

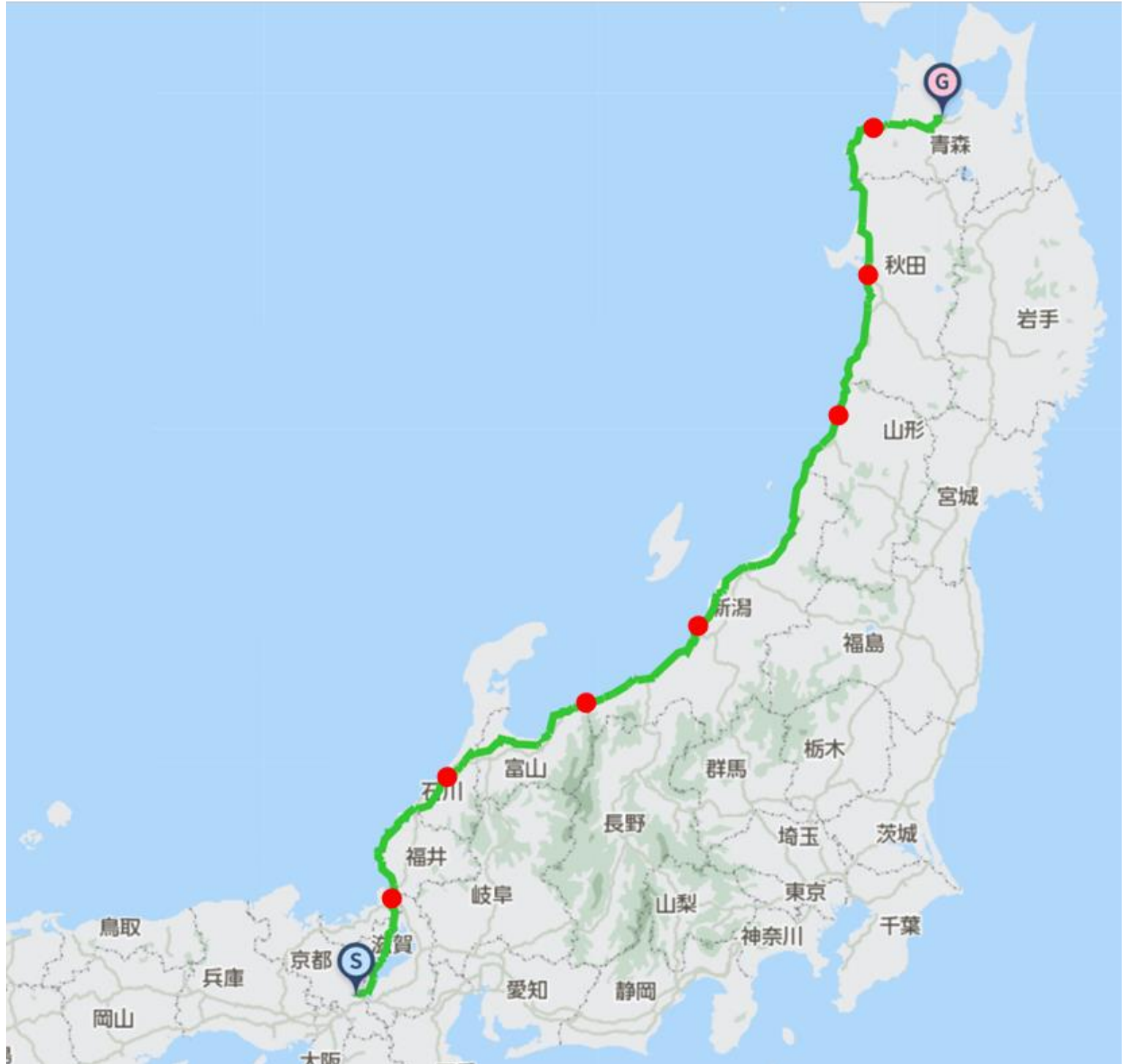
JTO 京都青森日本海 自転車旅

2026年8月22日(土)~8月29日(土) 8日間

総距離:1037km 総獲得標高:7213m

京都→敦賀→金沢→糸魚川→新潟→鶴岡→秋田→鱒ヶ沢→青森

<https://www.navitime.co.jp/coursebuilder/course/590cf98505de49e0a56f419c961abd93>



京都 8月22日(土) 日の出時刻:5時22分 日没時刻:18時38分

青森 8月29日(土) 日の出時刻:5時00分 日没時刻:18時15分

1日目 8月22日(土) 京都→敦賀 95km+877m

2日目 8月23日(日) 敦賀→金沢 149km+913m

3日目 8月24日(月) 金沢→糸魚川 153km+1220m

4日目 8月25日(火) 糸魚川→新潟 137km+1011m

5日目 8月26日(水) 新潟→鶴岡 160km+891m

6日目 8月27日(木) 鶴岡→秋田 129km+783m

7日目 8月28日(金) 秋田→鮭ヶ沢 164km+1183m

8日目 8月29日(土) 鮭ヶ沢→青森 50km+335m

8月21日(金) 前泊推奨 京都

前泊推奨 京都トラベラーズイン 〒606-8344 京都府京都市左京区岡崎円勝寺町91-2 075-771-0225



他宿泊推奨 アパホテル 京都駅堀川通(京都駅付近 大浴場付き)

