



HOKKAIDO CYCLING ROUTES トカプチ400

山、平野、海へ。雄大な十勝を感じるサイクリングルート

◆ルート全長：約400km 2019年03月版

You Tubeで動画配信!
とかちのサイクリングの魅力をPRする動画を配信しています。

ロングライドを楽しむとかち **トカプチ400** 🔍 検索



レンタサイクルで遊ぶとかち レンタサイクルとかち 🔍 検索



↓トカプチ400のルート情報もこちらから↓
サイクリストのコミュニケーションサイト

サイクルート北海道 HOKKAIDO CYCLING ROUTES

<https://cycle-hokkaido.jp/>

ルートや高低差情報、休憩施設などの情報を提供するとともに、サイクリストの満足度などを評価し、サイクリング環境改善にフィードバック可能なサイトです。
サイトにアクセスして、どんだん皆さんの感想・意見をお聞かせ下さい。
「北海道におけるサイクルーティズム推進」のため国土交通省北海道開発局及び北海道が実施しており、道内のサイクリング環境について意見をいただき、皆さんとともに魅力的な観光資源を作り上げていく取組です。

■活動主体/十勝サイクルーティズム研究会 ■問い合わせ/帯広開発建設部道庁計画課

トカプチ400におけるサイクリング環境向上の取組について

サイクリストが迷わず安心してルートを走行できるよう、一部の交差点および直線道路に案内看板・案内路面表示を設置しています。
また自転車走行を自転車、自動車の双方に示し、安全な道路交差環境を確保するために、急カーブやトンネル入口等の一部の区間において矢羽根を設置しています。
※上記の取組は順次拡充予定です。

この区間は冬期間通行止め(11月上旬~4月下旬)

凡例

- 高速道路・高規格道路
- 一般国道
- 主要道路・一般道道
- トンネル・覆道
- トカプチ400 サイクリングルート
- ルートの推奨方向
- 携帯電話不感エリア
- JR駅
- 空港
- 非常電話・公衆電話
- 道の駅
- トイレ
- レンタサイクル
- 自転車修理
- 空気入れ、修理工具の貸出
- サイクルラック(※道の駅のみ表示)
- チューブ販売(※道の駅のみ表示)
- 自動販売機
- 食事
- 喫茶
- 宿泊施設
- 温泉(日帰り入浴可)

2019年3月末現在

帯広市内拡大MAP

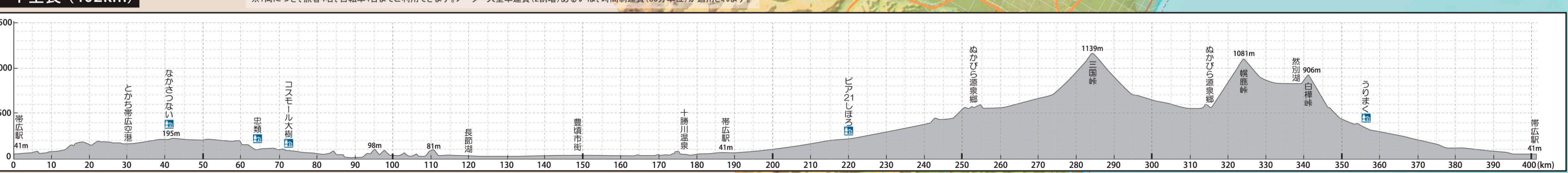
交差点詳細MAP

01の交差点について
このマークがついた交差点は既存の標識柱がないため、交差点手前で「案内看板シール」が設置されていない(2018年10月時点) 高所のため、見落としにご注意ください。

緊急サポート

施設名	自転車輸送	営業時間	住所	連絡先
十勝中央観光タクシー(株)	○※	24時間	帯広市西19条南1丁目7番地30	0155-33-9595
(株)まりもハイヤー	○※	24時間	帯広市大通南17丁目12番地	0155-23-8181

※1期につき、旅客4名、自転車4台までご利用できます。メーター大型車運賃(2割増)あるいは、時間制運賃(30分単位)が適用されます。





- 凡例
- グルメスポット
 - 主要観光地
 - 景観スポット
 - レンタサイクル
 - 道の駅
 - 温泉
 - 空港
 - JR
- 2019年3月末現在

とがちサイクリングマップ



01 三国峠展望台

三国峠展望台
※ひがし大雪自然ガイドセンターへ問い合わせ (TEL:01564-4-2261)

