

日本の海岸線を歩く会 歩行報告書

報告者 安藤 潔

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	東北西 8-2
歩行区間詳細	スタート地点: 鰺ヶ沢駅
	ゴール地点: 小泊支所
実施期間	2026年5月11日(月)～14日(木)
全歩行距離	54km

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	安藤 潔	85歳	4日	ワングル7期
2		斎藤 篤二	87歳	4日	ワングル6期
3					
4					
5					

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	5/11	出来島支所手前～鰺ヶ沢駅	11km	安藤・斎藤	
2	5/12	出来島支所手前～高山稲荷神社	13km	安藤・斎藤	
3	5/13	高山稲荷神社～下脇元バス停	21km	安藤・斎藤	
4	5/14	小泊支所 ～下脇本バス停	9km	安藤・斎藤	
5					
6					
7					

4. 参加費

参加者延べ日数 8日

参加費合計 800円

5. 歩行の詳細

歩行経費: 交通費、宿泊代等約7万円

写真等を含めて、以下のページに記載願います。



5/11～14 歩行経路



5/11 歩行経路

5/11 自宅ー羽田ー青森空港ー五所川原ー木造出来島手前バス停と乗り継ぎ、11 時頃鯨ヶ沢駅に向け歩行開始。本来は鯨ヶ沢駅から出発するのだが歩行終了後のバスの便を考えて、終了地点を鯨ヶ沢駅とした。初めは広域農道(通称メロンロード)を歩く。前方には岩手山があり、歩くにつれ大きく見えるようになった。また、所々に風力発電の風車があり、悠然と回っている。たまにダンプカーが通るが、交通量は多くは無い。1 時間程でメロンロードを離れ、農道を歩く。農道では車にも人にも出会わなかった。14 時前、農道から国道 101 号に出る。同時に海が見えるようになり海岸線を歩く。国道を 30 分程歩くと鯨ヶ沢の市街地に入り、14:20 鯨ヶ沢駅到着、歩行を終える。計画段階では木造出来島から海岸の七里長浜を歩くつもりだったが、途中藪漕ぎ等があり、85 歳過ぎの老人 2 人では危険と考え、迂回路にメロンロードを選んだ。

宿は木造駅近くの屏風山温泉(素泊)、夕食は居酒屋で、海の幸を肴に歩行の前途を祝して乾杯。



岩手山と風車とメロンロード



春の農道を行く



岩手山が大きくなる



国道 101 号に出る



五能線と七里長浜



鯨ヶ沢駅

5/12 宿からバスで昨日の歩行開始地点に行き、メロンロードを昨日と逆方向、北に向かって歩き出す。

8:15 歩行開始 メロンロードの周辺には沼地が多い。冷水沼、明神沼等名前の付いた沼も多く、地図を見ると2~30個はあるようだ。また、近くには山が無く、平地が続く。昔、この周辺は海の底か湖だったのだろうか。

メロンロードは沿道にメロンの即売所があることからその名が付いたようだが、今は時期外れで売店は何処も閉まっていた。残念。あちこちの畑で働いている人々は目についたが。

10:40 メロンロードを離れ、七里長浜へ向かう。

11:30 七里長浜着。幅 30m程の砂浜が真っ直ぐ南北方向に伸びている。晴れて視界は良いが、七里長浜の中心付近に居るので南も北も先は霞の中、人影も人家も一切見あたらない。

はやる気持ちを抑え、北に向かって歩き出す。私はこの浜にあると聞いていた錦石を探しながら波打ち際を、斎藤氏は砂浜の上部を思い思いに歩く。途中数ヶ所あった小さな沢を飛び越え、流木に腰掛け休憩し無人の七里長浜にひたるうちに予定の4kmを歩き終えていた。

13:20 七里長浜から高山稲荷神社へ向かう

13:30 今夜の宿、高山稲荷神社着。休憩後、高山稲荷神社の千本鳥居を見に行く。夕食は値段の割には豪華で、念願だった七里長浜（の一部を）踏破したことを祝って般若湯で乾杯した。



