

山であそび人と出会って

Shop&ACTIVITY

FOOD
Calm cafe favorite of NOMA
MAP上志文
旬の食材でつくるランチと、フルーツを贅沢に使ったスイーツが美味。メニューが変わるので、四季を通じて訪ねたいカフェ/土日のみ営業 11:00~17:00 冬期休 080-9613-1537

風農園
MAP上志文
「健やかな土づくりと美味しい野菜」を理念に農園を運営。アンティーク家具と本が並ぶカフェ「Room」とネイルクリニック「putzen」も併設/詳細はInstagram @naginoen.noda

たか CAFE 人生の途中
MAP朝日
家も家具も木工作品もマスターの手づくり。メニューはカレー、スパゲッティ、こだわりのサイフォンコーヒーなど。紅葉シーズンの山の景色は抜群 10:00~心折れるまで 水木休 0126-35-2511

木のパン屋 ミレットコッペ
MAP上美流渡
薪窯で焼いた香ばしいコッペパンが人気。休日には開店前に行列ができることも。店舗はオーナーが10年かけてセルフビルド/4月下旬~11月上旬営業 10:00~売切まで 月火水木休 0126-46-2288

食堂-番
MAP美流渡
地域の人々に愛され続ける食堂。味噌、しょうゆ、塩ラーメンのほか、寒い日には広東メンやチャンポンメンなど、とろみのあるスープで温まりたい 11:00~14:30 不定休 0126-46-2002

高柳珈琲店
MAP毛陽
ふるさと毛陽で、夫婦で楽しみながらカフェを営みたいと2023年オープン。ベリーのタルトや栗のケーキが抜群に美味しい/土日のみ営業 11:00~17:00 冬期休 詳細はInstagram @takayanagic

北海道ウィングファーム
MAP毛陽
全国的にも珍しいフランス鴨バルバリー種を生産。2025年から銘柄鶏「美流鶏(みるどり)」の販売も開始! ファームで直売も可能です(要事前予約)/平日9:00~15:00 0126-35-5952

バンナーワーク工房ゆきかせ & すずかせcafe
MAP上志文
ガラス細工の楽しさを伝える体験工房。アクセサリー制作2000円(要予約)。親子でも利用可。カフェ併設/11:00~17:00(11月~4月は16:00まで) 月、不定休 0126-44-2280

HATAKE to GIORNI
MAP上志文
自然栽培の野菜と洋服のアトリエ兼ショップ。職人の縫製技術と染の技術を伝える服づくりを行う。イベントも開催。帯広に姉妹店がある/詳細はInstagram @hatake_to_giorni

旧国鉄字線線鉄道資料展示室
MAP朝日
大正時代に室蘭線の支線として開業した国鉄万字線。主に沿線炭鉱からの石炭輸送の役割を担い、その後廃線となるまでの歴史資料を展示/平日9:00~16:00 土日祝10:00~15:00 不定休 0126-46-2192

藍山寮
MAP朝日
35年間、美流渡で磁器をつくり続ける。ギャラリーには自然の風景から生まれた伸びやかな植物や遊び心あふれるタッチが魅力の器が並ぶ/10:00~17:00 木、不定休 0126-47-3119

つきに文庫
MAP美流渡
月に2回開く古本屋。山や地球環境、暮らしまつわる雑誌、小説、ノンフィクション、写真集など。子どもも集えるようにと絵本も揃う/子育て期間中のため、不定期営業。詳細はFacebook 090-7057-1663

美流渡おめめくらげ
MAP美流渡
目のモチーフが随所に描かれた個性派カフェ。定食や甘いものを提供するほか、美術、音楽、骨董、化石など多彩なものが楽しめる/土月の最終週の月11:00~20:00 日11:00~16:00 冬期休 @omemekurage

ミルトアートパーク
MAP上美流渡
権楽天目を目指した塚本竜支窯記念館とババッチのスクラップアート美術館/5月から11月の土日のみ開館 土12:00~17:00、日9:00~14:30 電話予約確認 090-1527-4151

ルコチパーク
MAP毛陽
起伏の激しいトラックを専用の自転車でするBMXのコース。初心者や子ども向けのプログラムも実施、レンタル自転車有/会員制 冬期休 080-6934-6828(セノオ)

ジン全周アートミュージアム
MAP万字
北海道の食文化として欠かせないジンギスカン。その鍋を多数収集し、展示を行う施設博物館。ジンのイベントも開催/4~10月末で管理人が都合がつく土日に開館 10:00~17:00 090-7054-0971

NORD house
MAP万字
万字峠の麓、小さな集落にあり、山々の風景を楽しめる1棟貸しの宿。夏~秋はフルーツ狩りを冬にはスノーシューハイキングやバックカントリースキーも/詳細はInstagram @nordhouse_jp 090-9754-7601

マルマド舎
MAP上美流渡
炭鉱街の名残を感じさせる築60年以上の古家を地域の仲間の手で改修した一棟貸しの宿。吹き抜けのある開放的な空間があり、窓から山の景色が見渡せる/marumado2020iwamizawa@gmail.com

