

ロングトレイルのマナー

- 1 住んでいる人の生活と仕事に敬意を払いましょう。
- 2 火の管理には十分注意しましょう。
- 3 畑などに立ち入らないようにしましょう。
- 4 家畜・作物・農具に手を触れないようにしましょう。
- 5 ゴミは持ち帰りましょう。
- 6 自然を大切にしましょう。
- 7 不必要な騒音は立てないようにしましょう。

ロングトレイルを楽しむための注意

- 1 長時間歩くのに適した服装・装備をご用意ください。
- 2 コースによってはトイレや休憩場所などがない所もあります。事前にご確認ください。
- 3 一般車両や農業車両の往来には十分に気をつけましょう。
- 4 農作業中の車両には近づかないでください。

ご利用の際の事故や怪我は自己責任となります。
無理をせず安全第一でお楽しみください。

市内公共交通機関

バス

道南バス 伊達営業所

HP: <http://www.donanbus.co.jp/>

TEL: 0142-23-7413

タクシー

光星タクシー有限公司

TEL: 0142-23-2626

株式会社伊達ハイヤー

TEL: 0142-23-3566

お問い合わせ

伊達150年記念事業実行委員会事務局

(伊達市役所総務部総務課内)

TEL: 0142-82-3162 / FAX: 0142-23-4414

email: date150@city.date.hokkaido.jp

URL: <https://date150.jp/>



この事業はサマーチャンポ宝くじの収益金を活用して実施しています。



Date Otaki

伊達大滝ロングトレイルガイド

LONG TRAIL GUIDE



伊達全長 39.6km
大滝全長 15.6km

for
初級～中級者

伊達市街 エリア

1 噴火湾しおかぜコース レベル★★★
だて第1ステージ 9.0km 3~4時間

2 噴火湾360度パノラマコース レベル★★★
だて第2ステージ 12.2km 4~5時間

3 田園サイクリングロードコース レベル★★★
だて第3ステージ 7.7km 3時間

4 有珠名所・史跡コース レベル★★★
だて第4ステージ 10.7km 4時間



大滝エリア



5 平成ふるさとの道コース レベル★★★
おおたき第5ステージ 7.0km 2時間

おおたき第5ステージ オプション1 **ノルディックウォーキング6kmコース** レベル★★★
6km 1時間30分

おおたき第5ステージ オプション2 **三階滝往復コース** レベル★★★
5.2km 1時間20分

この地図は、国土地理院長の承認を得て、同院発行の電子地形図(タイル)を複製したものである。(承認番号 令元情復、第495号)

この地図は、国土地理院長の承認を得て、同院発行の電子地形図(タイル)を複製したものである。(承認番号 令元情復、第495号)

ロングトレイル 服装と装備 チェックリスト

Check!

基本的な装備

- 服装 (シャツ・ズボン・下着)
- 帽子
- ソックス
- 防寒着
- 手袋・ネックウォーマー
- サングラス
- シューズ
(履き慣れたもの、歩きやすいもの)



タオル



ヘッドライト



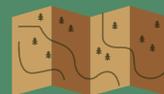
救急キット



虫除け



コンパス



地図



飲み物



FOOD

行動食



ゴミ袋



レインウェア上下



ザック10~30L程度(日帰り)

Checklist

基本的な持ち物

- | | | | | |
|--|------------------------------|--|---------------------------------|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> アウター (風を防ぐもの、寒い時期は保温性のあるもの) | <input type="checkbox"/> 時計 | <input type="checkbox"/> ザック (日帰りなら10-30L程度) | <input type="checkbox"/> コンパス | <input type="checkbox"/> ゴミ袋 |
| <input type="checkbox"/> レインウェア上下 (雨の予報があるとき) | <input type="checkbox"/> 地図 | <input type="checkbox"/> ザックカバー (雨の予報があるとき) | <input type="checkbox"/> ヘッドライト | |
| <input type="checkbox"/> 救急キット (絆創膏、常備薬、テーピングなど) | <input type="checkbox"/> タオル | <input type="checkbox"/> 飲み物 (水、お茶、スポーツドリンクなど) | <input type="checkbox"/> 行動食 | |