メロンロード周辺の沼



メロンの作付け作業？



メロンロード



七里長浜への道



七里長浜・南方向



北方向



漂着物



七里長浜からの脱出路

七里長浜は漂着物が非常に多かった。2年ほど前、青森県と茨城県の太平洋岸を歩いたが、漂着物は見あたらなかった。太平洋は広いためか、海流の関係か分からないが、ごみ一つ無い広い砂浜だった。日本海は狭いうえに対岸の国々は・・・なのが原因なのだろう。七里長浜の中央付近には道路がないので、清掃もままならないのかもしれない。

5/13

8:05 高山稲荷神社宿坊を出発

8:25 県道からメロンロードへ。メロンロードは相変わらずダンプカーの独壇場。昨日のメロンロードの周辺はメロン畑だったが、今日は両側とも林の所が多い。おかげで木陰が出来て日向を歩かなくてすんだ。

10:35 明神沼。浜明神という神社前で休憩し、神社に参拝しようとしたが、急階段だったので止めた。

11:30 七里長浜最北の港に立ち寄る。もう少し若ければ高山稲荷からここまで海岸を歩いたのだが。

12:15 十三湖大橋。ひなにも立派な大橋である。最近この周辺はシジミで有名になりしじみラーメンの店があちこちにあったが、先を急ぐので素通り。

13:30 十三道、県道から国道 339 号に出る。直ぐに磯松集落へ生活道路を行き、海岸の集落へ。磯松集落の先に川があり、国道に戻るが直ぐに海岸への道があり、堤防上を歩く。

14:10 脇元集落。海岸沿いの大きな集落のようだ。

14:40 下脇元バス停着～バスで小泊へ

16:15 小泊支所から歩行開始 (注)

16:30 宿へ、歩行終了

5/13 の歩行は下脇元バス停で一応終了した。明日は最終日で歩行後に帰宅する予定なので、バスの時間を考慮して小泊支所から下脇元へと逆向きに歩く予定である。(注) 5/13 の宿は小泊支所と下脇元の間にあるために小泊支所から宿の間は今日、5/13 に歩いておくことにした。下脇元からのバスを小泊支所近くで下車し、小泊支所に寄った後、宿まで歩く。



5/13 歩行経路 (1) (2)



8:05 高山稲荷神社・宿坊と鳥居



8:30 メロンロードはダンプカーの独壇場・木陰もある



10 : 30 明神沼の向こうに山が見える



11 : 30 七里長浜の最北端にある小さな港



12 : 20 十三湖大橋上より十三湖と日本海の境界



13 : 40 磯松集落の海岸線



14 : 10 脇元海岸は防波堤を歩く



14 : 40 13日の目的地・下脇元の海岸と集落

(注) 小泊支所の写真は5/14にあります。

5/14

6:10 小泊の宿近くの海岸遊歩道を散策。

8:00 下脇元バス停を目指して宿出発。小泊岬のある半島には周回道路が無いので峠越の県道を歩く。峠の手前で子ザル発見、北限の子ザルの可能性あり。

8:30 標高 100m 程の峠、これから歩く海岸線が良く見える。

8:50 峠道が終わりライオン海道という名の臨港道路に入る。

9:30 臨港道路のハイライト・ライオンベイブリッジを歩く。橋のたもとにはライオンの像、中央部には有翼のスフィンクス像がありは最近観光名所になっているようだ。

9:50 折戸集落、ここからは国道 339 を歩く。交通量はすくない。海岸沿いだが高海面から 2~30m の道なので海沿いという感じはしない。

10:30 脇元集落着、今回の歩行完歩。これで本州日本海側の海岸線完歩である。



5/14 歩行経路 小泊支所から下脇元バス停へ

下脇元バス停から今泉バス停、乗合タクシーで奥津軽いまべつ駅、新幹線で東京へ 17 時着。

歩行した 4 日間は毎日晴れて風もなく、汗もかかずに歩けた。二人ともアクシデントにも会わず無事歩行を完了した。が、帰宅後、全身に湿疹ができた。医者では虫刺されとの事。



5/14 早朝、小泊海岸遊歩道散策



5/13 16:15 小泊支所にて



峠からこれから歩く海岸線が良く見える、カーブしている道路は臨港道路



峠にいた北限の子ザル



ライオン海道のライオンベイブリッジ



ライオン岩



折戸集落から小泊岬方面



脇元海岸