Stay&food&activityがある! ログホテル メ-フルロッジ
MAP毛陽
ホテル、レストラン、温泉が一体となったリゾート施設。ゲストルームは、森の息吹を感じられる、ゆったりとしたコテージをはじめとする15室があり、レストランでは、採れたての地場食材をふんだんに取り入れた、シェフこだわりのコース料理が評判となっている。日帰り入浴できる天然温泉には、本格的なフィンランド式サウナも完備!好評/宿泊・日帰り温泉11:00~20:00(受付19:00まで) レストラン 11:30~14:00/17:00~21:00(ラストオーダー20:30) 0126-46-2222

夏は、自然豊かな敷地の中を走行できる四輪バギーやインストラクターがご案内する公道走行バイク(3輪バイク)など、冬は、スノーモービルラフティング、ポート雪山遊び・チューブスライダなどをご提供/0126-35-4651 ホームページから要予約

夏は、自然豊かな敷地の中を走行できる四輪バギーやインストラクターがご案内する公道走行バイク(3輪バイク)など、冬は、スノーモービルラフティング、ポート雪山遊び・チューブスライダなどをご提供/0126-35-4651 ホームページから要予約

旧美流渡中学校交流館へようこそ!

東部丘陵地域には、アート・音楽・スポーツ・食などクリエイティブな活動をする人々がたくさんいます。こうした人々の個性を生かし、市民団体が交流できる拠点として、旧美流渡中学校が生まれ変わります。土日には作品展示やワークショップなどのイベントを開催。ぜひお越しください。MAP美流渡
4-10月 土日オープン 詳しくは@miru.tobu Instagramをチェック

まちに会話を!! MAYA MAXX
「作りの集まるまち」
グラウンドのシンボルはMAYA MAXXが制作した「鳥の塔」

らんだ屋
世界を旅して集めたストーンをマクラメ編みという色糸で彩ったアクセサリーをつくる。

鹿のあんや
ハンターとして地域を守り、鹿や熊を資源として活用。鹿肉ジンギスカンなどを販売。

森の出版社 ミチケル
ローカルのつながりと北海道ならではの本を出版。「山を買う」「移住は冒険だった」など。

美流渡
「美流渡」や「万字」にちなんだお菓子も。

ものづくりをする人々

Kangaroo Factory
上美流渡にある花のアトリエ。ガーデンで育てた草花のアレンジメントやリースを制作。

きくち好恵
美流渡の風景が創作の源。使ったときに完成するように、シンプルで控えめな器を制作。

はたおり白猫屋
手で染めた糸で丁寧に織り上げたストールなどを制作。ふわりと軽くて心地肌抜群。

リトルロックヘルス
石蔵CAFE 和信石庵
11:00~17:00
水・金・日・冬期、不定休(石蔵の上におくたせり)
090-3406-7336

美流渡
10月中旬
毛陽万葉集工芸祭り
旬のくだもの、野菜、新米の産物販売イベント盛りだくさん!

美流渡
10月中旬
毛陽万葉集工芸祭り
旬のくだもの、野菜、新米の産物販売イベント盛りだくさん!

美流渡
10月中旬
毛陽万葉集工芸祭り
旬のくだもの、野菜、新米の産物販売イベント盛りだくさん!

岩見沢 東部丘陵地域周辺マップ

岩見沢市は札幌から特急で25分の場所に位置します。市街地から道道38号線沿いに東へ向かうと山に囲まれた「東部丘陵地域」があります。田んぼや果樹園、ワイナリーから、炭鉱町の名残を感じさせる旧跡まで。わずか20キロほどの道のりですが、地域それぞれが個性的。この地図では、山間の自然とともに生きる魅力あふれる人たちにスポットを当てて紹介します。

バスにはMAYA MAXXの絵がある!!

東部丘陵地域へのアクセス
新千歳空港より車で約70~80分(有料)
札幌より 車で約60~70分(道中休憩)
岩見沢馬場より 車で約20~30分
岩見沢馬場(カワカミ川沿い)
上志文・朝日・美流渡・上美流渡・毛陽・万字をつなぐ(1日4~5便)
東部丘陵地域コミュニティバス運行

宝水
朝日
美流渡
上志文
宮村
上中見

宝水ワイナリー
10:00~17:00
1-3月は火・水休
0126-20-1810

リトルロックヘルス
(予約制)レストラン、宿泊コテージ、英国ガーデン
石蔵CAFE 和信石庵
11:00~17:00
水・金・日・冬期、不定休(石蔵の上におくたせり)
090-3406-7336

10月中旬
毛陽万葉集工芸祭り
旬のくだもの、野菜、新米の産物販売イベント盛りだくさん!

ネコ・ハートのイラスト MAYA MAXX
デザイン: 藤原 菜穂子(森の出版社ミチケル)
企画・取材: みる・とぶプロジェクト
協賛: 株式会社 森合印刷
発行: みる・とぶプロジェクト 発行日: 2017年3月31日 第94版 2026年3月20日

地域情報は
Facebook みる・とぶ Instagram miru.tobu 公式ホームページ

みる・とぶ map

北海道・岩見沢の山里
東部丘陵地域を見てみませんか?

