

石北峠からオホーツク海に至る広大な面積を誇り、温泉やオホーツクの味覚など、さまざまな魅力にあふれる海あり山ありの自然豊かなまちです。

<https://www.city.kitami.lg.jp/>

人口 110,046人

世帯数 61,448世帯

面積 1,427.41km²

(令和6年12月末現在)

■主な観光スポット

北見ファミリーランド、
山の水族館（北の大地の水族館）、
ハッカ記念館、ピアソン記念館、
ワッカ原生花園、ところ遺跡の森、
カーリングホール

■特産品

北見焼肉、ハッカ製品、玉ねぎ、オニオンスープ、
オホーツクビール、ホタテ、カキ、白花豆加工品

■主なイベント

北見厳寒の焼き肉まつり（2月）

2月上旬の夜、寒空の下、屋外に七輪を並べ大勢で焼肉を楽しむ祭り。厳しい寒さと焼肉の香り、炭火の煙に包まれながら、厳寒カラオケ大会や大抽選会など、ステージイベントも会場の一体感を盛り上げます。

■その他イベント

- ・サロマ湖100kmウルトラマラソン（6月）
- ・北見ぼんちまつり（7月）
- ・おんねゆ温泉まつり（8月）
- ・たんのカレーライスマラソン（9月）
- ・北見秋祭（10月）

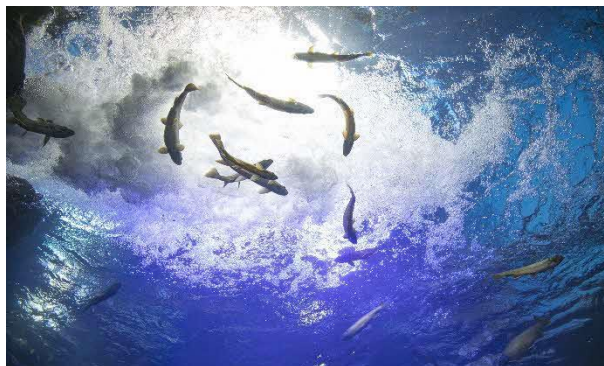
■ご当地グルメ

オホーツク北見
塩焼きそば

2007年登場。オホーツクのうまみが凝縮した塩ダレで、北見名産のホタテや玉ねぎを焼きそばに。B-1グランプリ厚木大会で初出場10位入賞。市内約20ヶ所のホテルや飲食店で提供されています。

オホーツク干貝柱
あんかけ焼きそば

2017年登場。1960年代に始まったとされるオホーツク&北見の「塩あんかけ焼きそば」の食文化をリスペクトして開発。ホタテ貝柱入りのあんを、ふんわりの卵焼きと固焼きした麺でサンドした直径25センチの「オム塩あんかけ焼きそば」です。北見産たまねぎを使用した漬物とスープ付き。



山の水族館（北の大地の水族館）



北見厳寒の焼き肉まつり

知床連山を望む名勝「天都山」、オホーツク文化の起源「モヨロ貝塚」、海一面を真っ白に埋め尽くす「流氷」など自然と歴史文化にあふれたオホーツクの中心都市です。

<https://www.city.abashiri.hokkaido.jp/>

人口 32,188人

世帯数 17,871世帯

面積 470.84km²

(令和6年12月末現在)

■主な観光スポット

オホーツク流氷館、博物館網走監獄、能取岬、流氷観光砕氷船おーろら、大曲湖畔園地、フラワーガーデン「はな・てんと」、能取湖サンゴ草群落地、モヨロ貝塚館

■特産品

サケ、ホタテ、カニ、キチジ（キンキ）、シジミ
網走ビール、ニポポ人形

■主なイベント

オホーツク網走マラソン2025（9月）

ランナー向けポータルサイト「RUNNET」で3年連続全国1位の高評価を獲得。重厚な赤レンガ門で有名な網走刑務所正門前をスタートし、能取岬で絶景のオホーツク海を眺めながら、約260万本の広大なひまわりが咲き誇る大曲湖畔園地でフィニッシュするコースが人気です。網走の味覚を堪能できるエイドステーションも魅力です！！