※掲載の装備、持ち物は日帰り登山に準じています。

だて第1ステージ

1

噴火湾 しおかぜコース

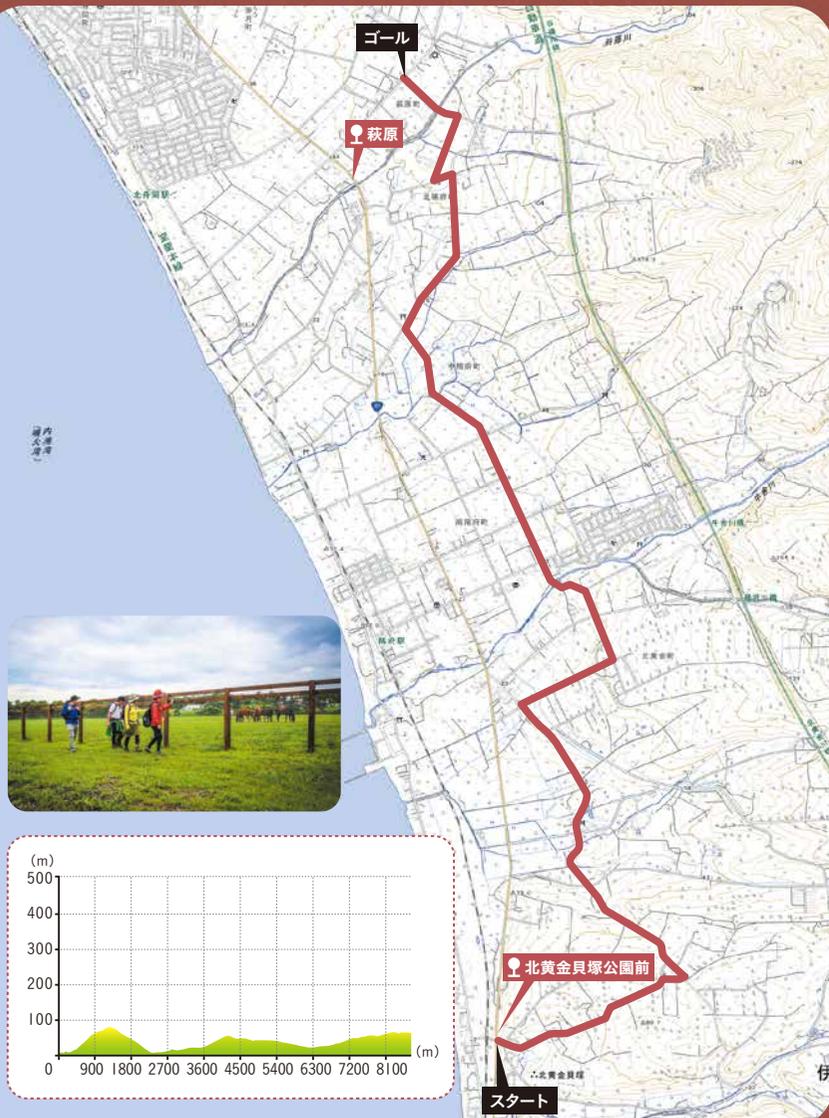
レベル

★★★

9.0km 3~4時間

北黄金貝塚公園～萩原道道

最初は傾斜のある坂道だが、坂道を登り切ると海に向かって伊達市街を一望でき、山側には風力発電が広がる。「黄金薬牧場跡」の標識を曲がると、馬や牛を眺めながら牧場横を進むコース。



