

2025年5月20日

日本の海岸線を歩く会 歩行報告書

報告者：坂本 徹

1. 概要（実施日、歩行区間、歩行距離）

歩行名称	東北東4（小田野沢浜～種市海浜公園）
歩行区間	スタート地点：小田野沢浜 → ゴール地点：種市海浜公園
実施期間	2024年5月20日（月）～28日（火）〔9日間〕 26日（日）は階上岳登山（青森勤労者山岳会の会員も参加）
全歩行距離	129.5km

2. メンバー表

No	役割・分担	氏名	年齢	歩行日数・歩行期間	備考
1	リーダー・企画・運転・会計	坂本 徹	67	全日程参加	ワングルOB24期
2	運転・記録	笠井 浩	62	全日程参加	坂本徹の所属山岳会OB
3	記録	笠井 初子	65	26日～28日の3日間参加	坂本徹の所属山岳会OB
4	記録	味沢 俊治	68	全日程参加	坂本徹の大学1期先輩
5	記録	坂本 和子	61	全日程参加	坂本徹の所属山岳会OB
8	協賛参加：歩行サポート・運転	成田 茂則	79	全日程参加	青森勤労者山岳会運営委員長
9	協賛参加	對馬 淑子	75	26日～28日の3日間参加	青森勤労者山岳会会員
10	協賛参加	辻村 眞佐子	76	26日～28日の3日間参加	青森勤労者山岳会会員
11	協賛参加：運転	横垣 成年	64	24日～27日の4日間参加	青森勤労者山岳会会員

3. 歩行の概要 (5月20日青森市 日の出時刻4時15分 日の入時刻18時52分)

	月 日	出発地～到着地	歩行距離	歩行参加者
1	5/20 (月)	東京駅9:08発(はやぶさ11号)⇒八戸駅12:01着12:30発(レンタカー)=(途中八戸の蕪島に立ち寄る)⇒むつ市〔むつ市に宿泊〕 《宿泊》はねやホテル	—	
2	5/21 (火)	小田野沢浜→六ヶ所村泊漁港 《宿泊》むつパークホテル	17.5 km	メンバー表記載の4人と協賛参加1人(成田)
3	5/22 (水)	六ヶ所村泊漁港→六ヶ所村役場 《宿泊》三沢ハイランドホテル	16.6 km	
4	5/23 (木)	六ヶ所村役場→仏沼 《宿泊》三沢ハイランドホテル(味澤、笠井、成田) ホテルルートイン三沢(坂本徹・坂本和子)	20.6 km	
5	5/24 (金)	仏沼→三沢ビードルビーチ 《宿泊》三沢ハイランドホテル 味澤、笠井、成田、横垣) ホテルルートイン三沢(坂本徹・和子)	20.3 km	メンバー表記載の4人と協賛参加2人(成田、横垣)
6	5/25 (土)	三沢ビードルビーチ→ポートアイランド緑地 《宿泊》コンフォートホテル八戸	21.6 km	
7	5/26 (日)	階上岳登山(コースタイム5時間、歩行距離8.9km)&はしかみハマの駅あるでいーば→JR角の浜駅 《宿泊》コンフォートホテル八戸	5.0 km	メンバー表記載の5人と協賛参加4人(成田、對馬、辻村、横垣)
8	5/27 (月)	ポートアイランド緑地→蕪島(みちのく潮風トレイル起点:以後はみちのく潮風トレイルを歩行)→はしかみハマの駅あるでいーば 〔参考〕みちのく潮風トレイルは、青森県八戸市から福島県相馬市までの海岸線を中心に設定されているトレイルコースで、1000kmを超えるロングトレイルです 《宿泊》コンフォートホテル八戸	21.0 km	
9	5/28 (火)	JR角の浜駅→種市海浜公園⇒歩行後に八戸駅に移動・レンタカー返却 八戸駅17:06発(はやぶさ38号)⇒東京駅20:04着	6.9 km	メンバー表記載の5人と協賛参加3人(成田、對馬、辻村)

4. 参加費・費用

(1) 参加者延べ日数 8日×4人+3日×1人=35人日

歩く会会費(参加費)合計 3,500円

(2) 一人当たりの費用(居住地から青森駅までの交通費を除く)

① レンタカー借料+保険代 レンタカー1台: 62,216円+15,840円=78,056円

3日間参加者(1人)6,000円、全日程参加者(4人)18,000円

成田車利用料 4,500円 3日間参加者(1人)500円、全日程参加者(4人)1,000円

レンタカー・成田車ガソリン代(レンタカー10,884円+成田車9,678円額=ガソリン代20,562円)

3日間参加者(3人)1,500円、全日程参加者(5人)3,170円

3日間参加者計8,000円、全日程参加者計22,170円

② 宿泊料

1泊目(5月20日): はねやホテル(1泊朝食付) シングル7,200円、ツイン6,420円

2泊目(5月21日): むつパークホテル(1泊朝食付) シングル6,930円、ツイン7,260円

3泊目(5月22日): 三沢ハイランドホテル(1泊朝食付) シングル6,500円

4泊目(5月23日): 三沢ハイランドホテル(1泊朝食付) シングル6,500円

ホテルルートイン(1泊朝食付) ツイン 7,500円

5泊目(5月24日): 三沢ハイランドホテル(1泊朝食付) シングル6,500円

ホテルルートイン(1泊朝食付) ツイン 7,500円

6泊目(5月25日): コンフォートホテル(1泊朝食付き) シングル7,700円・ツイン7,050円

7泊目(5月26日): コンフォートホテル(1泊朝食付き) シングル5,100円・ツイン4,300円

8泊目(5月27日): コンフォートホテル(1泊朝食付き) シングル6,200円・ツイン5,400円

宿泊料の合計 シングル利用者52,630円、ツイン利用者51,930円)