■その他イベント

- ・春カニ合戦in網走（5月）
- ・あばしリオホーツク夏まつり（7月）
- ・あばしり道の駅夕市まつり（7月）
- ・あばしリオホーツク流氷まつり（2月）



「流氷観光砕氷船おーろら」と「流氷」



オホーツク網走マラソン

■ご当地グルメ

オホーツク網走
ザンギ丼

網走産の新鮮なオホーツクサーモン（カラフトマス）を地元の調味料に漬け込んで揚げた「網走ザンギ」を網走産の長いもや山わさびとともに熱々のご飯にのせたどんぶりです。

網走ちゃんぽん

長崎県雲仙市との長ちくわ対決から始まった交流をきっかけに誕生した「網走ちゃんぽん」は、雲仙の小浜ちゃんぽんのスープと、網走の海の幸を組み合わせた、オリジナルの「ちゃんぽん」です。

網走モヨロ鍋

地元の新鮮な魚介類や野菜を、網走発祥のすり身とともにオホーツク土器に見立てた特製鍋でいただくご当地鍋。古の北方の民、オホーツク人（モヨロ人）に思いを馳せ、仕上げたご当地グルメです。

ホタテ、カニなどの魚介類が美味しく、流氷観光船「ガリンコ号」でオホーツク海を探検できる自然豊かなまちです。

<https://mombetsu.jp/>

人口 19,752人

世帯数 11,552世帯

面積 830.67km²

(令和6年12月末現在)

■主な観光スポット

ガリンコ号、オホーツクタワー、カニの爪オブジェ、流氷科学センター、とっかりセンター、流氷岬

■特産品

ズワイガニ、毛がに、ホタテ、鮭

■主なイベント

もんべつ流氷まつり（2月）

重さ100キロの天然氷を、約2000本使用したメイン氷像はまさに圧巻！

「オホーツクホワイトステージ」や「味覚の市」など数多くのイベントが会場を盛り上げます！

■その他イベント

- ・もんべつ港まつり（7月）
- ・氷灯りの街もんべつ（2月）



ガリンコ号Ⅲ



もんべつ流氷まつり

■ご当地グルメ

紋別のかまぼこ

生態系が豊かなオホーツク海で捕れる新鮮な魚を原料とした紋別のかまぼこ。原料は主にスケソウダラのすり身のほか、ホタテやカニ等素材にこだわったものもあり、お土産にも利用される大変人気のかまぼこです。

ホタテステーキ

流氷が来る海、オホーツク海で獲れた新鮮なホタテをステーキに加工。味はホタテの旨味が凝縮されており、ステーキの大きさはホタテよりも大きく食べ応えがあります。

美幌町への旅は、美幌峠から。眼下に広がる屈斜路湖、遠くには世界遺産の知床連山、また、阿寒摩周国立公園の山々を一望できる大きな感動が待っています。

<http://www.town.bihoro.hokkaido.jp/>

人口 17,324人

世帯数 9,188世帯

面積 438.41km²

(令和6年12月末現在)

■主な観光スポット

美幌峠

■特産品

美幌豚醬まるまんま、オホーツク焼「美幌窯」、おかず味噌、じゃがいも（サッシー）、ビート小麦（はるゆたか）、アスパラ（冬姫）



天下の絶景「美幌峠」

■主なイベント

美幌観光和牛まつり（7月）

7月中旬、青空の下で道産和牛を存分に堪能できる「美幌観光和牛まつり」。道内各地から焼肉ファンが訪れ、町民にも愛されている夏のイベントです。

■その他イベント

- びほろ夏まつり（8月）
- 美幌ふるさと祭り（9月）
- びほろ冬まつり（2月）



美幌観光和牛まつり

■ご当地グルメ

美幌峠のあげいも

道の駅「ぐるっとパノラマ美幌峠」の看板商品として大人気の「美幌峠のあげいも」。

美幌産のじゃがいもを丸ごと1個使用しており、じゃがいも本来の味をしっかりと堪能できます。また、衣には美幌町で製造されたオホーツク産のビート含蜜糖を使用しており、地産地消にこだわったご当地グルメです。



