

市町村名 ふりがな	☆-難易度 目標回数 (例)180	達成日 (例)4/30
--------------	-------------------------	----------------

☆☆ 難易度	☆	1回~19回	☆☆	20回~39回	☆☆☆	40回~59回	☆☆ ☆☆	60回~79回	☆☆ ☆☆☆	80回~99回	☆	100回~
-----------	---	--------	----	---------	-----	---------	----------	---------	-----------	---------	---	-------

オホーツク地方				後志地方				十勝地方				上川地方				空知地方						
北見市 きたみ ☆ 142	/	置戸町 おけと ☆☆☆ 52	/	小樽市 おたる ☆☆ 24	/	倶知安町 くちやん ☆☆ 26	/	帯広市 おびひろ ☆☆ 61	/	大樹町 たいき ☆☆ 81	/	旭川市 あさひかわ ☆☆ 74	/	上富良野町 かみふらの ☆☆ 23	/	夕張市 ゆうはり ☆☆ 76	/	上砂川町 かみすながわ ☆ 3	/			
網走市 あばしり ☆☆☆ 47	/	佐呂間町 さろま ☆☆☆ 40	/	島牧村 しままき ☆☆☆ 43	/	共和町 きやうわ ☆☆ 30	/	音更町 おとふけ ☆☆☆ 46	/	広尾町 ひろお ☆☆☆ 59	/	士別市 しべつ ☆☆ 111	/	中富良野町 なかふらの ☆☆ 10	/	岩見沢市 いわみざわ ☆☆☆ 48	/	由仁町 ゆに ☆ 13	/			
紋別市 もんべつ ☆☆ 83	/	遠軽町 えんがる ☆☆ 133	/	寿都町 すつ ☆ 9	/	岩内町 いわない ☆ 7	/	士幌町 しほろ ☆☆ 25	/	幕別町 まくべつ ☆☆☆ 47	/	名寄市 なよろ ☆☆☆ 53	/	南富良野町 みなみふらの ☆☆ 66	/	美瑛市 みべい ☆☆ 27	/	長沼町 ながぬま ☆☆ 16	/			
美幌町 みほろ ☆☆☆ 43	/	湧別町 ゆうべつ ☆☆☆ 50	/	黒松内町 くろまつない ☆☆ 34	/	泊村 とまり ☆ 8	/	上士幌町 かみしほろ ☆☆ 69	/	池田町 いけだ ☆☆ 37	/	富良野市 ふらの ☆☆ 60	/	占冠村 しむかっぱ ☆☆☆ 57	/	芦別市 あしべつ ☆☆ 86	/	栗山町 くりやま ☆☆ 20	/			
津別町 つべつ ☆☆ 71	/	滝上町 たきのうえ ☆☆ 76	/	蘭越町 らんごし ☆☆☆ 44	/	神恵内村 かほえない ☆ 14	/	鹿追町 しかおい ☆☆ 40	/	豊頃町 とよころ ☆☆☆ 53	/	鷹栖町 たかす ☆☆ 13	/	和寒町 わさむ ☆☆ 22	/	赤平市 あかびら ☆☆ 12	/	月形町 つきがた ☆☆ 15	/			
斜里町 しゃり ☆☆ 73	/	興部町 おこっぺ ☆☆ 36	/	ニセコ町 にせこ ☆☆ 19	/	積丹町 しやこたん ☆☆ 23	/	新得町 しんとく ☆☆ 106	/	本別町 ほんべつ ☆☆ 39	/	東神楽町 ひがしかぐら ☆☆ 6	/	剣淵町 けんぶち ☆☆ 13	/	三笠市 みかさ ☆☆ 30	/	浦白町 うらうす ☆☆ 10	/			
清里町 きよさと ☆☆☆ 40	/	西興部村 にしおこっぺ ☆☆ 30	/	真狩村 まかり ☆☆ 11	/	古平町 ふるびら ☆☆ 18	/	清水町 しみず ☆☆☆ 40	/	足寄町 あしよ ☆☆ 140	/	当麻町 とうま ☆☆ 20	/	下川町 しもかわ ☆☆ 64	/	滝川市 たきかわ ☆☆ 11	/	新十津川町 しんとつかわ ☆☆☆ 49	/			
小清水町 こしみず ☆☆ 28	/	雄武町 おむむ ☆☆ 63	/	留寿都村 るすつ ☆☆ 11	/	仁木町 にき ☆☆ 16	/	芽室町 めむろ ☆☆☆ 51	/	陸別町 りくべつ ☆☆ 60	/	比布町 ひふ ☆☆ 8	/	美深町 みふか ☆☆ 67	/	砂川市 さながわ ☆☆ 7	/	妹背牛町 もせうし ☆☆ 4	/			
訓子府町 くんねっふ ☆☆ 19	/	大空町 おおぞら ☆☆ 34	/	喜茂別町 きもべつ ☆☆ 18	/	余市町 よいち ☆☆ 14	/	中札内村 なかさつない ☆☆ 29	/	浦幌町 うらほろ ☆☆ 72	/	愛別町 あいべつ ☆☆ 25	/	音威子府村 おといねっふ ☆☆ 27	/	歌志内市 うたしない ☆☆ 5	/	秩父別町 ちっふべつ ☆☆ 4	/			
宗谷地方				京極町 きやうごく ☆☆ 23	/	赤井川村 あかいがわ ☆☆ 28	/	更別村 さらべつ ☆☆ 17	/					上川町 かみかわ ☆☆ 104	/	中川町 なかかわ ☆☆☆ 59	/	深川市 ふかがわ ☆☆☆ 52	/	雨竜町 うりゅう ☆☆ 19	/	
