

日本の海岸線を歩く会 歩行報告書

報告者 稲葉勝利

1. 概 要

歩行名称にはブロック名（会則に記載）と概略歩行区間を記載する

歩行名称	東北東 5
歩行区間詳細	スタート地点：種市海浜公園
	ゴール地点：堀内駅
実施期間	2026 年 8 月 31 日（月）～9 月 3 日
全歩行距離	61.4 k m

2. メンバー表

No.	役割・分担	氏 名	年齢	歩行日数	備 考
1	リーダー	稲葉 勝利	82 歳	4 日	12 期

3. 歩行の概要

	月日	出発地 ～ 到着地	歩行距離	歩行参加者	備 考
1	8/31	種市海浜公園→陸中八木駅	10.6 k m	稲葉	
2	9/01	陸中八木駅→久慈（旅館）	22.7 k m	同上	
3	9/02	久慈（旅館）→陸中野田駅	19.0 k m	同上	
4	9/03	陸中野田駅→堀内駅	9.1 k m	同上	

4. 参加費

0 円

5.費用概算

交通費	23,463 円	：大人の休日倶楽部キップ 20,000 円 宮古～盛岡バス代（3 割引）1,463 円、北山崎乗合いタクシー1,600 等
宿泊費	4500*3=13,500 円	素泊まり
食費等	5,962 円	
合計	42,925 円	

6. 歩行の詳細

8 月 31 日（月）天気 曇り一時小雨

東京 8:52・・・11:36 八戸 12:24・・・13:19 種市 13:30→13:42 種市海浜公園→14:20 玉川浜漁港→14:50 戸類家漁港→
15:29 宿戸漁港→15:45 久慈線交差→15:53 三陸道洋野宿入口→16:00 大鳥居→16:52 陸中八木駅 17:33・・・
18:06 久慈駅

私の今回の海岸線歩行は前回 2022 年 10 月の「東北西 7」以来実に 4 年 10 か月振りで体力の衰えが進行していた。
一方昨年から至るところで熊の出没と被害が報告されているので、コースは安全第一を考慮、日程も従来の 4 泊 5 日を
3 泊 4 日と短縮した。
また天候は東日本をはじめ、日本各地で線状降水帯による被害が連日報告されており、更に直前の天気予報では秋雨前
線が青森県上空に停滞し警戒警報が出されていた。

このような状態であり、歩行に対する不安を抱いての出発であった。

本日のコースは「みちのく潮騒トレイル」に該当している。曇り空の下、まずは引き継ぎ場所の「種市海浜公園」を目指す。駅から三陸浜街道を横断して、小道を下がり種市漁港手前の海岸線に出る。この辺りは未だ防潮堤はなかったが、海岸線を引継ぎ場所迄行き、そこから三陸街道に出るときは防潮堤のシャッター付きの大きな門をくぐってでる。

この大きな防潮堤は人家のある殆どの入り江に設置されており、多くは陸側に歩道があるため、そこでの歩行では残念ながら海辺の景観は見えない。

玉川浜漁港を過ぎて間もなく三陸浜街道と別れ、戸類家漁港への道に入る。この港は単に入り江のようだ。橋を渡り、林間を行くと宿戸漁港に至り、そこから海岸線を離れ三陸浜街道に合流する。2時過ぎから天気は小雨に変わる。

以前にも記載したが、雨の場合の休憩所の確保は難しい。(1時間歩行し、10分休憩を基本としていた)以前はバス停や寺、神社等を利用して頂いたが、今回のコースにはバス停には小屋はなく、寺は全く見当たらず、わずかに現れた神社は、該当する付近には見当たらなかった。グーグルで寺を検索すると久慈以外では2寺院だけである。三陸浜街道は江戸時代の脇街道であり、一方、寺請制度で住民は寺にて管理されていたので、寺のなかった地域の方は明治以降に住み着いたのであろうか？

久慈線は何故か防潮堤の海側を走っているの、今日の目的地の陸中八木駅に行くため、防潮堤をくぐり、海辺の道に行く。駅の入口は防潮堤が終わった先にあり、三陸浜街道側からでは、大回りをさせられた。

今回はコースに沿って、久慈線、三陸陸鉄道(第三セクター方式)が走っている。一方コース上に宿泊施設が少なく、更に荷物の軽量化のため、久慈駅近くの旅館を拠点にして日々歩行した。「大人の休日倶楽部パス」はこの点で便利であった。

