

# 潮風を 感じながら

みちのく潮風トレイル全線開通

6月9日に全線開通した  
青森県八戸市から福島県相馬市までの太平洋沿岸  
約1000<sup>km</sup>を結ぶ道「みちのく潮風トレイル」。  
自然の美しさと、笑顔に出会う道  
「みちのく潮風トレイル」を紹介します。



# 青森県から福島県まで 太平洋沿岸約 1000<sup>キ</sup>ロを結ぶ 国内最長のロングトレイル

国内最長のロングトレイル  
みちのく潮風トレイル

青森県八戸市蕪島から福島県相馬市松川浦までの太平洋沿岸を結ぶ道「みちのく潮風トレイル」(総延長1025<sup>キ</sup>)が6月9日、全線開通しました。

「みちのく潮風トレイル」は、東日本大震災からの復興に向けて、平成23年から環境省が取り組んでいる「グリーン復興プロジェクト」の一つ。青森、岩手、宮城、福島4県28市町村にまたがる国内最長のロングトレイルです。被災地域を歩く道でつなぐことで、震災の記憶をつなぎ、地域のにぎわいを生み出す事を目指しています。

海・山・川——  
美しい景観に富んだコース

みちのく潮風トレイル最大の特長は、ダイナミックな海を中心とした、山や里などの美しい景観に富んだコース。歩きながら採れたての海の幸を味わったり、地域の人とのふれあいを通して、暮らしや文化に触れることができます。また、被災地を歩き自然の脅威を目にすることで、自然の豊かさや厳しさの両面を感じることができます。

北山崎ビジターセンターから  
トレイルの情報を発信



沿岸サテライト施設の北山崎ビジターセンター

みちのく潮風トレイルでは、拠点施設「名取トレイルセンター」と沿線サテライト施設と呼ばれる▼種差海岸インフォメーションセンター(八戸市)▼北山崎ビジターセンター▼浄土ヶ浜ビジターセンター(宮古市)▼碓石海岸インフォメーションセンター(大船渡市)▼南三陸・海のビジターセンター(南三陸町)の5施設が連携して、イベントなどの情報発信や歩く人のサポートを行っています。北山崎ビジターセンターでは、久慈市から田野畑村までのイベントや通行止めなどの情報を集め各施設の配布など、みちのく潮風トレイルを盛り上げていきます。

## Interview



体験村・たのはたネットワーク  
たくろう  
楠田 拓郎 理事長

みちのく潮風トレイルにプラスした  
村独自の観光を提供していきたい

みちのく潮風トレイルの全線開通で、田野畑村への観光客が増える事に期待しています。

歩いて景色を見るだけでももちろん楽しいですが、体験村・たのはたの体験プログラムを通じて、地域の人たちとの交流を楽しんでほしいと思います。

たとえば、机浜番屋群で休憩しながら、番屋ガイドやサップ船アドベンチャーで漁師から田野畑村の歴史を学ぶといった、みちのく潮風トレイルにプラスした、田野畑村独自の観光を提供していきたいと考えています。

村の皆さんにも、トレイルを歩いている人に声を掛けられたら、道案内や地域の紹介など、コミュニケーションをとってほしいと思います。そうすることで「田野畑村に来てよかった」と印象に残り、必ずまた来てくれます。それが、村の観光振興につながって行くと思っています。

みちのく潮風トレイル  
Michinoku Coastal Trail

詳しい情報は公式ウェブサイト

みちのく潮風トレイル

検索

凡例	
●	みちのく潮風トレイル
○	みちのく潮風トレイル(船路)
—	新幹線
—	JR
—	BRT
—	長官鉄道
—	高速-その他有料道路
—	高速-その他有料道路(未開通)
—	一般道路
—	県境
▲	サテライト
■	三陸復興国立公園区域

Scale 1:522,000

0 10 20 30 40 50km

### マップを取り寄せる

みちのく潮風トレイルには、標識が十分に整備されていないところもあります。トレイルマップの情報を元に旅の計画を考えましょう。マップは北山崎ビジターセンターで入手できます。



### 自分にあつたルートを選ぶ

自分の体力や経験・歩く距離・高低差を考慮して、どのマップを取り寄せるかを決めます。トレイルを歩いた経験が少ない人は、高低差の少ないルートや距離の短いルートを日帰りでするのがおすすめです。

### 行き先を決める

みちのく潮風トレイルの公式ウェブサイトや観光情報などを調べ、行きたいスポットや歩いてみたいルートを探しましょう。名所を通るルートは、モデルコースになっている場合もあります。

トレイルの歩き方



# 海・山・里—— さまざまな魅力を感じられる 田野畑村ルート

歴史や自然を間近に——  
さまざまな魅力を感じられる

みちのく潮風トレイルの田野畑村ルートは、平成29年1月に開通しました。北山崎から鵜の巣断崖までの約18<sup>km</sup>、高低差200<sup>m</sup>ほどのルートです。北山崎から北山浜を通り机浜番屋群へ抜け、羅賀島越、切牛の各地区を通過して、真木沢浜から鵜の巣断崖に抜けま

す。途中には、手掘りトンネルや机浜番屋群、弁天灯台、三閉伊一揆発祥の地など、村の歴史を感じられる場所や、震災遺構明戸海岸防潮、津波石など自然の脅威を学べる場所もあります。

浜辺で潮風を感じたり、手掘りトンネルで冒険気分を味わえたり、地元住民とふれあえたり、田野畑村のさまざまな魅力を間近に感じられるルートです。

## 子どもたちに地域を伝える みちのく潮風トレイル

みちのく潮風トレイルは、子どもたちに地域の歴史や魅力を伝えることにも活用されています。

昨年7月、机地区の子供会では、「弁天灯台トレッキング」を開催。体験村・たのはたのガイドか

ら地区の歴史を聞きながら、机浜番屋群から弁天灯台までウォーキングを行いました。

8月には、浜岩泉地区の子供会が、鵜の巣断崖を出発し真木沢浜までウォーキングを行いました。

どちらも地域の歴史や魅力を教えたという保護者らの思いから行われたものです。

## 時間や体力に合わせて 村の魅力を探すトレイルへ

体験村・たのはたネットワーク



弁天灯台でガイドから机地区の歴史を学ぶ



鵜の巣断崖から真木沢浜への遊歩道を親子で歩く



## Interview

### 浜辺で感じる潮風が、最高の瞬間——



トレッキングガイド  
おきわ 齋藤 修さん (69)

私は、体験村・たのはたでガイドをしています。みちのく潮風トレイルには、コース選定から携わりました。環境省の職員と昔使われていた道などを探しました。

みちのく潮風トレイルの魅力は、コース内に山もあり、海もあり自然を間近に感じられること。山道

を歩いて、海辺が近づき感じる潮風、潮の香りが疲れを忘れさせてくれる、最高の瞬間です。

田野畑コースは、遊歩道や階段などがきれいに整備されていて初心者でも歩きやすいコースになっています。皆さん一緒にみちのく潮風トレイルを歩きましょう。

では、体験プログラム「トレッキングガイド」を行っています。北山崎周辺の平たんなコースや、冒険気分が味わえる浜辺の手掘りトンネルを歩くコース、みちのく潮風トレイルを体力や時間に合わせて、地域住民がガイドします。皆さんも「みちのく潮風トレイル」を歩いて、村の新たな魅力を発見してみませんか。

◆トレッキングガイドの申し込み・問い合わせ先：体験村・たのはたネットワーク（☎37-1211）