

### 開陽台（中標津町）

中標津郊外にある、標高271メートルの小高い丘。四方に森林、草原、牧草地など緩やかな緑の地平線が続く、北海道でも屈指の展望スポット。330度を一望できる展望館には、四季の姿を映像観賞できるパノラマ室、ガラス張りの展望回廊などがある。

### 摩周湖（弟子屈町）

摩周岳や西別岳など、険しい山々に囲まれた周囲24キロメートルのカルデラ湖。この湖に注ぎ込む川はないが、湖底に流れ込む地下水脈があるため、いつも水位が変わらず、透明度の高い湖となっている。「霧の摩周湖」と言われるほど夏場は霧が多く、それが湖の神秘性を高める所以ともなっている。

### 屈斜路湖（弟子屈町）

道内ではサロマ湖に次ぐ大きさの湖。周囲56キロメートル。火山活動によってできた湖なので、湖畔には大小さまざまな天然温泉宿が点在し、賑やか。毎冬2月から3月にかけて、湖が凍結しバリバリという音が湖上に響きわたる「御神渡り（おみわたり）」という自然現象が起こる。

### 多和平（標茶町）

「多和平」とは、多和平展望台を中心に広がる多和育成牧場一帯の名称。牛や羊、馬がのんびりと草を食べている1577ヘクタールの大牧草地。展望台は絶好のビューポイントで、雄阿寒岳、雌阿寒岳、摩周岳、知床連峰など壮麗な山々の姿を見ることができ、広大な牧場風景の中で見る朝日、夕陽、星空は格別の味わい。キャンプ場もある。

### 阿寒湖（阿寒町）

天然記念物のマリモが生息している湖。貴重な高山植物を擁する雄阿寒岳、雌阿寒岳に囲まれるように広がっている。湖上には、大島、小島、ヤイタイ島、マリモ展示観察センターのあるチュウレイ島の4つの島がある。湖上遊覧船で約1時間30分の阿寒湖周遊を楽しめる。湖周辺には豊かな原生林が広がり、多くの野鳥が生息している。

### 温根内ビジターセンター（鶴居村）

釧路湿原に生息する多種多様な動植物に関する情報が集積されている。地図や写真で細かく解説されているので、ためになる情報が多い。木道が整備されており、この道を歩きながらミズゴケ湿原やハンノキ林、野鳥や植物などの観察ができる。  
■鶴居村温根内 TEL.0154-65-2323

### 釧路市丹頂鶴自然公園（釧路市）

タンチョウの保護を目的とし、釧路湿原の一部を利用して、作られた公園。日本で初めてタンチョウの人工ふ化に成功した施設としても有名。現在は19羽のタンチョウを飼育しており、一年を通してタンチョウに出会うことができるスポットとなっている。

### マツカウス洞窟（ひかりごけ）

海流に運ばれた砂が堆積してできた砂嘴、野付半島。市街地から北方へ約2キロメートル進んだあたりに位置する。洞窟内の岩場に生息しているコケ（ひかりごけ）は光を反射させ、日の射す方向によってさまざまな色合いを見せる。ひかりごけの群生地としては特に広い範囲をもっており、昭和38年に北海道の天然記念物に指定されている。

### 標津サーモンパーク（標津町）

海流に運ばれた砂が堆積してできた砂嘴、野付半島。ここ約20ヘクタールの広大な敷地内に「標津サーモン科学館」とショッピングや食事を楽しめる「サーモンハウス」がある。サーモン科学館には、標津川から館内まで引いた人工魚道があり、秋にはサケの遡上、11月には産卵などを観察することができる。サーモンパーク内では、5月に稚魚の放流なども実施される。  
■標津町北1条西6丁目1番1-1  
標津サーモン科学館 TEL.01538-2-1141

### トドワラ（別海町）

海流に運ばれた砂が堆積してできた砂嘴、野付半島。ここでは地盤沈下によってトドマンの林が海水に浸食されて立ち枯れた荒涼とした風景「トドワラ」を見ることができ、半島は7月～8月には原生花の咲く花の名所でもある。

### 風蓮湖と春国岱（根室市）

根室半島のつけ根に位置する海水と淡水がなる周囲65キロメートルの汽水湖。野付風蓮立自然公園の中にあり、周囲には湿原、森林、そして砂丘などが広がる。ちなみにここは、日本で観察された約300もの野鳥の宝庫。春国岱は湖と海をさえる砂州で、6月～7月ころハマナスの大群落ができる。

### 霧多布湿原（浜中町）

約3168ヘクタール、国内でも3番目の広大な湿原。4月上旬にはフクジュソウが顔を出し、5月中旬にはユキワリコサクラ……と10月ごろまで次々と色鮮やかな花が咲く。中でも見ごろは6月中旬～9月前後。湿原を一望できる霧多布湿原センターも開設されており、望遠鏡の無料貸出やマウンテンバイクのレンタルもある。近くに「霧多布温泉ゆらゆら」がある。

### 細岡ビジターズラウンジ（釧路町）

湿原に関する資料や動植物の写真を展示しており、阿寒岳・雌阿寒岳の山並みを一望できる。喫茶コーナーもあるので、釧路湿原の雄大な景色を眺めながらくつろげる。ここから数分歩けば、日本最大の釧路湿原を見渡す最高のスポットといわれる「細岡展望台」に行くことができる。  
■釧路町字達古武22番地9 TEL.0154-40-4455

