2026 年 11 月 27 日

JR北海道の維持困難線区に関する東胆振首長懇談会作業部会
北海道旅客鉄道株式会社

「むかわで温活!! ウエルネス with 日高線」の実施について

冬は降雪や路面凍結で、ウォーキング等の運動や自家用車による外出も億劫になり、運動不足になりがちです。日高線に乗って、むかわ町道の駅「四季の館」で運動不足を解消しませんか。

むかわ温泉「四季の館」は、温泉はもちろん、トレーニングジムやプール、図書室も備えた複合施設です。日高線に乗ってアンケートに回答することにより、入浴料が無料となり、「カムイサウルストレインカード」や「カムイサウルス創生トレインスマホ壁紙」がもれなく貰える企画を実施いたします。

1. 実施時期 ： 2026 年 12 月1日(火)～3月31日(水)まで
2. 実施内容


道の駅四季の館


トレインカード

（1）「むかわ温泉四季の館」の入浴料金を先着100名様無料 *！*

日高線に往復乗車を前提として、鵡川駅に配置しているアンケート用紙に回答し、むかわ温泉四季の館窓口へ提出することにより、先着100名様の温泉入浴料金(520 円)を無料にします。

さらに、「カムイサウルストレインカード」をプレゼント。

※むかわ温泉四季の館窓口に鵡川駅配置のアンケート用紙と日高線帰りの乗車券又は車内アンケート回答画面をご提示ください。但し、定期乗車券は対象外となります。

むかわ町「道の駅四季の館」のおすすめポイント*!!*
〇温泉施設・スポーツジム・プールも備え、すべて温泉料金のみで楽しめます。
○図書室や飲食店、喫茶店も備えており、入浴後もゆったり過ごせます。
〇売店では、むかわ町の特産品をはじめ、お土産品が多数揃っています。

（2） 日高線の車内アンケートに回答して、「カムイサウルス創生トレイン壁紙」を貰おう *！*

日高線で運行する「キハ 150 形」の車内に二次元バーコード付ポスターを掲示します。二次元バーコードを読み込み、アンケートに回答すると「カムイサウルス創生トレイン壁紙(データ)」をもれなくプレゼント。

※アンケート回答の際に、メールアドレスの登録が必要となります。


スマホ壁紙

【事業実施主体】
JR北海道の維持困難線区に関する東胆振首長懇談会作業部会
・構成団体：苫小牧市、白老町、厚真町、安平町、むかわ町、JR北海道
・事務局：苫小牧市総合政策部未来創造戦略室　℡0144-84-4071(直通)

もっとスローライフ むかわ町

むかわ町
むかわ de 温活!!
ウエルネスwith日高線



期間
2026.12.1
▼
2027.3.31

冬の運動不足は、むかわ温泉四季の館で解消!!
むかわ町までは、冬道運転はやめて日高線で行こう!!

1 往復きっぷを買って
日高線に乗って むかわへGo!



2 車内に掲示している
ポスターの二次元バーコードから
アンケートに答えると



※イメージ

キハ150スマホ壁紙を 全員にプレゼント!

3 **鵡川駅に配置してある アンケートに記入!**

※車内アンケートに回答した方は、日付とアンケート回答済みに〇をするだけ。回答していない方は、駅配置アンケートの各項目にご回答をお願いします。

4 むかわ温泉受付で、
駅配置アンケートと帰りのきっぷまたは
車内アンケート回答完了画面提示で、

むかわ温泉四季の館が 先着100名様無料!



※イメージ

さらに「カムイサウルス トレインカード」をプレゼント!

※勇払駅、浜厚真駅からご乗車の方は車内アンケート回答完了画面の提示で、帰りのきっぷ提示の代わりとなります。
※定期券は対象外となります。



企画主催／JR北海道の維持困難線区に関する東胆振首長懇談会作業部会

※イラストはイメージです

♨むかわ温泉♨
四季の館で過ごす休日

日高線に乗って、むかわ温泉四季の館で一日楽しもう！

苫小牧駅 —列車— 鵡川駅 ……徒歩…… むかわ温泉四季の館11:00到着
10:20発　10:50着　650m徒歩9分

トレーニングジムで筋力UP！


筋力トレーニング


有酸素トレーニング


ランニングマシーン

筋トレと有酸素運動で筋力・基礎体力をつけよう！



ジムのあとはプールとサウナで脂肪燃焼！


メインプール


遊水プール


ジャグジー


高温サウナ

運動のあとはお店自慢のランチで舌鼓


食事処 たんぽぽ

おすすめメニュー
ホッキ丼
でっかいエビ揚げ定食


コーヒーショップ 四季

おすすめメニュー
当店オリジナル ビーフカレー（サラダ付き）
スパゲッティナポリタン（サラダ付き）

食後は湯ったり温泉満喫



室内風呂／圧注全身浴槽・サウナ・水風呂
露天風呂／薬湯・全身浴槽



室内風呂／寝湯圧注全身浴槽・サウナ・水風呂
露天風呂／薬湯・全身浴槽


ジャグジー

日替わりで男女の浴場が入れ替わります



入浴後はまなびランド図書室でまったりと読書もよし



物産館でむかわ特産品やお土産の品定めも楽しめます





むかわ温泉四季の館16:00発 ……徒歩…… 鵡川駅 —列車— 苫小牧駅
650m徒歩9分　16:19発　16:49着

日高線満喫モデルコース

札幌	快速 エアポート	千歳	普通列車	苫小牧	日高線 キハ150	鵡川	日高線 キハ150	苫小牧	普通列車	千歳（南千歳）	快速 エアポート	札幌
6:29 ▸ 7:01		7:09 ▸ 7:44		7:51 ▸ 8:20				12:06 ▷ 12:31		12:36 ▷ 13:07		
8:48 ▸ 9:19		9:26 ▸ 9:48		10:20 ▸ 10:50		11:09 ▷ 11:39		14:55 ▷ 15:20		15:27 ▷ 15:57		
12:18 ▸ 12:50		12:55 ▸ 13:21		13:29 ▸ 13:59		14:11 ▷ 14:41		16:54 ▷ 17:17		17:25 ▷ 17:57		
14:04 ▸ 14:40		14:45 ▸ 15:09		15:23 ▸ 15:53		16:19 ▷ 16:49		19:28 ▷ (19:48)		(19:54) ▷ 20:24		
						18:30 ▷ 19:00						

JR北海道ホームページ