

長沼

長沼町ルートマップ

ま お い し ぜ ん も り

馬追自然の森ルート

丘陵地を染め分けて広がる田園風景。その美しい景色を抱くように連なる「馬追山」の森を歩きます。木漏れ日がきれいな原始の森を抜け、長官山の山頂に立つと、石狩平野の彼方まで見渡せる感動の大パノラマが広がります。

Footpath Information

スタート	ながめ温泉
ゴール	ながめ温泉
距離/所要時間	約14.5km/約4時間20分
休憩所/トイレ	ながめ温泉、マイオートランド、長官山ほか
駐車場	ながめ温泉、ながめコミュニティ公園
利用可能期間	5月～11月
問合せ	長沼町総務政策課政策行革係 電話 0123-88-2111

Information Icon

- 景色がよく、写真を撮るのに最適な場所
- 温泉施設がある場所
- 動物や野鳥などを観察できる場所



- トイレ
- 駐車場
- バス停
- 神社

●長沼町フットパス/難易度目安

長沼町のルートは馬追山の森をめぐる軽登山コース。遊歩道が整備されています。

●アドバイスと注意点

馬追山から長官山にかけて整備された遊歩道を歩く軽登山ルートです。方向指示や距離表示の道標があり迷わず歩けますが、山頂の滞台まではやや急な上り坂が続きます。夏は下草が生い茂り虫も多いので防虫対策も欠かせません。

アクセス&インフォメーション

■公共交通

JR札幌駅からJR北広島駅まで約20分、ジェイ・アール北海道バスながめ温泉行きに乗換、「ながめ温泉」まで約35分
大谷地ターミナルからジェイ・アール北海道バス「ながめ温泉行き」で約1時間

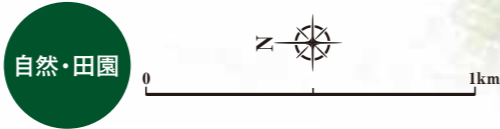
■自動車利用

札幌から国道274号、道道3号線経由で約1時間
旭川から道央自動車道江別東IC、道央国道337号で経由で約2時間10分

[交通の問合せ先]

JR北広島駅 電話 011-372-3156

ジェイ・アール北海道バス長沼営業所 電話 0123-88-2830



Footpath Route

馬追丘陵の豊かな森を歩き 石狩平野の大パノラマを堪能

「馬追山」の裾野から「石狩平野」へと連なる、なだらかな丘陵地。かつて「馬追原野」と呼ばれた大地は、時を経て美しく豊かな田園へとその姿を変えています。自然と人がつくりあげる長沼町の田園風景を、ちょっと違うアングルから楽しめる。馬追山の森を散策。訪れた人の心をとらえて離さない農村の大パノラマを、「長官山」の山頂から一望します。



1 「ながめ温泉」をスタートして「ながめコミュニティ公園」内を抜け、「マイオートランド」との間の道から道道3号線へ左折し、「馬追山」方向へ。



2 周囲に田園風景が広がる一本道を突き当たりまで歩くと「馬追の名水」です。すぐ脇に「馬追自然の森」の案内看板があり、ここから遊歩道が始まります。



3 途中、小さなトンネルをくぐり、右手の木道へ向かいます。遊歩道にはこの道標があるので、安全です。



4 途中、林道と交差しますが、道標に従って木道が敷かれた遊歩道へ進みます。ここまで来た山頂の「滞台(しずかだい)」までは400mほど。上り坂もあと少しです。



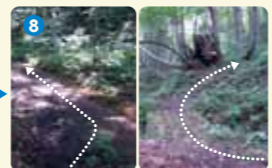
5 「滞台(しずかだい)」を過ぎて「馬追山」の尾根をしばらく進むと、分かれ道に、ルート通り「長官山」を目指す場合は「馬追温泉」方面へ進みます。



