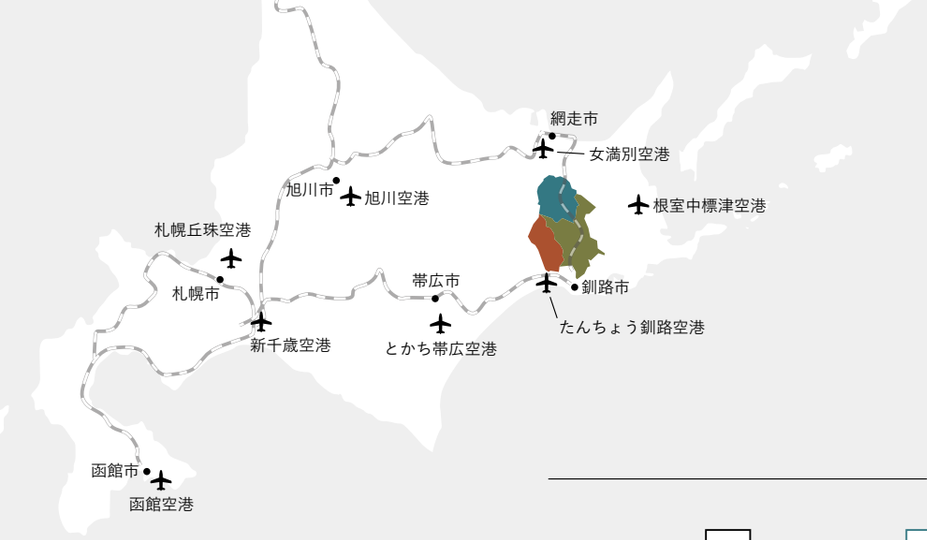


ACCESS

PLANE

飛行機で
移動する

新千歳空港	飛行機で約50分	たんちょう釧路空港	車で約1時間15分	弟子屈町
			車で約1時間5分	標茶町
東京国際空港（羽田空港）	飛行機で約1時間45分		車で約35分	鶴居村

TRAIN &BUS

JRとバスで
移動する

JR札幌駅	JRおおぞらで約4時間	JR釧路駅	JRで約1時間15分	弟子屈町
			車で約1時間20分	
	高速バス「スターライト釧路号」で約5時間30分		JRで約50分	標茶町
			車で約1時間	
			バスで約1時間10分	鶴居村
			車で約40分	

INFORMATION

TESHIKAGA 弟子屈

一般社団法人 摩周湖観光協会

北海道川上郡弟子屈町摩周3丁目3番1号
TEL.015-482-2200

SHIBECHA 標茶

標茶町観光協会

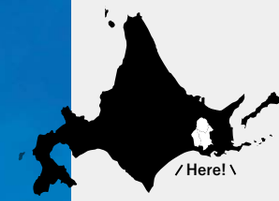
北海道川上郡標茶町川上4-2
（標茶町役場観光商工課内）
TEL.015-486-7872