観光推奨 清水寺 伏見稻荷 金閣寺 東寺



二条城 八坂神社 三十三間堂 京都御所



下鴨神社 北野天満宮 南禅寺 錦市場



食事推奨 はふう 三嶋亭 寿司割烹三栄 都野菜 賀茂



8月22日(土) 集合:9時30分 平安神宮前 應天門

〒606-8342 京都市左京区岡崎最勝寺町95 平安神宮前 075-751-8284

・出発前、コース説明、宿泊食事説明を含めたブリーフィングを行います。朝食・自転車準備を済ませ集合下さい。

東京からの推奨新幹線例 東京発→京都着 6時00分発→8時08分着 6時15分発→8時24分着

バス: 京都駅→平安神宮: 5km JR「京都駅」より、平安神宮: 市バス 5 系統・100 系統・110 系統

「岡崎公園 美術館・平安神宮前」下車 北へ徒歩5分 京都駅より自転車自走約30分 タクシー15分

地下鉄 京都駅～烏丸駅～東山駅(所要15分) 東山駅1番出口から1km: 徒歩10分

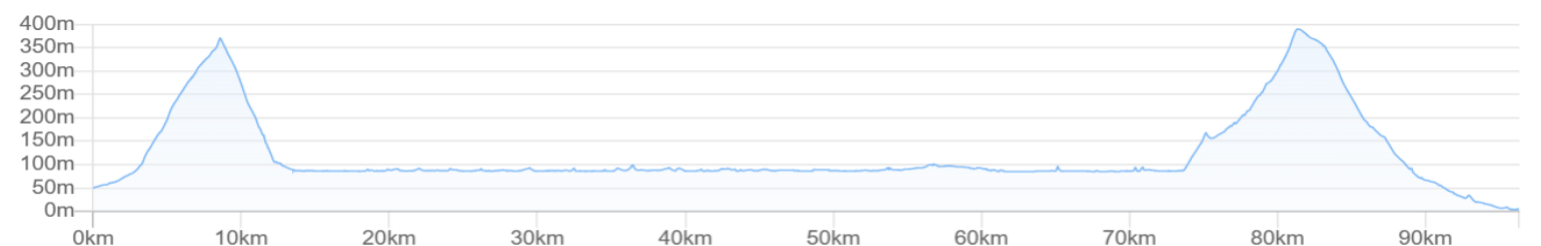
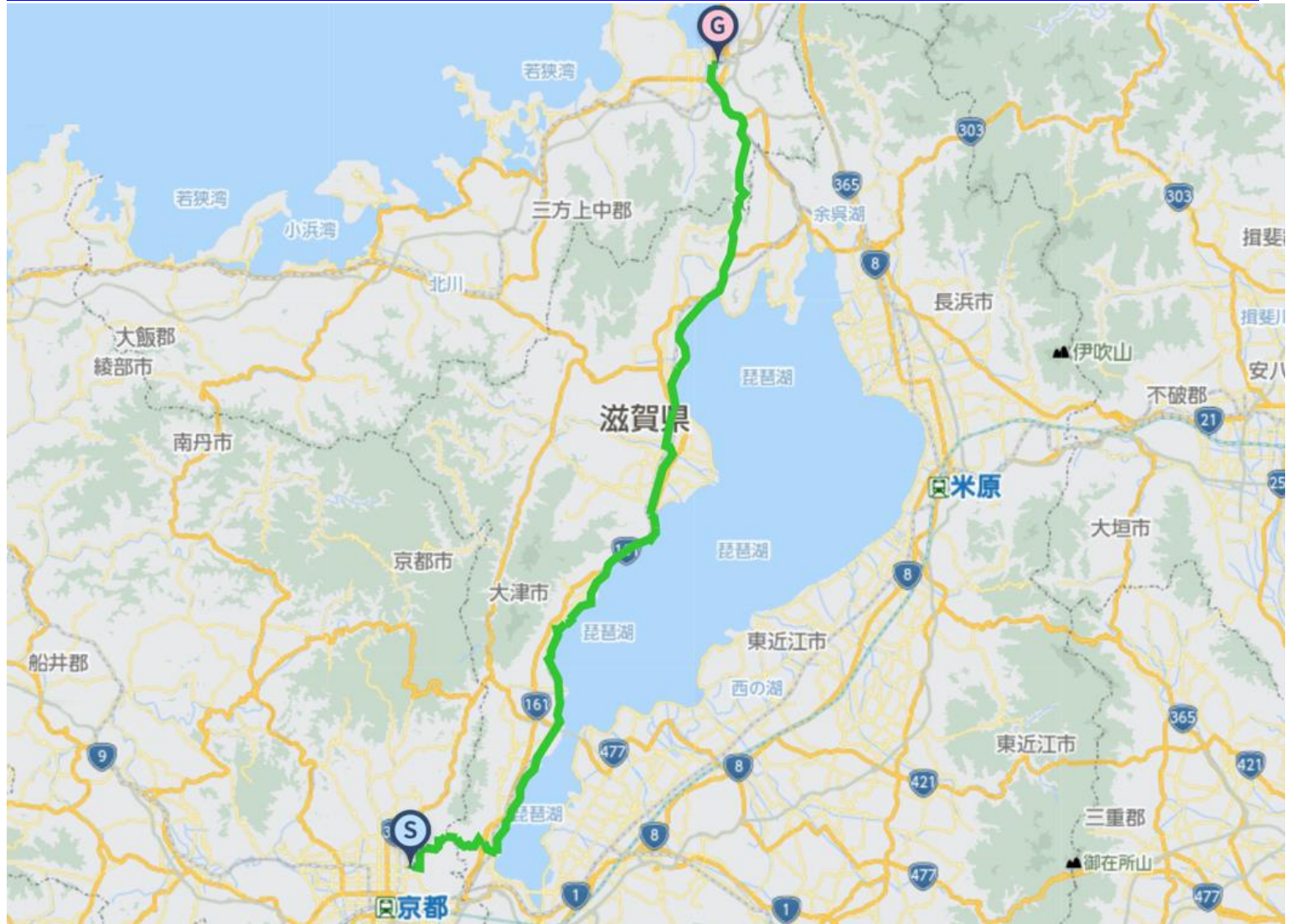
岡崎公園野球場北公衆トイレ利用

※酷暑対策で安全優先となる場合は昼前後の熱暑時間に移動を避け室内休憩や輪行移動をしていただきます。



1日目 8月22(土) 京都→敦賀 95km+877m

<https://www.navitime.co.jp/coursebuilder/course/a363225991fb4d8999a645f966032127>



10時 平安神宮前 出発 平安神宮で旅の安全祈願 琵琶湖畔から日本海へ

近江舞子(41km) Rcafe(ハワイアン) 木のした(洋食) 旬菜食房けんずいや(和食) ファミリーれすとらんひろせ寿し正



(初日の昼食は初日参加者全員揃って食べます。昼食場所は当日の参加者のご意向にあわせて道中に決定)
※レークサイドオーツカ協の「民宿BBQ湖畔荘 077-596-0155」では、コテージや和室で昼前後に休憩可能です(要確認)

