

INAICHI CYCLING

猪苗代湖 サイクルツーリズム



シマノレーシング所屬
風間翔真選手

TAKE
FREE

イナイチ

INAICHI Cycling Guide



猪苗代湖周辺の絶景スポットや
サイクルステーションをご紹介します！

- オススメ絶景ポイント
- もう一足伸ばすと見られる絶景
- 湖南・猪苗代・会津若松・磐梯熱海スポット

POWERED BY NAVITIME



猪苗代湖一周 サイクリング

イナイチ

一度は走ってみたいイナイチの楽しみ方！

福島県の中心に位置し、磐梯朝日国立公園内にある「猪苗代湖」を反時計回りに一周する通称「イナイチ」。湖岸道路から風光明媚な磐梯山を仰ぐ湖面を望みつつ走ると自然と気分が高まります！



安全にサイクリングを楽しむために

本コースは自転車専用道路ではなく、一般道を通るルートです。下記の箇所は、特に注意して走行ください。

- ▲ 路側帯の狭隘 県道9号猪苗代湖南線
湖南町浜路～猪苗代町大字山湯
- ▲ 路側帯の狭隘 国道49号
翁島港～会津レクリエーション公園
- ▲ 黒森トンネル
- ▲ 濡れ落ち葉によるスリップ
県道376号湖南湊線 鬼沼付近
- ▲ 中山トンネル

＼ 中級者向け ＼

猪苗代湖一周 サイクリングコース

走行距離：約57.6km
所要時間：約3時間21分
獲得標高：約321m

P 駐車場利用可能

＼ 初心者向け ＼

イナイチライトコース

走行距離：約24.8km
所要時間：約1時間27分
獲得標高：約153m



イナイチで巡るおすすめ絶景ポイント



01 SPOT 青松浜 郡山市湖南町福良 せいしょうはま

湖南七浜と呼ばれる7つの浜のひとつ。磐梯山が一望できる。無料駐車場、トイレ、炊事場もある。松林の一隅には、湖南の生んだ劇作家・真船豊の代表作「鮑(いたち)」の一節を刻んだ文学碑がある。



02 SPOT 鬼沼 郡山市湖南町舟津字鬼沼

弘法大師の伝説が残る猪苗代湖と砂州で隔てられた湾処(ワンド)。フラットな景観が続く猪苗代湖で他とは違う変化に富んだ景観が楽しめるビュースポット。



03 SPOT 湖南港 湖南町舟津字小機

湖南町にある地方港湾であり、栈橋や浮栈橋から見る猪苗代湖と磐梯山は圧巻。舟津公園の近くにあるため、スタート・ゴールの記念に自転車と一緒に撮影してみるのもあり。



04 SPOT 十六橋水門 耶麻郡猪苗代町翁沢大字船場 じゅうろっきょう 会津若松市湊町赤井戸ノ口

安積原野へ水を流すために、猪苗代湖の水位を調整する水門。安積開拓・安積疏水開さく事業のシンボリックな建造物で、ロードバイクと一緒に写真を撮る人気のスポットのひとつ。



もう一足伸ばすと見られる絶景



05 SPOT 布引風の高原 郡山市湖南町赤津

33基の風車が回る約4haの敷地を約20万本のひまわりが埋めつくす光景は圧巻。約1,000mの高地にあり、ひまわりの咲く時期も遅めの8月下旬。猪苗代湖や磐梯山を遠望できるのも魅力。