TSURUI 鶴居

NPO法人 美しい村・鶴居村観光協会

北海道阿寒郡鶴居村鶴居西3丁目1-1
TEL.0154-64-2020

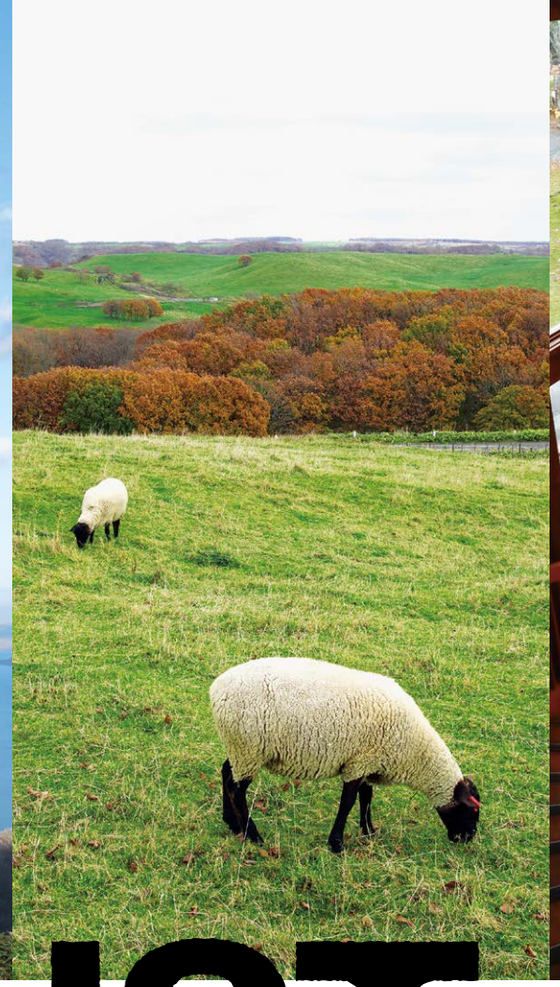
制作：摩周・標茶・鶴居プロモーションボード協議会
発行：2025年10月1日
（公社）北海道観光機構の『令和７年度伴走支援型観光地域力強化推進事業』の支援を受けています。

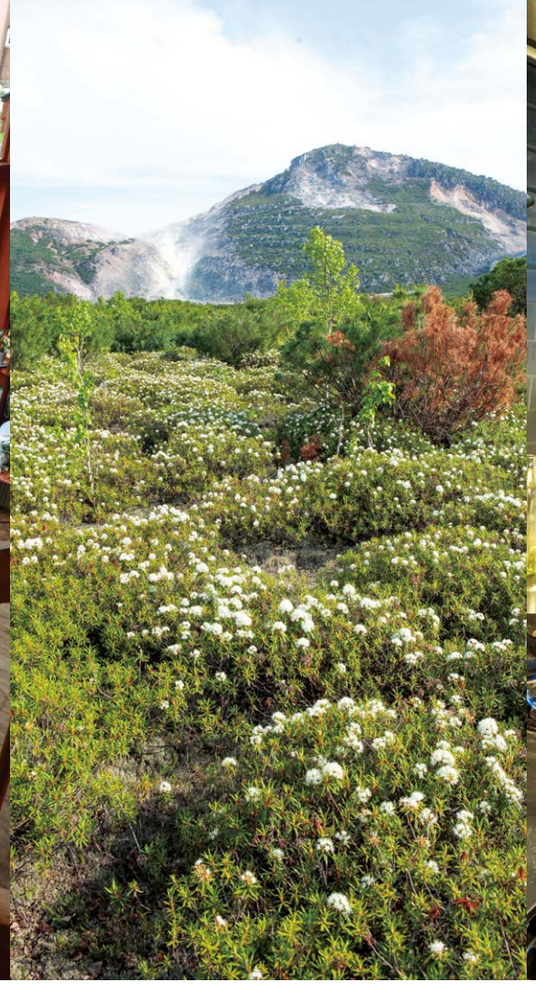


TESHIKAGA TOWN
SHIBECHA TOWN
TSURUI VILLAGE

MUST EAT!

