



## みちのく潮風トレイル 野田村～普代村北部ルート

### 陸中野田駅～堀内駅

1日コース | 距離 約: 15.7 km | 時間 約: 5時間14分

#### 2 道の駅「のだ」産直館はあぶる

三陸鉄道陸中野田駅は道の駅と併設になっており、「のだ」ソフトリームをはじめ、特産品の「のだ」や「やまぶどう」を使いたお土産物がたくさん販売されています。また、お隣の「産直館はあぶる」では、地元で取れた野菜や手作りの惣菜のほか、「しまどんぐり」など、この地域ならではの食べ物も販売しています。



#### 4 十府ヶ浦

「みちのくのくの音ご七ひには君をねさせてみふに我ねん」平安時代の和歌にこのように詠まれた35kmの弧を描く美しいゆ浜です。ゆは淡い紫色を呈し「豆砂(あずきなづ)」と呼ばれます。十府ヶ浦の南端、米田海岸は、初夏マナマスの群衆が可憐に咲き誇ります。



#### 5 くんのこほっぱ跡地

「くんのこほっぱ」とは、この地方で「船泊採掘場」を指す呼び名です。久慈地方は、世界でも有数の「磁石」の産地であり、かつては野田村にも多くの「くんのこほっぱ」がありました。野田村米田にある「玉・土器のくんのこほっぱ」には、地域の活動団体により建立された標識があり、久慈地方の船泊採掘の歴史やこの地域で産出される化石化についての説明が記載されています。



#### 6 野田玉川駿跡地(マリンローズパーク野田玉川)

野田玉川駿山は、日本有数のマンガン駿山でした。現在は閉山していますが、マリンローズパーク野田玉川という博物館として開設し、坑道の一部に入ることができます。マリンローズと呼んでいる「駿物名、ハラ磐石(ロードナイト)」の駿脈や、世界中から集められた美しい駿物が展示されています。



#### 1 安家川

北上山地北部の安家森(標高1,239m)を水源とする流程約48kmの河川です。清流として深漁釣りの爱好者には有名な河川で、水河期の生き残りとされる「ガラシ(シジギ)」という淡水に棲む貝が生息しています。安家川をはじめとする、北上山地から太平洋に流する河川は、豊かな広葉樹林の中を通って、森の栄養を海に運び、三陸の豊かな漁業資源を育んでいます。



陸中野田駅

#### 2 道の駅「のだ」産直館はあぶる

約: 0.9km (約18分)

4 十府ヶ浦

約: 1.6km (約32分)

5 くんのこほっぱ跡地

約: 1.8km (約36分)

6 野田玉川駿跡地

約: 1.6km (約32分)

9 国民宿舎えぼし荘

約: 4.9km (約時間38分)

堀内駅

#### 15 白井海岸・力持海岸

約: 0.2km (約0.2分)

16 普代水門

約: 0.4km (約8分)

17 普代浜

約: 0.4km (約8分)

18 鵜島神社

約: 0.6km (約12分)

20 茂市川

約: 4.8km (約時間36分)

半日コース

#### 14 三陸鉄道大沢橋梁

約: 0.5km (約10分)

15 白井海岸・力持海岸

約: 0.4km (約8分)

16 普代水門

約: 0.4km (約8分)

18 鵜島神社

約: 6.3km (約時間36分)

20 茂市川

約: 2.8km (約56分)

堀内駅

#### 12 まついそ公園

約: 0.5km (約10分)

15 白井海岸・力持海岸

約: 0.4km (約8分)

16 普代水門

約: 0.4km (約8分)

18 鵜島神社

約: 0.6km (約12分)

20 茂市川

約: 4.8km (約時間36分)

堀内駅

#### 14 三陸鉄道大沢橋梁

約: 0.4km (約8分)

15 白井海岸・力持海岸

約: 0.4km (約8分)

16 普代浜

約: 1.7km (約34分)

18 鵜島神社

約: 6.3km (約時間36分)

