



苫小牧

ドライブマップ



苫小牧 中心部 拡大図



このパンフレットは、公益財団法人北海道市町村振興協会(スマーチャンボくんじの収益金)の助成を受けて作成しています。

【マップについてのお問合せ】 苫小牧市観光振興課 ☎0144-32-6448

15 イコロの森

広大な庭に様々なテーマのガーデンがあり、季節を感じながら散策ができる。レストランや花苗、ガーデングッズなどを扱う施設があるほか、乗馬など様々な楽しみ方ができる。

苫小牧市字植苗565-1
TEL0144-52-1562

16 ノーザンホースパーク

子どもから大人まで楽しめる「馬のテーマパーク」。ポニーショーや乗馬をはじめ、様々なアクティビティが揃うほか、旬な食材を使用した本格的なレストランもある。

苫小牧市字美沢114-7
TEL0144-58-2116

1 樽前山

高山植物の観察や支笏湖・太平洋の雄大な景色が堪能でき、本格的な登山を身边に楽しめる。市内から7合目ヒュッテまでは車で約60分、7合目から頂上までは約50分で登ることができる。※冬期は通行規制有

苫小牧市字樽前



6 緑ヶ丘公園

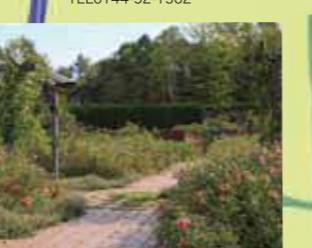
園内には、市内を一望できる展望台や貸しボート・散策コースがある「金太郎の池」があり、広く市民に親しまれている公園。

苫小牧市清水町1~3、字高丘

7 北海道大学苫小牧研究林

市街地に近く、自然のオアシスとして四季折々の景色を楽しめ、また、多くの野鳥が生息しており、バードウォッチングも楽しめる。

苫小牧市字高丘



16 ノーザンホースパーク

ウトナイ湖は、動植物の宝庫、野鳥の楽園とも言われ、バードウォッチングや自然散策など、四季折々の自然や野鳥とのふれあいが楽しめる。道の駅「ウトナイ湖」では、農産物直売所やレストラン、ティーカウトコーナーなどで地元食材の味を堪能できる。

苫小牧市字植苗156-30 TEL0144-58-4137



17 ウトナイ湖

ウトナイ湖は、動植物の宝庫、野鳥の楽園とも言わ�る、バードウォッチングや自然散策など、四季折々の自然や野鳥とのふれあいが楽しめる。道の駅「ウトナイ湖」では、農産物直売所やレストラン、ティーカウトコーナーなどで地元食材の味を堪能できる。

苫小牧市字植苗156-30 TEL0144-58-4137

18 苫東柏原展望台

日本最大級の工業地域「苫東」の小高い丘にある展望台。ここでしか見られない、緑美しい広大な風景を体感できる。

苫小牧市字柏原



2 オートリゾート苫小牧アルテン

雄大な自然と一体化した5つ星のオートキャンプ場。カヌーや乗馬、ジンギスカンなども楽しめ、アウトドアの後は、天然温泉「ゆのみの湯」で疲れを癒せる。

苫小牧市字博前4-21-4
○キャンプ場:TEL0144-67-2222
○ゆのみの湯:TEL0144-61-4126
○パークゴルフ場:TEL0144-67-2245

