新緑が目にも眩しい爽やかな季節、外で遊ばなくちゃもったいないですよ！
年齢を問わず遊べるスポーツ、パークゴルフで一日遊んじゃお♪ 初めてだってピクニック気分で仲間と楽しくプレイ！緑いっぱいの心地良い風を感じながら深呼吸すると、日々のストレスだって吹き飛んじゃう♪ 外で思いっきり遊べるのって幸せだな～って実感しますよー！

花の丘パークゴルフクラブ

平成10年9月にオープンし、今年で15年を迎えた『室蘭花の丘パークゴルフクラブ』。鉄の町室蘭の港を見下ろす高台にあり、名前の通り緑豊かな花が咲き誇るパークゴルフ場です。

コースは起伏があり、変化に富んだコース設計で、初心者から上級者までどなたでも楽しくプレイできますよ♪

パークゴルフが楽しくてたまらない、気の合った仲間とのプレイや、技術向上の為に一人で集中してプレイする方にも最高のコースです。初めての方も用具が無くても大丈夫♪ クラブ1本100円。ボール1個50円。運動靴は無料でレンタルしていまーす！

昼食もジンギスカンセットが1人前700円（要予約）で食べられますから手ぶらで行っても安心です。パークゴルフデビューは花の丘PGCで決まりでしょ!!

花の丘パークゴルフクラブ
室蘭市柏木町428−1
営業時間　9時から日没まで
定休日　無し（雨天の場合は休み）：
電話FAX　0143−55−4855
URL／www.7b.biglobe.ne.jp/hananooka/

- ホール数　36ホール
- 料　金　午前受付800円、午後1時以降受付600円
  ※高・中学生1日プレー600円
  ※小学生以下1日プレー400円
- 団体割引　1日プレー600円（20名以上・要予約）
- レンタル　クラブ・ボール／あり

白鳥大橋パークゴルフ場

爽快な青空の下、海が見える絶好のロケーションの『白鳥大橋パークゴルフ場』で思いっきりプレイを楽しんでください♪

18ホールのコースは、アップ・ダウンが少ない平坦コースなので、初めての方、中級者にも優しいコース設計♪でも海が近いから、時には強風が吹いて上級者もたま～に悩まされるのが魅力のひとつ。

そしてナイター設備もあります－普段運動不足が気になる方も仕事帰りに手軽に行けるのが嬉しい！初めての方にお勧めなのが、クラブ等のレンタルサービス－道具が無くても手ぶらで行ってすぐプレイ出来ちゃうのがGOOD。近くには温泉施設もあるので、遊んだ後はゆっくり汗を流しに行ってください♪お得な回数券もありますよ。

（来春には36ホールに増設予定ですので、ぜひお楽しみに!!）

白鳥大橋パークゴルフ場
室蘭市祝津町4−16−22
営業時間　7:00～21:00
　　火曜のみ12:00～21:00
営業期間　4/21～10/31クローズ
電話　0143−27−5266

- ホール数　18ホール
- 料　金　一日券500円
- ナイター券　300円（17時～）
- 1ラウンド券　300円
- ※上記価格は一般の金額となります。
- レンタル　クラブ＋ボール　シューズ／各100円

八丁平パークゴルフコース

室蘭市高平町の高台にある『八丁平パークゴルフコース』。平成21年には大幅なリニューアル！18ホールから27ホールに拡大し、コースの見直し・専門家による芝管理を行い、地域の愛好家に親しまれています♪

コースから望む景色は、中島町から工場群、遠くには測量山や白鳥大橋など、絶景を楽しみながらプレイ。ダイナミックなロケーションも魅力のコース設計は、起伏に富んだロングコースやショートコースが整備され、初心者さんもベテランも、年齢を問わず楽しくナイスショット！

経験も無いし、出来るかどうかわからないけど、とりあえずチャレンジしたいと思っているあなた！心配無用ですよ♪嬉しいことに、クラブとボールは無料貸出し！この夏は、あなたもパークゴルフデビューをしましょう！

八丁平パークゴルフコース
室蘭市高平町16-8
ケアハウス・オパール室蘭横
営業時間　9:00～17:00
定休日：無休（11月中旬まで）
電話　0143−46−6612