三国峠
三国峠cafe

02 松見大橋

松見大橋

03 白樺並木

白樺並木

04 タウシュベツ川橋梁

タウシュベツ川橋梁

05 温泉公園

温泉公園

06 ひがし大雪自然館

ひがし大雪自然館

07 糠平湖展望台

糠平湖展望台

08 ナイタイテラス

ナイタイテラス

09 土幌高原ヌブカの里

土幌高原ヌブカの里

10 柳月スイートピア・ガーデン

柳月スイートピア・ガーデン

11 とがっちゃ

とがっちゃ

12 とてっぽ造

とてっぽ造

13 真鍋庭園

真鍋庭園

14 旧愛国駅交通記念館

旧愛国駅交通記念館

15 幸福駅

幸福駅

16 とがち帯広空港

とがち帯広空港

17 空港滑走路横

空港滑走路横

18 中札内農村休暇村

中札内農村休暇村

19 熱中キャンパス

熱中キャンパス

20 ANDOOR

ANDOOR

21 帯広市

帯広市

22 豊頃町

豊頃町

23 大樹町

大樹町

24 農村風景

農村風景

25 忠類坂

忠類坂

26 十勝川河川敷

十勝川河川敷

27 池田ワイン城

池田ワイン城

28 はるにれの木

はるにれの木

29 千代田堰堤

千代田堰堤

30 十勝川温泉観光ガイドセンター

十勝川温泉観光ガイドセンター

31 十勝エコロジーパーク

十勝エコロジーパーク

32 ガーデンスパ十勝川温泉

ガーデンスパ十勝川温泉

33 十勝川河川敷

十勝川河川敷

34 池田ワイン城

池田ワイン城

35 はるにれの木

はるにれの木

36 千代田堰堤

千代田堰堤

37 十勝川温泉観光ガイドセンター

十勝川温泉観光ガイドセンター

38 十勝エコロジーパーク

十勝エコロジーパーク

39 ガーデンスパ十勝川温泉

ガーデンスパ十勝川温泉

40 十勝川河川敷

十勝川河川敷

41 池田ワイン城

池田ワイン城

42 はるにれの木

はるにれの木

43 千代田堰堤

千代田堰堤

44 十勝川温泉観光ガイドセンター

十勝川温泉観光ガイドセンター

45 十勝エコロジーパーク

十勝エコロジーパーク

46 ガーデンスパ十勝川温泉

ガーデンスパ十勝川温泉

47 十勝川河川敷

十勝川河川敷

48 池田ワイン城

池田ワイン城

49 はるにれの木

はるにれの木

50 千代田堰堤

千代田堰堤

51 十勝川温泉観光ガイドセンター

十勝川温泉観光ガイドセンター

52 十勝エコロジーパーク

十勝エコロジーパーク

53 ガーデンスパ十勝川温泉

ガーデンスパ十勝川温泉

54 十勝川河川敷

十勝川河川敷

55 池田ワイン城

池田ワイン城

56 はるにれの木

はるにれの木

57 千代田堰堤

千代田堰堤

58 十勝川温泉観光ガイドセンター

十勝川温泉観光ガイドセンター

59 十勝エコロジーパーク

十勝エコロジーパーク

60 ガーデンスパ十勝川温泉

ガーデンスパ十勝川温泉

61 十勝川河川敷

十勝川河川敷

62 池田ワイン城

池田ワイン城

63 はるにれの木

はるにれの木

64 千代田堰堤

千代田堰堤

65 十勝川温泉観光ガイドセンター

十勝川温泉観光ガイドセンター

66 十勝エコロジーパーク

十勝エコロジーパーク

67 ガーデンスパ十勝川温泉

ガーデンスパ十勝川温泉

68 十勝川河川敷

十勝川河川敷

69 池田ワイン城

池田ワイン城

70 はるにれの木

はるにれの木

71 千代田堰堤

千代田堰堤

72 十勝川温泉観光ガイドセンター

十勝川温泉観光ガイドセンター

73 十勝エコロジーパーク

十勝エコロジーパーク

74 ガーデンスパ十勝川温泉

ガーデンスパ十勝川温泉

75 十勝川河川敷

十勝川河川敷

76 池田ワイン城

池田ワイン城

77 はるにれの木

はるにれの木

78 千代田堰堤

千代田堰堤

79 十勝川温泉観光ガイドセンター

十勝川温泉観光ガイドセンター

80 十勝エコロジーパーク

十勝エコロジーパーク

レンタサイクル

エリア番号	施設名	ロード	クロス	電動クロス	MTB	その他	乗り捨て	営業時間	連絡先
E-3	とがっちゃ(おびくる内) ※1	○	○	○	○	○	※2	9:00 - 18:00	0155-23-5920
F-3	ANDOOR ※1	○	○	○	○	○	※2	9:00 - 17:00	0155-66-5894
F-3	トリアグリ以平の丘 ※4	○	○	○	○	○		10:00 - 15:00	090-6445-0370
F-3	中札内農村休暇村フェーリエLD7	○	○	○	○	○		要問合せ	0155-68-3301
F-3	十勝川温泉観光ガイドセンター	○	○	○	○	○	※2	9:00 - 18:00	0155-32-6633
C-3	土幌高原ヌブカの里	○	○	○	○	○		要問合せ	01564-5-4274
C-3	土幌町交通ターミナル	○	○	○	○	○		9:00 - 16:00 ※3	01564-7-7200
B-3	ひがし大雪自然館	○	○	○	○	○		9:00 - 16:00 ※3	01564-4-2323