③ 飲食代 1日目(5月20日夕食・飲み物代): 3,200円~3,550円/人

2日目(5月21日夕食・飲み物代): 3,100円~4,800円/人

3日目(5月22日夕食・飲み物代): 2,000円~3,050円/人

4日目(5月23日夕食・飲み物代): 2,900円~5,100円/人

5日目(5月24日夕食・飲み物代): 4,200円~5,200円/人

6日目(5月25日夕食・飲み物代): 4,600円~4,800円/人

7日目(5月26日夕食・飲み物代): 3,700円~5,150円/人

8日目(5月27日夕食・飲み物代): 2,900円~3,900円/人

飲食代の合計 26,600円~35,550円

④ 資料・通信代 1,000円

⑤ 報告・写真記録集 1,500円

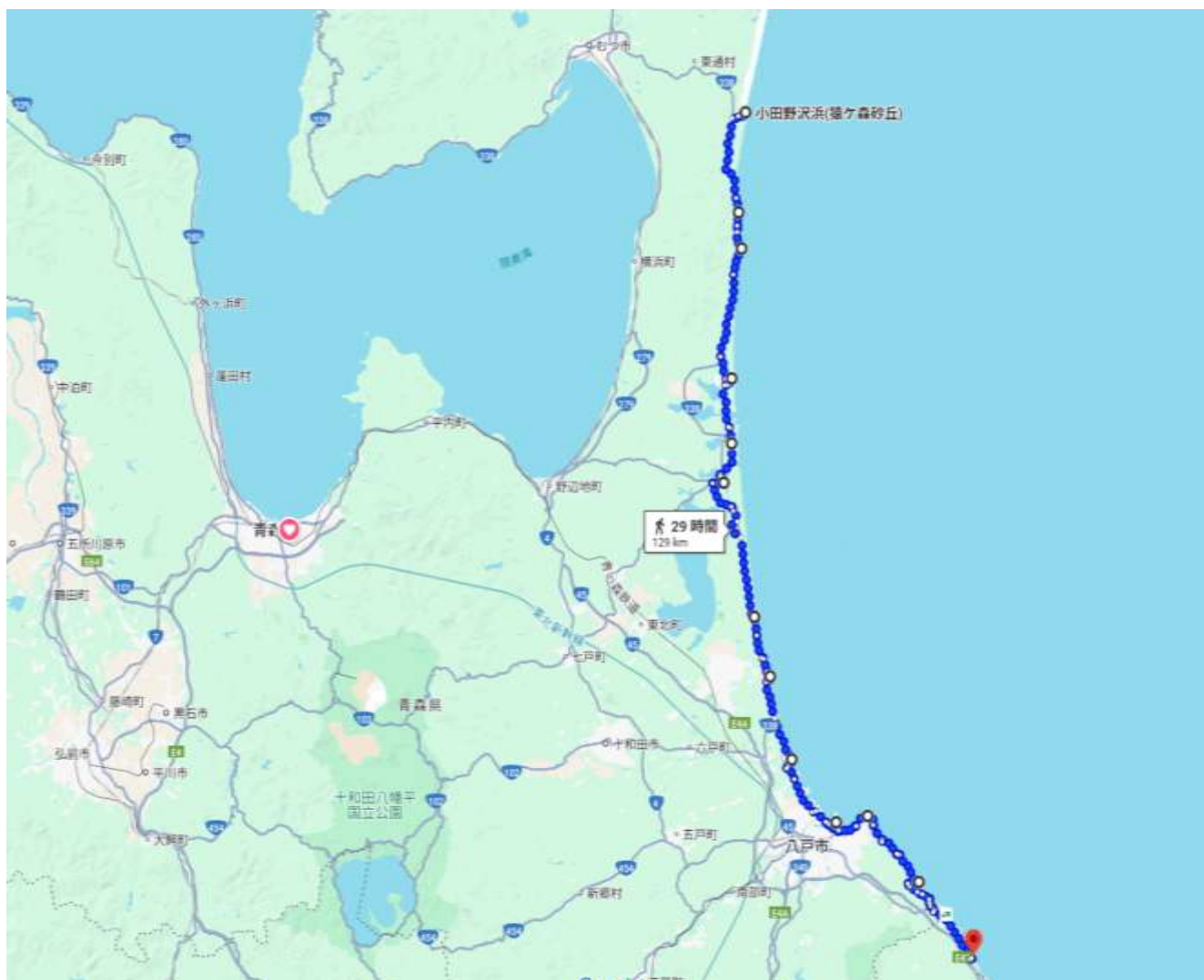
⑥ コロナ抗原検査キット代 100円

①~⑥の総計(協賛団体参加者は除く) 3日間参加者49,350円

8日間参加者103,300円~112,250円

5. 歩き方

(1) 歩行ルート概要地図



(2) 歩行方法と班編成

- ① 歩行の効率化のためレンタカーと協賛山岳会参加者のマイカーを利用しました。
- ② 全員（途中参加者・一部参加者を除く）が小田野沢浜から種市海浜公園まで 129 km（参考：第 1 回歩行 131 km、第 2 回歩行 94 km、第 3 回歩行 109 km、第 4 回歩行 89 km）を歩行しました。
- ④ 歩行区間の歩行では、すべて目的地点に車 1 台を配車し、全員で出発地点から目的地点に向って歩行しました。目的地点到達後に出発地点にある車を回収し、目的地点に戻って車に全員乗車し、宿舎に移動しました。
- ⑤ 地理院地図と現地の状況から歩行可能な砂浜・岩礁海岸などを歩きました。
- ⑥ 歩行ルート上にある名所旧跡に立ち寄りました。
- ⑦ 宿舎出発は 8 時 00 分、歩行終了は 15 時～16 時を目途（名所旧跡立ち寄り時間を含めて 1 時間約 3 km の歩行速度）として行動しました。

6. リーダー報告：坂本 徹

(1) 第5回歩行のコンセプト（企画・実施にあたって）

① 第1回歩行は実施期間7日間（うち歩行日数は5.5日）で、131 km歩行（初日は移動と青森市内観光、2日目から6日目は1日18 km～26 km歩行、7日目午前12 km歩行して午後新青森駅に移動・帰途に）しました。1日の歩行距離が長くて余裕がなかったとの参加者意見を踏まえて、第2回歩行以降は1日の歩行距離を20 km程度としました。

第5回歩行では、歩行期間8日（うち2日間は半日）で実施しました。実質的には、7日間で129 kmの歩行となりました。

② 各日の歩行区間・距離は、現地での歩行状況から前日に柔軟に設定変更を行う計画としました。雨天や歩行区間変更などにより、ゴール地点に到達できない場合は、次回以降の歩行に繰り越しとしていました。今回歩行では、天候に恵まれて計画どおり歩行できました。

③ 2023年5月8日にコロナ感染症の感染症法上の取り扱いが2類相当から5類に移行されましたが、引き続き感染リスクが継続していました。このため、コロナ感染防止対策として、お互い安心安全に交流できるように、抗原検査キットによりコロナ抗原検査（自身で検査を実施して所要時間10分程度で結果判明）を歩行実施初日に行い、陰性確認をしました。