だて第2ステージ

2

噴火湾360度 パノラマコース

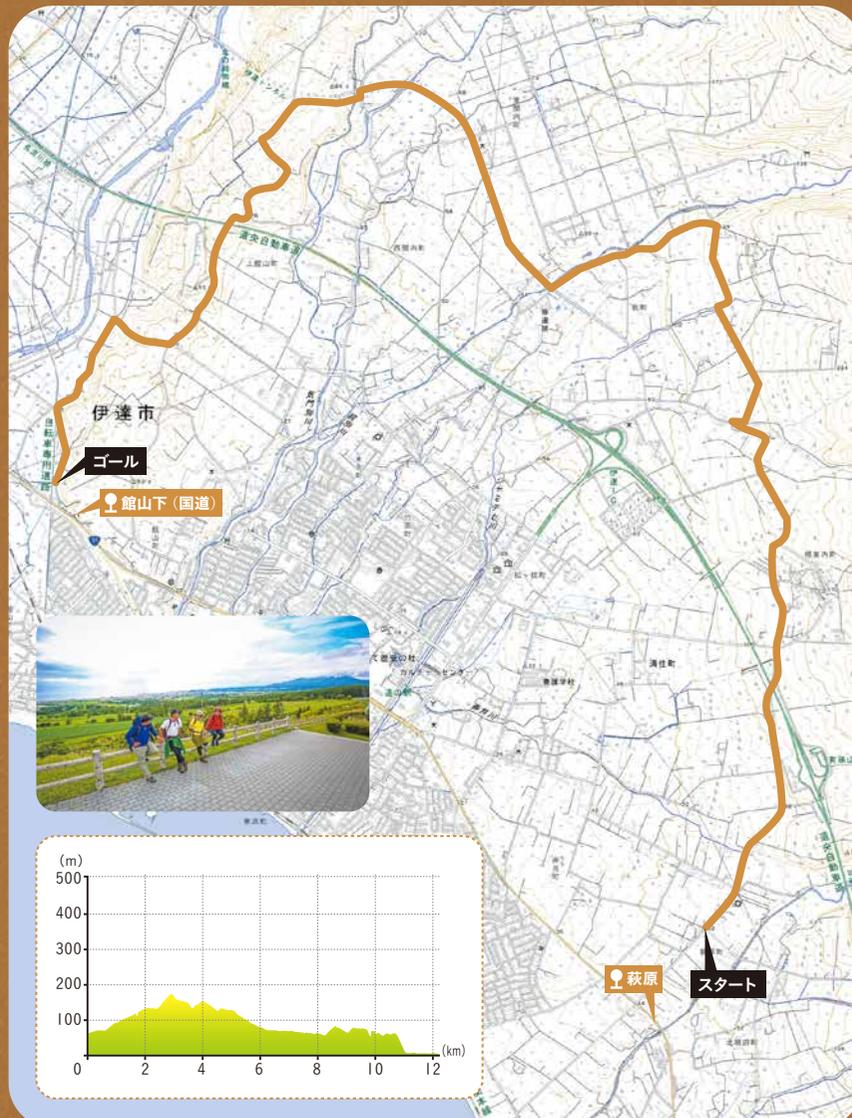
レベル

★★★

12.2km 4~5時間

萩原道道～伊達温泉

緩やかな坂道を登ると、伊達市内を見渡せる景色が広がり、コース途中からは有珠サービスエリアへ入ることができ、トイレ休憩や展望台からの眺めを楽しめる。山道を抜けると、有珠山が大きく見え、トンネルの脇道を抜けると噴火湾のパノラマが広がる。



おおたき第5ステージ

5

平成ふるさとの道 コース

レベル

★★★

7.0km 2時間

北湯沢温泉街～大滝総合支所

国道から橋を渡り緑豊かな北湯沢の遊歩道を進むと、旧国鉄胆振線の跡地があり今も造形物が残る。大滝友情公園には噴水池を中心にカナダとの国際交流のシンボル 巨大丸太のモニュメントや四阿(あずまや)があり、休憩ポイントとしても便利。

おおたき第5ステージ オプション1

OP1

ノルディックウォーキング 6kmコース

レベル

★★★

6.0km 1時間30分

ノルディックウォーキング 6km コース

徳舜磐山に抱かれた森と丘陵の変化あるコースで、四季折々の景観と清流のせせらぎを楽しめる。通称「大滝ナイアガラの滝」は、ダイナミックな景観を眺めながら休憩できるポイント。



この地図は、国土地理院長の承認を得て、同院発行の電子地形図(タイル)を複製したものである。(承認番号 令元情復、第495号)

