

# アイヌ文化

## ▶ アイヌ(アイヌ民族について)

アイヌ民族はシサム(和人)が渡来するより古くから日本列島に住んでいた先住民だよ、とエカシ(長老)・フチ(媪(オウナ))より伝えられています。祖先は、この地をアイヌモシリ(人間の静かなる大地)と呼び、自然界をカムイ(神々)として謙虚に祈り、自然の恵みに感謝をし、「カムイありて我あり、我ありててカムイあり」との互助精神で、自然を改造・破壊・汚染することなく生活してきた民族です。

近年の北海道開拓・同化政策により狩猟・採集・漁撈生活から180度の生活転換を余儀なくされ、苦難の道を歩んで来ました。アイヌの最大の組織「社・北海道ウタリ協会」が、1984年(昭和59年)以来日本政府に対し先住民族の権利保障を基盤とした「アイヌ民族に関する法律」の制定を要求してきましたが、1997年5月「アイヌ文化の振興並びにアイヌ伝統等に関する法律」として成立しました。

しかし、この法律は、文化の振興一辺倒であり、真の民族法にするため、さらに運動すると同時に、広く国民に理解を求めています。



## ▶ 阿寒湖のアイヌコタン

阿寒湖のアイヌコタンでは、戸数36・約120名と北海道で一番大きなアイヌコタンです。ここでは祖先から伝承されてきた、伝統あるアイヌ古式舞踊を見学することができます。この踊りは北海道唯一の、国の重要無形民俗文化財に指定されています。

また、そのほかに民芸品の製作販売をしています。とりわけ先人の文化、人間、動物を一流の彫刻師によって表現された民芸品は、他に見られない特徴と雰囲気があり、ながいあいだ北海道の代表的なお土産として皆さまに大変喜ばれています。

また、新しい文化の創造として、世界的に有名な叙事詩であるユーカラ(口承文化)を劇化し、パリ、ユネスコ本部、香港、台湾等の海外や、数多くの国内公演もおこない絶賛されています。

※アイヌは人間、コタンとは村を意味するアイヌ語です。



## ▶ アイヌ関連の施設案内

### 阿寒湖アイヌシアター〈イコロ〉

阿寒湖アイヌコタンで実施している「アイヌ古式舞踊」「コタンの人々が演じる人形劇」「イオマンテの火まつり」等をこの施設で行ないます。会場内は、炎が燃え、水路にはアイヌ民族特有の丸木舟が浮かぶ設定になっています。ステージうしろは、屋外までのオープンになっており、奥行きのあるショーをご覧いただけます。

住所：釧路市阿寒町阿寒湖温泉4-7-84

電話：0154-67-2727

座席数：332席 後部立見観覧数約：120人

延べ床面積：899.55㎡

#### アイヌ古式舞踊

- 入場料：大人(中学生以上)@1,080円 小学生@540円
- 団体料金15名以上：大人(中学生以上)@980円 小学生@490円
- 中高校生団体料金30名以上@750円
- 所要時間：30分



### アイヌ民俗資料館

アイヌの人々の息吹きが聞こえてくる・・・

昔からアイヌの人々が暮らしていた屈斜路湖畔のコタンに建つ前衛的な外観の建物。これは釧路市立博物館や湿原展望台の設計で日本建築学会賞を受賞した、釧路市出身の建築家毛綱毅曠氏の設計で建てられたもので、入口に並ぶ7本の列柱は宇宙の時間を象徴する聖数7を意味し、本館の円形ドームは天円地方宇宙の建築構造を、内部に立つ31本の柱は山と森を象徴しています。

展示物はユーカラの森、コタンの大地、コタンの移り変わり、山野を駆ける、コタンを支える人々の5つのテーマからなり、熊まつりのスライド上映もおこなっています。アイヌの人々の暮らしや文化の息吹きが聞こえてきます。

住所：弟子屈町字屈斜路古丹

電話：015-484-2128

開館：4月29日～10月31日

入場料：大人(高校生以上)・・・420円(団体：340円)