美しい海岸線風景

(2) 第5回歩行を実施して

青森県海岸線第5回歩行は、第1回～第4回歩行と同様に、青森勤労者山岳会の協賛により青森県海岸線踏破プロジェクト（第5回歩行）として実施しました。

歩行参加者は第1回～第4回歩行経験者が多いため、歩事情を理解されていることからスムーズな行動ができました。今回歩行では、気心知れた参加者が更なる交流を深め合いました。夕食時交流会では、参加者から職務経験・社会活動・趣味活動から得られた情報提供・課題提起を行ってもらって議論しました。有意義な時間を過ごせたと考えています。

今回歩行したルートは、私が青森市在住時に幾度か車で通行しましたが、歩行目線で見ると美しい海岸線風景が数多くあり、私にとって青森県の新発見・再発見となりました。特に新発

見として、立ち入ることができない広大な原発建設用地、自衛隊射撃場の海岸、天ヶ森射爆場がある一方で、美しい岩礁海岸や砂浜が数多く残されていたことでした。

7. 歩行の詳細

(1) 1日目：5月20日（月） 天気：雨のち曇り

記録：坂本 徹

居住地⇒大宮駅 9時32分発（はやぶさ11号）⇒八戸駅 12時01分着 12時30分発（レンタカー）⇒むつ市はねやホテル 17:40着

居住地出発時の天気は雨、時々強い雨が降っていた。予定どおり大宮駅で、全日程参加者4名が合流した。大宮駅 9時32分発（はやぶさ11号）に乗車、八戸駅 12時01分に到着した。オリックスレンタカー八戸駅前店でレンタカー（カラーラフィルダー）を借り受けて出発。

初めに下見を兼ねて、ウミネコ繁殖地で「みちのく潮風トレイル」の起点である蕪島に行った。

ウミネコの繁殖地として国の天然記念物に指定されている蕪島（かぶしま）、その中心にあるのが『蕪嶋神社』で3月頃からウミネコが蕪島へ集まり始め4月に産卵、5月は卵を温め、6月にヒナ誕生、8月には繁殖を終えて去っていくとのこと。我々が訪れた時期は、多数のウミネコがいて圧倒された。卵を温めているウミネコが多く、ヒナが誕生したウミネコもいた。また、蕪島は「みちのく潮風トレイル」の起点であるので、案内標識の前で集合写真を撮影した。



蕪嶋神社を背景にして



「みちのく潮風トレイル」起点の案内標識



蕪島神社の裏側には多数のウミネコ



卵をを温めているウミネコ

八戸市からむつ市に向かう車道は、今回歩行ルートの一部として歩行する部分があるので、車窓から様子を見ながら進んだ。時間に余裕があるため、私が青森市居住時によくソフトクリームを食べた「ミルク工房ボン・サーブ」に立ち寄った。むつ市のはねやホテルに到着、成田さんと合流した。夕食は、2022 年 10 月の青森県海岸線第 2 回歩行時に利用した「酒遊海峡善」に行って、当時を振り返りながら親交を深めた。

(2) 2日目：5月21日(火) 天気：晴れ一時雨

記録：味沢 俊治

小田野沢浜—＜17.5 km＞→六ヶ所村泊漁港

大湊はねやホテルで起床。歩行前に市内の円通寺・徳玄寺を訪問。戊辰戦争で処分された旧会津藩（斗南藩）ゆかりのこの場所に招魂碑が明治 33 年に建てられた。松平容保・容大親子が起居し、藩校日新館も会津からこの地に移された。



出発前、はねやホテル前にて



円通寺



徳玄寺



出発点の小田野沢漁港にて



車道を通行



ピンクのタニウツギの花

9 時 5 分出発点の小田野沢漁港に到着、前の一台を六ヶ所村泊漁港に置き全員が集合・出発したのが 9 時 40 分。海岸は建設工事中の東通原発の敷地で、車道通行を余儀なくされる。道路沿いのタニウツギのピンクの花が美しい。

11 時 15 分、原発 P R 館「トントウビレッジ」に到着。早めの昼食。フィンランド語の小人から命名したこの施設、ジブリの曲を B G M にメルヘンチックに演出されている。ロール状のバラ線に周囲を取り囲まれた広大な原発建設用地に阻まれ、海浜には近づけない。国道沿いの林の中に「ビジネスイン東通」の看板。隣に蕎麦屋。ほかは人家ひとつない。



原発 P R 館「トントウビレッジ」の入口にて



東通原子力発電所



原発 P R 館「トントウビレッジ」全景



老部川内水面漁業協同組合



漁業組合の隣にあった鮭鱒供養塔



浜の集落を通過して砂浜へ

13 時 02 分、老部川の橋を渡ると「老部川内水面漁業協同組合」があり、横にはファミリーマートも。そのまま浜の集落を通過して砂浜を 45 分ほど歩くと岩礁海岸から白糠漁港へ出る。ここには原子力災害一時集合同所「いさりび館」がある。漁港からは泊・白糠トンネルを通過せず、海岸線沿いの旧道を通る。途中、物見崎灯台に寄る。60 メートルほどの急峻な崖をもつ岩礁海岸が眼下に、絶景である。旧道からは磯への手すり付きの道が数本ついている。観光のためでな

く、漁民のための施設だ。舗装状態は良いが、旧道で出会った車は2台のみ。目的地の泊漁港の手前で海浜に出ると、海食洞を抜けて道が港まで続いている。わきに「八大龍王神社」の小さな祠と鳥居。かつてこの道を人々が通っていた。しかし、今はそのはるか頭上を巨大なループ橋が伸び、すでに砂浜海岸の姿は消失している。空き地となり果てたループ橋の下をぬけて、16時2分目的地到着。



