



トカプチ 400

山、平野、海へ。自転車で旅すれば、きっと十勝は、もっと面白い。

十勝には、日本最大の食糧基地と呼ばれるにふさわしい肥沃な大地に広がる農業・酪農の風景があります。

トカプチ400は北海道東部に広がる十勝平野を8の字に結んだ、延長403kmの基幹ルートです。

Tokapuchi 400



延長：403km

区間：帯広市を起終点とし上士幌町から大樹町までを8の字で結んだルート



広大なスケール

トカプチ 400 は、北は三国峠までの山岳ルート、南は日高山脈や広大な平野を望むパノラマルートなど多様な景色を楽しめるルートです。どこまでも続く広大な大地を疾走する体験は他では味わえません。



充実したレンタサイクル

1年中自転車を楽しむためのレンタサイクルが充実しています。街乗りからロングライド、雪上サイクリングまで。それぞれの目的や体力にあわせて、最適な自転車をお勧めします。



十勝の食を存分に味わおう

日本の食糧基地と言われる北海道の中でも、十勝は特に食材が豊富な地域で、美味しいものがいっぱい！野菜、肉、魚、ワイン、スイーツなど、季節に応じた多彩な食をぜひ堪能してください。ファームレストランも多いのも魅力の一つです。



① 三国峠／トカプチ400 の最北端にある北海道の国道の中で標高が最も高い峠。眼下に広がる樹海と松見大橋が織り成す美しい眺めは絶景です。



② 糠平源泉郷／大雪山国立公園の東部にあり、東大雪山系と糠平湖に囲まれた自然豊かな源泉郷。無料の足湯もあります。



⑥ タウシュベツ川橋梁／上士幌町の糠平湖にある、旧国鉄士幌線（廃線）のコンクリート製アーチ橋。



⑦ 十勝牧場白樺並木／帯広市の北部に位置する音更町の牧場。入口から約1.3km続く美しい白樺の並木道は、十勝を代表する景勝地のひとつです。



★[ゲートウェイ]
JR帯広駅+おびく(バスターミナル)
バスターミナルおびくで観光情報やレンタサイクルを利用できます。



⑧ 真鍋庭園／帯広市稲田町にある庭園。日本初のコニファーガーデン（針葉樹庭園）としても知られる庭は25,000坪に及び、日本庭園・西洋風庭園・風景式庭園で構成されています。散策後にはカフェで一息。



⑨ 幸福駅／帯広市幸福町にある旧国鉄広尾線の駅で、その名前から、幸せを運ぶ縁起の良い観光スポットになっています。



★[ゲートウェイ]とちか帯広空港
十勝観光の空の玄関口。空港レストランや売店には地元の食材を使った食物や土産品が充実しています。



④ 忠類坂／帯広・広尾自動車道の脇にある坂道で、忠類市街に向かうダウンヒルは迫力満点。



⑤ 湧洞湖／トカプチ400のスタート地点であるJR帯広駅から、南に約60km離れた太平洋岸に位置する周囲約19kmの湖です。周辺には美しい原生花園が広がっています。

トカプチ 400
オフィシャルサイト