観光推奨 平安神宮 琵琶湖 敦賀気比神社 敦賀湾



宿泊 敦賀 ホテルルートイン敦賀駅前 〒914-0055 福井県敦賀市鉄輪町1-6-2 050-5576-8005



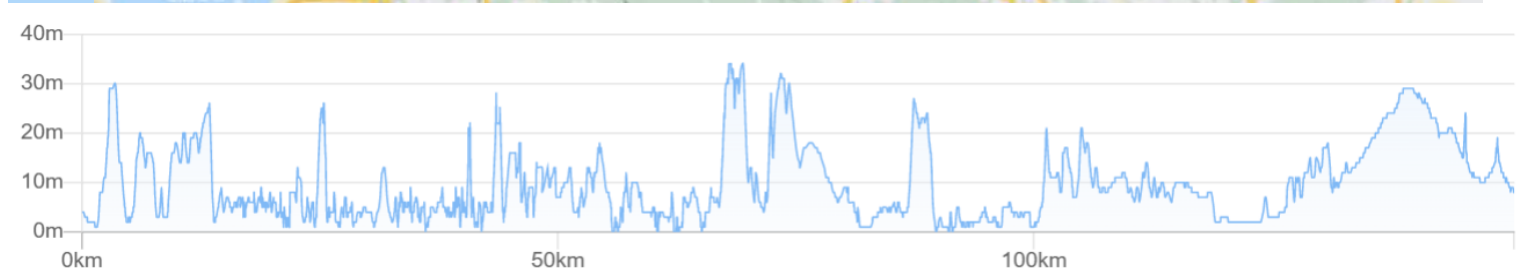
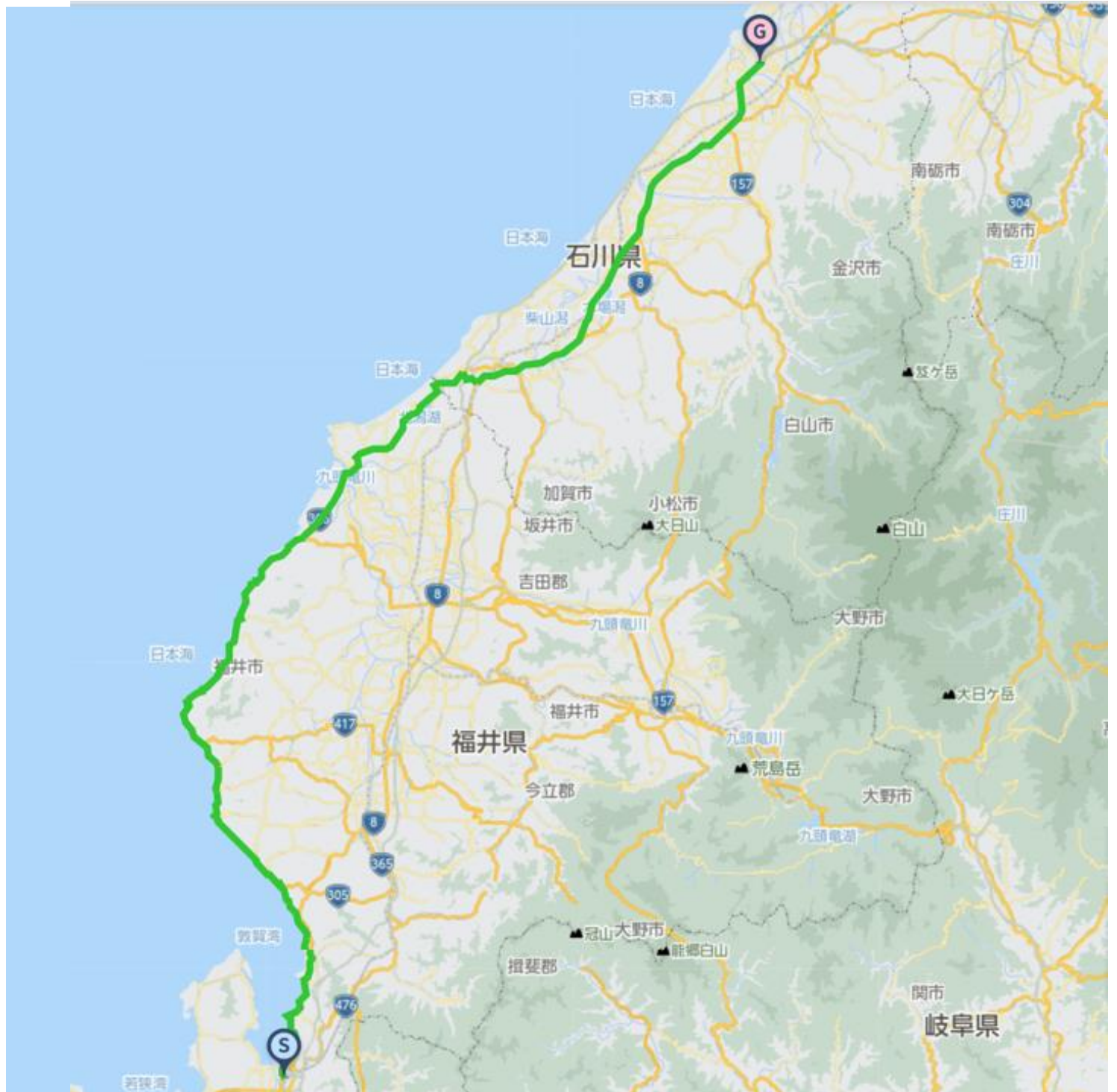
館外食事 まるさん 創作居酒屋てんてん 敦賀ヨーロッパ軒中央店 文楽園焼肉



他宿泊推奨 敦賀マンテンホテル駅前 東横 INN 敦賀駅前 竹野旅館 銭湯：サフラン湯
輪行移動推奨 東山→山科→近江舞子→敦賀：京都地下鉄東西線 JR湖西線

2日目 8月23日(日) 敦賀→金沢 149km+913m

<https://www.navitime.co.jp/coursebuilder/course/af7f5df563c44b4c9cfb79f90fa00715>



初の日本海沿岸部を走ります。東尋坊・越前松島を横目に北陸の風の中を北上します。7時30分出発。以降同様。昼食推奨 三国港(80km) はまさか 料理茶屋魚志楼 てんつる 海鮮処三国港



大聖寺(100km) おとと村 フェアレディ・三津野 料亭山ぎし ばん亭



観光推奨 越前海岸 東尋坊 金沢城 兼六園



宿泊 金沢 数寄屋風旅館からさわ 〒920-0346 石川県金沢市藤江南1丁目102-1 076-201-8748



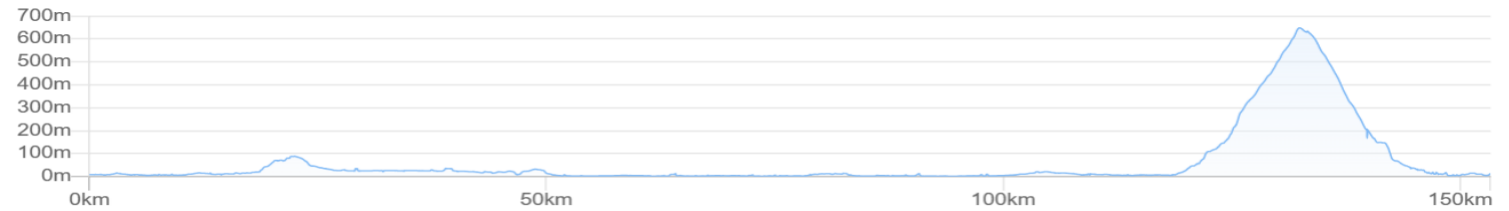
館外夕食推奨：あかめちゃん 寿司一船 焼肉京澤 近江市場



他宿泊推奨 金沢ゆめのゆ アパホテル金沢駅前 汐の香 天然温泉リラクスパークテルメ金沢 金沢温泉金石荘
銭湯：アパスパ金沢駅前
輸行推奨 敦賀→金沢：北陸本線

3日目 8月24日(月) 金沢→糸魚川 153km+1220m

<https://www.navitime.co.jp/coursebuilder/course/949862c947254f9bb0b0fe62aee0ec59>



