



日本北海道東部 單車4日遊

圖、文◎詹阿生



北海道是日本最北的一個區域，面積是台灣的 2.4 倍，但人口只有 500 萬人左右，四季分明，擁有不同的景觀及特色。由於其緯度高，夏天的溫度非常涼爽，和歐洲非常類似，配合其自然景觀，非常適合騎乘自行車旅行。

爲了避開都市及人群，特意將此趟自行車的旅行路線規劃到人最少，自然景觀最豐富的道東路線。而我採取的方式完全是類似流浪及自我放逐的旅行方式，沒有同伴，沒有預定旅館，也沒有任何路況或前輩留下來的資料，只有一個想法，那就是一個人自由的騎，自由的摸索，享受完全自我的樂趣，展開四天 500 公里的單車旅行。



裝備：這次採輕裝的方式，由於北海道大都是較平緩的路，所以我帶了一台平把的Cyclecross，它具有跑車的速度，又有登山車的舒適感。旅行裝備都是Topeak贊助的，有了這些裝備就把大部份旅行碰到的問題一次解決了。

行程及路線



▲北海道遺產-小清水原生花園。



▲富良野到處都是美麗繽紛的花海！

Day 1

帶廣—川路

國道 38 號 總計 120km

帶廣是一個很大的都市，所以在進入及離開都市的前及後 15km，騎乘的品質馬上降了許多，但整體而言國道 38 號還是很美的路線。帶廣很容易找到住的地方，但可以考慮前一天多騎個 10km，可住在其郊外的十勝川溫泉。

此次是在中午左右開始第一天的騎乘，由於時間不多必須趕路才能到川路住宿，而且當天下午天氣不是很好，所以並沒有拍到很多照片。川路是很大的都市，最有名的北海道濕原就在這裏，如果你時間允許的話，可以停留一天去參觀一下。

Day 2

川路—厚床

國道 44 號 總計 104km 到根室 130km

從川路出來往東走有兩個選擇到根室，一是走國道 44 號，另一條則是沿著海岸線（142），由於天氣還是陰陰的，而且我決定在厚床這個小地方碰運氣找旅館住，以方便隔天的行程，所以我選擇走國道 44 號。這條路線也是很美，出了川路市區 10km 後，騎乘品質的指數就一直提



高。其間經過厚岸港後，進入很原始的保護區，然後就是延綿的農場，很多路段一眼望去沒有看到盡頭。幸運的我在厚床這很小的地方找到唯一的小民宿，可以不用多騎 26km 到根室。

Day 3

厚床—羅臼

國道 243/244/335 總計 115km

前兩天雖然天氣陰陰的，不適合拍照但卻很適合騎車，可是今天一起床卻飄著細雨（可能只是晨間的霧氣），但已經沒有選擇了，因為路已經走了一半，而且這裏正是最偏關地帶，也就是說原始的起點。小民宿沒有早餐，前一晚準備的小麵包，

商店外的自動販賣機買的咖啡，吃完就上路。從厚床離開後是走國道 243，十幾公里後接 244 後再接 335 沿根室海峽往北走，也就是在北海道最東邊的海岸線。當然這條路更原始，景觀變化更大，車輛也比前兩天更少。大約騎了 20km 以後天氣就漸漸的變好。這一段路開始是農場，這些農場是唯一的住家，到了海邊以後就是一片野鳥保護區，接著就是魚村，直到羅臼景觀變化不斷；羅臼是知床半島國家公園東岸的小鎮，有旅館但不是很多。從這裏沿著 87 道路走可以進到保護區內，一路左邊面山右邊面海，直到相伯為止 24km。沿路可看到很多的鹿和狐狸，聽說還有熊。相伯溫泉是在海邊，洗溫泉時還可以看海浪；但裏面住的地方很不方便，最好是出來羅臼，由於我有進到相伯再出來，所以今天總共騎了 160km。



Day 4

羅臼—網走

國道 335/334/244 總計 120km



這是本次行程的最後一段，一出了羅臼後，國道 335 是跨知床半島的越山通道，從羅臼爬到最高點的知床卡 16km，爬高 750m。這條山路很美，但常常起霧，如果幸運的話可從最高點看到庫頁島。此行往上爬，一路都是霧，但可以感覺到真的很美，也是此次行程中較有挑戰性的路段。但也只花了不到一個半小時就攻到頂點。今早在旅館碰到一個騎車的德國人，說他昨天在頂點有碰到幾分鐘的好天氣，所以我本想在山上等等看，但最後決定放棄，因為霧實在太大又很冷。所以往下滑，不到 3km 天氣就完全不一樣，豔陽高照，天空的雲變化很快。下到另一頭只有 10km，可以想像從這邊上去的難度高很多。下到叉路的地方是知床國家公園服務





中心，也是前往知床五湖的入口，從此進去大約 20km 左右。由於沒有時間所以沒進去，直

接下滑到宇呂登，這是進入知床國家公園西岸的一個小鎮，面臨鄂霍次克海，旅館很多，也是著名的溫泉小鎮。如果進去知床五湖參觀的話，可考慮住一晚。出了這個小鎮後沿國道 334 走，約 20km 都是臨

著蔚藍的海岸，真是美極了。國道 334 過了斜里後接國道 244 往網走，網走也是一個蠻大的都市，最有名的景點就是監獄博物館，這兒也是冬季搭破冰船的地點。這是我此次道東單車行程的終點站，從這兒搭火車回到札幌大約 340km，5.5 小時。

到北海道免簽證，台灣駕照通用（需翻譯成日文），3G 手機可漫遊，台灣的金融卡可在當地 7-11 的 ATM 提領日幣。自助單車旅行最重要的就是調整好自己的心情及腳步。



感想及心得

整體而言，四天是有點趕，如果能夠是 8-9 天，就可以從道央的美瑛 / 富良野開始騎，而且也可以抽空一遊川路濕原及知床五湖。日本北海道除了讓人感到安全外，待人更是親切。也不必擔心溝通問題，其實有很多漢字，紙筆就可以解決不少問題。