20 茂市川

約: 4.8km (約時間36分)

### みちのく潮風トレイルと連携する取組

#### 【特定非営利活動法人 久慈広域観光協議会】

洋野町～普代村までのトレイルを含む観光情報を提供しています。イベント情報もあり、トレイルガイド以外にも旅を楽しみたい方に役立つ情報を提供しています。

お問い合わせ先 TEL: 0194-53-7576

ホームページ <http://www.kuji-tourism.jp/>

#### 【三陸ジオパーク推進協議会】

トレイルの総線には三陸ジオパークに認定されている数々の地形・地質の名所があります。三陸ジオパーク推進協議会では、見どころ解説などのパンフレットを編み立てたり、トレイルワークshopに持って行く際の楽しみがぐっと増えます。

お問い合わせ先 TEL: 0193-64-1230

ホームページ <http://sanriku-geo.com/>

### 繋がる、グリーン復興の輪 登録者

みちのく潮風トレイルをはじめとする環境省の行う「グリーン復興プロジェクト」は、自然環境に配慮し、自然の恵みを活かし、自然の脅威を学びながら復興することを目指しています。

環境省では「グリーン復興ビジョン」と題すの活動を行っている団体を「繋がる、グリーン復興の輪」として登録し、連携して取組を進めています。

【三陸鉄道(株)】

いわて三陸観光復興プラットフォーム

【のだ塙工房】

トレイルと「三铁」は非常に接続性がある。手に手を使えば、お出での方の安全確保や、施設の運営、観光情報の発信、地域の活性化など、様々なコラボレーションが実現できる。また、地域の活性化につながる取り組みが実現できる。

お問い合わせ先 TEL: 0193-62-8900

ホームページ <http://www.sanrikuteitoku.com/>

### トレイルを歩くためのルール

#### ● 自然を大切に

動物たちを守り、自然を大切にしましょう。自然を守ることで、自分たちの命も守ることができます。

#### ● ゴミは全て持ち帰る

ゴミを食べたり死んでしまう危険な生物たちがいるからです。ゴミを拾うことで、自然を守ることができます。

#### ● トレイルでも気を遣う

誰もが安全で快適にトレイルを歩くことができるよう、マナーを守りましょう。

#### ● 禁煙・火の取り扱い注意

火事の危険があるので、火の危険な行為は禁止です。

#### ● 挨拶をしましょう

ハイカーや地元の人には会うから挨拶をしましょう。

#### ● ルート上を歩きましょう

歩道以外の森や畑、家の敷地などには入らないようにしましょう。

### トレイルの歩き方

#### ○ 自分にあつたルートを選びましょう

自分の体力や経験、歩く距離、高低差などを考慮して、自分に合ったルートを選びましょう。難度の高い場所を通過するコースの場合は、慎重に行程を組みましょう。

#### ○ 無理は禁物!

安全管理は自己責任が基本です。

決して無理をしないようにしましょう。

必要な場合は、ガイドさんに同伴を依頼したり、ツアーアーと一緒に参加したりして、安全なトレイル歩きを楽しめばいいでしょう。

ルートを歩くイメージを思い浮かべましょう

スタート地点へのアクセス方法を決め、ルートの距離と所要時間を頭に置いておきましょう。食事の場所や休憩時間を想定しておけば、苦しい道のりも乗り切れます。

地図上で広域避難場所の位置も確認し、万一の災害に備えましょう。

ルート上の危険な箇所を知り、対策を考えておきましょう。

海岸を通過するコースでは、潮位や波の高さを調べておきましょう。

湖や池を通過するコースでは、潮位や水の深さを調べておきましょう。

歩くスピードで旅することで、日々姿を変えていく植物の芽吹き、色とりどりな花々の開花、大自然に棲む野生動物の姿、さまざまな自然と出会うことができます。

歩くスピードで旅することで、日々姿を変えていく植物の芽吹き、色とりどりな花々の開花、大自然に棲む野生動物の姿、さまざまな自然