能登半島の内陸部から富山湾、新潟県内へ。能登半島を境に海の深さ、海の色が変わります。

昼食推奨 富山市(6.4 km) 富山湾氷見前鮪銀兆総曲輪店 富山ラーメン麺屋一鶴 焼肉蔵富山飯野店 かつたま



黒部(9.1 km) 黒部そば屋 氷見きときと寿司黒部店 かつ兵衛 藍菜坊



※二本松峠・尻高山をヒルクライム越えする場合は黒部での昼食ご協力ください。

観光推奨 立山連峰 富山湾 糸魚川ヒスイ海岸



輪行推奨 金沢→糸魚川：JRいしかわ鉄道 あいの国とやま鉄道



他宿泊推奨：ホテルルートイン糸魚川 ホテルジオパーク ホテルゑびや 銭湯：ひすいの湯
館外夕食推奨：蒸汽茶屋 寿司割烹志乃 すし活 月徳飯店



※ I R いしかわ鉄道・あいの風とやま鉄道・えちごトキめき鉄道日本海ひすいラインで輪行移動可能
 ※市振駅～青海駅間の国道8号線(14 km)はトンネル・洞門、幅狭区間が続き交通量が多く自転車通行推奨できません。
 上路市振停車場線から橋立青海停車場線を二本松峠・尻高山のヒルクライム越えか、市振駅～青海駅間の輪行移動下さい。
 上路市振停車場線から橋立青海停車場線を二本松峠・尻高山のヒルクライム越えが道路状況により通行できない場合、サポートカーでブロックしてのグループライドにもなりえますが、基本は市振駅～青海駅間の輪行移動になります。
 富山・新潟県境の境橋交差点(118 km地点)を15時に通過できない場合は市振駅から輪行乗車下さい。
 市振駅～青海駅 電車運行 15時08分→15時21分 16時43分→16時56分 17時53分→18時06分

4日目 8月25日(火) 糸魚川→新潟 137km+1011m

<https://www.navitime.co.jp/coursebuilder/course/d76fa75927374ab596c057bdc6d63d67>





ほぼ平坦な新潟県沿岸部の日本海。季節もこのあたりから秋に入り始めます。

昼食推奨 柿崎(61km) 中野茶屋 水澤家 さかえ 磯爽風



柏崎(79km) おおはし和食 とみ家エビフライ 萬来食堂大盛カレー アルチゴライタリアン



観光推奨 えちごトキめき鉄道日本海ひすいライン 佐渡弥彦米山国定公園 良寛堂 弥彦山



宿泊 新潟 岩室温泉 ゆもと屋 〒953-0104 新潟県新潟市西蒲区岩室温泉9-1-1 0256-82-2015



館外夕食推奨：秀石菴 寿司亀 灯りの食邸 KOJIMAYA 福千



他宿泊推奨 岩室温泉 高島屋 富士屋 穂々 ゆめや 立寄湯：新潟市岩室健康増進センターよりなれ

輸行移動 糸魚川→岩室 えちごトキめき鉄道日本海ひすいライン・信越本線・越後線で輸行移動可能

5日目 8月26日(水) 新潟→鶴岡 160km+891m

<https://www.navitime.co.jp/coursebuilder/course/58f9feecce81419ea5bf9921d0e1e38e>



