

渡良瀬遊水地周辺おすすめスポット

渡良瀬遊水地ハートランド城

渡良瀬遊水地のこと学べるビジターセンター。展示、映像、クイズ、体験活動など内容充実。サイクルラックやフリーWi-Fiも完備。3階展望室には無料の大型双眼鏡がある。



渡良瀬の里 (☎0282-62-1635)

渡良瀬遊水地を展望できるパノラマ大浴場が人気。休館日：月（月曜日が祝日の場合は翌日）入館料：有（年齢によって料金が異なる）



ウォッチングタワー

広大な渡良瀬遊水地を一望できる。無料の大型双眼鏡があり、天気の良い日には富士山や男体山、筑波山もよく見える。



三県境

栃木県・群馬県・埼玉県にまたがる三県境。平地に三県境があるのは全国でもここだけの珍しいスポット。



レンタサイクル利用案内

料金・詳細は各施設にお問い合わせください。



栃木市藤岡遊水地会館レンタサイクルセンター（湿地資料館）

☎0282-62-5558 ■利用時間/9:00~17:00
■休業日/土・日・祝日・年末年始

谷中湖子供広場レンタサイクルセンター

☎090-3147-1926
■利用時間/4月~11月 9:30~16:00
12月 9:30~15:30 ※土・日・祝のみ営業
3月 9:30~16:00 ※土・日・祝のみ営業
■休業日/月・年末年始・1月・2月 ※月曜日が祝日の場合は火曜日に振替
※洪水等により遊水地の利用が不可の日も休業となります。

板倉町レンタサイクルセンター（わたらせ自然館）

☎0276-82-1935 ■利用時間/9:00~16:00
■休業日/月・火・祝日の翌日・年末年始
※月曜日が祝日の場合は水曜日。事前に電話でご確認ください。

道の駅かぞわたらせレンタサイクルセンター

☎0280-62-5555 ■利用時間/9:00~17:00
■休業日/月・1月1日 ※月曜日が祝日の場合は翌営業日

柿沼モーターズ

☎0282-62-2145 ■休業日:日・祝

渡良瀬遊水地へのアクセス



★:北エントランス ☆:中央エントランス

交通のご案内

車をご利用の場合

東北自動車道
佐野藤岡IC及び館林ICより約20分

自転車をご利用の場合

渡良瀬川自転車道
(一般県道 桐生足利藤岡自転車道線)
群馬県桐生市から38.2km
利根渡良瀬自転車道
(一般県道 古河坂東自転車道線)
茨城県坂東市から26.7km
黒川思川自転車道
(一般県道 渡良瀬遊水地壬生自転車道線)
栃木県壬生町から26.6km

東武鉄道をご利用の場合

東武日光線
新古河駅、柳生駅、板倉東洋大前駅、藤岡駅下車
(浅草駅~藤岡駅 約1時間20分)
(東武宇都宮駅~藤岡駅 約1時間)
藤岡駅よりふれあいバス(土・日・祝のみ)

■ふれあいバス時刻表

谷中湖方面		藤岡駅方面	
藤岡駅発	谷中湖着	谷中湖発	藤岡駅着
9:25	9:35	9:56	10:06
11:12	11:22	11:42	11:52
14:04	14:14	14:34	14:44



製作：栃木市 2021年12月
問合せ：渡良瀬遊水地課 TEL：0282-62-0919
栃木市ハートランドWeb
<https://www.city.tochigi.lg.jp/site/watarase-heartland/>

ラムサール条約湿地 渡良瀬遊水地 サイクリングマップ

~今日は自転車日和です~



栃木市

ルールとマナーを守りましょう

渡良瀬遊水地利用のルールとマナー

- ✓ 自転車は車道走行が原則です。
- ✓ 車道は左側を通行しましょう。
- ✓ 渡良瀬遊水地内を走行する際は、常に歩行者や作業車両等に注意し、すれ違いや追い越しの際には、**急な飛び出しにも即座に対応できる速度で走行**しましょう。また、道幅が狭く、見通しの悪い箇所があります。十分に注意して走行しましょう。
- ✓ 貯水池内道路（谷中湖外周道路）を走行する際は**反時計回り（左回り）**に走りましょう。
- ✓ 徐行エリア及び交差点部は**最徐行**しましょう。
- ✓ 安全のため、**ヘルメット**を着用しましょう。
- ✓ マップは**必ず安全な場所に自転車を停めてから**見ましょう。
- ✓ 夕暮れ時には早めに**ライト**を点灯しましょう。
- ✓ ゴミは持ち帰りましょう。