6 途中で林道と合流し、再び遊歩道に入ります。ここは道標がないので要注意。そのまま林道を進むと、多少時間はかかりますが同じ場所にたどり着きます。



7 遊歩道をいったん離れ、道道3号線を「馬追温泉」へ。温泉施設横の土手に「長官山」への遊歩道があり手前には簡易トイレが設置されています。



8 「長官山」から「馬追山東側登山口」までは来た道を戻ります。写真⑧の分岐点から林道へと進むと、分岐点にあたるので「長沼コミュニティセンター」方面へ進みます。



9 視界が急に開けたら森の中の遊歩道は終了。「ながめ温泉」に続く道を進む。神社手前を右折したらゴールは間近。「ながめ温泉」がすぐ目の前です。

Footpath Area

A ながめ温泉

毎分1,900ℓと道内屈指の湧出量を誇る人気の温泉。ほんのり緑色のお湯はナトリウム・塩化物硫酸泉で、肌もっちり、体の芯からほかほかあたたまります。大浴場や露天風呂のほかに、ジェットバスやバイブラス、サウナも完備。館内にはレストランや軽食コーナーのほか、名物のジンギスカンコーナーもあります。



B ながめコミュニティ公園

「ながめ温泉」を中心に広い園内にはパークゴルフ場や彫刻広場、ウォーターパークにテニスコートなどが点在します。郷土のシンボルとして愛され、道内で最も古い「ランガーター式鋼橋」として歴史的価値の高い「旧舞鶴橋」も移設・復元されています。



C マイオートランド

田園風景のなかに広がるオートキャンプ場。広い園内にはテントサイトのほかにコテージ棟やレストハウスもあり、施設も充実。日帰りのデイキャンプも楽しめます。入場の際に道路を挟んで向かい側にある「ながめ温泉」の無料入浴券ももらえます。
住所/長沼町東7線北4
電話/0123-88-0700(予約受付)
時間/チェックイン13:00～18:00、チェックアウト7:00～11:00
※デイキャンプ9:00～16:00(4月下旬～10月末)
料金/1泊入場料:中学生以上1,000円、小学生500円、デイキャンプ入場料:中学生以上600円、小学生300円
※他にサイト料金が別途必要
定休/上記営業期間外休業



住所/長沼町東6線北4
電話/0123-88-2408
時間/9:00～22:00(受付8:45～21:30)
料金/大人500円、小学生300円、幼児無料
定休/無



D 馬追の名水

馬追山の麓、「馬追自然の森」遊歩道そばに湧き出る「馬追の名水」。水温は年間を通じて7℃と低く、カルシウムやマグネシウムをたっぷり含んでいるのが特徴。水汲み場には名水を求めて朝早くから人が訪れ、ピーク時には行列ができることもあるそうです。歩きはじめる前に水筒やペットボトルに汲んでいきましょう。



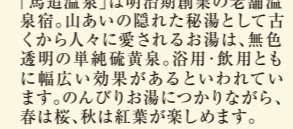
E 滞台(しずかだい)

標高273m。「馬追山」の山頂にあたる「滞台」は、明治期に行われた測量のひずみを調和するため、昭和29年から33年にかけて、全国48箇所に設置された天測点の第1号。日本測量の基準を確認した記念すべき測量史跡です。台の上には直径4cmの十字が刻まれた丸銅版が埋め込まれています。
住所/長沼町馬追
電話/0123-88-2111(長沼町観光協会)
時間/7:00～19:00
料金/100円 ※施設維持費として
定休/無



F 馬追温泉

「馬追温泉」は明治期創業の老舗温泉宿。山あいの隠れた秘湯として古くから人々に愛されるお湯は、無色透明の単純硫黄泉。浴用・飲用ともに幅広い効果があるといわれています。のんびりお湯につかりながら、春は桜、秋は紅葉が楽しめます。



住所/長沼町フシコ番外地
電話/0123-88-3737
時間/10:00～21:00(日帰り入浴)
料金/日帰り入浴:大人450円、子ども250円
※宿泊は夏期:大人5,775円、子ども6,250円、冬期:大人6,300円、子ども6,775円
定休/無



G 辻村もと子文学碑

開拓初期の長沼を描き、昭和17年に「第一回樋口一葉賞」を受賞した辻村もと子の長編小説「馬追原野」。長官山の展望台には、受賞を記念して文学碑が建てられました。台座には明治の開拓期に原野をたがいで、この地に生きた人々の思いが綴られています。
住所/長沼町長官山馬追
電話/0123-88-2111(長沼町教育委員会)
時間/積雪期間は通行不可