ライド後半から東北・山形県に入り、秋の気配を感じます。

昼食推奨 坂町駅(80km) 和食なご道 渡幸寿司 イタリア家庭料理と洋食の店 Secret Fruits 新潟荒川こだわりうどんー



村上駅(92km) 石田屋 中華食堂リン ダイナーズキッチンウッディ 和風レストラン平内



観光推奨 デンカビッグスワンスタジアム 乙宝寺 サーモンパーク 粟島



宿泊 鶴岡本間義一旅館 〒999-7464 山形県鶴岡市由良2丁目3-2 4 0235-73-2552



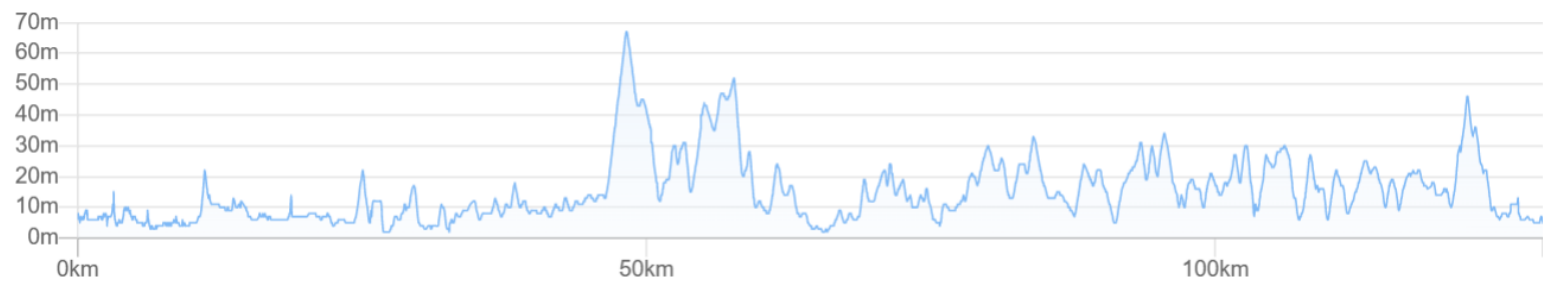
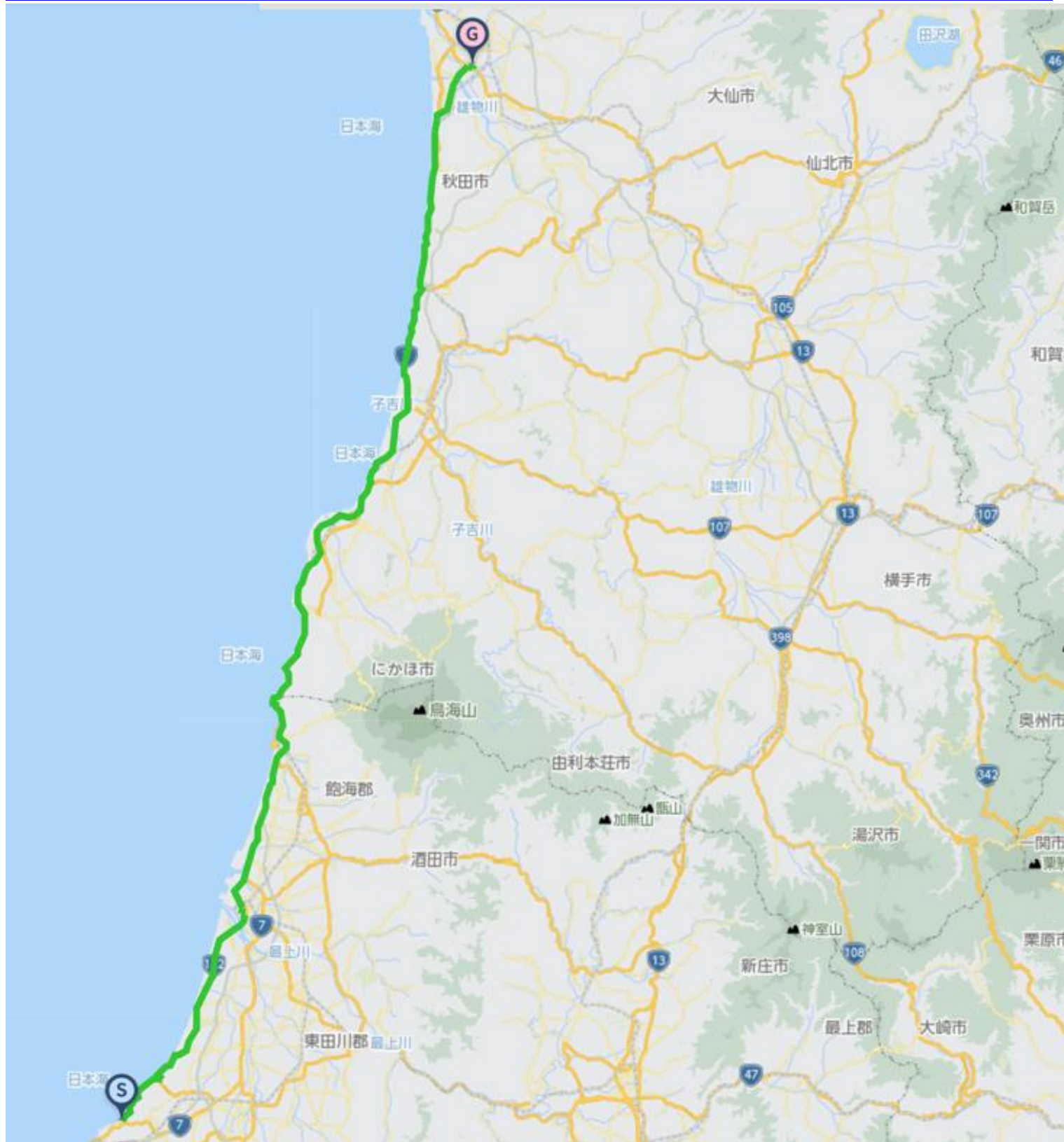
館外夕食推奨 みさと おいしん坊海華

他宿泊推奨 由良温泉八乙女 ホテルサンリゾート庄内 ほり旅館 民宿和田伝兵衛 温泉民宿石川

輸行移動 岩室駅～羽前水沢駅 越後線・白新線・羽越線

6日目 8月27日(木) 鶴岡→秋田 129km+783m

<https://www.navitime.co.jp/coursebuilder/course/9122b22d68c24af4a6bce9bc5842fcdf>



鶴岡から秋田へ東北地方を北上。鳥海山の山頂の木々は紅葉が始まります。

輸行推奨 羽前水沢駅～羽後牛島駅 羽越本線

昼食推奨 象潟駅(6.5 km) ポンポニエールフレンチ 園食堂ラーメン 新よし和食 道の駅象潟海鮮



仁賀保駅(7.8 km) キッチンさかなやさん 焼肉ダイニング・家満喜屋 ラーメン居酒屋海老海 魚や英セカンドはうす
観光推奨 酒田山居倉庫 鳥海山 象潟海岸 久保田城



宿泊 秋田 秋田温泉プラザ 〒010-0822 秋田県秋田市添川境内川原 142-3 tel:018-833-1919 ※日帰り入浴可能



館外夕食推奨：自然食そ糸川 あさひや (秋田温泉プラザ付近)