06 SPOT 御霊櫃峠 郡山市逢瀬町多田野 ごれいびつ

逢瀬町と湖南町の境にあり、標高は876m。山頂から猪苗代湖と郡山市街地の両方が見下ろせる最高の景色が待っている。上り足りないという人は是非。

湖南 Koman エリア



営業時間・定休日など
最新の情報はこちら！



🚲 レンタサイクル有

01 CYCLE STATION オフィス余白 郡山市湖南町福良中町50

古民家をリノベーションしたシェアオフィスと地域観光の情報発信拠点。レンタサイクルもできるので、湖南町周辺のスポット情報やホットな話題を知りたい方はぜひ。



02 CYCLE STATION 大阪屋

郡山市湖南町福良中町76

ボリューム満点のタンメンやソースカツ丼が人気。多くのサイクリストが補給しに立ち寄るスポットで、体を動かしたあとは、おいしさも倍増。



03 CYCLE STATION 太田屋旅館

郡山市湖南町舟津鰯浜4807

懐かしい雰囲気が素敵な浜辺の宿で湖南名物「赤はらのてんぷら」を食べることができる。湖南そばや天ぷらまんじゅうなど地域ならではのメニューもおすすめ。



04 CYCLE STATION komugi

郡山市湖南町浜路中沢941

開放感あふれる景観を望みながら味わう焼きたてのパンやピザは格別の味。北海道産小麦と白神こだま酵母で作られたパンは売り切れ御免。テラス席ではイートインも。

猪苗代 Inawashiro エリア



営業時間・定休日など
最新の情報はこちら！



🚲 レンタサイクル有

01 CYCLE STATION Roots猪苗代 耶麻郡猪苗代町山湯湊志田191

猪苗代町の旧山湯小学校を改築した、カフェ、アウトドアショップ、工務店などの複合施設。毎月マルシェなどのイベントも実施しており、レンタサイクルも利用できる。



02 CYCLE STATION 三条湯観光協会

耶麻郡猪苗代町三ツ和前田81

猪苗代湖北岸にあり、野口英世の生まれた地でもある。国道49号線沿いに野口英世記念館をはじめ、飲食店も多くあり、多くのサイクリストが訪れる。



03 CYCLE STATION みなとや

耶麻郡猪苗代町翁沢長浜

磐梯朝日国立公園内のホテルで、猪苗代湖を眺めながら宿泊できる。湖でのテントサウナやBBQも楽しめる。



04 CYCLE STATION 天鏡閣 てんきょうかく

耶麻郡猪苗代町翁沢御殿山1048-14

有栖川宮威仁親王殿下が湖畔の美しさを賞せられて建設した別邸。国指定重要文化財。軽食コーナーもあり、サイクリストも大歓迎。

湖南町おすすめ 補給食！



かりんとう

昔から湖南町の各家庭で独自の製法で作られていたかりんとう。一度食べたら癖になる味。疲れた体に糖分が欲しいときは、びったりの補給食！ 取り扱い、湖南精肉店（郡山市湖南町三代御代1241）、阿部糕点（郡山市本町2丁目2-15）、太田屋旅館 など

猪苗代おすすめ 補給食！



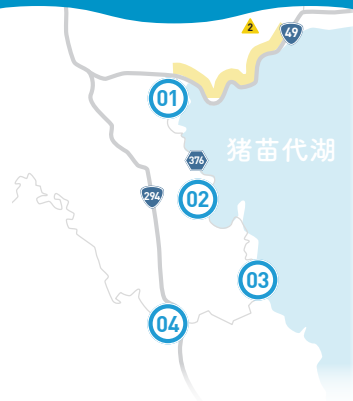
団子と酪王カフェオレ

道の駅猪苗代では、猪苗代の名産や県内の銘菓・お土産が並び、宝来堂製菓の焼き団子や酪王カフェオレなど、地元ならではの補給食が楽しめる。自分好みの補給食を手に入れて、イナイチを楽しもう。

会津若松 *Aidawakamatsu* エリア



営業時間・定休日など
最新の情報はこちら！



01 CYCLE STATION 会津レクリエーション公園 会津若松市湊町 大字赤井笹山原

広大な敷地の中に、猪苗代湖方面が展望できる展望の丘や、会津地方の伝説「手長」「足長」をイメージした遊びの空間「こどもの広場・冒険の森」など様々に楽しめる。



02 CYCLE STATION 中田浜マリーナ

会津若松市湊町大字静湯字北山309
猪苗代湖の西岸にある中田浜マリーナは、ジェットスキー、スノーモービル、バギー等の販売を行っている。木々の音や風の音、鳥のさえずりがよく聞こえる静かな環境。



