



月日	都市	現地時間	交通機関	旅程・宿泊地・食事
① 5/24 5/31 6/7 (日)	東京羽田空港発 稚内空港着 稚内空港発 稚内港発 礼文・香深港着 ホテル着	午前 午後 夕方	航空便 路線バス フェリー	東京・羽田空港より直行便を利用して北海道・稚内空港へ (羽田空港：午前9時～10時頃集合予定) 路線バスで、稚内港へ ハートランドフェリーで花の島・礼文島へ（所要：約2時間） 到着後、ホテルへ ★礼文島ならではの季節の料理をお楽しみください。 礼文島内泊 × × タ
② 5/25 6/1 6/8 (月)	ホテル発 スコトン岬着 久種湖発 ホテル着	午前 夕方	専用車 徒歩 専用車	<ゴロタ岬・花散策> 9:00～16:00 花を辿って海岸と丘陵、レプンアツモリソウの自生地を歩きます。 スコトン岬（15m）～トド展望台（113m）～ゴロタ山（80m）～ 鉄府（15m）～澄海岬（20m）～久種湖（9m） ↑↓98m 12km（歩行時間：約4時間） ※車を伴奏させますので、体力に自信のない方は、途中で、車に乗って 頂いて先回りすることも可能です。 礼文島内泊 朝 弁 タ
③ 5/26 6/2 6/9 (火)	ホテル発 香深港発 利尻・鷺泊港着 ホテル着	午前 午後 夕方	専用車 フェリー	<桃岩歩道・花散策> 8:00～11:00 礼文島ランドマークの桃岩。付近は北海道の天然記念物に指定された 屈指の花畑。天気がよければ利尻富士の眺望も。 昼食は礼文のうに丼。 フェリーで利尻島へ（所要：約45分） 利尻島着後、ホテルへ ★夕食（山や海の幸をふんだんに使用した手づくり料理をお楽しみください。） 夕食後、地元の方から利尻島のお話（予定） 利尻島内泊 朝 昼 タ
④ 5/27 6/3 6/10 (水)	ホテル発 鷺泊港着	午前 午後	混載車 各自	<利尻島内観光> 9:00～13:00 ＊姫沼 ＊野塚展望台（車窓） ＊資料館 ＊オタドリ沼 ＊仙志志御崎講演 ＊人面岩・寝熊の岩（車窓） 午後：自由行動（徒歩で夕日丘展望台やベシ岬など） もっと歩きたいという方におすすめ！<甘露泉水・ボン山登山コース> 北麓キャンプ場～（15分）～日本名水100選に選ばれた「甘露泉水」 「甘露泉水」～ボン山山頂目指して歩きます（往復80分～100分） 利尻島内泊 朝 × タ
⑤ 5/28 6/4 6/11 (木)	ホテル発 鷺泊港発 稚内港着 稚内空港着 発 羽田空港着	朝 午前 午後 夕方	専用車 フェリー 専用車 航空便	フェリーで稚内へ（約1時間40分） <宗谷岬見学> ＊稚内公園（天気がよければサハリンも望めます） ＊ノシャップ岬（最北端の宗谷岬と対峙する岬） ＊日本最北の宗谷岬 ◆昼食は名物・塩ラーメンをお楽しみください。 空路、直行便を利用して羽田空港へ おつかれさまでした。（17時半頃、羽田到着予定） 朝 昼 ×

- 利用予定航空会社：全日空（ANA）
- 利用バス会社：宗谷バス、稚内日の丸交通、礼文ハイヤー
- 宿泊予定ホテル：礼文島・ネイチヤーインはな心（温かいもてなしと心のこもった美味しい料理が自慢）
- 利尻島・ホテルあや瀬（夕食は北の食材 カニやウニなどボリュームたっぷり）

礼文島ガイド 宮本誠一郎さん

1960年生まれ。写真家。
1992年に礼文島に移り住み、レプンクル写真事務所
主宰。ライフワークとして四季折々の礼文島・利尻島・
サロベツの様子を追いかける一方、地元での観察会や情
報誌「レプンクル自然情報」の発行など、保護活動にも
尽力。
著書：『利尻 山の島花の道』『礼文 花の島花の道』
『サロベツ花原野花の道』（共著）
写真集：『利尻の見える風景』（いずれも北海道新聞社刊）



花の島・礼文島

礼文島は、日本最北の海に浮かぶ島であり、南北に細長い島です。この島にはちょっと特別な植物の生育があります。この島でしか見ることのできない固有種の花をはじめ約300種の高山植物が生育しています。
礼文らしい寒地植物の鮮やかな花風景が展開するのは、5月下旬から7月上旬がピークです。4月初旬～5月中旬、7月中旬～9月上旬も花はかなり咲きますが、北海道内と共通種が多くなります。ぜひ、お花のシーズンに礼文島ならではの植物をみにいきませんか？



散策イメージ



◆こんなお花が見られます◆



レプンコザクラ



レプンアツモリソウ



ミヤマオダマキ

◆日本最北の島ならではの海の幸をお楽しみください◆



海鮮好きにはたまらない、3日目の昼食にはうに丼をご用意します！
お楽しみください。



海鮮を食べつくした最終日に食べるホタテ塩ラーメンは絶品です。

利尻富士・利尻島

利尻島は、日本最北の地、稚内より西、サロベツの海岸線から利尻水道をへだてて約20kmの洋上に浮かぶ円形の島です。
この島の象徴である利尻山は利尻富士とも呼ばれ、円錐形の美しい山すそを広げています。
高山植物の宝庫でもあり、この島にしかない固有種も多くみられます。
また、新鮮な海の幸が抜群です！



地元の方のお話

当社のツアーでは、利尻島で地元の方から、利尻島の自然や動植物についてのレクチャーをお聞きします。利尻島の人々の暮らしや文化など、その地域に住んでいる人ならではの話を聞き、交流します。