(秋田駅付近) 本家あべや 秋田店 無限堂 大町本店 秋田きりたんぽ屋 本店 秋田番屋酒場



秋田の恵み鮭処 秋田港 炭火焼肉 久 金華園 ビランチャ

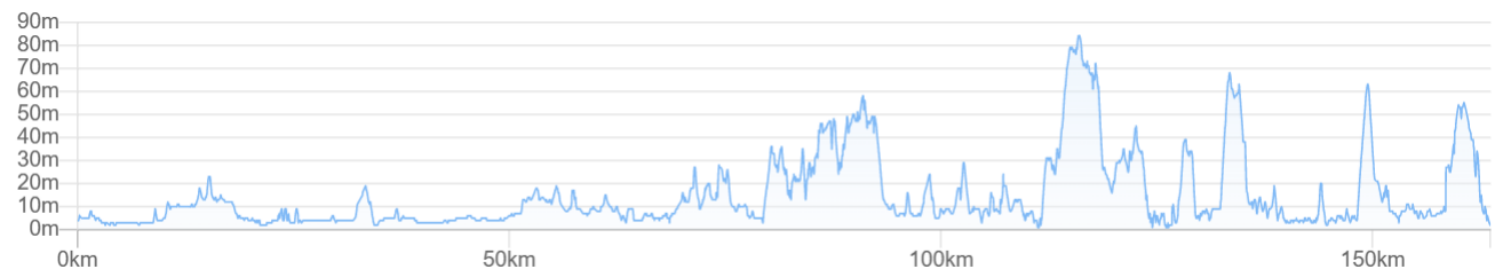
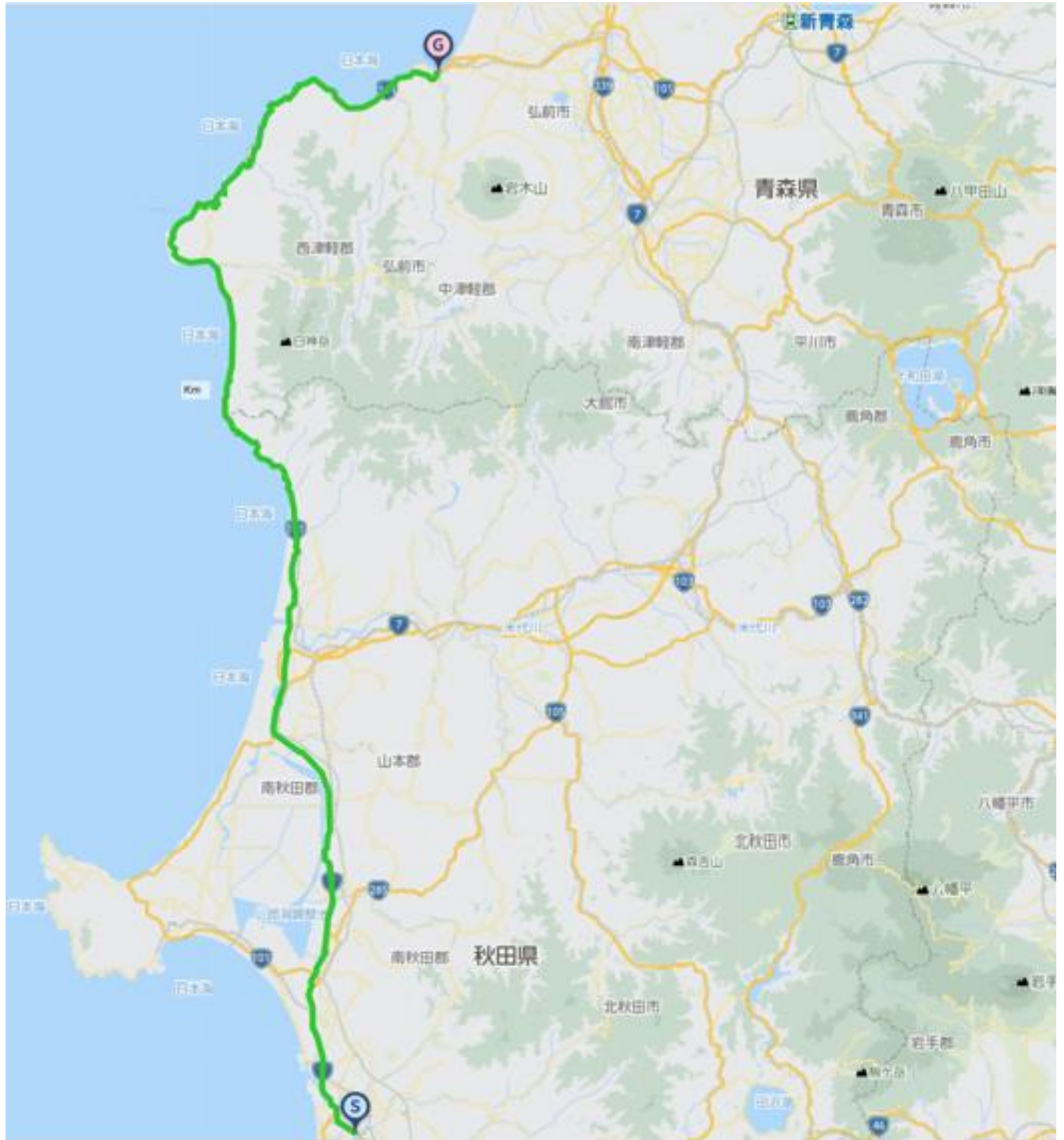


他宿泊推奨 秋田温泉さとみ 白鳥荘 静観荘 ドーミーイン秋田 亀屋旅館

※秋田大曲花火大会(2025年8月30日)の日程が近いため、混雑する可能性があります。相部屋利用ご協力下さい。

7日目 8月28日(金) 秋田→鯉ヶ沢 164km+1183m

<https://www.navitime.co.jp/coursebuilder/course/c2ce8ef2494b44d3adf77a1b8aa93b15>



道中最長ルート。秋田から青森に入り、秋になります。

昼食推奨 能代(63 km) レストランはっぼう定食 大昌園新橋店中華焼肉 道の駅みねはま



八森駅(81 km) ダイニング福八

あきた白神駅(85 km) レストランいさりび ドライバーレストラン海 レストランいこいのロッジ



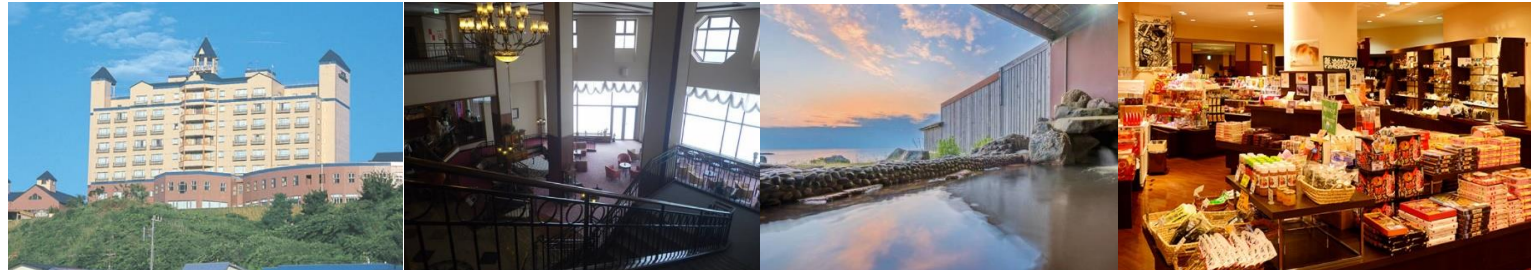
観光推奨 男鹿なまはげライン 牡鹿半島 能代風の松原 白神山地



宿泊 水軍の宿 〒038-2761 青森県西津軽郡鰯ヶ沢町下富田26-1 0173-72-8112 ※日帰り入浴可能



鰯ヶ沢 ホテルグランメール山海荘 〒038-2761 青森県西津軽郡鰯ヶ沢町大字舞戸町字鳴戸1 0173-72-8112



館外夕食推奨：泉 良治 らーめん寛 らーめん鰯丸はまなす店 ※最後の夕食は参加者全員で揃っての夕食を推奨します。

他宿泊推奨 尾野旅館

輪行移動 羽後牛島駅～鰯ヶ沢駅 羽越本線・奥羽本線・五能線

8日目 8月29日(土) 鮭ヶ沢→青森 50km+335m

<https://www.navitime.co.jp/coursebuilder/course/5cc9cc8361334abd80211cb557acbf92>



