

はしかみちょう
八戸市ルート/階上町ルート

【山行日】2021年4月29日(木・祝)～5月2日(日) 3泊4日

【交通・費用】マイカー5名 ホテル16000円 交通費12000円/一人

【参加者】CL今野 SL田村 大高 長嶺 吉金

【コース】八戸市ルート：鮫駅～蕪島～葦毛崎展望台～大須賀海岸～淀の松原～種差海岸～高岩展望台～大久喜駅(バスで鮫駅まで戻り)※歩行距離15.2km 行動時間6時間
階上町ルート：道の駅「はしかみ」～灯明堂跡～階上岳放牧場～階上岳山頂～熊野堂～トチの巨木～野沢駐車場 ※歩行距離20.2km 行動時間：6時間30分

<みちのく潮風トレイル>

青森県八戸市から福島県相馬市までの太平洋沿岸をつなぐロングトレイルです。雄大な太平洋にそって旅をする、全長900kmの長い道である。東日本大震災の復興支援として開拓されて2019年3月に全長が完成した。



種差海岸を歩くアマちゃん達

<区間コース地図の入手方法>

今年 2021 年 4 月から有料に改訂された。CL/SL は幸いにも 2020 年 1 月に「みちのく潮風トレイル名取トレイルセンター」(宮城県名取市)で無料で入手しておいた。今後はトレイルセンターで購入するか、ネット販売で求めるかのいずれかの方法による。

<トレイルの概要>

森と海のどちらの恵みも感じることができるが、海とのつながりから生まれた自然とそこで生きている人々の暮らしが感じられるトレイルである。道は人が歩いて道になる。「みちのく潮風トレイル」も、東北に住んでいる人と、東北を訪れる人と、みんながいっしょになって歩くことで、東北の復興の歩みを加速していくことがこの道のコンセプトである。

- トイレ：八戸ルートは随所にトイレはあるので心配ない。階上町ルートも放牧場や 8 合目駐車場と熊野堂にトイレがある。よく整備されている。
- 山野草：いちいち植物の名前は挙げないが、山野草の宝庫である。訪れてみてください。
- トレイルの楽しみ：道の駅では海産物が安く購入できる。生ワカメや地元の魚が買える。葦毛崎展望台にある「ホロンバイル」はロケーション抜群のカフェなので、ソフトクリーム、もちもちドーナツなどを食べながら休憩するとリッチな気分になれる。

<トレイルの感想>

4 月 30 日 (金)

みちのく潮風トレイルの発着点となる蕪島は、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。私たちは島全体に生息する何百万羽に迎えられた。ウミネコの糞対策で傘が準備されており、雨でもないのに傘をさして散策した。ウミネコ達にエールをもらいいざ出発。(M. N)



((出発地点でありゴール地点の蕪島))



((ウミネコ繁殖地の蕪島))

鮫駅付近に駐車場無し、蕪島に駐車場有り。蕪島一葦毛崎展望台へ。鮫角灯台前の岬に要塞のような施設だ。そこに登るとそこには種差海岸の美しく雄大な太平洋の海が広がる。ち

ようど休憩がしたくなかったところにホロンバイルというカフェが目の前に。店内の大きな窓から今来た道が見える。店主が大切に育て販売もしているムシトリスミレが濃いピンクの花をつけていた。
（雄大な海 疲れも吹っ飛ば太平洋）



中須賀から大須賀海岸～淀の松原へ。美しい松並木とよく整備された遊歩道が続く。ウミウの糞で白くなったと言われている白岩（明神岩）、松林の間からは奇岩や大小の岩石が見え飽きさせない。そこには「延齡草」や「キイチゴ」の白い花が咲き誇っている。

種差天然芝生地へ。キャンプ場が隣接されている。途中追い抜いて行った人たちの大きなザックに納得がいく。もしもテントが背負えたらここでキャンプが・・・最高の贅沢ができる。種差海岸インフォメーションに立ち寄る。CLとSLが持参していたパンフをゲットしようとしたら4月1日から有料になったとか。なんと1冊1650円（10冊で潮風トレイル完歩つまり16500円にもなる）恐るべし環境省、喉から手が出るほど欲しかったけれど諦める。

腹立ちまぎれの昼食はおいしかった。大久喜バス停からバスで鮫駅に戻り女性陣はここで電池切れ（空腹でガス欠）のため本日の潮風トレイルは終了。CLが蕪駅まで戻り私たちをピックアップ。こんなに甘えさせて頂いて恐縮。有難いことです。（吉金）（菜の花とウミネコ）



5月1日(土)は、標高740mの階上岳です。別の名前を種市岳、今年の十二支の山「臥牛山(がぎゅうざん)」とも呼ばれている。登山口から山に入ると一面、緑のじゅうたんを敷いたように、エンレイソウ(延歳草)、エンゴサク(延胡索)、キクザキイチゲ(薄紫もあり始めて見ました)、カタクリ(八戸では今、咲いている)が群生していた。山の八合目大開平おおびらきは、天然ツツジが群生していましたが、まだつぼみです。残念!! 階上岳山頂からは、八戸市内に続き太平洋が一望でき疲れもとんでしまいました。太陽の光と緑のコントラストは、やはり最北端だからでしょうか? すばらしいです!! (H・O)

みちのく潮風トレイルも、大詰めになった今回は、北の起点から八戸・階上ルートを歩いてきた。津波から10年の節目に当たる今年、コロナ禍とは言え、なにがなんでも、「やらねばならぬ」山行だった。あちこちで災害の多い今日この頃ではあるけれど、こと東北の津波に関しては特別な思いがある。

雄大な太平洋を眺めながらのトレイルは、海なし県に住む私たちにとって、とても豪快で気持ちがよいものであった。1人1部屋3連泊は、旅の疲れを感じさせないでくれた。東北復興応援の、みちのく潮風トレイルは、まだまだ続きます。(田村)

((この足跡が復興への道だ))

(海岸だけでなく 登りも下りもたくさんある)