陸中八木駅からは電車で久慈に向う。



種市海浜公園 波潮堤



戸類家漁港



宿戸漁港



わずかなひさしの下の休憩所

種市駅 から 陸中八木駅

徒歩 10.3 km、2 時間 21 分



9月1日 天気 曇一時霧雨

旅館 6:20・・・6:25 久慈駅 6:42・・・7:12 陸中八木駅 7:15→7:25 線路交差→8:19 西有家バス停→9:09 陸中中野郵便局
→9:11 ミストッ プ 種市中野店→10:05 最高地点→11:00 北野バス停→12:25 久慈北IC入口 12:50→
13:25 陸中夏井駅入口→久慈駅→14:55 旅館

今日の歩行開始の陸中八木駅近辺から三陸海岸北部の特徴である海岸段丘が始まる。崖岸線は断崖で、久慈線も陸中八木駅から 5.5 km 先の陸中中野駅で内陸部に迂回して久慈駅に至る。久慈まで歩行コースとして 3 通りがある。最も安全なコースは海岸線から大きく離れる三陸浜街道である。次は海岸線に最も近いコースの「みちのく潮騒トレイル」で海岸線の通行不可の箇所は三陸浜街道に迂回してコース設定がされている。又後半部分は国土地理院の地図にも表せていない崖の上の山中を行く。更には途中渡渉する箇所もある。三つ目は浜街道の中間付近から迂回して「みちのく潮騒トレイル」の中間部を走る県道侍浜夏井線で、山中を走るため海岸線の展望は殆ど望めない。今回は安全等も考慮して三陸浜街道を行くことにした。

歩行を開始と共に標高 177m の地点までなだらかな上り坂が始まる。間もなく、清光館の跡がある。1920 年、柳田国男が職を辞し、徒歩でこの小子内浜に来て 1 軒しかなかった宿屋の清光館に宿泊した。翌年再来し、小子内濱野入口で「来てご覧、あの家がさうだよと言って、指をさして見せようと思ふと、もう清光館はそこには無かった」。あまりの哀しみに、人生の無常を感じ、その哀しみの真情を書いたのが「清光館哀史」である。・・・看板の説明より人家が時々現れる位の山中の自動車道の道は単調で、身近な花や植物に目は向けられる。道に栗の実がたくさん落下している。桑街道と言ってもいい位、道の両側には自然の栗の木が実をたわわにして、連なっている。

時々地元の名産品等の宣伝用のマスコットが迎えてくれる。個々に異なるキャラクターを持っているが面白い。

この山間の道路には平日だけ村営バスが 2 便/日運行されている。 12:25、昼食は山越えを終わった北久慈 IC 入口付近の道ばたで、持参のサンドイッチで済ませる。ここから旅館までは平坦な道で 5.4 km である。荷物が軽かったのと特に寄り道をする所がなかったため予定より早い時間だったため、その後スーパーに寄ったりしながらゆっくり歩き、14:55 には旅館に着いた。途中の陸中夏井駅は当時 2 年だった 1965 年の夏合宿で私達の班の出発点であり、久慈を経由して遠く八幡平の網張温泉に向った。陸中夏井駅から久慈までは歩いているはずなのに、覚えているのは太平洋の海水と日本海側を出発する班が持ち寄る海水を集中地で一緒にするため海岸まで行ったことだけで、風景等は全く記憶にな

かった。現実には埋立が進み、海辺は遠く離れ、更に湾全体が港になっていたの、景観が一変したのだろう。
 今日のは出発時以外には一度遠くに海を見られただけで、海岸線歩行とは言えない一日であった。



清光館の跡



なだらかな登り坂が続く



道ばたに落下した栗の実



野花に覆われる歩道



原木しいたけのキャラクター



ウニのキャラクター

洋野町営バス時刻表

平日の運行			
中野線			
発車時刻	行き先	発車時刻	行き先
8:59	蓮市庁舎	8:23	陸中中野駅
13:56	蓮市庁舎	13:10	陸中中野駅

※ 土日・祝日は運休です。



バス時刻表（時間から通学用には疑問） 高家川に架かる橋（下流の海岸道は渡渉） 遠くに「八戸久慈自動車道」

Google

陸中八木駅 から 中村屋旅館、〒028-0052 岩 徒歩 22.4 km、5 時間 8 分
 手県久慈市本町 1 丁目 3 3



9月2日(水) 天気 雨一時曇り

旅館中村屋 7:25→7:27 橋→8:13 ケルン・鎮魂の鐘と光→8:46 竜の滝→8:55 赤浜展望台→10:06 五丈の滝バス停→10:29 小袖バス停→小袖海女センター→小袖バス停 11:45→12:34 小袖高台バス停 12:44→13:31 分岐→14:10 海岸→14:35 野田漁港上→15:13 陸中野田駅 16:31…16:45 久慈駅