摩周・弟子屈／標茶／鶴居　GOURMET GUIDE

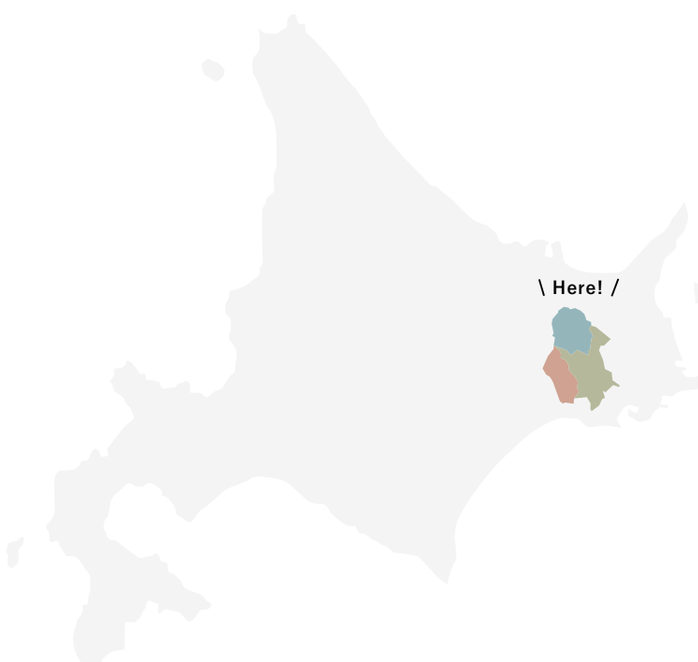




MUST EAT!

MASHU / TESHIKAGA TOWN
UMAI - meaning DELICIOUS
SHIBECHA TOWN
TSURUI VILLAGE

北海道東部。未開の自然が多く残る、
Wilderness が広がる土地で育まれる豊かな食。
壮大な自然美。大地が育む恵み。あたたかな人々。
3つの要素が折り重なり生まれる、この地の食文化を訪ねて。



TESHIKAGA
弟子屈

町の面積の65％以上を阿寒摩周国立公園が占めている、北海道でも有数の自然を誇る弟子屈町。日本最大のカルデラ湖「屈斜路湖」や世界トップクラスの透明度の「摩周湖」など、景勝地のそばにある古くから療養泉として親しまれる「川湯温泉」も人気。

SHIBECHA
標茶

北部には阿寒摩周国立公園、南部には釧路湿原国立公園、東部には厚岸霧多布昆布森国定公園を有する自然豊かな酪農のまち。とくに釧路湿原国立公園は約43％が標茶町内にあり、その広大な湿原内を走る「SL冬の湿原号」を目当てに訪れる人も多い。

TSURUI
鶴居

釧路市に隣接する鶴居村は村内の多くを釧路湿原国立公園が占めており、貴重な野生生物や特別天然記念物のタンチョウの生息地として有名な地域。タンチョウの観察スポットがいくつもあり、特に冬季には国内外問わず多くの観光客が訪れる場所だ。

絶景

Spectacular views

風光明媚な土地で
出会う美味。

TESHIKAGA
弟子屈

ワッカトマリ

コーヒーブレイクに屈斜路湖唯一の湖畔のカフェへ。2階から望む絵画のような景色は、心穏やかなひとときをもたらしてくれる。北海道産の平飼い有精卵と香り豊かな牛乳を使って手作りするプリンは、ワッカトマリオリジナルブレンドコーヒーのおともにぴったり。

SHOP DATA
北海道川上郡弟子屈町
美留和1-204
TEL.015-486-7271

TSURUI
鶴居

丘の上のオーベルジュ
ハートンツリー

牧歌的な丘の上に佇む赤い屋根のお家。童話の世界に迷い込んだような空間でいただくのは、自家栽培の無農薬ハーブや野菜、鶴居産の食材をふんだんに使った彩り豊かな料理たち。希望すれば開放感のあるガーデンで食事ができる。予約限定で朝日を眺めながらの素敵な朝食プランも。

