

むかわ町



Wellness tourism

ウェルネスツーリズム

むかわ町のキャッチフレーズは
「人と自然が輝く清流と健康のまち」です。
恵みの大地、豊かな森林に囲まれ、
清流鵜川が雄大な太平洋へとそそぐ、
大自然が広がります。
むかわ町で、心身をリフレッシュしませんか。



アンケートに答えると先着300名様

むかわ温泉が **無料** 期間 2025年 7/1(火) ▶ 11/9(日)

一日散歩
きっぷ

むかわ町へは
土・休日限定のおトクなきっぷ
「一日散歩きっぷ」がおすすめ!



1 JRヘルシーウォーキング

「日高山脈を望み、清流に育まれ
鵜川の自然と歴史を感じるウォーク」

「いつでもウォーク鵜川コース」が
リニューアルされました!



JRヘルシーウォーキング
キップカード 歩くん



2 鵜川駅に配置してあるアンケートに記入



3 むかわ温泉受付でJRのきっぷを見せて、 アンケートを提出(先着300名様)



むかわ温泉



「むかわ温泉四季の館」のご案内

当館は天然温泉施設やプール、トレーニングジム、ホテル、お食事処等を備えており、物産館では、むかわ町のお土産も多数揃えています。

温泉入浴時間	トレーニングジム	通常利用料金
全日/10時~21時	月~土/13時~21時 日・祝/10時~21時	■ 通常利用料金 ■ 大人(中学生以上)520円 子供(小学生)210円

※入浴料金で、温泉とスポーツプラザ両方ご利用いただけます。



無料

事業のご案内 本事業は、JR日高線の利用促進調査事業として実施しております。ご利用の際は、日高線の往復に有効な乗車券をお買い求めのうえご乗車ください。温浴施設の窓口で、お帰りに有効な乗車券(※定期券は対象外)の提示とアンケート提出を条件として、無料入浴を実施いたします。アンケート用紙は鵜川駅に配置しています。事業へのご協力をお願いいたします。





JRヘルシーウォーキング
キャラクター 歩くん

JRヘルシーウォーキング 予約不要! 当日参加OK! いつでもウォーク

「日高山脈を望み、清流に育まれ鶴川の自然と歴史を感じるウォーク」

「いつでもウォーク鶴川コース」がリニューアルされ、日高山脈を望み、清流鶴川の自然と歴史を感じるコースとなりました。

JR北海道
ヘルシーウォーキング
マップ



開催駅	鶴川駅
参加証明 受付時間	9:00~16:00
スタート /ゴール	鶴川駅
コース距離 (所要時間)	基本:約13.5km(3.5時間) ショート:約7km(1.5時間)
開催期間	2025年11月9日(日) までの毎日

※ウォーキングの際は、JRヘルシーウォーキングMAPを持参のうえ、ご参加ください。

見どころ・寄りどころ コースマップ



日高線満喫モデルコース

快速 エアポート	普通列車	日高線 キハ40	日高線 キハ40	普通列車	快速 エアポート							
札 幌	6:29 ▶ 7:01	千 歳	7:09 ▶ 7:44	苦 小 牧	7:51 ▶ 8:20	鶴 川	11:10 ▶ 11:40	苦 小 牧	12:06 ▶ 12:31	千 歳 (南千歳)	12:36 ▶ 13:07	札 幌
	9:00 ▶ 9:29		9:33 ▶ 9:56		10:21 ▶ 10:51		11:10 ▶ 11:40		14:55 ▶ 15:20		15:27 ▶ 15:57	
	12:18 ▶ 12:50		12:55 ▶ 13:21		13:29 ▶ 13:59		14:11 ▶ 14:41		16:54 ▶ 17:17		17:25 ▶ 17:57	
	14:04 ▶ 14:40		14:45 ▶ 15:09		15:20 ▶ 15:50		16:19 ▶ 16:49		19:28 ▶ (19:48)		(19:54) ▶ 20:24	



JR北海道
ホームページ

鷓川駅

むかわ交通ターミナル

1913年苫小牧軽便鉄道の駅として開業、国有化を経て、1987年JR北海道の駅となる。現駅舎は1987年11月にむかわ交通ターミナルとして竣工。

地域のコミュニティスペースとして、駅カフェも併設されています。

むかわ町ウエルネスツーリズムのアンケートは、むかわ町パンフレットコーナーに設置。

①



四季の館

四季の館には、天然温泉施設やホテル、鈴木章記念ギャラリー、地元素材を味わえるお食事処、道の駅など、観光でお越しのお客様は勿論、

トレーニング施設やプール、貸しホールや図書館など地域の皆様の憩いの場としてもご利用いただいております。

物産館では、むかわ町のお土産品も多数取り揃えており、しじゃもの加工品等をお求め頂くことができます。

②



四季の館 鈴木章記念ギャラリー

2010年ノーベル化学賞を受賞された北海道大学名誉教授の鈴木章先生のご功績を次世代に継承する目的で、道の駅「むかわ四季の館」内に設置されました。

記念ギャラリーでは、鈴木先生の足跡を写真等で紹介し、インタビューによる肉声で私たちへのメッセージが伝えられています。



2

四季の館 物産館

物産館には、「ししゃも醤油」や「鵜川のししゃも昆布巻」など、お土産に最適な四季の館オリジナル商品や加工品等の特産品など豊富にご用意しております。

【営業時間】 8:00～21:00



2

四季の館 むかわ温泉四季の湯

泉質は「含要素ナトリウム強塩化物泉」、筋肉や関節の慢性的な痛みやこわばり、胃腸機能の低下、冷え性などの効能があり、露天風呂やサウナ、寝湯なども備えています。浴室は男湯と女湯の日替わりです。温泉入浴料金で、プールやスポーツジムもご利用いただけます。