今日は今回のハイライトである小袖海岸の歩行なので、勇躍して朝を迎えるが、外は雨。上下のレインウェアを身にまとい、傘を差して出発する。1時間ほど歩いてやっと港外の「ケルン・鎮魂の鐘と光」に至る。トレッキングシューズで行ったが、防水効果が効かず、靴の中の水が気になる。竜の滝のある坂道を上がると直ぐの赤浜展望台には漁場監視小屋が設置されている。崖の下の磯辺の貝類の密漁を監視するのであろうが、人は見当たらない。

舟渡海水浴場まで下ると、規模の大きい海岸段丘である小袖海岸が始まる。

(崖崩れ等の時の逃げ道なのか、舟渡漁港、小袖漁港間には崖の上にもみちのく潮騒トレイルが有る)

この道は時々トンネルを抜けたりして、海辺近くをほぼ水平に走り小袖海女センター付近まで行く。途中、「兜岩」「つりがね洞」と言った名前が付いた花崗岩の奇岩が海中に群立している。この付近の岩はゆっくり冷えたため結晶が大きく、一方小袖海女センターにある夫婦岩では、比較的早く冷えたために柱状節理が正しく並んでいるという。小さな川が流れる五丈の滝のバス停から少し小道を行くと「五丈の滝」が落下している。滝は二つあるが、水量不足なのか右側の滝は殆ど滝となっていない。

小袖漁港に着く頃には幸いにも雨は止んでくれた。ここで昼食を予定していたのでバス道から別れ、小袖海女センター・夫婦岩を見に行く。この夫婦岩に行く橋の横の岩礁地帯がドラマ「あまちゃん」で有名になった北限の海女の舞台で、休日には観光客のための素潜りの実演をしているようだが、観光客が見当たらない今日は閑散としている。写真を撮っているとひとりの女性が現れ、写真を撮ってくれと声を掛けられた。岩手大学を卒業するまでは岩手県の内陸部で育ったが、三陸海岸には来たことがなく、現在住んでいる千葉から私と同様、大人の休日倶楽部キップで観光に来たとのこと。ここに来るバスは2便/日しか運行していないため、久慈からいっかーで来たと言う。私が今日の予定を話すと、山越えは大変だろうから送ってくれと誘われる。魅力的な誘いであったが、歩くために来た故、感謝をしつつ固持した。約3時間後、歩行を終え、電車で久慈駅に戻り、改札口を出ようとしていた時、久慈駅発八戸行の電車の窓から女性が手を振っている。最初は分からなかったが、この女性であった。3時間も何処を回ってきたのだろうか。

同様なことが日本海側を歩行中、村上付近であったことは「東北西1」に記載した。

ここからのコースも三通りあるが、中間部の人家もあるバス通りに行く。「みちのく潮風トレイル」は「小袖海女センター」横から「迎え山道路」を直登し途中バス道と合流するが、その後久喜漁港まで5万分の地図に記載の無い山中の道に行く。念の為、熊撃退スプレーを持っていたとは言え、このコースは選択の余地はなかった。

バス道とは言え、標高差 170mの上り坂は今の私にはきつかった。台地上には小学校や中学校もあるが、下の小袖漁港には住宅は殆ど無い。昔は「迎え山道路」を行き来したと言う。*迎え山道路：古来、当地区の下村(海辺近く)と上村周辺を結ぶ車道路がなかった当時(S40年頃まで)は浜に漁に出るにも又、畑仕事に出るにも生活道として往来した重要な坂道、地元の人々は(特に女性の方々)50Kg以上の背負物をしてこの坂道を三往復も登り下りし当時の住民たちの苦勞が織り込まれた坂道…説明版より。

小袖台地から駒形神社までは海成段丘の平坦地をほぼ直線的に進む。駒形神社を過ぎると海岸線の中沢まで一気に下る。海岸道路に設置された飲料水の自動販売機に大きなザックを背負った若い外国人が飲料水を購入していた。

イスラエル人ミスターSean 22歳という。テント泊でみちのく潮騒トレイルを歩行中とのこと。空腹なのだが、駅までの位くらいかと質問された。途中で食堂はないが駅まで行けばあるのではないかと。3km強の距離なので、40分位で行けるのではないかとと言うと急ぎ足で立ち去っていった。若い人は元気だ。地元の方も最近は外国人の歩行者が増えていると言っていた。私は電車の時間まで余裕があったので、ゆっくり休憩を取りながら、駅に向った。