：小人(小・中学生)・・・280円(団体：200円) ※団体は20名以上

【休館中の問い合わせ】

弟子屈町教育委員会社会教育課(TEL:015-482-2948)まで







## くしろ地域のアクティビティー

### ▶ バードウォッチング

湿原にはタンチョウ、森にはシマフクロウやクマゲラ、水辺にはオオハクチョウやマガン、草原のノゴマやシマアオジ、海岸ではオオワシやオジロワシ…。

豊かな自然を誇る北海道のなかでも希少な野鳥達が数多く生息する「ひがし北海道」は、まさに日本屈指の野鳥観察地です。

エリア内は、200種を超える野鳥が見られるといわれています。

その玄関口「釧路」は、釧路湿原と阿寒の2つの国立公園を有する大自然の宝庫です。

近くには自然遺産の知床や羅臼・根室など日本最大級の野鳥観察地も広がっています。

さあ、出かけてみませんか、野鳥たちの楽園へ！

きっと、奇跡との出会いがあなたを待っています。



出典元／バードウォッチングパラダイス ひがし北海道 釧路

### ▶ くしろ湿原ノロッコ号

#### 観光列車でゆっくりと巡り、 釧路湿原の魅力を体感

釧路湿原の中をのんびりと走る観光列車「ノロッコ号」は、4月下旬から10月末までの期間、釧路駅から塘路駅(約40～50分)間を運行。車窓からは湿原の雄大な風景はもちろん、蛇行する釧路川や岩保木水門、運がよければ野生動物を見ることもできます。釧路湿原駅、細岡駅などに停車しながらゆっくりと大自然を縦断。見どころスポットでは列車を減速させることもあり、車内アナウンスによるガイドも行われるので、湿原の魅力を存分に堪能できます。



釧路湿原を縦断するように線路が敷設されているので、車では見ることができないロケーションを楽しめます

出典元／北海道観光振興機構サイト GoodDay北海道

## ▶ SL冬の湿原号

### レトロな列車で白銀世界の 釧路湿原を駆け抜ける

一面の銀世界を、轟音と蒸気を上げて力強く走行する漆黒の蒸気機関車「SL冬の湿原号」は、2000年から冬季限定の臨時列車として運行されています。その車体は1940年に製造された「C11171」で、1975年の引退後に標茶町の公園で保存されていたものを復元しました。JR釧網本線の釧路駅と標茶駅の間を、片道約1時間半かけて1日1往復します。一部は川湯温泉まで延長運転し、険しい峠道をものともせずに登っていきます。



出典元／北海道観光振興機構サイト GoodDay北海道

## ▶ 釧路川カヌー体験

### 自然の目線で湿原を

釧路湿原国立公園ではカヌーやホーストレッキング、冬はワカサギ釣りなど、四季を通じて様々な体験を楽しむことができます。中でも、釧路湿原を流れる釧路川でカヌーに乗ると、釧路湿原の雄大さをあらためて実感することができます。

釧路川は原生林のような風景、一級河川にしてダムもなくカヌーイストの聖地として親しまれています。釧路湿原を流れる釧路川からは一層湿原に近づけるため、湿原で生活しているタンチョウ・アオサギ・エゾシカなど、湿原に生息する野生生物と出会うことも。インストラクターが同行・指導してくれるので初心者でも安心して乗ることができます。また、釧路川は緩やかな流れですので、老若男女楽しめます。



出典元／(一社)釧路観光コンベンション協会



## ▶ 弟子屈アクティビティー

### カヌー

原生林にかこまれ、手つかずの自然の残る屈斜路湖、そして、この湖から流れ出す唯一の川「釧路川」、新緑の爽やかさ、夏のきらめき、秋の紅葉。カヌーを水に浮かべ、しばし陸から離れてみると、水の上の静寂があなたの中に眠っていた感性を呼び覚まし、今まで気づかなかった自然の表情をかいま見る事ができる……。