3 樽前ガロー

樽前山麓の林間にある、切り立った岩の間を流れ川の絶景。岩肌には100種ほどの苔が美しく彩る。

苫小牧市字博前

4 錦大沼公園

錦大沼・錦小沼を中心に雄大な自然に囲まれた公園で、大沼・小沼を巡る自然観察路は散策に最適。様々な動植物を観察でき、カヌーやワカサギ釣りも楽しめる。

苫小牧市字博前421番地

8 苫小牧市役所／展望回廊



市役所最上階にある展望回廊。市内の街並みや港が一望できる。

苫小牧市相旭4-5-6
TEL0144-32-6111

11 サンガーデン

中央図書館に併設。館内は水・緑・太陽の3つのテーマに沿って滝から流れ出る水、緑豊かな樹木、総ガラス屋根から降り注ぐ太陽の光で演出されている。入場無料。

苫小牧市相旭3-1-15
TEL0144-33-4411



13 COCOTOMA/ココトマ

軽食・ランチがカフェで楽しめるほか、併設されている観光案内所では特産品も購入できる。館内では、多くのイベントが開催されている。

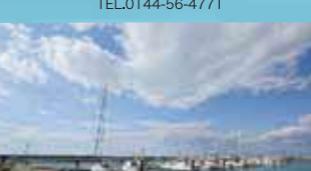
苫小牧市表町5-11-5 ふれんどビル1F TEL0144-33-1533



19 勇払マリーナ

マリンレジャーの活動拠点であり、フィッシングやボートの体験乗船が楽しめる。

苫小牧市字勇払376
TEL0144-56-4771



5 苫小牧市科学センター

ロシア(旧ソ連)が開発した世界初の長期滞在型宇宙ステーション「ミール」が展示している。

苫小牧市相町3-1-12 TEL0144-33-9158

9 まちなか交流館

天然温泉を使用した無料の足湯と手湯や縁結びの鉢があるまちなかのホットステーション。

苫小牧市相町3-1-6
TEL0144-12-0503

10 苫小牧市美術博物館

博物館と美術館の複合施設。地域の文化や芸術、郷土資料などを展示。定期的に特別展示やイベントも開催。

苫小牧市末広町3-9-7
TEL0144-35-2550

12 ぶらっとみなん市場

苫小牧や北海道の新鮮な海の幸や野菜、果物が勢ぞろい。食堂街では名物ホッキ丼やホッキカレーも味わえる。

苫小牧市港町2-2-5
TEL0144-33-3462



14 キラキラ公園

接岸している船を間近に見ることができ、夜にはライトアップされる。夏場には、噴水で水遊びもでき、たくさんのお家族連れで賑わう。

苫小牧市入船町3-3-12



20 晴海公園

対岸に立地する石油コンビナートや発電所などの工場群を最も近く広範囲で見ることができる隠れた夜景スポット。作業灯に照らされたタンクや倉庫などが鮮やかに海に映り込む夜景は必見。

苫小牧市晴海町17

1 樽前山

高山植物の観察や支笏湖・太平洋の雄大な景色が堪能でき、本格的な登山を身边に楽しめる。市内から7合目ヒュッテまでは車で約60分、7合目から頂上までは約50分で登ることができる。※冬期は通行規制有

苫小牧市字樽前



おみやげ

苫小牧にきたら
やっぱりコレ!

とまチョップグッズ

苫小牧市の公式キャラクター「とまチョップ」のオリジナルグッズ。ぬいぐるみや文具などキュートなグッズが勢ぞろい。

苫小牧観光案内所
(表町5-11-5ふれんどビル1階)などで販売

F スモークサーモンチップ ドライ(40g/80g)

脂ののった秋鮭の
旨味と香り



北海道産天然秋鮭の
ドライタイプのチップ。
あっさりとした食感
で、お酒のおつまみや
お子様のおやつにも
最適。

王子サーモン北海道工場直
営店(本明町2-8-15)など
で販売

check ほかにもまだある、
ハスカップスイーツ。

サンデーやギモーヴ、ジュレなど苫小牧名物の
ハスカップを使ったスイーツが市内にはたくさん。
詳しくは苫小牧観光案内所まで☎0144-34-2000



G プレジール(道の駅ウトナイ湖) B1とんちゃんの豚まん

苫小牧のブランド豚「B1とんちゃん」を使用
した豚まん。粗挽きのひき肉とタケノコ、椎茸
の旨味がぎっしり。

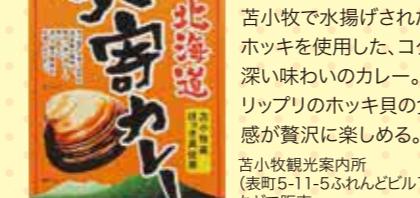
道の駅ウトナイ湖(植苗156-30)で販売



E 三星のよいとまけ

日本一食べづらい!?けれど美味しい!で
有名なよいとまけ。名産の甘酸っぱいバス
カップジャムがたっぷり。

三星本店(糸井141)などで販売



check 今、カレーラーメンが
熱いんです。

市内には、カレーラーメンを提供するお店が数多く
あります。一言でカレーラーメンといっても、店ごとに
味はさまざま。お気に入りの一軒を見つけてみては?