おおたき第5ステージ オプション2

OP2

三階滝往復 コース

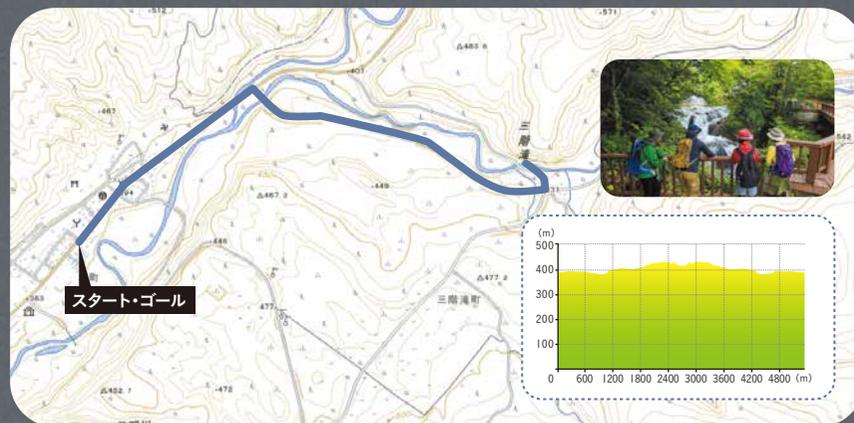
レベル

★★★

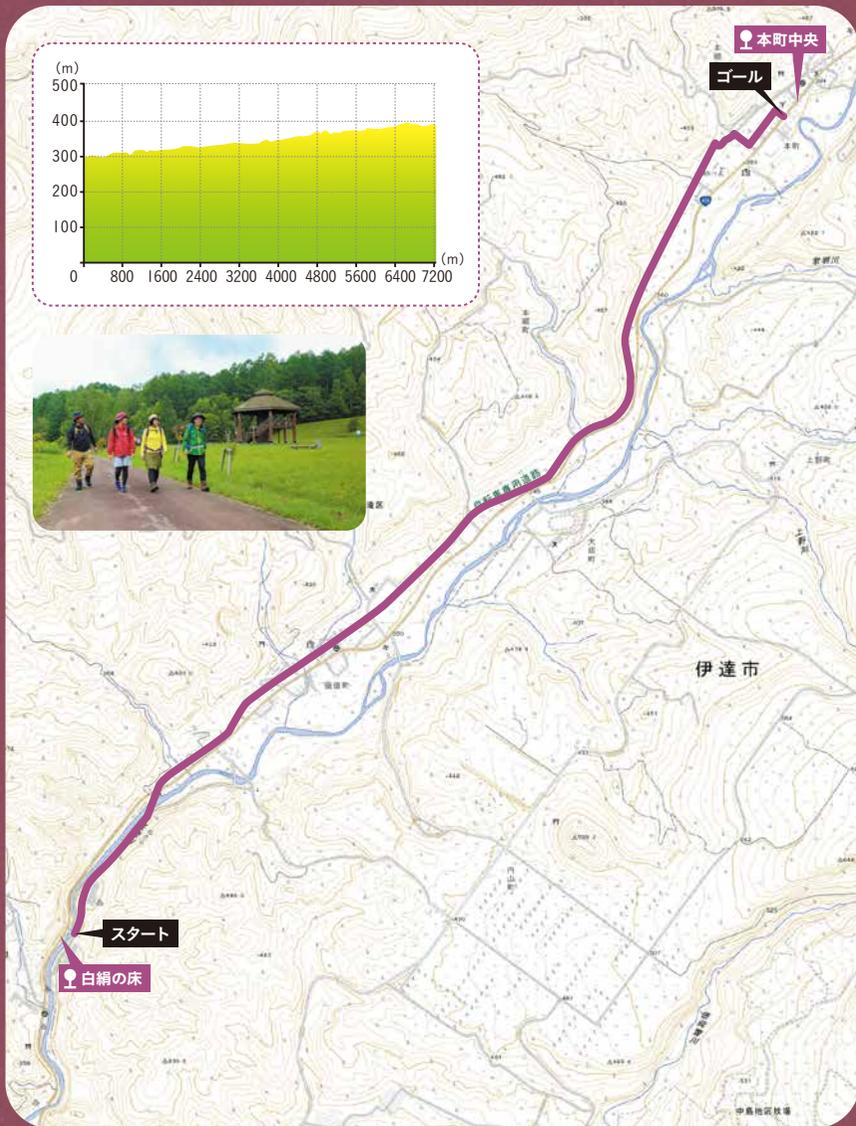
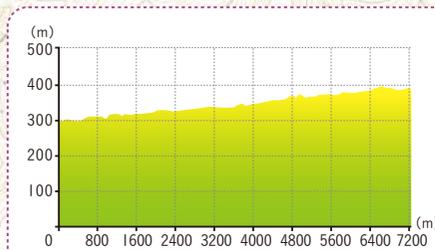
5.2km 1時間20分