今では北海道のポピュラーな遊びとしてみなさんに親しまれているカヌー。カヌーの愛好家の中で聖地と呼ばれている屈斜路湖と釧路川にてぜひその魅力をお楽しみ下さい。

弟子屈では初心者の方でも気軽にカヌーをお楽しみいただけるツアーを専門のガイドが実施しております。



### フィッシング

屈斜路湖及びその周辺河川では、大自然の中でダイナミックな釣りが楽しめることから、全国から多くの釣り人が訪れております。昭和13年の屈斜路湖地震の影響で水質が変化し、長い間魚の棲めない湖とされてきた屈斜路湖ですが、水質の改善や稚魚放流活動などにより、体長50cm以上にもなるニジマスやアメマスなど多くの魚が棲息するようになりました。毎年春から初夏にかけてと秋には、原生林の中でスポーツフィッシングが楽しめます。

かつてあった「屈斜路漁業組合」が昭和29年に解散してから、屈斜路湖に漁業権はなく、自由な釣りが楽しめます。その反面、一部ではありますが、産卵魚を捕獲したり、必要以上に釣る行為が見られます。釣り人の皆様のご協力とご理解がなければ、また魚のいない湖になってしまいます。



### fishing guide&cottage 道東フィールド(摩周エリア)

住所：弟子屈町奥春別原野46線西100番地40  
TEL：015-482-4686  
営業期間：GWから11月上旬  
営業時間：宿：チェックイン・アウト 時間指定無し  
ガイド：5:00～



## ▶ 浜中アクティビティー

### 無人島探検ツアー 霧多布湿原カヌー川下りツアー 歩くスキーツアー

四季折々の自然散策で、花々や動物たちと感動の出合いを体験。水鳥の視線から見る湿原を感じませんか。カヌーが水面を滑る様に進みだすと、心地よい水音をBGMにゆったりと移りゆく風景は人に優しい時間を思い出させてくれます。また、スキーツアーは夏はなかなか足を踏み入れることも困難な湿原も、冬になると全てが凍り付き一面が真っ白な雪原となります。広大な湿原をクロカンスキーで歩く時の爽快さはたまりません。



#### ペンションPORCH(ポーチ)

「霧多布湿原に面した場所に位置し、自然の楽しさや大切さを紹介する宿づくりを目指しています。夕食後は、毎夜「霧多布の四季」のスライドを上映し、日中はカヌーで湿原をガイドしたり、ケンボッキ島に案内するなどのエコツアーを実施していきます。また、私たちの資源でもある霧多布湿原の保護を目的としてNPO活動も行っています。豊かな自然や素敵な人々との出会いをお楽しみください。