岩礁海岸を見下ろす



物見崎灯台に向かって進む



物見崎灯台に寄る



60メートルほどの急峻な崖をもつ岩礁海岸



旧道を進む



海食洞を通過



ループ橋の下を進む



目的地の六ヶ所村泊漁港の駐車場にて



漁港の様子



夕食会場の「ホルモン居酒屋さとちゃん」の前にて

(3) 3日目：5月22日(水) 天気：晴れ

記録：笠井 浩

六ヶ所村泊漁港—＜16.6 km＞→六ヶ所村役場

7時30分 ホテルを出発。車を配車してから全員で泊漁港を9時15分にスタートした。漁船が何隻も整備のためか陸揚げされている。比較的大きな漁港だった。



出発前にむつパークホテルにて



六ヶ所村泊漁業協同組合事務所の前にて



係留されていた漁船



漁港の全景

中山崎を過ぎて砂浜の海岸へ。砂が締まり歩きやすい。



歩きやすい砂浜を歩く



飛び越えられる河川



砂浜を離れ車道に向かう

10時50分 自衛隊射撃場の海岸は歩けないので砂浜を離れ車道を歩く。

11時25分 再び海岸へ。以後ずっと砂浜の海岸を歩く。タカ磯で昼食休憩。地図で河川が入り込んでいる箇所が数か所あったが多くは砂に消えていた。干上がった河川の跡が残っているところがあって興味深い。流れのあるところも軽く飛び越えたり流木を渡したりして突破した。六ヶ所漁港まで砂浜を歩き通した。



再び海岸に出て、ずっと砂浜の海岸を歩く



美しい砂浜を楽しみながら進む



砂浜と河川の流が作り出す絶景

ゴールの六ヶ所役場にて

14 時 40 分 漁港にて砂浜とお別れ。

15 時 05 分 ゴールの六ヶ所役場到着。車を回収して 16 時 55 分 ホテルにチェックインした。

(4) 4 日目：5 月 23 日 (木) 天気：晴れ

記録：坂本 和子

六ヶ所村役場—<20.6 km>→仏沼

7 時 30 分 ホテルを出発、今日のゴールの仏沼に車を 1 台駐車し、もう 1 台に全員乗って役場に向かう。



出発前、三沢ハイランドホテルにて

スタート地点六ヶ所村役場にて

8 時 50 分 六ヶ所村役場を出発し、鳥のさえずりを聞きながら昨日の六ヶ所村海水漁協に戻り、尾駸沼（おぶちぬま）から流れる広々とした川の左岸の綺麗に整備された堤防を歩く。対岸は自然のままの岸になっていて、川面に時々魚が飛び跳ねる。



綺麗に整備された堤防を歩く



水底の白いものはすべて貝殻

9時25分 橋の手前の四阿で休憩。白鳥の飛来地らしく、餌が置いてある。すぐそばに商工会の建物があり、その女性がゴミ拾いをしていた。R338に合流し橋を渡ると、歩道の無い道路歩きとなる。運搬用の大型車が多く行き交い、すれ違いざまの風圧がもの凄い。



歩道の無い道路歩き

10時20分 鷹架沼に架かる「たかほこばし」を渡り、10分程進んだ所で左に折れて浜に向かう。工事現場らしき所に入って、低い砂丘の脇からきれいな砂浜に出ることが出来た。笠井さんはさっさと靴を脱いで裸足で歩き出す。昨日までの浜より遠浅で砂のきめが細かく、波も穏やかで歩きやすい。



たかほこばし



浜に向かう

11時 砂浜で休憩、厳しい暑さだが美しい砂浜に皆大満足。更に進んで、大きな高瀬川の河口で上流に向かって左岸を遡る。対岸は、天ヶ森射爆場（三沢対地射爆撃）で、時々爆発音が聞こえてくる。向こうには美しい砂浜が続いているのに、何となく残念だ。



美しい砂浜に大満足

12時20分 船のモニュメントと川の一里塚がある園地で休憩。更に川を遡り、国道の手前の農地の脇を通って進む。炎天下の国道よりは若干だが涼しい風が吹き渡り、暑さがしのげた。



船のモニュメント



川の一里塚

13時30分 沼の手前で進むことが出来ず、右に折れて国道に戻り、ローソンを見つけて皆でアイスクリームタイムとなる。再び農道に戻り畑のへりや林の中を抜けて、国道をショートカットする。

15時15分 高瀬橋を渡って三沢市に入り、天ヶ森集落跡地の方へ少し寄り道をして行こうということになり、左に折れて廃校になった建物などを見る。道路は軍関係の車とたまにすれ違いうのみでほとんど通らず、辺りは人の気配が全く無くて、正しく廃村であった。



農道を歩く



廃校となった天ヶ森小中学校の門と校舎

国道に合流し、すぐに右側の草の生えた遊歩道らしき道に入って鳥の声を間近に聞きながら進み、16時仏沼の駐車場（簡易トイレと看板と数台分の駐車スペースのみ）に到着。

車回収の 2 人以上は仏沼の案内板に出来る小さな日陰で車の到着を待った。ここから仏沼への散策路が巡らされているのだが、誰も歩き出すことが出来なかった。



仏沼の看板の前で



夕食会場の「ほうりょう」入口にて

(5) 5日目：5月24日(金) 天気：曇り時々雨

記録：味澤 俊治

仏沼→＜20.6 km＞→三沢ビードルビーチ

三沢ハイランドホテルを出発。小川原湖周辺を抜け、8時28分、ラムサール条約湿地の仏沼の案内板前からの歩行開始。しばらく車道を歩き、浜に出るまで砂丘が変成した松林を 200 メートルほど抜けると、美しい砂丘。ゴミもほとんどない。9時少し過ぎから小雨で傘をさす。砂浜に巨大なマグロの遺体。海岸線歩行で初めての体験である。波が作り出した砂浜模様がそのまま美しい。また雨が降り出す。頭上をF15が三沢飛行場へ着陸していくなか、最初の渡渉。



出発前に仏沼の看板にて



砂丘が変成した松林を歩く



美しい砂浜に出る





巨大なマグロの遺体



波が作り出した砂浜模様



傘をさして歩く



平成 27 年度築の堤防上を歩く

10 時 41 分、自然海浜が終わり、堤防上を歩くことになる。この防潮堤は平成 27 年建造のもの。それは、砂丘の砂山を堤防状に寄せ集めコンクリートブロックで表面を敷き固めたような形状になっている。11 時 15 分、二度目の渡渉。



二度目の渡渉



淋代海岸の展望台を目指して砂浜を進む



砂浜から水蒸気が煙のように立ちこめる光景に遭遇



海鳥の群れに遭遇

11 時 50 分、淋代海岸の展望台で昼食。1930 年に太平洋を初めて横断したミス・ビードル号の複製が置かれている。三沢市に問い合わせたところ、2011 年の震災で破壊されたあと 24 年に再建されたもの。笠井さんが回したプロペラが 10 回ほどもそのまま自転したのも新しいせい。



