- 🕒 5月下旬~11月上旬
- 🚗 喫煙スペースなし P 50台
- ☎ 0136-44-2121 📧 kankou@town.niseko.jg.jp
- 🌐 https://www.town.niseko.jg.jp

町民が守り育てた里山で自然体験

13 雨煙別小学校 コカ・コーラ環境ハウス

栗山町



自然環境の復元を目的に、町民が維持してきたハサンベツ里山。そこで実施されているのが「ふるさと自然体験」。間伐作業、間伐材を利用した薪作りや炭焼きなど、多彩なプログラムがそろう。

- 📍 栗山町雨煙別1-4 雨煙別小学校コカ・コーラ環境ハウス
- 🆓 体験プログラムにより異なる。ハサンベツの里山づくり / 1名1,300円(税別) 施設利用料・宿泊料は別途
- 🕒 1~3時間 / 通年
- 🚗 喫煙スペースなし(敷地内禁煙) P 36台
- ☎ 0123-72-1696 📧 info@uenbetsu.jp
- 🌐 http://uenbetsu.jp

木を植えて森を作ろう!

14 エコ・チャレンジの森

当別町



「道民の森」にある、誰でも気軽に植樹ができる「エコ・チャレンジの森」。広大な自然に囲まれて、ノルディックウォーキングや木を植えて森づくりを体験してみよう。

- 📍 当別町 道民の森神居尻地区
- 🆓 エコチャレンジの森 / 無料
- 🕒 約30分 / 6-9月(毎日)
- 🚗 喫煙スペースなし P 駐車場あり
- ☎ 0133-22-2151 FAX 0133-22-0551 📧 なし
- 🌐 https://www.ishikari.pref.hokkaido.jg.jp/sr/srs/index.html



絶景スポットの天狗山山頂で森林浴

17 小樽天狗山ロープウェイ

小樽市



小樽のシンボルである標高532.4mの天狗山。ロープウェイで山頂駅まで登ったら、森林浴コースを散策したい。トドマツやナナカマド、シラカバの森に生息する野鳥に出会える。

- 📍 小樽市最上2丁目16-15
- 🆓 ロープウェイ往復 / 大人1名1,400円
- 🕒 ロープウェイ 約4分 / 平日9:30~20:00、土曜・日曜・祝日11:00~20:00 ※変動あり
- 🚗 山頂散策路(森林浴コース) 約30分 / 5~10月(冬期は閉鎖)
- 🚗 喫煙スペースなし P 山麓50台、山頂15台
- ☎ 0134-33-7381
- 🌐 https://tenguyama.ckk.chuo-bus.co.jp

ムササビのように森を飛ぶ!

18 野外アドベンチャーパーク北湯沢 ムササビ

伊達市



カラマツ林の中にあるジップラインや障害物などを配したアスレチック。子どもも大人も楽しめるアトラクションが盛りだくさん。森の中でムササビ体験を!年齢・身長・体重の制限あり。

- 📍 伊達市大滝区北湯沢温泉町300-7 きたゆざわ森のソラニワ敷地内
- 🆓 ファミリーコース / 大人1名2,000円、子ども1名1,500円
- 🚗 ファンコース / 大人1名2,500円、子ども1名2,000円
- 🚗 ロングジップライン / 大人1名1,500円、子ども1名1,000円
- 🕒 コースにより15分~55分 / 5~10月の10:00~16:00(最終受付)
- 🚗 喫煙スペースあり P 200台
- ☎ 0570-026574 📧 kitayuzawa-info@noguchi-k.co.jp
- 🌐 https://www.mori-soraniwa.com