※1 事前予約で、とがち帯広空港へのレンタサイクルの予約が可能です。
 ※2 とがち十勝川温泉観光ガイドセンター、とがち帯広空港、とがちANDOOR間でレンタサイクルの乗り捨て及び荷物の配送が可能です。詳細は要問合せ。 ※3 7・8月のみ9:00 - 17:00 ※4 営業時間は6月-10月、来訪時要予約

自転車修理

エリア番号	施設名	持込修理	出張修理	営業時間	連絡先
E-3	鎌田輪業(有)	○	○	10:00 - 19:00	0155-23-7101
E-3	(有)大角商会	○	要問合せ	9:00 - 19:00	0155-24-3088
F-4	サイクルショップ大谷	○	要問合せ	9:00 - 17:00	015-574-2051
F-4	サイクルショップさかの	○	要問合せ	9:00 - 17:00	015-574-2056
C-3	坂井自転車商会	○	要問合せ	8:00 - 18:00	01564-2-2056
C-3	サイクルストア市川	○	要問合せ	8:00 - 19:30	01564-2-2230

※バンク1,950円～ 出張料2km以内1,500円～、距離に応じて変動

おすすめコース

コース名	QRコード	難易度	距離(km)	時間(h)	走行エリア
A: River View Ride		初級	65	4.5	三国峠、道の駅うりまく
B: Vast Plain&Garden View Ride		中級	90	6	帯広駅、道の駅うりまく
C: Panorama&Lake View Ride		上級	70	4.7	十勝川温泉観光ガイドセンター
A: 十勝川沿線コース		初級	63	3	おがびら、道の駅うりまく
B: 太平洋パノラマコース		中級	75	4	帯広駅、道の駅うりまく
C: ガーデン巡りコース		中級	81	4	帯広駅、十勝川温泉観光ガイドセンター
D: 絶景パノラマコース		中級	96	5	帯広駅、十勝川温泉観光ガイドセンター
E: 山岳チャレンジコース		上級	141	8	帯広駅、十勝川温泉観光ガイドセンター
A: 十勝西コース		中級	67	4	道の駅うりまく
B: 十勝東コース		中級	86	5	帯広駅、道の駅うりまく
C: 十勝南コース		中級	91	5	帯広駅、十勝川温泉観光ガイドセンター
D: 十勝北コース		上級	103	6	十勝川温泉観光ガイドセンター
E: 十勝周遊コース		上級	324	20	帯広駅、十勝川温泉観光ガイドセンター
A: 畑の中を抜ける里山コース		初級	28	1.9	おがびら、三国峠、温泉地、道の駅うりまく
B: ナイタイ高原パノラマコース		中級	37	2.5	上土幌町交通ターミナル、帯広駅
C: 東大雪の自然を満喫コース		上級	114	7.6	帯広駅
A: 二宮三跡コース		初級	26	1.8	帯広駅
A: 十勝・豊頃見晴らしコース		初級	29	2	帯広駅
A: 十勝平野・日高山脈一望コース		中級	51	3.3	帯広駅、とよころ物産直売所
A: 依田三三跡・日高山脈一望コース		中級	54	3.7	帯広駅
A: 二宮・晩成・大津コース		中級	85	5.7	帯広駅
A: 湖沼・原生花園コース		中級	100	6.7	帯広駅
A: スイーツ本店&帯広歴史建築物めぐりコース		初級	3	0.3	帯広駅
A: 歴史探検コース		初級	12	1.2	帯広駅
A: スイーツめぐりコース		初級	12	1.2	帯広駅
A: ふれあいコース		初級	17	1.5	帯広駅
B: 自然芸術コース		初級	21	1.9	帯広駅
B: パワースポット旧鉄道めぐりコース		中級	52	5.3	幸福駅
A: ザ・memroad		初級	17	1.5	帯広駅、新山山スナイパーク展望台
A: 音更Viewコース		初級	4	0.3	帯広駅
A: 音更Natureコース		初級	14	1.3	帯広駅、十勝川温泉観光ガイドセンター
A: 音更Sweetsコース		初級	20	2.5	帯広駅
海を見渡すコース		中級	61	3.4	
忠類を見渡すコース		中級	73	4.1	

※: おすすめコースは上表のQRコードから表示できます