◀阿寒ポークのシチューをメインに、前菜、スープ、パン、ケーキがセットになった「ガーデンランチ」は花形メニュー。

SHOP DATA
北海道阿寒郡鶴居村
雪裡496-4
TEL.0154-64-2542

TSURUI
鶴居

どれみふぁ空

鶴見台のそばにある、タンチョウが見られると名高いカフェ。特製の白いグリーンカレーがベースの「丹頂カレー」は本格派。店舗裏のガーデンも魅力。

SHOP DATA
北海道阿寒郡鶴居村
鶴見台17-18
TEL.0154-64-3987

SHIBECHA
標茶

グリーンヒル多和

地平線を360度見渡せる多和平展望台。レストハウスの一番人気は30年以上受け継がれる伝統の星空の黒牛のビーフシチュー。自家製パンにも注目。

SHOP DATA
北海道川上郡標茶町
字標茶788-5
TEL.015-486-2806

食材

Local food products

地産地消だからこそ
一番の旬と鮮度で。

摩周和牛せいろ 04

希少な摩周和牛と摩周そばを一度に味わえる地元スペシャルな一品。和牛の脂のコクが溶け出した秘伝の出汁に箸が止まらない。

鹿肉ロースステーキ 03

オーナーシェフの和田正宏さんの目利きをクリアした、鶴居産の厳選鹿肉が味わえる。この店で鹿肉の旨さに目覚める人は多い。

季節のコース 06

標茶の誇る人気温泉宿でいただく豪華なコース料理は、標茶をはじめとする北海道東部の旬を取り入れたその時だけの特別な味わい。

SORAトマトソースハンバーグセット 01

標茶のブランド牛「星空の黒牛」を100%使用した肉感のある粗挽きハンバーグ。酸味と甘味のトマトソースは肉の旨味を引き立てる名脇役だ。

雪見ラーメン 02

大豆をすり潰した呉汁を加えた白い味噌仕立てのスープにハマる人続出。麺、スープ、トッピングに至るまで地元産にこだわり抜いた。

牛乳たっぷり濃いめのドリア 05

斉藤農場こだわりの牛乳や牛肉をたっぷり使った農場直営カフェ。ランチのおともは牛乳ピンで提供される新鮮ミルクで決まり。

SHIBECHA 標茶

01

手づくりハンバーグ
SORA

SHOP DATA
北海道川上郡標茶町
旭4丁目6-1
TEL.015-486-7887

TESHIKAGA 弟子屈

02

食堂と喫茶
poppotei

SHOP DATA
北海道川上郡弟子屈町
朝日1丁目7-18
TEL.015-482-2412

TSURUI 鶴居

03

WADA MASAHIRO ART SQUARE
Café & Bar

SHOP DATA
北海道阿寒郡鶴居村
鶴居西1丁目5-1
TEL.0154-64-3111

TESHIKAGA 弟子屈

04

レストラン摩周

SHOP DATA
北海道川上郡弟子屈町
摩周3丁目3-1
TEL.015-482-1860

TSURUI 鶴居

05

BAKERY CAFE
SUN LIGHT FARM

SHOP DATA
北海道阿寒郡鶴居村
鶴居東3丁目11-1
TEL.0154-64-9263

SHIBECHA 標茶

06

ぽん・ぽんゆ

SHOP DATA
北海道川上郡標茶町
字コッタロ原野127-10
TEL.015-486-9261

人情

warm heart

旅先での思い出は
一期一会とともに。

▲標茶町のポロニ養鶏場の卵を使った白い玉子焼きや鹿肉の唐揚げ、牛乳豆腐のミニ春巻き、長坂牧場のチーズも入った盛り合わせ。北海道東部の地酒も豊富に取り揃えている。

SHIBECHA
標茶

カラオケキッチン たんぽぽ

駅近くのホテルの１階にある扉を開くと、店主の千葉美枝さんが「いらっしゃい！」と明るい声で迎えてくれる。地元の名物ママである千葉さんが作る、標茶町ゆかりの食材を使ったお手製の料理はどれも絶品で、こぢんまりとしたお店ながら観光客も通う人気店だ。初めて訪れた際は、千葉さんの粋な図らいが生み出した「標茶産三点セットＡ～Ｄ」というメニューを選んでみてほしい。

SHOP DATA
北海道川上郡標茶町旭2丁目8-23
藤花温泉ホテル1F
TEL.080-5599-9017

TSURUI
鶴居

ホテル夢工房

太陽が燦々と差し込む大窓とあふれる木のぬくもり。ヨーロッパの避暑地を思わせる建物と内装は、建築士でもあるオーナーの佐藤敏恵さんこだわりの設計だ。吟味された食材で奏でるランチやディナーはもちろんのこと、庭に訪れるというシマエナガをモチーフにしたパティシエお手製の可愛らしいケーキなど、スイーツも欠かせない。敏恵さんが淹れる一杯でホッとひと息つく午後を。