淋代海岸の展望台とミス・ビードル号



ミス・ビードル号の説明版



展望台からミス・ビードル号を見下ろす



太平洋無着陸横断飛行記念之地碑にて

六川目は渡渉したが、五川目は渡渉できない。砂丘を貫いて導水管が海に延ばされている小河川もある。四川目は渡渉できず川にそって国道まで出る。その脇の神社境内に四川目村の碑があり、378 戸 1617 人が三沢基地の騒音被害で平成 9 年に移転とある。あわせて、ここには水色の津波を造形した土台の「震嘯災記念く地震海鳴りほら津波」と記された昭和 8 年の碑もある。松林を抜けふたたび「お化粧漁場」に出る。ここのイワシの干鰯の売り上げが、南部藩主の姫の化粧代となったから命名された。



堤防上を果てしなく歩く



導水管の上を越えて



永劫の里四川目移転記念碑



震嘯災記念〔地震海鳴りほら津波〕の碑

14 時 52 分、目的地三沢ビードルビーチに到着。ここにある三沢市の津波の碑には、東日本大震災のときに 7.4 メートルの津波が襲来し、2 人の犠牲者が出たとある。



目的地の三沢ビードルビーチに到着



宿泊ホテルに向かう途中、三沢市寺山修司記念館を見学

(6) 6 日目：5 月 25 日 (土) 天気：晴れ

記録：笠井 浩

三沢ビードルビーチ—<23.2 km>→ポートアイランド緑地

7 時 30 分 ホテルを出発。前日見た永劫の里の碑と津波記念碑を車で再訪。永劫の里の碑では軍事基地のため集団移転を余儀なくされた住民の苦難を想う。ここは戦闘機などが離着陸する滑走路の進入路の真上辺り。昨日聴いた騒音と墜落などの不安を考えれば集団移転は苦渋の選択だったことだろう。津波記念碑には、「地震海鳴りほら津波」と描かれている。東日本大震災時にはこの碑のおかげで多くの人が助かったことだろう。大津の街並みを車で眺めてから配車した。



永劫の里の碑と津波記念碑を再訪

全員で三沢ビートルビーチを 9 時 30 分 にスタート。最初から砂浜を歩くがすぐに新しい防潮堤が現れた。突堤の近くではサーフィンをしている人たちがいた。一川目一丁目辺りからは防潮堤の上を歩いた。



三沢ビートルビーチ監視塔にて



三川目の河口



防潮堤方面を眺める



防潮堤の上を歩く



流木を利用して渡る



砂浜にあったオブジェ



美しい砂浜を進む

11 時 40 分 明神川水門。

12 時から奥入瀬川の開運橋下流の百石水管橋下で昼食。遠くに八甲田連峰が遠望できた。五戸川河口へ続く辺りも巨大な防潮堤が整備されている。大震災後に津波対策のため嵩上げしたらしい。五戸川を防潮堤に沿って遡り市川橋を渡る。ここに東日本大震災津波到達碑があった。再び五戸川河口に戻るとあとは三菱製紙の広大な敷地に沿って内陸部をひたすら歩く。



防潮堤を歩く



開運橋下流の百石水管橋下で昼食



橋の向こうに八甲田連峰が遠望



奥入瀬川の標柱にて

14 時 55 分 八太郎公園。近くに苦小牧行のフェリーが停泊していた。

八太郎大橋とシーガルブリッジを渡って、16 時 02 分 ポートアイランド着。近くに巡視船が停泊していた。



内陸部をひたすら歩く



苦小牧行のフェリーが停泊



シーガルブリッジ



ポートアイランドに到着

(7) 7 日目：5 月 2 6 日 (日) 天気：晴れ

記録：成田 茂則

階上岳登山 & はしかみハマの駅あるでいーばー<5.0 km>→JR 角の浜駅

8 時コンフォートホテル八戸→フォレストピア階上前駐車場 (2.6 km)

8 時 45 分、青森勤労者山岳会パーティーと合流、坂本リーダーを紹介する。

8 時、鳥屋部登山口を青森労山パーティーが先になり階上岳山頂目指して出発。

9 時 50 分 しるし平で休憩、10 時 50 分大開平に到着、満開のツツジを堪能。

11 時 30 分山頂、八戸湾、八甲田山の遠望等景観を楽しみ、写真を撮り下山。



鳥屋部登山口を出発



青森労山パーティーが先になり登っていく



階上岳山頂にて青森労山のメンバーとともに



北上山地の北端、岩手・青森県境の階上岳（標高 739m）

2万本のヤマツツジが自生する群生地

12時5分、大開平にて、昼食休憩、青森県産リンゴジュースによる青森労山松下事務局長の音頭で乾杯し日本の海岸線を歩く会と青森勤労者山岳会との交流会を開催する。

歩く会メンバーが自己紹介、次いで歩く会に参加している青森労山会員から一言。

最後に坂本リーダーより、歩く会の沿革を紹介する。日本の海岸線歩きは5～6年後に達成する見込み、今後は①これまで歩いた「美味しい海岸線をつまみ食いする歩行」、②これまでの記録をガイド本として発刊の検討、③次の目標として「中央分水嶺トレイル踏破」を考えている旨抱負を話され交流会は終了した。



交流会は青森県産リンゴジュースで乾杯



見頃のヤマツツジ



昼食休憩と青森勤労者山岳会との交流会



山頂から歩行してきた海岸線を見渡す

13 時下山開始、14 時 25 分フォレストピア階上前駐車場着。

14 時 35 分青森労山パーティーと別れ、はしかみハマの駅へ向かう、14 時 50 分着。坂本リーダーと笠井さんが車を回送、15 時 10 分はしかみハマの駅を出発。海岸線・舗装道路歩きを繰り返す、浜久保を過ぎて 16 時 5 分三陸大津波記念碑に立ち寄り犠牲者のご冥福を祈る。