住所：厚岸郡浜中町仲の浜122番地 TEL：0153-62-2772

出典元／浜中町観光協会

## ▶ 厚岸アクティビティー

### アザラシウォッチングツアー

大黒島に生息する、背中に古銭のような模様があるゼニガタアザラシを、船上から見るができます。

期間：5月1日～10月31日 時間：10時～12時、13時～15時

### カヌーリバーツーリング

人の手が加えられていない自然な川『別寒辺牛川』を、カナディアンカヌーで川下りし湿原を探訪します。

期間：5月1日～10月31日 時間：9時30分～12時30分、13時～16時

問い合わせ：厚岸味覚ターミナル・コンキリエ  
TEL：0153-52-4139



出典元／厚岸町役場





## 地域の魅力・アクティビティー

アクティビティー

# 4

### 潮干狩り体験

潮風に吹かれながら砂浜を掘ると、身が引きしまった大ぶりのアサリが顔を出します。親子で楽しめる人気のツアーです。

期間：4月中旬～7月15日

時間：潮の満ち引きによって異なる

問い合わせ：厚岸味覚ターミナル・コンキリエ

TEL：0153-52-4139



出典元／厚岸町役場

## ▶ 阿寒湖アクティビティー



### スキー・スノーボード

雄大な阿寒湖のパノラマを眼下に眺めながら、良質なアスピリンスノーを存分に楽しむ、阿寒湖温泉隣接のスキー場。

期間：12月中旬～4月上旬

問い合わせ：国設阿寒湖畔スキー場 TEL：0154-67-2881



### 雪遊び

大自然に囲まれた冬の阿寒湖で思う存分ウィンタースポーツが楽しめます。

期間：1月～3月下旬

### スケート

雄大な阿寒湖の自然をバックに、開放感あふれるスケートリンクです。

期間：12月～2月

問い合わせ：阿寒湖畔スケートリンク

TEL：0154-67-2162



出典元／NPO法人 阿寒観光協会まちづくり推進機構



## ワカサギ釣り

阿寒湖で人気のワカサギ釣りは、道具の貸し出しもあり、釣ったワカサギは天ぷらにして食べる事ができます。



## スノーモービル

大人から子供まで楽しめるスノーモービルはインストラクターもついていますので安心して楽しめます。



## 四輪バギー

凍結した阿寒湖を四輪バギーで走りながら、雄大な自然を感じてください。



## バナナボート

湖の上を滑るように!? スノーモービルがバナナボートを引っ張ります。

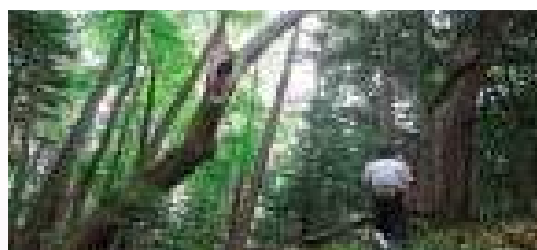
期間：1月～3月下旬 問い合わせ：あいすランド阿寒 TEL：0154-67-2057



