

長期滞在 北海道No.1のまち くしろ

釧路市は、ひがし北海道の中核・拠点都市として、社会・経済・文化の中心を担っているまちです。

近年では、夏場の平均最高気温が約21℃という冷涼な気候が注目され、2024（令和6）年度には、釧路の長期滞在者は2,797人と北海道がとりまとめる「北海道体験移住ちょっと暮らし」実績において14年連続No.1になりました。

また、釧路地方には、スギ・ヒノキが自生しておらず、冬から春先にかけて花粉ゼロの快適空間を楽しむことができます。

お問い合わせはこちら

くしろ長期滞在ビジネス研究会

避粉、避暑、ワーケーションなどなど…
釧路で長期滞在を考えている方へ滞在施設（マンスリーマンション、ホテル、ゲストハウス）・お役立ち情報・イベント観光情報などを発信中！

〒085-8505

北海道釧路市黒金町7丁目5番地
（釧路市総合政策部市民協働推進課内）

TEL 0154-31-4538

FAX 0154-23-5220

e-mail shi-shiminkyoudou@city.kushiro.lg.jp

HP



Instagram



Facebook





花粉のない街 くしろ

釧路地方には、スギ・ヒノキが自生しておらず、これらの花粉の飛散はないといわれています！
釧路空港に降りたとたん、空気がひんやりとして美味しく感じられます。毎年春先になると花粉が気になるという方に、ぜひ快適な釧路での滞在をオススメします！

※シラカバ・ハンノキの花粉は5月頃に微量ながら飛散しています。



日光浴でビタミンDを生成し、免疫力を高めることも花粉症に効果があると言われています。釧路市は北海道の中でも降雪量が少ないため、日照時間の長さが道内トップクラスになっています！
また、「釧路湿原国立公園」「阿寒摩周国立公園」の2つの国立公園を有しており、太陽の下で大自然を堪能することもできます！

日照時間が長い

※出典：気象庁ホームページ
(統計期間 2021～2025年)

日照時間(12月～2月平均)

565.9時間

314.4時間

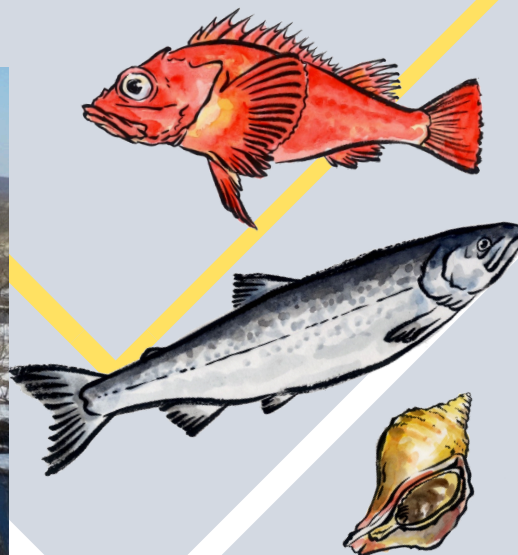
236.7時間

釧路市

札幌市

旭川市

花粉症の方へ くしろのオススメ理由！



日本有数の港町

花粉症へ免疫を高めるビタミンDが多く含まれている食品が魚です！釧路は日本有数の港町として全国的に有名であり、2023年の年間水揚げ量ではなんと全国1位となりました！
釧路港では、イワシ・スケトウダラ・マダラ・サケ・カレイをはじめ、たくさんの美味しい魚が日々水揚げされ、市場やスーパー・食品加工などを経て、釧路市内の飲食店や皆さんの食卓に届けられています。