みんなが安全で、気持ちよく利用できる場所にしよう。



郵便屋

谷中湖周辺の利用について

■谷中湖周辺閉園日

毎週月曜日（月曜日が祝日の場合はその翌日、祝日が続く場合はその翌日）、年末年始（12/29-1/3）。
※洪水の前後に閉園となることがあります。

■利用時間

(3/1~10/31) 9時30分~17時
(11/1~11/30) 9時30分~16時30分
(12/1~2/末日) 9時30分~16時

URL <https://watarase.or.jp>

渡良瀬遊水地
ホームページ



各調節池一周コース ※速度約15km/hで算出

第1調節池



総距離：約18km
走行時間：約1時間15分

第2調節池



総距離：約11km
走行時間：約45分

第3調節池



総距離：約8.5km
走行時間：約35分

渡良瀬遊水地には洪水を貯めるために3つの調節池があるよ。



わたらせナイツ

ポイント間の距離

①—② 3,500m	⑨—⑩ 2,300m
①—③ 1,400m	⑩—⑪ 5,700m
①—④ 1,600m	⑫—⑬ 2,400m ※砂利道注意
①—⑤ 900m	⑬—⑭ 3,800m
②—③ 700m	⑬—⑳ 2,700m
③—④ 1,500m	⑭—⑳ 4,600m ※砂利道注意
④—⑯ 2,200m	⑮—⑯ 4,500m
⑤—⑥ 1,600m	⑯—⑰ 2,500m
⑥—⑦ 1,800m	⑰—⑱ 1,400m
⑥—⑲ 3,500m	⑱—⑳ 1,900m
⑦—⑧ 1,300m	⑱—㉑ 3,000m
⑧—㉑ 4,000m	㉑—㉒ 2,300m

※距離はおおよその目安です。
体力に合わせて無理のない距離を走りましょう。



渡良瀬遊水地ハートランド城



藤岡遊水池会館



ウォッチングタワー



谷中湖子供広場
レンタサイクルセンター



わたらせ自然館



道の駅かぞわたらせ

電子地形図25000(国土地理院)を加工して作成



渡良瀬遊水地おすすめコース3選



ハーツ姫

谷中湖コース

谷中湖と道の駅かぞわたらせ(徒歩)三県境(徒歩)道の駅かぞわたらせ→下宮橋→西橋→中の島→東橋→谷中湖子供広場レンタサイクルセンター



ツチドン

渡良瀬遊水地橋巡りコース

渡良瀬遊水地内に多く架かる橋を巡るルート。渡良瀬遊水地の「へそ」鷹見台や、ウォッチングタワーなど眺望の良いスポット満載!



ハクト

渡良瀬遊水地ぐるっと一周コース

広大な渡良瀬遊水地を一周するルート。堤防を走りながら四季折々の表情を魅せるヨシ原と谷中湖を堪能しよう!

総距離：約9.5km
走行時間：約40分

谷中湖子供広場レンタサイクルセンター→まごころ橋→道の駅かぞわたらせ→(徒歩)三県境→(徒歩)道の駅かぞわたらせ→下宮橋→西橋→中の島→東橋→谷中湖子供広場レンタサイクルセンター

総距離：約28km
走行時間：約2時間

谷中湖子供広場レンタサイクルセンター→北橋→中の島→東橋→東谷中橋→野渡橋→野木ホフマン館→三国橋→谷田川橋→下宮橋→北エントランス→渡良瀬遊水地ハートランド城→藤岡大橋→東赤麻橋→石川橋→鷹見台→新赤麻橋→谷中橋→西谷中橋→ウォッチングタワー→谷中湖子供広場レンタサイクルセンター

総距離：約38km
走行時間：約2時間30分

谷中湖子供広場レンタサイクルセンター→北エントランス→道の駅かぞわたらせ→三国橋→松原大橋→渡良瀬遊水地コウノトリ交流館→桜つつみ→巴波橋→栃木市渡良瀬の里→藤岡大橋→渡良瀬遊水地ハートランド城

※各ルートは自転車専用道路として整備されているものではありません。歩行者や車両等に十分注意して走行してください。