03 CYCLE STATION レイクサイド スワン

会津若松市湊町大字静湯浜116
崎川浜にあるペンションで、バーベキューハウスや食事が楽しめる。ミュージックビデオのロケ地として多く使用されており、ロケーション抜群。シャワー室も完備。



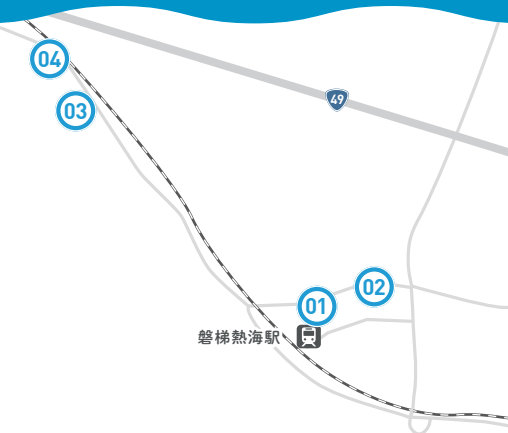
04 CYCLE STATION はら笑楽交 しょうがっこう

会津若松市湊町大字原新橋118
旧会津若松市原小学校を改築して地域活性化に向けた活動を行う。カフェはら笑は、毎週日曜日のみ営業。

磐梯熱海 *Bandaiatami* エリア



営業時間・定休日など
最新の情報はこちら！



🚲 レンタサイクル有

01 CYCLE STATION 湯Kori 熱海町熱海1丁目109

客室は1人旅にも最適なドミトリーや、グループにもおすすめのロフト付き客室。ワンコインで日帰り温泉を楽しむこともでき、カフェバーも併設。レンタサイクルも利用できる。



02 CYCLE STATION ichinoichi coffee

熱海町熱海1丁目237
オランダ製の焙煎機「GIESEN」で焙煎した豆をハンドドリップやスペシャルティコーヒー3種類飲み比べなどで楽しめる。テイクアウトOKなのでコーヒー片手に温泉街散策に繰り出すのもあり。



03 CYCLE STATION ゆとりろ 磐梯熱海

熱海町熱海5丁目18
内からも外からもきれいを作るコンテンツを取りそろえた宿。森を一望できるテラスとフィンランドサウナも自慢。自転車を持ち込める部屋も完備したサイクルリストにやさしい宿。



04 CYCLE STATION 華の湯

熱海町熱海5丁目8-60
磐梯熱海温泉随一の大型旅館で、30種を誇る浴槽の数が自慢。畳敷きの展望内湯では備長炭の湯、トルマリンの湯などを。庭園露天風呂では、岩風呂や檜樽風呂などを楽しめる。貸し切り風呂もあり、温泉三昧の時間に浸れる。

会津若松おすすめ 補給食！



豆腐もち

猪苗代湖周辺の会津若松市湊町や郡山市湖南町で昔から作られ食べられてきた出汁が香る郷土料理。えごま餡を絡めたじゅうねんもちなどもあり、カフェはら笑楽交で食べることができる。

磐梯熱海おすすめ 補給食！



磐梯熱海観光物産館

多目的交流施設「ほっとあたま」内にある磐梯熱海観光物産館では、地元石釜ふれあい牧場のアイスクリームをはじめ、クリームボックスなど郡山の名産が味わえる。イナイチのあとは、磐梯熱海駅前足湯で疲れを癒すのもオススメ。

イナイチをスマホアプリで音声ナビゲーション



猪苗代湖周辺のサイクリングコース 音声ナビの使い方

- 1 『自転車NAVITIME』アプリをダウンロード
- 2 TOPページ左上のメニューボタンをタップ
- 3 おすすめサイクリングコース をタップ
- 4 「猪苗代湖一周サイクリングコース イナイチ」
ページ内の、お好みのコースの詳細ボタンをタップ



自転車NAVITIME

🔍 自転車NAVITIME

イナイチをもっと楽しむ



イナイチ
公式インスタグラム
inaichi_cycling



イナイチ
公式Webサイト
<https://www.city.koriyama.lg.jp/>



イナイチ
公式YouTube
<https://youtu.be/S3thgX-CcfY>

