

往路

日	行程	泊	走行距離
1	ヨコガワ分店	ユースホステル天香寺	362km
2	坂内食堂	福島(会津若松)・福福亭 or 会津野ユースホステル	276km
3	山形城	祓川 (はらいがわ) ヒュッテ	253km
4	鳥海山登山(1120m/2236m) 佐藤養助 総本店	〃 or 大曲ユースホステル	73km
5	八幡平登山(250m/1613) → 根城 いちば亭	ライダーハウス 338 or カワヨグリーンYH	290km or +222km
6	大間→函館フェリー(1時間半) (ぬいどう食堂)	函館ライダーハウスパゴパゴ	126 + 10 km
			1312km

YH天香寺⇒祓川ヒュッテ：418km

北海道

日	行程	泊	走行距離
1		振内鉄道記念館 or 豊郷夢民村ユースホステル	319km 297km
2		厚岸愛冠ユースホステル	279km
3	根室半島チャシ跡群	清岳荘	57km
4	斜里岳 (1001m/1547m)	屈斜路原野ユースゲストハウス	126km
5	雌阿寒岳(820m/1490m)	お気軽屋(羅臼) or 知床岩尾別ユースホステル	294km
6		塩狩ヒュッテユースホステル	120km
7	55km→黒岳→北鎮岳	比布町 ブンブンハウス or 塩狩ヒュッテユースホステル	240km
8	美瑛	ユースホステルカリンパニ・ニセコ藤山	65km
9	ニセコアンヌプリ 746m→1308m 3時間 (イワオヌプリ)	仲乃沢屋	98km
	函館→大間		95km

復路

日	行程	泊	走行距離
1	大間→青森→奥入瀬溪流 ぬいどう食堂	ライダーハウス 338 or カワヨグリーンYH	170km+62km
2		ホテル宮古ヒルズ(カプセル)	165km
3		海泉閣	220km
4	宮城：多賀城 (山形城) 福島：二本松城	福島(会津若松)・福福亭 or 会津野ユースホステル	227km
5	福島：白河小峰城	日光杉並木ユースホステル	125km
6	栃木：足利氏館(鏝阿寺)	北軽井沢ブルーベリーユースゲストハ	157km

	埼玉：鉢形城 群馬：箕輪城、金山城	ウス	
7		ひだ高山天照寺ユースホテル	185km
8	福井・一乗谷城	自宅	334km

鳥海山登山 2236m 祓川・・・舍利坂・・・七高山・・・新山・・・七高山・・・祓川
約10km 7時間 50分 標高差：1,120m

八幡平 1613m 8km 2時間 45分 標高差：250m

斜里岳 1547m 約9km 6時間 標高差：1001m

雌阿寒岳 1490m 8km 3時間 30分 標高差：820m

黒岳・北鎮岳 ロープウェイ(670m→1300m) リフト(1320m→1520m) 黒岳 1984m 北鎮岳 2240m
約7km 6時間半 標高差 927m

大間→函館 フェリー 7:00 14:00 (1時間半) 5560円

函館→大間 フェリー 9:30 16:30

ユースホテル天香寺 富山県下新川郡朝日町大家庄 913 0765-83-3339 夕食なし

福島(会津若松)・福福亭 福島県会津若松市真宮新町北 4-69 080-31458049

無料。電話予約必要。洗濯機あり。お店の営業は11:00～14:00で飲食物はコンビニ等で調達
会津野ユースホテル 福島県大沼郡会津美里町寺崎字柿屋敷 88 0242-55-1020 夕食 862円

祓川(はらいがわ) ヒュッテ 1800円 0184-55-4953 (矢島総合支所産業課)

大曲ユースホテル 秋田県大仙市藤木字甲本藤木 46-1 0187-65-3451 夕食 1000円

ライダーハウス 338 1500円 青森県三沢市鹿中 4丁目 145-685

090-1936-2778 (松森さん 13:00～14:00 TEL不可) 寝具なし。ドラム乾燥機付き洗濯機 300円。

19時までは電話予約後にオーナーがいる R338 沿いのコスモ石油でチェックイン

カワヨグリーンユースホテル 青森県上北郡おいらせ町向山 3331 0178-56-2756 夕食 1260円

ライムライト 1000円 北海道函館市栄町 5-1 090-2875-1104

函館ゲストハウス 1500円 北海道函館市松川町 17-1 0138-41-3911 / 070-6602-9332

函館ライダーハウスパゴパゴ 1500円 北海道函館市上野町 36-21 0138-59-3698 (喫茶パゴ)