【利用料金】大人：520円 子供：210円 幼児：無料

【営業時間】AM10:00～PM10:00

2



四季の館 スポーツプラザ

ランニングマシンやエアロバイク、筋肉トレーニングマシンに、25mプールも備え、温泉入浴料金だけで、ご利用いただけます。

子供用流水プールもあり、子供も楽しくご利用いただけます。

<プール営業時間>

・月～土曜 PM13:00～PM20:00

・日曜・祝日 AM10:00～PM20:00

<トレーニングジム営業時間>

・月～土曜 PM13:00～PM21:00

・日曜・祝日 AM10:00～PM21:00

2



たいやきの店 いっぷく堂

恐竜たい焼きやししゃもたい焼き
(季節限定8月下旬より)、ソフトク
リームなどを扱う人気店です。

②スズキ商店さんの鰹醤油・麵つゆ
や焼肉のタレも引き継がれています。

【営業時間】 9:30~18:00

たい焼きは無くなり次第終了!

【住 所】 むかわ町美幸2丁目87番地1
四季の館駐車場向かい側



ぽぽんた市場

むかわ町の旬が並ぶ市場です。

食材に恵まれた地域特性を生かし、
水産物と農産物の両方を取り扱い、
生産者の顔が見える販売を心がけて
いる市場です。

色とりどりの健康野菜、イチゴや
ハスカップなどの果物、花、むかわ
和牛、ししゃもなどの直売店のほか、
いくら丼などを味わえるお店もあり
ます。

【営業時間】 10:00~17:00

3





むかわ町 たんぽぽ公園

むかわの町花、たんぽぽ
鷺川の河畔に広がる
たんぽぽ公園

全国でも最大級のたんぽぽ
の群生地として知られ、毎
年春になると、黄色い絨毯
を敷きつめたように鮮やか
に彩られます。

4

まくまくパン

金土日のみ営業する人気の
パン屋さん。

クロワッサンや天然酵母パン、
ベーグルや季節にあわせたオ
リジナリティあふれる多彩な
パンを提供しています。

営業日には、多くの地元客や
遠方からも来店される人気店
です。

営業は、金・土・日:10:00~16:00
パンが無くなり次第終了

5



ラーメン寶龍むかわ店

セブンイレブン鷓川宮戸店

セブンイレブン鷓川宮戸店の右後方にラーメン寶龍むかわ店があります。

35年以上続くラーメン店で、昔ながらの味を好み、長く通う常連客で賑わう人気店です。

67



鷓川大漁地藏尊

鷓川大漁地藏尊は「イモッペさん」の愛称で親しまれているお地藏様で、江戸時代の行脚僧である円空の作とも伝えられています。1825年に海岸で発見されたと伝わる木像で、アイヌ民族がカムイとして大切にお祀りした経緯があり、いまも大切に祀られています。

8



旧日高線 汐見駅ホーム跡

1959年、地域要望により開業し、
日高線鷗川・様似間廃止に伴い、2021年
廃駅になりました。

11

汐見公園

ベンチで一休み

9



トーチカ

戦争遺構

太平洋戦争末期に連合国軍の上
陸に備えて、勇払平野に多数の防
御施設（トーチカ）が、日本軍に
より構築されました。

むかわ町の汐見エリアには3基の
トーチカが残されています。

14

10



むかわ漁港 鵜川漁協いちうろこ

豊富なミネラルを養分に遠浅の沿岸に甘みの濃いほっき貝やほたて貝を育むほか、タコや毛ガニ、松川ガレイなど四季折々に豊かな魚介が水揚げされます。

鵜川漁業協同組合の直売所「いちうろこ」では、目の前の港で水揚げされる朝どれの魚介をそのままの鮮度で、漁協直営だからこその手軽な価格で直接お届けします。

営業日：毎週金・土（一部祝日）

営業時間：9：00～12：00

※鮮魚無くなり次第終了

12 13



鵜川河口干潟

鵜川河口では干潟が形成されており、渡り鳥の重要な中継地点となっています。

鵜川の河口部は、海岸浸食に対応し、人工干潟の造成や、水制工の設置、サンドバイパス等を実施し、渡り鳥の中継地としての機能を回復させるための干潟の再生を行っています。

15



野鳥観測場

鷓川河口は春秋の渡り時期のシギ・チドリ類やアオサギやカモ類などがみられます
オジロワシやオオセグロカモメ、オオワシなど多数の野鳥の観察実績がある野鳥スポットです。

16 17



鷓川堤防天端

鷓川下流域堤防の天端は、一部舗装道路が整備されており、ゆったりと流れる鷓川の流れや、日高線廃止区間の橋梁を眺めながら、海岸までのウォーキングをお楽しみいただけます。

18



鵜川ししゃもふ化場

町魚である「ししゃも」の増殖施設として、令和4年11月にししゃもふ化場を建設しました。

新しいふ化場は、河川環境に近い良好な環境の中で産卵ふ化できる施設で、最大1億尾の放流が可能となっています。

近年、漁獲量が減っていますが、今後の資源回復が期待されます。

また、11月1日を「ししゃもの日」と定めております。

19



むかわ町

Wellness tourism

ウエルネスツーリズム

むかわ町のキャッチフレーズは

「人と自然が輝く清流と健康のまち」です。

恵みの大地、豊かな森林に囲まれ、

清流鵜川が雄大な太平洋へとそそぐ、

大自然が広がります。

むかわ町で、心身をリフレッシュしませんか。