SHOP DATA
北海道阿寒郡鶴居村
幌呂原野南4線37-20
TEL.0154-65-2181

TESHIKAGA
弟子屈

渡辺体験牧場

牛の乳搾りやエサやりなど、牛と触れ合う体験ができる牧場では、牧場主の渡辺隆幸さん自ら体験レクチャーをしたり、時にはソフトクリームをキレイに巻いて手渡ししてくれる。雄大な摩周草原でのんびりと過ごす牛たちのおいしい牛乳を活かしたソフトクリームは、爽やかな香りとスッキリとした甘さが魅力的。オリジナルの商品も多く、お土産を見繕うのにもおすすめの場所だ。

SHOP DATA
北海道川上郡弟子屈町
弟子屈原野646-4
TEL.015-482-5184

TESHIKAGA
弟子屈

オーチャードグラス

JR川湯温泉駅に1987年オープンしたカフェには、まるで時が止まっているかのようなレトロな空間が広がる。窓のステンドグラスから差し込む光を楽しみながら、店主自慢の洋食と奥様がつくる繊細なスイーツを味わってみて。

SHOP DATA
北海道川上郡弟子屈町
川湯駅前1丁目1-18
川湯温泉駅舎内
TEL.015-483-3787

SHIBECHA
標茶

Bob's Burger

バイクやアウトドアが好きな店主がオープンしたJR塘路駅前にあるハンバーガーショップ。素材にこだわったオリジナルソースの逸品は旅人の心を掴んで離さない。店主に地元のおすすめ情報を聞くのもお忘れなく。

SHOP DATA
北海道川上郡標茶町
塘路原野北7線49-7
TEL.070-9090-8085

おすすめ地場産品

TESHIKAGA 弟子屈

摩周そば

北海道の中でも早い時期に収穫される幻のそば。「キタワセ」と「キタノマシュウ」の２つの品種がある。

SHIBECHA 標茶

星空の黒牛

摩周湖から流れる伏流水と無農薬・無化学肥料の牧草で育てられるブランド牛。赤身と脂のバランスが絶妙。

TSURUI 鶴居

酪楽館のチーズ

鶴居村の良質な生乳と丁寧な手仕事が生み出す無垢な味わい。食べやすさとコク深さを両立した逸品。

TESHIKAGA 弟子屈

摩周湖の夕日

温泉熱を利用し、極寒の冬でも栽培できるようにしたマンゴー。弟子屈の寒暖差で高糖度になるのが特徴。

SHIBECHA 標茶

ポロニ養鶏場の卵

風土に馴染むよう平飼いで養鶏を行う大木夫妻。道産小麦を混ぜたエサを与えることでクリーム色の黄身に。

TSURUI 鶴居

Brasserie Knot（ブラッスリー ノット）のクラフトビール

廃校となった小学校を醸造所に蘇らせて製造されるビールは、種類豊富で飽きさせないラインナップが魅力。

Recommend Shop

TESHIKAGA 弟子屈

テシカガマルシェ

希少な摩周和牛や弟子屈チーズ、町内産ワインを中心に、地元も名産品が数多く揃う。

SHOP DATA
北海道川上郡弟子屈町
朝日1丁目3-9
TEL.015-486-9027

SHIBECHA 標茶

標茶町バスターミナル観光案内所

特産の「しべちゃ牛乳」や「しべちゃ牛乳アイス」、「星空の黒牛」のレトルト商品などを取り扱う。

SHOP DATA
北海道川上郡標茶町
富士1丁目1
TEL.015-486-7872

TSURUI 鶴居

つるぼーの家

鶴居村をはじめ、北海道東部のお土産品が充実。一番人気は地場産牛乳の「たんちょうソフト」。

SHOP DATA
北海道阿寒郡鶴居村
鶴居東1丁目1-3
TEL.0154-64-5350

3町村 MAP