津別峠展望台（標高947m）からの眺望は道東一と言われ、遠くに知床連山を望み、眼下には屈斜路湖が広がります。なかでも津別峠で見られる雲海は、その絶景に言葉を失います。

<https://www.town.tsubetsu.hokkaido.jp/>

人口 3,970人

世帯数 2,133世帯

面積 716.80km²

（令和6年12月末現在）

■主な観光スポット

チミケップ湖、最上・双葉のミズナラ、ノンの森（上里町民の森自然公園）、ノンの森ネイチャーセンター、シゲチャンランド、つべつ木材工芸館キノス、津別峠展望台

■特産品

木工芸品、ビート、小麦、クマヤキ、クマヤキサブレ

■主なイベント

つべつ夏まつり（7月）

前夜祭の千人踊りと花火大会でスタートする津別最大のイベント。本祭では、つなげたタイヤチューブの上を渡りスピードを競う「つべつ川のぼり大会」。また、芝生の上では津別産牛肉が味わえる「ビーフまつり」も開催されます。

■その他イベント

- ・クリンソウまつり（6月）
- ・つべつ七夕まつり（8月）
- ・つべつふるさとまつり（9月）
- ・つべつ紅葉マラソン大会（10月）



津別峠の雲海



つべつ夏まつり

■ご当地グルメ

クマヤキ

道の駅あいおいで販売。かわいいクマの形をしたスイーツ。ヒグマ（粒あん、豆乳クリーム）の2種類）、シロクマ、ナマクマ（粒あんと生クリーム）の4種類があり、シロクマはタピオカ入りのモチモチとした皮の食感がやみつきになります。

原生の大自然と多種多様な生物が生息する「世界自然遺産・知床」を抱えるまちです。

<https://www.town.shari.hokkaido.jp/>

人口 10,513人

世帯数 5,458世帯

面積 737.13km²

(令和6年12月末現在)

■主な観光スポット

知床五湖、プユニ岬、オロンコ岩、オシンコシンの滝、知床峠カムイワッカ湯の滝、フレペの滝、天に続く道

■特産品

知床しゃりブランド品、じゃがいも、ビート、小麦、人参、鮭、鱒、ホッケ、たこ、いくら、にんじんジュース

■主なイベント

しれとこ斜里ねぶた（7月）

毎年7月の第3週の金曜日と翌土曜日の二日間にかけて、青森県弘前市との交流から伝授された大小10基あまりのねぶたが、躍動感あるお囃子とともに、斜里市街を練り歩きます。



知床五湖高架木道



しれとこ斜里ねぶた

■ご当地グルメ

知床鮭

町内には、知床鮭を味わえるお店が多数。各店舗によってさまざまな斜里町産鮭を使った料理や特産品があります。また、斜里町ウトロ漁港二階の「ウトロ鮭テラス」は一般の方も無料で利用でき、秋の朝7時～10時には水揚げ作業を真上から見学できます。

にんじんジュース

原料は斜里町産のにんじんとレモンのみで、砂糖も着色料も一切使用していません。斜里町で育ったにんじんは、寒暖差が大きい中で栽培され甘みが強いので、ぜひ天然の甘さを感じてください。

日本百名山「斜里岳」の大自然に抱かれ、広大な美しい農村風景・清流と豊かな緑がいっぱいのまちです。

<https://www.town.kiyosato.hokkaido.jp/>

人口 3,622人

世帯数 1,670世帯

面積 402.76km²

(令和6年12月末現在)