- ホール数　27ホール
- 料　金　1日500円
- 団体割引　8名様以上で400円
  年会員 会費 1,000円／1日300円
  駐車場完備
- レンタル　クラブ・ボール無料貸し出し

登別パークゴルフ倶楽部ジャンボ

登別市川上町の幌別ダムをちょっと過ぎると、真っ白なクラブハウスが印象的な『パークゴルフ倶楽部ジャンボ』があります。

大自然をバックに澄み切った空気の中でプレイできる山岳コースは、全長1150m。超戦略性に富んだ、難度の高く魅力がいっぱいのコースです。

3番ホールにはスロープがコースのど真ん中にあり、スロープにうまく打てたらボールが空高く舞い上がり空中カップに入るとなんとお米2kgプレゼント。運試しの要素も必要で、上級者を悩ませる名物ホールもあるので、上手い下手にかかわらず、子供からお年寄りまで年齢を問わず楽しめます！

プレイの後もジンギスカン（要予約）など、お食事も出来ますよ♪これからの季節、気の合う仲間と、会社・団体などのレクリエーションにも盛り上がること間違いなし！

登別パークゴルフ倶楽部ジャンボ
登別市川上町304−5
営業時間　9:00～17:00
定休日：火曜日
電話　0143-85-0600

- ホール数　18ホール
- 料　金　1日1,000円
  1ゲーム600円
  2ゲーム800円
- レンタル　クラブ／あり
  ボール／あり

湯元ほくようパークゴルフ倶楽部

広大な土地にゆったりと配したコースはNPGA公認。100メートルのロングホールも2コースに配し、ロングヒッターには魅力のコースです！

コース全体に適度なアップダウンがあり、池に向かって打つコースでは絶妙な距離感のショットが要求されるのでテクニックも必要。特にグリーンはうねりも加わり、微妙なタッチが要求されるのでシビレます♪でも初心者さんも大丈夫－グリーンは広めなので安心して楽しめますよ。

一番のお楽しみはプレイ後の温泉♪　セットの割引プランもあり、疲れた体も源泉100%のかけ流し温泉で癒されます。外でのスポーツの後の温泉は最高ですよね－ただし、プレイの上達には効果ありませんけどー（笑）

もちろん昼食メニューも充実しているので宿泊棟の方へ是非どうぞ！

湯元ほくよう パークゴルフ倶楽部
白老郡白老町字竹浦121−41
営業時間　7:00～日没まで
定休日：なし
電話　0120−234−522
URL／http://www.h-hokuyo.com

- ホール数　36ホール
- 料　金　午前受付900円
  午後受付700円
- （まわり放題）
- 団体割引　10名様より
- レンタル　クラブ/200円
  ボール/100円

岡志別の森運動公園パークゴルフ場

『岡志別の森運動公園パークゴルフ場』は、国際パークゴルフ協会公認の18ホール・パー66。コース延長906m、起伏が少ないフラットなコースが特徴なので、初心者から年配の方まで体に負担をかけずに楽しめるコースとして人気。

Bコースには100mのロングコースもあるので、ロングヒッターの方ももちろん満足！周辺には野球場やテニスコート、1周1000mの遊歩道も併設しているので、スポーツ大好き人間が集まる憩いの場♪他の競技者との交流もまた楽しいですよね☆

緑いっぱい、鳥のさえずりを聴きながらのプレイは、マイナスイオンをたっぷり浴びてリラックス、体の芯から健康になれそう♪

また、ホールインワン賞も2ホール（女性は4ホール）設けていますよ！普段の練習成果を発揮して、次のホールインワンはあなたのものです!!

東屋でひと休み

広々駐車場

岡志別の森運動公園 パークゴルフ場
登別市千歳町97番地
営業時間　5月7:00～18:00
　　6～9月7:00～19:00　10月7:00～17:00
定休日：なし
電話　0143−88−2525

- ホール数　18ホール
- 料　金　1R　一般300円
  65歳以上200円
  高校生以下100円
  回数券あり
- レンタル　クラブ/あり
  ボール/あり