## スノーシュー

雪で覆われた遊歩道も、これがあれば楽々。冬ならではの神秘的な阿寒の自然を、効率よく体験できます。

期間：1月上旬～3月下旬



## トレッキング

美しく豊かな阿寒の森は、たっぷりとマイナスイオンに浸れるので癒し効果バツグン。

期間：4月20日～10月31日・1月下旬～3月下旬

問い合わせ：阿寒観光協会 TEL：00154-67-3200





## 地域の魅力・アクティビティー

アクティビティー

# 4



### 砕氷船

遊覧船が阿寒湖の氷を割りながら豪快に進みます。

期間：4月中旬～4月下旬



### 遊覧船

阿寒湖のビューポイントとマリモ展示観察センターを巡る、阿寒観光の必須アイテム。

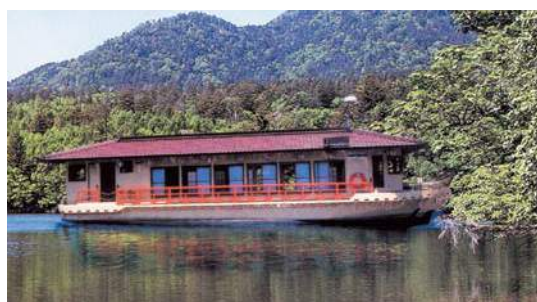
期間：5月1日～11月30日



### モーターボート

5分～40分まで6つのコースを設定。時間を気にせず気軽に阿寒湖のクルージングを楽しめます。

期間：5月1日～11月30日



### 屋形型旅客船

ご宴会・ご会席・ご家族でのご利用に。大いなる自然に抱かれていつもとちょっと違うひとときを過ごせます。

期間：5月1日～11月30日

問い合わせ：阿寒観光汽船 TEL：0154-67-2511

### 足こぎボート

阿寒湖を気軽に、身近に体感できるのが足こぎボート。ファミリーでも楽しめる3人乗りがうれしい。

期間：5月～8月

問い合わせ：(有)広大

TEL：0154-67-4600





## 地域の魅力・アクティビティー

アクティビティー

# 4



### スターウォッチング

澄み切った綺麗な空気がつくる満天の夜空。  
都会では見られない星空のショーに酔う。  
期間：5月～12月



### カヌー

湖面から見る阿寒の景色は、まるで別世界。自然に溶け込む感覚を、ぜひ体験してみてください。  
期間：5月初旬～10月31日

問い合わせ：阿寒ネイチャーセンター TEL：0154-67-2801



### 木彫り体験

アイヌコタンの彫り師がわかりやすく指導しますので、初めての人でもオリジナルの作品を作ることができます。



### 刺繍体験

月日を重ね培われたアイヌ文様の刺繍をアイヌコタンの女性がわかりやすく指導いたします。

問い合わせ：阿寒アイヌ工芸協同組合 TEL：0154-67-2727

### ゴルフ

雌阿寒岳や雄阿寒岳を望みながら、北海道らしい雄大なゴルフを楽しめます。

期間：4月～11月

■お問合せ：阿寒カントリークラブ TEL：0154-66-3833  
<http://akan-cc.co.jp/>

■お問合せ：阿寒ロイヤルパレイゴルフ場 TEL：0154-66-3422  
<http://www9.ocn.ne.jp/~akan-rv/>





## 釣り

全国的にも憧れのスポーツフィッシングのフィールドとして知られる阿寒。人気のアメマス釣りや冬のワカサギ釣りなど楽しめます。

●ポイント送迎

期間:5月1日~11月30日

■お問合せ:フィッシングランド阿寒 TEL:0154-67-2057



## 登山

阿寒岳、雌阿寒岳は「日本百名山」として知られる登山スポット。白湯山もおすすめ。

期間:6月上旬~10月下旬

■お問合せ:ガイドのお店 イ・モシリ

TEL:090-3310-1267



## キャンプ

阿寒湖温泉では自然林に囲まれ、設備の整ったキャンプサイトがあります。

期間:6月~9月

■お問合せ:阿寒湖畔キャンプ場

TEL:0154-67-3263



## レンタサイクル

湖畔周辺を気軽にめぐるなら、行動範囲がぐ~んと広がる自転車(500円)がいちばん。

期間:6月~10月

■お問合せ:阿寒観光協会

TEL:0154-67-3200



## ▶ 鶴居アクティビティー1

鶴居村には、遊びながら体験できる自然に囲まれた素晴らしい施設がたくさんあります。  
鶴居村にお立ち寄り際には、ぜひお楽しみください。



### 大津つり公園

野趣あふれるつり公園。初心者や子供でも手軽にヤマベやニジマスが釣れる。釣れた魚はその場で食べたり持ち帰りも出来る。

住 所／阿寒郡鶴居村鶴居北1-20  
TEL／0154-64-2341 FAX／0154-64-2342  
営業期間／3月中旬～11月下旬  
営業時間／9:00～17:00



### 村民の森オートキャンプ場

人気のキャンピングカーで泊まれるパワーサイトのほか、フリーサイトがある炊事場やトイレなどの施設も完備。また、展望台・ハイキングコースの施設がある。

住 所／阿寒郡鶴居村字雪裡69番地  
TEL／0154-65-2201  
営業期間／7月1日～9月中旬



### 鶴居キャンプ場

鶴居市街、茂雪裡川河川敷にあり水洗トイレ・炊事場・自販機・バーベキューハウスが完備された無料キャンプ場。車の乗り入れ可、キャンプサイトは平坦な芝生に約50張。但し、管理人は不在ですので、マナーを守りましょう。

住 所／阿寒郡鶴居村鶴居西8-13  
TEL／0154-64-2840(鶴居村振興公社)  
営業期間／5月1日～10月末  
営業時間／IN 13:00 OUT 10:00





## 鶴居村パークゴルフ場

役場西隣、野球場に隣接したのパークゴルフ場。コースはフラットなコースから丘を利用したコースまでの全長1,764m・36ホールとなっている。料金は、お一人様/400円(村民は100円)

住 所/阿寒郡鶴居村鶴居西5-2  
TEL/0154-64-2840(鶴居村振興公社)  
営業期間/5月上旬~10月下旬  
営業時間/日の出~日の入り



## 鶴居どさんこ牧場

乗馬が初めての方でも安心できるコースなど、バラエティに富んだコース内容で、釧路湿原とドサンコの魅力を存分に楽しめる。メニューは引き馬(5分)から1日コースまで!ファンクラブ会員募集中(会員になると会員料金にて利用できます)。

住 所/阿寒郡鶴居村久著呂71-1  
TEL/0154-64-2931 FAX/0154-64-2933  
営業期間/通年  
定休日/毎週火曜日  
URL/<http://city.hokkai.or.jp/~tdf/>