はしかみハマの駅にて



海岸線を歩く



三陸大津波記念碑にて



泊川神社に立ち寄る

16 時 50 分青森県最東南端の地・階上灯台で記念撮影。

17 時 10 分角の浜駅到着、坂本リーダーと笠井さんが車を回送、途中給油。



目的地に向かって階上海岸を歩く



小舟渡園地にて



階上海岸にあった階上灯台



目的地の角の浜駅にて

18 時 20 分ホテル着、19 時 15 分から海鮮居酒屋「浜小家」で夕食懇親会、至福の時を過ごす。

※私のスマホでの歩行距離は 18 km・30,901 歩でした。



夕食懇親会の会場「浜子家」の前にて



ホテルにて 2 次会：成田さん差入れの田酒と山菜を頂く

(8) 8 日目：5 月 27 日 (月) 天気：晴れ 記録：坂本 和子

ポートアイランドー蕪島—<21.0 km>→はしかみハマの駅あるでいーば

7 時 30 分 ホテルを出発、ポートアイランドに 6 人を降ろし 2 台の車をゴール地点に置いてポートアイランドに戻って来る。待っている間に對馬さんは周辺のゴミを拾っていた。

9 時 20 分 ポートアイランドを出発、シーガルブリッジを渡り、頭上高くに横たわる黄色い八戸大橋を渡る為、橋の下を北に向かって 5 分程戻り途中に設置されている階段を登って橋の上の人となる。眺めは最高で、八戸湾岸一帯や、右方向には緩やかに広がった斜面にぎっしりと詰まっ

た住宅街が見える。橋を渡り切り、朝市が行われる館鼻岸壁や水産会館、漁港の倉庫群や魚市場などを間近に見ながら蕪島へと向かう。



出発前にポートアイランドにて



頭上高くに横たわる黄色い八戸大橋



階段を登って橋の上へ



眺め最高の八戸大橋を渡る



漁港から八戸大橋を振り返る



青森県の形をしたセーフティスタンド



国指定天然記念物の蕪島ウミネコ繁殖地と蕪島神社



蕪島神社裏側にもウミネコのコロニー

10 時 50 分 みちのく潮風トレイルの起点にもなっている蕪島に到着。1 週間前よりも更に鳥の数が増え、島もより白くなった様にした。相変わらずウミネコの鳴き声が賑やかで、過密且つ狭いスペースの中、茶色のヒナを一生懸命育てている姿は健気でいじらしい。



茶色のヒナを一生懸命育てているウミネコ



「みちのく潮風トレイル」起点の案内標識にて

11 時 20 分 蕪島を出発、ここからは「みちのく潮風トレイル」を辿ることにする。快適なトレイルを順調に進み、12 時小船戸の岩礁に広がる草地で昼食。

12 時 45 分 鮫角（さめかど）灯台近くの葦毛崎に到着。展望台は元々日本軍の防衛施設跡で、石積みの丸い砦のような。ここで青森三大ソフトクリームの一つを堪能する。更に岩礁の続く海岸を左に見ながら進み階段を下りると、13 時 15 分長い大須賀海岸の砂浜に出る。砂の色が今までの中で最も白く、美しい砂浜を 30 分程楽しみ、再び岩礁と砂浜が交互に現れるトレイルを辿る。足元にはハマナスや、たまにニッコウキスゲの黄色い花が揺れている。



岩礁に広がる草地で昼食



足元にはハマナス



快適なトレイルを順調に進む

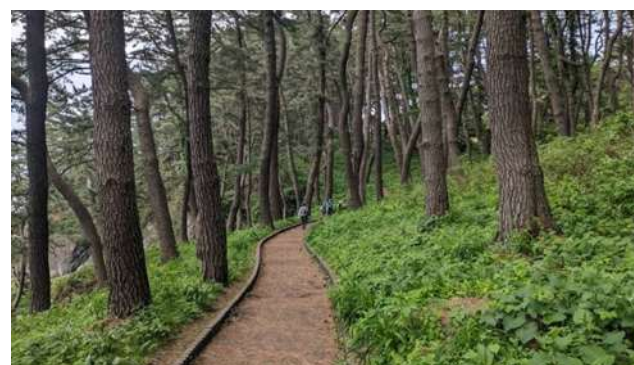


岩礁の続く海岸を左に見ながら進み階段を下りる



長い大須賀海岸の砂浜に出る

遊歩道は「淀の松原」という、強風によってしなやかにくねった松林の中を抜け、14時30分芝生が広がるキャンプ場、「種差天然芝生地」に到着し、ゆったりとした気分を味わいながら休憩。



松林の中を歩く



「種差天然芝生地」を歩く



「種差天然芝生地」にて



高岩展望台からの眺め

15 時 25 分 一番高いという高岩展望台から、更に先に広がる次の砂浜を眺める。

16 時、浜小屋を見学し、後はトレイル通りの道路を、横垣さんを中心に数人が道々のゴミを拾いながら進んで、16 時 45 分はしかみハマの駅あるでいーばに到着した。



浜小屋



はしかみハマの駅あるでいーばにて

(9) 9 日目：5 月 28 日 (火) 天気：曇り 記録：笠井 初子

JR 角の浜—<6.9 km>→種市海浜公園 6.9 km (本日最終日)

コンフォートホテル八戸出発 8 時 00 分。

角野浜駅 8 時 55 分着、9 時 15 分出発。

角浜漁港 9 時 25 分着。浜の鳥居、神様を迎えるための門口。

9 時 28 分太陽光発電施設。最近太陽光発電の銅線ケーブルの盗難があるためか、草刈りや点検等の人も入り厳重な対策と思われる設備だった。



角野浜駅の案内標識にて



太陽光発電施設

千人塚 (首塚) 9 時 30 分着。「平安時代、東北地方は鬼が住むエゾ地として恐れられていたと言われていた。良馬と金を産出する地として知られ、朝廷はエゾ征伐の名目で何度も種市に侵入

しこの地に居住していたエゾの人を千人も殺戮しその首を角浜の海岸に穴を掘って埋めたと伝えられている」との記載があつた。

9時45分 海岸に出る。測量を行っていた。足元にゴキブリのような、すばしっこい虫がいっぱいいいた（フナ虫らしい）。岩には海苔の様な物がびっしり付いていた。これは、ふのりらしい。遠くに養殖施設らしいものが見える。



千人塚供養碑



海岸に出る



海岸に下りる



全員海岸に下りて、海岸を進む



ふのりを見ながら海岸を進む



10 時 06 分、浜から堰堤に上がる。

10 時 16 分また海岸に降りる。興味深い地層が続いている。

10 時 30 分堰堤に上がり、川尻水門 10 時 40 分着。水門前には橋が架かっていて渡れた。

1993 年 3 月 3 日の川島津波供養塔 10 時 45 分着。また浜に降りふのりの養殖と思われるものを見ながら歩く。11 時 15 分ピンク色のホテルのように見えたのは津波避難ビルだった。11 時 25 分道路に上がる。