青森県内を鮭ヶ沢から青森まで、津軽半島を最後に駆け抜けます。新青森駅前の温泉「あおもり健康ランド」をゴールにします。

輸行移動 鮭ヶ沢駅～新青森駅 五能線・奥羽本線

観光推奨 きくや商店 イカ焼き 立佞武多の館 青森湾



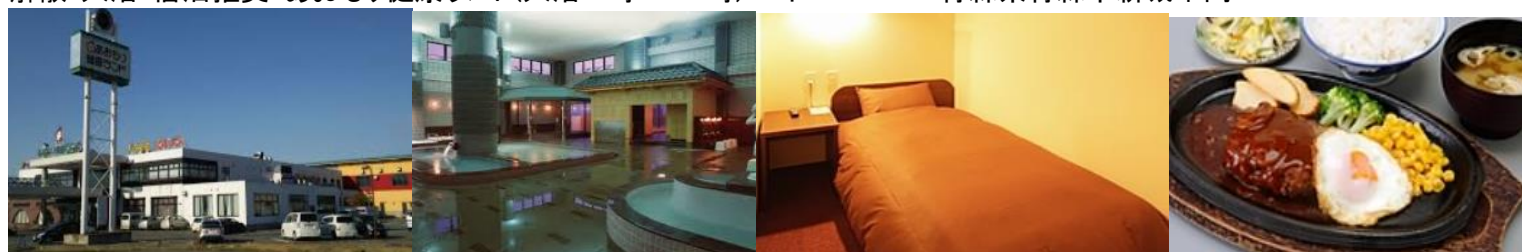
購入 アウガ新鮮市場 青森魚菜センター



昼食 新青森駅 魚っ喰いの田新青森店 黒石屋 太宰らうめんと津軽のめんやめえ 青森魚菜センター



解散・入浴・宿泊推奨: あおもり健康ランド(入浴:8時~23時) 〒038-0042 青森県青森市新城平岡404-1 017-766-1000



他後泊推奨 ホテルルートイン青森駅前 青森センターホテル



魚っ喰いの田新青森駅店 津軽じょっぱり漁屋酒場 焼肉たつや Piemonte



新青森駅から東京への新幹線 所要時間約3時間(随時出発)
青森空港から、羽田・伊丹・新千歳・名古屋・神戸行の飛行機有 随時発着
新青森駅、青森駅から青森空港へは電車・路線バス利用推奨(14km)

申込: 指定メールアドレス soma@jtourism.jp

※日程変更・団体・個人申し込みは随時受付します。オーダーメイドツアー、企画・見積作成します。オーダーメイドツアーでは気兼ねなく楽しんで頂けるよう、1グループ単位の企画作成を致します。

※部分参加可能(別途見積)です。

※個人申し込みから団体申込で、1名様から大人数の受付・見積作成致します。

※別日程、コースの延長、短縮でのオーダーメイド企画作成致します。

※ご希望参加日程・内容・参加人数に応じて、ライド参加料と、宿泊食事手配や道中公共交通機関等の手配、観光費、添乗員移動宿泊費、を合算した参加費用見積を作成致します。

正式申込いただいた方に振込先銀行口座や個別案内を送付致します。

※天候や体調により、当日のライド完走が困難な場合は、輪行移動やサポートカーを利用して、途中中継所や宿泊場所まで移動します。

以下の情報を添えて、申してください。

- ・参加日程 ・名前 ・性別 ・生年月日,年齢 ・住所 ・携帯電話番号 ・メールアドレス ・参加人数
- ・宿泊食事手配

※推奨宿泊食事場所を主催者で選定し、宿泊食事手配します。個人手配不可です。

男女別相部屋 or シングル or ツイン アレルギー食品 ご要望ご指示下さい。

宿泊場所の部屋状況等によっては、ご要望の通りにならない場合があります。

・前泊後泊観光希望 ※前後泊観光の手配・案内・添乗同行を希望される場合、事前要望下さい。

・当日連絡可能な連絡先(携帯電話) & 緊急連絡先(携帯電話・代理連絡可能な方に繋がる電話※本人以外 続柄・お名前)

・最大乗車距離経験日数 距離(km表示) 獲得標高(m表示) 実施年(西暦) 季節(月・春夏秋冬等) 地域(都道府県・コース名)

※当企画参加に対し、経験不十分と判断した際は参加お断りさせていただく場合があります。

自転車レンタルについて。ロードバイク・クロスバイクのレンタルが可能です。

自転車レンタル希望の際は事前申請下さい。「東京サイクリングツアー&レンタサイクル」の自転車レンタルに一括申請します。

① 身長②体重③希望車種④ヘルメット有無⑤グローブ有無⑥ペダル(ビンディング or フラット)

事前申請時に教えてください。※希望通りにならない場合があります。ウエア・靴はご自身でご用意ください。

受け渡しは千葉県内の「東京サイクリングツアー&レンタサイクル」の実店舗で試乗の上の受け渡しを基本とします。出発・集合場所までの運搬は輪行袋等を利用して、ご自身で行っていただきます。

上記に応じてレンタル費用見積もりを作成致します。

実施連絡：募集締め切り後から実施数日前に参加者集合状況・天気予報等から実施判断をして、参加希望者に直接連絡・ご相談します。

開催不能の場合の返金：ライド参加費から手数料等発生経費を除いた額を返金します。

参加者の都合で参加出来なくなった場合は払い込まれたライド参加費は返却致しません。

スタート後の天候や現地状況判断により走行出来なくなった場合は払い込まれたライド参加費・諸費用は返却しません。

ライド参加料金：一日あたり 15,000円(税込)

最大催行人数：10名～最小催行人数：5名(フル日程参加) ※一般応募で指定人数参加の場合の料金

参加料金に含まれるもの：添乗員同行料・サポートカー随行料・サポートフード提供料(一定量・上限あり)