ホームページをご参照ください。[とまこまいカレーラーメン振興局](#) 検索

F スモークサーモンチップ ドライ(40g/80g)

脂ののった秋鮭の
旨味と香り

北海道産天然秋鮭の
ドライタイプのチップ。
あっさりとした食感
で、お酒のおつまみや
お子様のおやつにも
最適。

王子サーモン北海道工場直
営店(本明町2-8-15)など
で販売

check ほかにもまだある、
ハスカップスイーツ。

サンデーやギモーヴ、ジュレなど苫小牧名物の
ハスカップを使ったスイーツが市内にはたくさん。
詳しくは苫小牧観光案内所まで☎0144-34-2000

苫小牧の四季

苫小牧の四季を満喫。

写真以外にも季節を感じられるスポットやイベントが満載です。

春



●オトナイ湖の夕景
夕焼けを背景に白鳥を撮影することも



●緑ヶ丘公園の桜並木
例年5月初旬~中旬が見頃

夏



●オートリゾート苫小牧アルテン
キャンプ場や温泉などがある



●ノーザンホースパークのガーデン
広さ1万坪もある「大人の庭」

秋



●錦大沼公園カヌー
樽前エリア周辺の自然を満喫できる



●とまこまい港まつり(8月)
30万人を超える苫小牧を代表するお祭り

SNS映えする苫小牧

My Photogenic

#とまこまいインスタ
をタグ付けして
投稿しよう!

3人の写真がほかにもたくさん!
インスタグラムで
#とまこまいインスタ を検索!



役者・タレント
脇田唯さん
のお気に入り



冬支度をはじめると
ウトナイ湖の白鳥。
真っ白な羽に顔の黄色がと
てもかわいい。

脇田 唯



苫小牧には、
かわいいものが
いっぱい!

B



店内はメルヘンの世界。猫ちゃんパフェがお気に入り。
おかしラボ ソレイユ ソレイル

苫小牧市三光町5-26-14

モデル・1児のママ
南部祐子さん
のお気に入り

子供といっしょ
楽しいスポットを
探しています

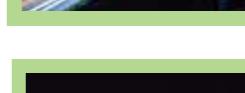
南部 祐子



札幌を拠点に活動しているファッショナブルモデル。
北海道最大のファッションフェス「SAPPORO COLLECTION 2009」ではメインビジュアルに抜擢。また、ウォーキング講師としても活躍中。最近では、キッズモデルの育成に力を入れている。



王字製紙苫小牧工場。
街明かりや行き交う車の
光、そしてすぐそばを線路
が伸びる場所で夜とは
違った幻想的な美しさが
あります。



Watana Besta
SOCIAL club



アーティスト
Watana Besta
SOCIAL clubさん
のお気に入り

江別市出身シンガーソングラ
イター。セイコマーティVPCM
ソング、TVH(テレビ北海道)
「旅コミ北海道じゃらん
deGO!」2016年エンディング
テーマなど多くのタイアップ
を掛け、プロデュースなど
編曲・作曲・プロデュースなど
多岐に渡り活躍中。

PHOTO GENIC TOMAKOMAI



緑ヶ丘公園展望台近くに
ある無料貸出し遊具。フ
ラフが楽しかったで
す。子供が大きくなったら
一緒に遊びたいな。



ノーザンホースパークのボニーショー。かわいいお馬さん
にっこりと癒されるー。



Watana Besta
SOCIAL club



江別市出身シンガーソングラ
イター。セイコマーティVPCM
ソング、TVH(テレビ北海道)
「旅コミ北海道じゃらん
deGO!」2016年エンディング
テーマなど多くのタイアップ
を掛け、プロデュースなど
編曲・作曲・プロデュースなど
多岐に渡り活躍中。