大滝総合支所～三階滝公園

四季折々の表情を見せる三段の滝では、壮麗な溪流美を楽しむことができ、特に紅葉期の景観が素晴らしい。パードウォッチングや散策にも最適な三階滝公園を往復するコース。



この地図は、国土地理院長の承認を得て、同院発行の電子地形図(タイル)を複製したものである。(承認番号 令元情復、第495号)



この地図は、国土地理院長の承認を得て、同院発行の電子地形図(タイル)を複製したものである。(承認番号 令元情復、第495号)

だて第3ステージ

3

田園サイクリング ロードコース

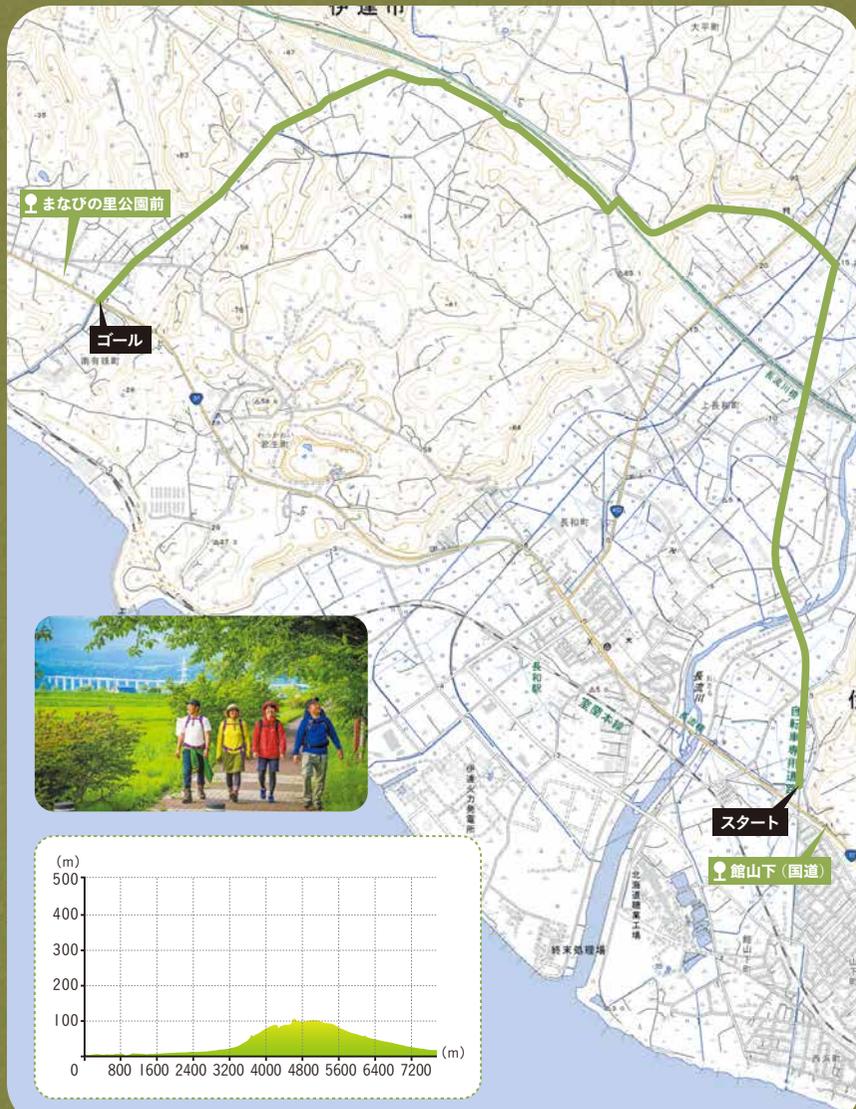
レベル

★★★

7.7km 3時間

伊達温泉～まなびの里公園前バス停

かつての胆振線跡地を利用したサイクリングロードコース(通称:風のメモリー)は、春には桜並木が続く。周囲には農家が広がり、伊達を身近に感じられる。高速道路の橋としては日本最長の橋「長流川橋」を眺めながら、山道を歩き、畑や果樹園を横に海側へ下るコース。