興味深い地層が続く



川尻水門



川島津波供養塔とみちのく潮風トレイルの川島津波供養塔の案内版

種市漁港を通り、種市海岸公園 11 時 30 分到着。写真撮影後、車を回収したのち昼食を目指して八食センターに向かい 12 時 45 分着。各自、ラーメンやお寿司等の昼食をとった。



緑の砂浜



ふのりに覆われた海岸



目的地近くにあったハマナスの花



種市海岸公園の案内板



今回歩行の目的地種市海浜公園にて

14時05分、南部氏史跡根城見学。広い城内に鍛冶屋や貯蔵庫など生活に必要な施設が復元されており、当時の城内や南部氏の支配を知る。立派な馬（レプリカ）と馬屋があり、上馬屋に寄ると当主が所有していたという馬を繋いでいた場所には「南部地方は古くから駿馬の産地として知られており、各地の武士達がここの馬を手に入れようとしていた。南部駒の中でも特に優れたものが当主の馬に選ばれた。合戦に行く時の当時の馬は立派な馬具で飾られてここから引き出されたことでしょう」との記載があつた。再度南部氏の支配力を知る事となる。



八食センターで食べた八食井



南部氏史跡根城の門にて

コンフォートホテル八戸 15 時 30 分着。ここで青森のメンバーとお別れ解散となる。



お世話になった成田さんのマイカー



活躍したレンタカー（カローラフィールダー）



八戸駅外観



八戸駅構内にあった八戸三社大祭の山車



復路で乗車した八戸駅 17 : 06 発はやぶさ 38 号

8. 参加者の感想

【味澤 俊治】 海岸の多様性と複雑さを体感できました

海岸線歩行の楽しみのひとつは、海岸の多様性と複雑さを体感できることである。打ち寄せては消えるたくさんの波は、同じように見えてけっして同じではない。それを眺めながら、濡れないように歩く。砂浜ははるか遠くに延びつながり、やがてその際に達すれば、また新しい道が始まっていく。気が付くと、なぜか足の痛みも忘れていく。土産に持ち帰った八戸の地酒「如空」のように、歩くことでこの世の煩いや拘りを忘れて、大いなる自然につつまれ心が澄み切っていく。いにしえの日本仏教の原点をつくった空海や最澄たちもまた、空と海との連なりを眺めながら澄みわたる精神をはぐくんでいった。それは、日本列島の人々の道が海岸線の道をたどったことと重なるからではないだろうか。もちろん、私の空想と冗談半分の妄想であるが……。



いっぽう、宿泊地となった大湊、三沢、八戸は、その町の成り立ちと風貌が、私の興味をかきたてた。何度か宿泊している大湊では、はじめて会津藩（斗南班）ゆかりの場所を発見し、南部藩武士の持ち込んだと思われる摩利支天を祀る石柱にも出会った。三沢では早朝から送迎バスを待つ20人ほどの男性集団を見た。犬の散歩のご婦人によれば、青森県最大企業、日本原燃株式会社（原燃）の下北半島の各事業所に勤務する非正規の労働者たちは、この境界のビジネスホテルに連泊して下北半島各地の現場にバスで向かう。三沢といえば駐留米軍のイメージばかりだったが、日本社会の現実を予想もしなかった風景から突き付けられた。

そして、最後の3日間は八戸のコンフォートホテル泊。この新幹線八戸駅には東横イン、J R 東日本ホテルメッツもある。この駅を一回りしてみた。ホテルのあるのは東口で、西口には居酒屋もコンビニもない。あるのは、最近できたアイススケート場とトランポリンセンターのみ。巨大な空き地に農地を手放した農家と真新しい住宅がチラホラ。未整備の道路のどん詰まりの空き地に狢犬と石灯籠の残骸が残る。駅前半分は今でも手付かずの空き地、聞けば漸くトヨタ系企業の進出が決まったとのこと。新幹線が開通した町は、鉄道によって東西に分断された。分断された東西をつなぐのは、妙にモダンなクリーム色の階段のない跨線橋と二重カーブの歩道付きの地下道だけである。東西は物理的につながっているだけで、車にも人にも出会わない。新幹線八戸駅のこの荒涼とした風景は、海岸線歩行の旅の余白というには惜しい、強い印象を私にもたらした。

このように、海岸線歩行が単なる観光旅行ではないものになったのも、リーダーの坂本さんを中心に同行したメンバーのみなさんの生き方や問題意識、人となりによるところが大きいと思う。大いに感謝したい。また、次回の歩行を楽しみにしている。

【笠井 浩】 自然豊かな岩礁海岸と変化に富んだ行程でした

海岸線歩行参加5回目。太平洋側の歩行が終わった。過去の歩行も思い出し、よく歩いたものだと感慨深い。今回は原発・軍施設で迂回を余儀なくされた単調な内陸の車道、長い砂浜、新しく

整備された長く高い防潮堤、広大な港と工業埋立地、自然豊かな岩礁海岸と変化に富んだ行程だった。種差海岸は今回のベストルートだろうが、観光用に整備されていて歩きやすい反面少し興ざめなところもあった。

みちのく潮風トレイルにも足を踏み入れ、岩手県に続く今後が楽しみだ。階上岳は天気にも恵まれ、歩いた海岸線を眼下に眺められとてもラッキーだった。その他寺山修司記念館と百名城根城もよかった。八戸の朝市はいつか機会を作りたい。

夜は8日間居酒屋宴会が続いたが私としてはもう少しフリーの日があっても良かった。



【笠井 初子】階上登山は青森労山の方とツツジが咲く登山道を楽しく歩きました

今回初めて途中参加をしました。3泊4日の参加のうち1日目は青森に行くだけで終わり、歩いたのは約2日と少し、残りは見学と帰路についたので歩行には少し物足りなさを感じましたが、階上登山は青森労山の方とツツジが咲く登山道を楽しく歩く事ができました。青森労山は楽しい方々で活気があり若い方も多く、会の将来性がありとても素晴らしいと感じました。



アイランド緑地（みちのく潮風トレイル）は名の通り広大な緑地と海岸線を気持ち良く歩く事が出来ました。印象に残った事は、太平記にもある平安時代の後醍醐天皇の頃の南北朝の争いで長野県の諏訪大社に関わりのある北条時行や北畠顕家が活躍したという、東北から京までの800kmを22日間で駆け抜けたという話。秀吉の中国大返し10日230kmよりも早いという話に興味がありましたが、青森の在来馬の南部馬、武士にとっての憧れの馬があったからこそその偉業であった事を海岸線歩行に参加して再度感じる事ができました。