■主な観光スポット

神の子池、さくらの滝、裏摩周展望台、斜里岳、清里焼酎醸造所、男鹿の滝、パパスランドさつつる

■特産品

じゃがいも焼酎「北海道 清里」、じゃがいも、小麦、清里うどん、長いも

■主なイベント

グランfondきよさと（7月）

日本百名山・斜里岳の麓、清里町を走るサイクリングイベントです。清里町自慢の風景と美味しい食べ物を楽しみながら走ることができます。

■その他イベント

- ・斜里岳ロードレース大会（9月）
- ・神の子池かんじきウォーキング（2月）



神の子池



グランfondきよさと

■ご当地グルメ

じゃがいも焼酎
北海道清里

清里町が育んだじゃがいも、清廉な仕込み水、地域の恵みを磨き、造り上げた記念すべきじゃがいも焼酎第1号は、1979年の発売後も味わいへの追求を重ね、進化を続けています。長年、積み重ねた醸造法によりじゃがいもの旨みのみを抽出。独特のさわやかな風味、さらに白麹仕込みのほのかな甘みと優しい味わいが魅力です。

世界中のゆり100万本が13ヘクタールの敷地一面に咲き誇る、ゆりの郷こしみず「リリーパーク」。7月下旬からが見頃です。

<https://www.town.koshimizu.hokkaido.jp/>

人口 4,342人

世帯数 2,037世帯

面積 286.89km²

(令和6年12月末現在)

■主な観光スポット

ゆりの郷こしみずリリーパーク、
小清水原生花園、ハイランド小清水725
瀧沸湖



リリーパーク

■特産品

じゃがいも、小麦、ゆり（切り花、球根）

■主なイベント

じゃがいもフェスティバル（7月）

小清水町の特産物“じゃがいも”にちなんだお祭りで、参加型アトラクションやステージイベントのほか、青空市や味覚市、新じゃが直売が開催される夏の一大イベントです。

■その他イベント

- ・ハイランド小清水 山開き（6月）
- ・オホーツク SEA TO SUMMIT（6月）
- ・ゆりフェスティバル（8月）
- ・こしみず海のマルシェ（12月）



じゃがいもフェスティバル

■ご当地グルメ

でんぷんだんご

でんぷんだんごは、道東地方の伝統食で、煮豆と煮汁・でんぷん・塩をこねた生地を焼いたものです。自然な甘さとモチリ感、そして香ばしさが魅力の一品。小清水町内の飲食店で提供されています。

じゃがいも スイートポテト 「小清水とろり」

“小清水産”のじゃがいもを100%使った滑らかな生地と、カスタードクリームを二層にし、タルトカップに入れて焼き上げました。道の駅とイベントでしか販売されていないため、売れば早々に完売する人気のお菓子です。

恋麺（こいめん）

2018年に誕生したご当地グルメ。小清水産小麦「春よ恋」を100% 使用したモチモチ食感の超極太麺に、小清水牛やゴボウ等で作る濃厚肉みそと山わさびが味の決め手！

オホーツク管内の内陸部に位置する訓子府町は自然環境に恵まれ、肥沃な大地を生かし、農業を中心に発展した住み良いまちです。

<https://www.town.kunneppu.hokkaido.jp/>

人口 4,447人

世帯数 2,089世帯

面積 190.95km²

(令和6年12月末現在)

■主な観光スポット

レクリエーション公園、KAPPAプール

■特産品

たまねぎ、じゃがいも、メロン



レクリエーション公園

■主なイベント

ふるさとまつり（7月）

常呂川河川敷を中心に多彩な催し物で盛り上がる夏のイベント。行灯パレードや花火大会が行われる前夜祭と、町内の青年4団体による催しや売店コーナーなど、盛大な本祭に町内外から多くの方が訪れます。

■その他イベント

- ・さむさむまつり（2月）



ふるさとまつり

■ご当地グルメ

訓子府たれカツ丼

40年以上前からある醤油ベースのたれカツ丼は、訓子府カツ丼としてマスコミでも多数紹介されています。各店独自の醤油たれで、「訓子府町でカツ丼といたらこれ!」と、地域にしっかり定着している味です。