この地図は、国土地理院長の承認を得て、同院発行の電子地形図(タイル)を複製したものである。(承認番号 令元情複、第495号)

だて第4ステージ

4

有珠名所・ 史跡コース

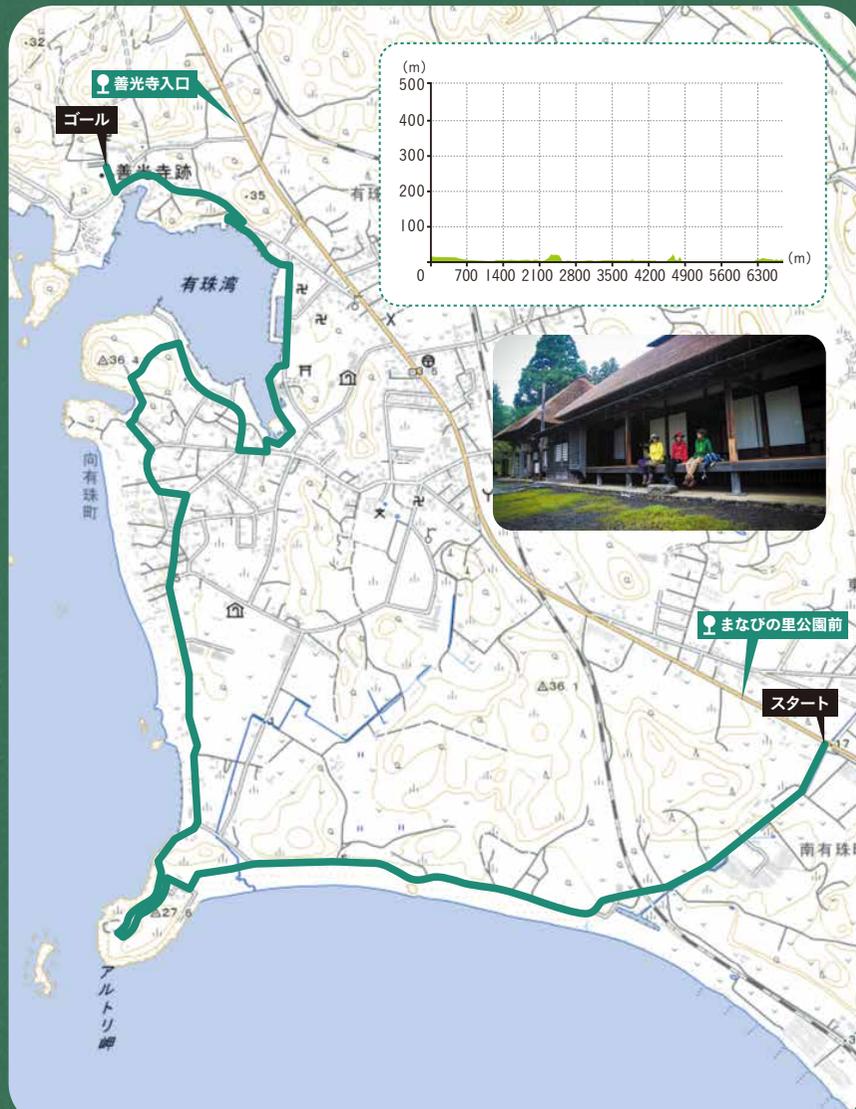
レベル

★★★

10.7km 4時間

まなびの里公園前バス停～地蔵通バス停

通称 恋人海岸と呼ばれる海岸沿いを進み、砂浜を横断してアルトリ岬へ。岬から見える景色はとても美しく、夕方には幻想風景が広がる。コース途中にはチャシ(アイヌ民族の建造物)跡地や、バチラー夫妻記念教会堂がある。湾沿いを進むと北海道遺産 善光寺があり、四季折々の動植物が楽しめる。



この地図は、国土地理院長の承認を得て、同院発行の電子地形図(タイル)を複製したものである。(承認番号 令元情複、第495号)