ドミトリーシルシル 北海道函館市本通 1-20-34 3518円(2500円) 0138-54-7773

豊郷夢民村ユースホテル 北海道沙流郡日高町字豊郷 115 01456-2-6388 夕食 1080円

振内鉄道記念館 公 客車 600円 北海道沙流郡平取町振内町 151-45 01457-3-3211

厚岸愛冠ユースホテル 北海道厚岸郡厚岸町湾月 2丁目 8番地 0153-52-2054 夕食 1400円

清岳荘 2,050円 清里町江南 872番地 0152-25-4111

屈斜路原野ユースゲストハウス 北海道川上郡弟子屈町字屈斜路原野 443-1 01548-4-2609 夕食 1300円

お気軽屋(羅臼) 北海道目梨郡羅臼町緑町 300-6 0153-87-2189 / 090-2697-1285 1,000円。夕食 600円

知床岩尾別ユースホテル 北海道斜里郡斜里町字岩尾別 0152-24-2311 夕食 1500円

塩狩ヒュッテユースホテル 北海道上川郡和寒町字塩狩 503番 2 0165-32-4600 / 090-1963-3524 夕食
1300円

比布町 ブンブンハウス 公 300 円 北海道上川郡比布町西町 3 丁目 6-6 0166-85-4806
ユースホテルカリパニ・ニセコ藤山 北海道虻田郡ニセコ町字ニセコ 336-1 0136-44-1171 夕 1200 円
仲乃沢屋 1000 円 北海道山越郡長万部町中ノ沢 47-6 090-1646-4456 寝たきり

ホテル宮古ヒルズ(カプセル) 3,680 円 岩手県宮古市和見町 5-1 0193-63-2001 朝食バイキング 550 円
リアス唐桑ユースホテル 宮城県気仙沼市唐桑町中井 2-8 0226-32-2490 夕食 1080 円
海泉閣 宮城県牡鹿郡女川町高白浜字高白 35 0225-53-4126 4,430 円(泊+夕食)
日光杉並木ユースホテル 栃木県日光市木和田島 2112-7 0288-26-0951 夕食 1260 円
北軽井沢ブルーベリーユースゲストハウス 群馬県吾妻郡嬭恋村鎌原 1506-12 0279-84-3338 夕食 1400 円
ひだ高山天照寺ユースホテル 岐阜県高山市天性寺町 83 0577-32-6345 夕食なし

ライダーハウスあかぶ 500 円程度 岩手県上閉伊郡大槌町吉里吉里 14-18-1 蒲野(ガマノ)さん
090-6227-8819 / 0193-43-1888

サウナ&カプセル宮古 3800 円 岩手県宮古市長町一丁目 1-4-3 0193-77-3512 朝食付
ホテル マルエ 3,990 円 岩手県釜石市大渡町 2-1-10 0193-24-3911

ヨコガワ分店 ボルガライス 福井県越前市京町 1-4-35 0778-22-7172 定休：火曜
坂内食堂 福島県喜多方市字細田 7230 0241-22-0351 定休：木曜
山形一寸亭 山形県山形市薬師町 2-17-2 023-631-2910 定休：水曜
佐藤養助 総本店 秋田県湯沢市稲庭町字稲庭 80 0183-43-2911 不定休
みなと食堂 青森県八戸市大字湊町字久保 45-1 0178-35-2295 定休：日曜
いちば亭 青森県八戸市大字河原木字神才 22-2 0178-28-8748 無休
ぬいどう食堂 青森県下北郡佐井村大字長後字福浦川目 15-1 0175-38-5865 不定休
舟宿(デカ盛) 青森県上北郡野辺地町字千草橋 67-7 0175-64-2987 定休：日曜日・祝日
お食事処 馬い家 青森県下北郡大間町大間 77 0175-31-1778 定休：日曜

元祖 小いけ(カツカレー) 北海道函館市宝来町 22-4 0138-23-2034 無休