稚内市 わっかない ☆☆ 76	/	豊富町 とよとみ ☆☆☆ 52	/	留萌地方				釧路地方				東川町 ひがしかわ ☆☆ 24	/	幌加内町 ほろかない ☆☆ 76	/	南幌町 なんぼろ ☆☆ 8	/	北竜町 ほくりゅう ☆☆ 15	/			
猿払村 さるかた ☆☆☆ 58	/	礼文町 れぶん ☆☆ 8	/	留萌市 るもい ☆☆ 29	/	羽幌町 ほぼろ ☆☆☆ 47	/	釧路市 くしろ ☆☆ 136	/	標茶町 しべちや ☆☆ 109	/	美瑛町 みべい ☆☆ 67	/	日高地方				石狩地方				
浜頓別町 はまとんべつ ☆☆☆ 40	/	利尻町 りしり ☆☆ 7	/	増毛町 ましげ ☆☆ 36	/	初山別村 しよさんべつ ☆☆ 27	/	釧路町 くしろ ☆☆ 25	/	弟子屈町 でしかが ☆☆ 77	/	日高町 ひだか ☆☆ 99				/	様似町 さまに ☆☆ 36	/	札幌市 さっぽろ ☆☆ 112	/	石狩市 いしかり ☆☆ 72	/
中頓別町 なかとんべつ ☆☆ 39	/	利尻富士町 りしりふじ ☆☆ 10	/	小平町 おひら ☆☆ 62	/	遠別町 えんべつ ☆☆☆ 59	/	厚岸町 あつけし ☆☆ 73	/	鶴居村 つるい ☆☆☆ 57	/	平取町 ひらとり ☆☆ 74	/	えりも町 えりも ☆☆ 28	/	江別市 えべつ ☆☆ 18	/	千歳市 ちとせ ☆☆☆ 59	/	当別町 とうべつ ☆☆☆ 42	/	
枝幸町 えさし ☆☆ 111	/	幌延町 ほろのべ ☆☆☆ 57	/	苫前町 とまえ ☆☆☆ 45	/	天塩町 てしお ☆☆ 35	/	浜中町 はまなか ☆☆☆ 42	/	白糠町 しらぬか ☆☆ 77	/	新冠町 にいかつぶ ☆☆☆ 58	/	新ひだか町 しんひだか ☆☆ 114	/	惠庭市 えにわ ☆☆ 29	/	当別町 とうべつ ☆☆☆ 42	/	新篠津村 しんしのつ ☆☆ 7	/	
根室地方				胆振地方				渡島地方				檜山地方										
根室市 ねむろ ☆☆☆ 50	/	標津町 しべつ ☆☆ 62	/	室蘭市 むろらん ☆☆ 8	/	白老町 しらおい ☆☆☆ 42	/	函館市 はこだて ☆☆ 67	/	七飯町 ななえ ☆☆ 21	/	江差町 えさし ☆☆ 10	/	奥尻町 おくしり ☆☆ 14	/	北広島市 きたひろしま ☆☆ 11	/	新篠津村 しんしのつ ☆☆ 7	/			
別海町 べつかい ☆☆ 131	/	羅臼町 らうす ☆☆ 39	/	苫小牧市 とまこまい ☆☆☆ 56	/	厚真町 あつま ☆☆☆ 40	/	北斗市 ほくと ☆☆ 39	/	鹿部町 しかべ ☆☆ 11	/	江差町 えさし ☆☆ 10	/	奥尻町 おくしり ☆☆ 14	/	上ノ国町 かみのくに ☆☆☆ 54	/	今金町 いまかね ☆☆☆ 56	/	厚沢部町 あつさぶ ☆☆ 46	/	
中標津町 なかしべつ ☆☆ 68	/					登別市 のぼりべつ ☆☆ 21	/	洞爺湖町 どうやこ ☆☆ 18	/	松前町 まつまえ ☆☆ 29	/	森町 もり ☆☆ 36	/	今金町 いまかね ☆☆☆ 56	/	上ノ国町 かみのくに ☆☆☆ 54	/	せたな町 せたな ☆☆ 63	/	乙部町 おとべ ☆☆ 16	/	
北方領土				伊達市 だて ☆☆☆ 44	/	安平町 あひら ☆☆ 23	/	福島町 ふくしま ☆☆ 18	/	八雲町 やくも ☆☆ 95	/	厚沢部町 あつさぶ ☆☆ 46	/	せたな町 せたな ☆☆ 63	/							
歯舞群島 はほまい ☆☆ 9	/	択捉島 えとろふ ☆☆ 316	/	豊浦町 とようら ☆☆ 23	/	むかわ町 むかわ ☆☆ 71	/	知内町 しりうち ☆☆ 19	/	長万部町 おしやまんべ ☆☆ 31	/											
色丹島 しこたん ☆☆ 24	/	国後島 くなしり ☆☆ 148	/	壮瞥町 そうべつ ☆☆ 20	/					木古内町 きこない ☆☆ 22	/											

【なわとび全道制覇MAP】

使い方：なわとびを跳んで、各市町村に設定された回数を超えると、その地域の色をぬることができます。

回数：各市町村もしくは島の面積(km²)(小数点切り捨て)を1/10したものと同じ数値です。

跳び方：前とび・後ろとび・あやとび・二重とび・三重とび…なんでもOKです。

数え方：連続とび、ひっかかっても続けた合計の回数、家族で協力してとんだ回数…なんでもOKです。

製作者コメント：遊び方は自由にアレンジしてみてください！ みんなで北海道をカラフルにしましょう！

なわとび全道制覇MAP ver 4.10

制作： A-bank北海道

北海道ダブルダッチ協会