陸中野田駅は昨年まで、飲食店もあった「道の駅のだ」が併設されていたが、別の場所に移設されていた。彼の空腹は満たされたのだろうか？

陸中野田駅からは電車で久慈駅に戻り、旅館に。



ケルン・鎮魂の鐘と光



密漁監視所



海辺をほぼ水平に走る道路



五丈の滝



つり鐘洞



夫婦岩



海成段丘上のバス道



ミスターSean



超えてきた海成段丘



9月3日(木) 天気 雨一時曇り

5:45 久慈駅 6:46→6:59 陸中野田→7:29 ほた展望台→8:13 野田玉川駅入口→9:09 えぼし岩→9:21 安家川橋梁→9:53 堀内駅
10:52……11:13 田野畑(北山崎観光 11:40……12:00 北山崎 12:30……12:50 田野畑) 12:57……13:50 宮古 14:45……16:25
盛岡 16:50……19:04 東京

時間を間違え予定した久慈駅発の電車に乗車出来なかったが、余裕ある計画だったため問題なし。今日も朝から雨。8分位45号線を線路に沿っていくと、左手の遠方に防潮堤が見えて来た。写真の建物は高さ24.3m、幅97.7mの巨大なコンクリート製の水門。防潮堤はその奥にうっすら見えている。ここ十府ヶ浦海岸には約2.5kmに亘って防潮堤が設置されている。この浜は「野田村のホームページ」には「千年以上の昔から都の貴族たちの歌にも詠まれた歌枕ゆかりの名勝地で、三陸復興国立公園の一部でもある十府ヶ浦海岸。紫色の小豆砂(あずきすな)におおわれ、ゆるやかな弧を描いて3.5キロメートル続く海岸線。切り立った断崖が続く三陸海岸では珍しく貴重な砂浜です。」とある。防潮堤と砂浜との間にはハマナスが群生し「はまなす香る砂浜」と言われているようであるが、防潮堤の海側は未だ工事のため一部入場が制限されていることもあり45号線に行く。休憩のため砂浜の果てのやや小高い場所にある「ほたてんぼうだい」に寄るが、未だ早い時間なので無人。砂浜の展望を期待したが、雨でうっすらしか見えず残念。45号線は15分位進んだ地点から玉川漁港の先までは海岸から離れ、標高50m前後の高台の山中を進む。一方三陸浜街道(みちのく潮騒トレイル)は海岸から離れ始めた地点から更に右方向の山中の「マリノローズパーク野田玉川(鉾山地下博物館)」を經由して玉川漁港付近で45号線と一度合流するがその後、再び山中に入り、最終的にはえぼし岩の先で、45号線と合流する。今回は45号線をそのまま進んだが、野田玉川駅の前から道は海沿いになり、時々崖下に岩礁帯が望める。見応えのあるえぼし岩を過ぎて下って行き、安家川に掛かる三陸鉄道の橋梁の下で、休憩を取る。三陸縦貫道路の45号線も直ぐ近くを走っている。ここから15分で今回の歩行の最終地の「堀内駅」に到着した。堀内駅はドラマ「あまちゃん」で「袖が浜」の駅名で登場した駅で、ホームには「堀内」と「袖が浜」両者の駅名が掲示されていた。無人の待合室で雨に濡れて出来たマメの手入れをし、1時間の待ち時間を過ごした。出発間際に老婆がひとり現われ、写真を撮って頂き、私の今回の歩行が完了した。予定の歩行は完了したが、その後電車と乗合いタクシーを使い北山崎の展望台に行ったが、山は霧混じりの小雨で2m先も見えない状態であったので早々に退散した。

参考：山田線を利用する場合、注意が必要です。山田線は北上山地を横断するため、雨による運休が頻発する上、秋には落葉等を原因とする空転により、長期の運休が発生します。代行輸送、振替輸送として、JRと共同経営を行なっている岩手県北自動車株式会社のバスがありますが、この利用が勘違いしやすい。JR東日本の時刻表ではバスは「JRの乗車券類(一部を除く)でご乗車頂けます。」と書かれていますが、乗車券類の中に大人の休日倶楽部パスのようなフリーキップは含まれないのでキップを購入するように言われました。購入しようとしたら、倶楽部のカードなら3割引は適用するとのこと。一方電車が不通の場合はフリーキップでも乗車可能です。今回は電車が動いていたため、かえって良くなかった。



宇部川に掛かる水門



「ほたてんぼうだい」より砂浜を望む



えぼし岩



下安家漁港



安家川橋梁



堀内駅