## ふるさと情報館

村の基幹産業である「酪農」をメインに「林業と環境」「タンチョウと湿原」をテーマにした郷土資料館及びインターネット接続用パソコンを設置した図書室などを備えた複合施設です。是非一度足を運んでください。

住 所/阿寒郡鶴居村鶴居東  
TEL/0154-64-2200  
営業時間/10:00~18:15  
休館日/年末年始(12月29日~1月3日)  
定休日/毎週月曜日



## 幌呂農村公園パークゴルフ場

幌呂市街西、農村公園に位置したパークゴルフ場。コースはフラットなコースで全長1,102m・27ホールとなっている。利用料無料で管理人不在となっています。

住 所／阿寒郡鶴居村幌呂西5-15-1  
TEL／0154-64-2840(鶴居村振興公社)  
営業期間／5月上旬～10月下旬  
営業時間／日の出～日の入り



## 酪楽館

乳製品(チーズ・アイスクリーム等)や肉製品(ハム・ソーセージ等)の製造加工及びパン作りの加工体験施設。体験詳細については、施設へお問合せください。毎週水曜日休館。

住 所／阿寒郡鶴居村字中雪裡  
TEL／0154-64-3088  
営業時間／10:00から18:00  
定休日／毎週水曜日  
URL／<http://raku2tsurui.jp>



## 鶴の里パークゴルフ場

森林に囲まれたパークゴルフ場で爽快な森林浴を。足が疲れない柔らかな芝生が自慢の手作りコースです。(36ホール2,000m)飲食サービスとしてコーヒー・ほうじ茶をご用意しており、おそば、おにぎり等販売しております。また、ジンギスカンコーナーを設置しております。(予約制)

住 所／阿寒郡鶴居村下幌呂  
TEL／0154-65-2225  
営業期間／4月中旬～12月末  
営業時間／8:30～17:30



## 鶴居運動広場 (グリーンパーク)

### 遊びのひろば!

大人から子供まで誰もが楽しめる約12haの広大な運動場。パットゴルフ、テニスコート、ゴーカートなどの遊具施設も多く、気持ちいい汗を流した後は野外で炭火バーベキューを楽しめます。また、隣接するグリーンパークで温泉と食事も楽しめます。

営業時間／4月下旬～10月下旬 9:00～17:00



### 心をゆさぶるアイテムがいっぱい!!



カフェ ハックルベリー



売店



ゴーカート



テニス



ミニ鉄道



パットゴルフ



つり掘



スカイサイクル



ボート



カルガモ自転車



## ▶ 標茶アクティビティー

### 釧路川でのカヌー体験

おすすめは塘路湖からすぐに乗れる「レイクサイドとうろ」からのカヌー体験。カヌーはもちろん、地引網など多彩なメニューを用意してあるため、修学旅行などの団体受入も可能。野生の動物にも出会えるかも!

レイクサイド塘路  
☆住所／標茶町塘路原野北8線73番地  
☆TEL／015-487-2172



### ワカサギ釣り

釧路湿原内にある「塘路湖」では1月上旬頃から氷上穴釣りを楽しむことができます。

レイクサイド塘路  
☆住所／標茶町塘路原野北8線73番地  
☆TEL／015-487-2172  
☆料金／釣り券(一般)1,000円(子供)500円  
わかさぎ釣り体験／用具レンタル込(一般)2,500円(子供)2,000円



### ルアー・フライフィッシング

釧路川はもちろん、湖も豊富にある標茶町ではアメマス、ニジマスなどを釣ることができます。初心者の方には「ヘイゼルグラウスマナー」にて釣りガイドも行っています。

ヘイゼルグラウスマナー  
☆住所／標茶町虹別65-116-1  
☆TEL／015-488-3888



### サイクリング

夏期には「塘路駅」にて、レンタサイクルもあります。釧路湿原の遊歩道を爽快に走ってみては?

JR塘路駅  
☆住所／標茶町字塘路4番地の11  
☆TEL／015-487-2118(喫茶/ロッコ&8001)  
☆ご利用期間／5月～10月・8:00～18:00