坂本さん皆様お世話になりました。ありがとうございました。

【坂本 和子】とても美しく長い海岸線でした

今回の東通村から岩手県種市町まで至る海岸線は、とても美しく長い海岸線です。遠浅の海が続く砂浜は、砂のきめが細かく波も穏やか、ゴミも少なく貝殻がちらほら落ちている、そして天候に恵まれた為かはたまた太平洋の海のせい、とても平穏でゆったりとしたものでした。

しかしこの穏やかな砂浜は、原子力発電、自衛隊や米軍の軍事演習施設、そして高潮や津波という災い、この3つのキーワードとは切っても切り離せない地域でもありました。

「猿ヶ森」や「天ヶ森」と名付けられた白い砂浜は軍事演習の為一般人は入ることが出来ず、時折遠く爆音が響くのみ。又、原発関連の施設には現在稼働されていないにもかかわらず、大型のダンプカーが立派な専用道路をひっきりなしに行き交っていました。「原発は麻薬と同じようなものだ」と聞いたことがあります。危険を伴うとわかっているにもかかわらずやめられない……。原発の建設凍結が、地元の人々にとっては、雇用は有るが原発は出来ないという皮肉にも一番良い状態であるという歪んだ現実。原発事故の惨状を目の当たりにした私達にとって、この美しい砂浜と引き換えに手に入れたものは何であったのか？と考えさせられました。



そして、この地に過去何度となく押し寄せて甚大な被害を及ぼした高潮や地震に伴う津波という天災。「地震 海鳴り ほら津波」という教訓が刻まれた複数の海嘯災記念碑や、高い城壁のように張り巡らされた開閉可能な防潮堤は、過去の禍に対する深い悲しみと、同じ苦しみを二度と繰り返したくないという、人々の祈りにも似た強い願いと意志を感じました。

最後に個人的なことです。滞在中の一日、海岸線歩きからはずれて青森にいた頃の友人達と一緒に過ごすことが出来、改めて「友」のありがたみを噛みしめる幸せな一日となりました。

【成田 茂則】東海岸の美しさに目を奪われる！

青森県の東海岸（太平洋側）はゴミの無い砂浜が延々と続いていた。



これまでの4回の歩行でゴミの多さが目に焼き付いていた私には異様な美しい光景で、素晴らしい青森発見の旅であった。

半面、美しい砂浜なるが故に津波に遭った碑の多さも目に付いた。

今迄気にも留めていなかった多くの太平洋側青森県民が犠牲になっていた事実も知った。

又、六ヶ所村泊漁港での回送待ち時間で、イカ釣り船の所有者と話し、近海が獲れないので2人で新潟沖まで行くとの話に漁師の過酷さを思い知らされた。更に傍にいた方からは、名勝地を見た方が良いと紹介されたが、我々が前日通った洞窟の岩だった、残念。

今回もまた、坂本リーダーはじめ参加者の皆様には親切にしてくださりました。厚く御礼申し上げます。

【對馬 淑子】海岸線の多彩な表情を楽しむ

八戸の港は色々な顔を持つ。煙突から火を噴く工場地帯を出発して少し歩くと、もう漁港だ。観光地蕪島は子育て中のウミネコで葬めいていた。成鳥になれずに亡くなった雛の供養碑があった。

天敵に襲われることもあろうが、こんなに高密度で暮らしていたら生存競争も激しいのだろう。

岩礁地帯に続く長い長い砂浜は気持ち良かった。海辺の花々も綺麗。芝生に埋もれそうに咲いていたコケリンドウに会えたのは嬉しかった。青森県で最東南端にある階上灯台は芝生が心地いい。ここに立って太平洋から昇る満月と日の出をいつか見てみたい。

岩手県に入ると防潮堤が続くようになった。繰り返し津波に襲われてきたことがよくわかった。ゴール近くで地層が見えた。上半分は丸っぽい礫がごろごろ、下半分は粒が細かい砂か泥。境界線が一直線にきっぱり分かれている。層理面が出来た頃何が起こったのだろう。

今回は海岸線の色々な表情を満喫した。

皆さん、今回もお世話になりました。



【辻村 眞佐子】津波被害に思いを馳せて

計画概要の『参考』にみちのくトレイルは八戸市から相馬市まで千kmと書いてありました。その一部でも歩いたと思うと感慨深いものがあります。

歩行できる海岸をどこまでも行くと高い防潮堤の上でした。海と青空が続き下を見ると十年前の津波の跡だろう土地に東日本大震災津波の碑、海難記念碑があり、記憶がよみがえりました。



とりとめないおしゃべりをしながら歩き続け下を見ると、ビニールハウスの間に碑が見え近づくくと三陸大震災津波記念碑で悲惨な状況が読み取れます。洋野町角の浜では広大な土地に太陽光発電施設があります。

最終日の車回収の空き時間には里山を目の前にストレッチをしたりカッコーやウグイス、キジのさえずりを聞きながら空飛ぶ鳥と見えない鳥の鳥談義をする。これらの静寂さは帰路に着く私達を励ましてくれました。

何気なく過ぎ去る日々ですが感想を書くことで

で元気が出てきました。ありがとうございます。

【横垣 成年】海岸にゴミがない！

三沢のビードルビーチから海岸歩行に参加しました。太平洋側はゴミがないという話を聞いていましたが、本当でした。たぶん西風と海流で太平洋の沖にゴミは流されているものと思います。ゴミのない海岸は何と美しいでしょう。ゴミのことを考えずに気持ちよく歩行できました。この美しい海岸が永遠に！と願いました。しかし護岸のない自然海岸は一部でした。三沢の海岸も 3.11 の震災後 5 メートル以上の護岸が築られました。

H10 年海岸調査によると自然海岸率は、1 位島根県 77.17%、2 位岩手県 77%、3 位鹿児島県

73.75%、・・・23 位青森県 43.71%です。岩手県には海・森・川の政策があります。川との共生を掲げ、盛岡市の中心を流れる北上川を大切にしています。広く護岸し、河原で憩える空間を作り、橋から岩手山を望めます。青森県の環境意識を高める方法を模索中です。お世話になりました。