※ご自宅からの移動費、食事代、宿泊代、一定以上のサポートフード料、道中公共交通機関移動費、観光費は含みません。

※途中合流、途中離脱、ライドをせずに輪行移動の場合もお申込みされた一日あたり参加料金は一日分頂きます。

お申込みいただきましたら、参加料金に含まれないものを加算した旅行見積もりを作成・提示致します。

- ・推奨のコースをグループライド・ソロフリーライドで巡ります。
- ・タイムは競いません。参加者同士で協力してゴールを目指します。順位による表彰等はありません。
- ・会場周辺の交通規制はありません。交通ルールに従い走行下さい。
- ・グループライド・推奨コース走行を基本とします。ソロフリーライドは事前申告下さい。
- ・体調等の理由、天候状況でライドをせずに輪行移動への切り替えも可能です。
- ・サポートカーは自転車走行時に不要な荷物を車で運搬、サポートフードの供給、完走をサポートします。
- ・サポートカーは基本的にグループの後を追走します。
- ・推奨外のコースを選定される場合も宿泊地区の変更はしません。
- ・サポートライダーによる先導、最後尾随行はありません。
- ・スマートフォンやナビシステム、位置探索装置を用いて、目的地まで自力で辿りつける方、もしくはグループライドで、他メンバーに同行できる方、の参加となります。
- ・グループ他参加者の走行から大きく逸脱遅延する場合は途中中継点・当日宿泊所・ゴールへ輪行移動の指示をします。
- ・主催者は推奨コースを事前提示しますが、道中でサポートカーが参加者に並走しながらの詳細案内は致しません。
- ・自転車・ヘルメット・パンクキット・輪行袋・ウェア・防寒具着替等、必要な物は各自ご用意の上、ご自身でお持ち下さい。
- ・ウェアは赤・黄・白等、明るい配色の服を着用下さい。黒・紺等の濃色は着用不可。必要時赤上衣貸与します。
- ・自転車の整備修理に関しては、ご自身で行って頂きます。予備のチューブ、整備道具等は各自がご用意ください。
- ・自立式の空気入れ、工具箱はサポートカーに積込携行致します。
- ・軽量のソフト輪行袋を携行下さい。ライド中も携行し、途中輪行移動可能にします。
- ・輪行袋は宿泊箇所によっては旅館内での自転車保管時にも使用します。必ず携行下さい。
- ・自転車を館内で保管する場合、入館から館内室内持ち込み時の輪行袋への収納ご協力下さい。
- ・飛行機輪行対応のハードケース・セミソフトの大型輪行具はサポートカーで道中運搬は出来ません。
- ・飛行機輪行対応のハードケース・セミソフトの大型輪行具で合流参加する場合はソフト輪行袋への詰め替えの上、発着空港預けやゴール予定地点への事前搬送が必要になります。事前相談下さい。
- ・旅行保険・自転車保険は各自で加入ください。自転車保険は個人賠償責任金額2億円以上の保険にご加入下さい。
- ・保険証は各自携行して参加下さい。出発前携行確認をします。
- ・大会開催中に傷病が発生した場合、参加者は、応急手当を受けることに異議ありません。その方法、経過等について、主催者の責任を問いません。
- ・参加者は、開催中の事故、紛失、傷病等(後遺症含む)に関し、その原因の如何を問わず主催者の責任を免除し、参加者のほか親族、相続人、遺言執行人、管財人などから損害賠償請求などの一切の請求を行いません。
- ・昼食は、ツアーグループの進行状況に合わせて、できるかぎり同地域同店舗で昼頃にとります。
- ・食事、宿泊、観光、輪行移動の推奨は表記されているものから変更されている場合があります。
- ・昼食代、夕食代、朝食代、入浴代はライド参加料金に含みません。
- ・サポートフードは過去参加者からの有料寄付にもよります。使用の際は有志募金・物品寄付下さい。
- ・有料道路使用料、観光代、道中移動発生費はライド参加料金に含みません。
- ・グループ移動に関して発生する経路・経費は天候や進捗状況を鑑みて協議して現地決定します。
- ・ご自宅から集合解散場所までの交通費、中途公共交通機関利用は含みません。
- ・体調管理、帰途道中の衛生確保のため、ライド後の帰路につく前に、公共交通機関利用前のご入浴・シャワー利用・着替えにご協力ください。
- ・天候不順・日没後暗闇移動にならない様、引返やショートカット、途中駅等から輪行移動の依頼をすることがあります。
- ・安全、コース管理、自転車整備、防寒耐熱の服装、自転車盗難対策等、全て参加者の自己責任によります。
- ・自己責任にて安全に参加いただけないと判断した場合、他参加者に著しく迷惑行為があると判断した場合、スタッフの

指示に従えない場合は中途でも退場頂きます。

- ・いかなる場合も、参加費の返却はいたしませんので、予めご了承ください。
- ・観光推奨は、早目に到着して時間に余裕のある場合、個人観光下さい。
- ・観光事前要望あればあらかじめ時間を取り、自転車一時引き受け等、サポートをします。
- ・前泊後泊の見学推奨の案内は事前相談いただけましたら調整、現地案内いたします。

宿泊・夕食朝食に関して

- ・主催者側があらかじめ宿泊推奨する宿を決め、宿から宿へ、観光地や名所への巡行をするライドツアーです。
- ・推奨宿泊所・夕食朝食を主催者が手配します。変更の可能性があります。
- ・推奨宿泊場所には館内・近辺での自転車置き場、温泉大浴場、浴衣、夕食朝食、就寝室、電源を極力ご用意します。
- ・夕食朝食は宿泊場所旅館等でグループで摂ることを基本としますが、館外での摂取希望の場合は事前相談下さい。
- ・館外で夕食朝食入浴をされる場合、サポートカーでの送迎はしません。徒歩や公共交通機関利用で各自移動下さい。
- ・各日のサポートカーへの荷物積込・スタートは推奨宿泊場所からになります。出発時間迄に集合場所へお越し下さい。
- ・集合出発時間は毎朝7時30分を基本としますが、朝食提供時間や走行距離によって変動、現地決定します。

=====

取扱 株式会社ビーエス観光 観光庁長官登録旅行業第347号 日本旅行業協会正会員

企画 一般社団法人日本ツーリズム協会 代表理事 相馬幹広 090-4568-1444

〒105-0004 東京都港区新橋 3-2-7 恭和ビル 2階 株式会社ビーエス観光内

E-Mail : soma@jtourism.jp ホームページ : <http://jtourism.jp/>

=====

Japan bicycle journey with stays

2026 : <https://jtourism.jp/2020/wp-content/uploads/2025/09/JTOBicycleJourneys2026J.pdf>

2027 : <https://jtourism.jp/2020/wp-content/uploads/2025/09/JTOBicycleJourneys2027J.pdf>

One Day Ride Around Tokyo <https://jtourism.jp/2020/wp-content/uploads/2024/09/JapanOneDayRideAroundTokyo.pdf>