周辺のみどころ



●道の駅マイオの丘公園

「馬追丘陵」に広がる、田園風景に溶け込むレンガづくりの建物が印象的な道の駅。センターハウスの展望台からは「石狩平野」が一望できます。館内には道産食材にこだわった「レストラン美夕(ビュー)」や売店、ギャラリースペースを併設。また、敷地内には朝採りの新鮮野菜などを販売する「マイオの丘農産物直売所」があり、6月からのシーズン中は多くの人で賑わいます。

住所/長沼町東10線南7 電話/0123-84-2120(マイオの丘公園センターハウス)
時間/9:00～20:00(5月～10月※11月～4月は18:00まで、12月31日は15:00まで)
定休/無 駐車場/有



Food & Shop

●ジンギスカン

北海道民のソウルフードともいえるジンギスカン。なかでも長沼町はタレにこだわった味付ジンギスカンが有名です。

「かむろジンギスカン」かむろ 住所/長沼町錦町1丁目19(電話 0123-88-2628)
「長沼ジンギスカン」長沼成吉忠汗 住所/長沼町宇馬道222(電話 0123-88-2564)
「さとらジンギスカン」佐藤精肉店 住所/長沼町東町北1丁目52(電話 0123-88-2452)

●濁酒(どぶろく)

長沼町で農業を営む生産者が自ら醸造免許を取得して、手づくりする「濁酒」。現在、5軒の農家が看板を掲げ、丹精込めて製造しています。個性際立つその味は実際に飲み比べて、確かめてください。

「濁酒 一塊」販賣場 住所/長沼町西2線北12(電話0123-89-2026)
「松ちゃんのだぶろく」松村農場 住所/長沼町東7線南5(電話0123-88-0388)
「濁酒 まい姫」農事組合法人駒谷農場 住所/長沼町東6線南11(電話 0123-84-2836)
「どぶろく 舞殿」木村農場 住所/長沼町東8線北1(電話 0123-88-4328)
「どぶろく 耕心」高田耕次 住所/長沼町東6線南6(電話 0123-88-2213)

●マイオワイナリー「菜根荘(さいこんそう)ワイン」

「馬追丘陵」の一画に農園を構え、ブドウ作りから醸造、販売まで行う小さなワイナリー。「菜根荘」と命名された農園では、ワイン用にさまざまな品種のブドウを栽培。テーブルワインとして気軽に飲めるワインを1,000円台から用意。山ブドウ100%のワインも好評です。

住所/長沼町加賀団地
電話/0123-88-3704
菜根荘ワイン「キャンベル」1,575円、「菜根」2,415円他各種

●トマトジュース・ミックスジュース

長沼町で収穫されたトマトでつくる混じりけなしの100%トマトジュース。この「トマトジュース」、同じく地元産のニンジンやリンゴを加えたミックスジュースも好評です。野菜が苦手な人もおいしく飲めます。

住所/長沼町中央北1丁目1
電話/0123-88-2111(長沼町産業振興課)
100円(190g缶)

Event

●夕やけ市

馬追丘陵を茜色に染めながら夕陽が沈む時刻に始まるイベント。地元商店街の人々が、工夫を凝らした露店やパザールを出店するのに加え、実行委員会による多彩なイベントも行われます。夕方17:30スタートです。
開催時期/5月～9月の毎月第4土曜(17:30～20:00)
会場/本通商店街

●農産物直売所収穫祭

「道の駅マイオの丘公園」をはじめ長沼町各地区の農産物直売所などで、秋の実りに感謝して、一斉に収穫祭が行われます。道の駅ではフリーマーケットなども開催されます。
開催時期/9月23日(祝日)
会場/マイオの丘農産物直売所ほか

●ながめマイオ祭り

総合公園を会場に開催される夏の一大イベント。注目は逆風一輪車野山競争「やませ」です。優勝賞金10万円をかけて、野菜を乗せた一輪車で特設コースを走行する選手の姿に、会場は大いに盛り上がりします。ほかにも大玉ころがしや綱引き大会など、見て参加して楽しいイベントが盛りだくさんです。
住所/長沼町馬追
電話/0123-88-2111(長沼町教育委員会)
時間/積雪期間は通行不可

●ながめ七夕まつり

商工会議所前の歩行者天国を会場に行われるまつり。吹き流しのコンテストやお楽しみ抽選会などが行われるほか、露店や昔の遊びコーナーなどが並び、大勢の人で賑わいます。
開催時期/8月第1土曜
会場/商工会議所前歩行者天国