

美しい自然や景観が魅力です

潮風トレイルを歩こう！！

春の行楽シーズンを迎え、野山の散策やハイキングなどに出掛ける人たちも多いのではないのでしょうか。ところで、「みちのく潮風トレイル」をご存じですか――。

「みちのく潮風トレイル」は、東北地方の太平洋沿岸線を中心に設定された長距離自然歩道で、本町にも歩きながら美しい自然や景観を楽しめるコースがあります。ここでは、登録されている町内のトレイルコースの魅力や楽しみ方などを紹介します。

東北の太平洋沿岸

結ぶ国内最長の道

「みちのく潮風トレイル」は、青森県八戸市蕪島から福島県相馬市松川浦までの4県28市町村にまたがる総延長1000キロメートルを超える国内最長の自然歩道です。環境省の東日本大震災復興プロジェクトの一環として自然や景観を大切にすることや、震災の記憶の伝承を目的に整備されました。

このトレイルの最大の特徴は、東北太平洋沿岸ならではの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でいることで、コースを歩きながらその土地ならではの暮らしや文

化に触れることができ、歩く中で生まれる人との交流も、大きな魅力の一つです。

特に、本町に設けられたコースは、風光明媚なリアス式海岸や急峻な断崖沿いを通る大沢地区から船越地区までの区間で、地形的に登り下りが多く断崖絶壁の景観を楽しめることから、「海のアルプス」とも呼ばれるエリアになっています。

自然道楽しむ前の 計画と備えが大切

トレイルは、「歩くための道」という意味ですが、「みちのく潮風トレイル」は、既存の道をつないだルートのため、登山道や自

然歩道だけでなく、舗装道路や砂浜などを通る場合もあります。

◎自分に合ったルート選定を

トレイルには、初心者でも挑戦できるルートや上級者向けのルートまで多種多様なコースが存在しています。トレイルを楽しむには、まず行き先や自分に合ったルートを決め、無理なく歩けるような計画を立てることが大切です。前もって地図や町のホームページなどを見て情報を集め、スケジュールなどの計画を立てる際には、「みちのく潮風トレイル」の起点からの累計距離や標高差、トイレなどの情報が全線にわたって網羅された「データブック」も役に立ちます。

◎持ち物を準備しましょう

計画を立てたら、服装と持ち物を準備しましょう。「みちのく潮風トレイル」は、地図を見て歩いてもらうことを基本として設定されていますので、公式の「トレイルマップ」は必需品です。服装は、気温の変化に応じて体温調整できる服を選びましょう。持ち物は、飲料水や食料をはじめ



みちのく潮風トレイル
Michinoke Coastal Trail

本町のトレイルコース



霞露ヶ岳登山口は看板があり、安心して入山できます



漣磯海岸は海の迫力を体験できるスポットになっています

インタビュー



本町在住で、みちのく潮風トレイルの全線を踏破された人にお話を伺いました。

佐々木 麗子^{れいこ}さん
(船越・70)

自然を感じ楽しんで

トレイルの全線で共通しているのは何と云っても自然の景観が素晴らしいこと。そして、人との出会いもトレイルの楽しみです。トレイルに挑戦している人や地元の人などと会話することで、何倍も楽しさが増します。皆さんもまずは、町内のトレイルコースを歩いてみてはいかがでしょうか。

身近なコース歩き 自然の良さ体感を

今回紹介した本町のトレイルコースには、外海を眺望できる霞露ヶ岳登山ルートや海の迫力を体験できる漣磯海岸など、大自然や景観の素晴らしいところを楽しめる町内有数のスポットがあります。自然道を歩くことで、新たな発見と出会いが生まれるのもトレイルの醍醐味です。皆さんも、身近な「みちのく潮風トレイル」を歩き、地元の自然の良さを体感してみませんか。

◆問い合わせ 町水産商工課 観光振興係 ☎82-3111 内線 224へご連絡。

め、コンパスやクマ除け、携帯型救急セットなどもあると便利です。万が一のためにも入念に準備をしておきましょう。

◎災害や気象情報などの確認を
トレイルコースを歩くときは、身を守り安全に行動するための情報が欠かせません。気象情報をはじめ災害情報や危険動植物、有害鳥獣駆除期間などの情報は事前に確認するようにしましょう。