

【スタート前にお読みください】

- ◆ 歩きやすい服装やシューズを履いてますか？
- ◆ 歩き始める前には、十分からだの各部の筋肉を伸ばしましょう。
- ◆ 歩行中にこまめに水分補給を行きましょう。
- ◆ 歩行中体調が悪くなったら、無理せずすぐに中止しましょう。

＜ コース歩行順の補足説明 ＞

- ・コース地図を基本とし説明はその補助として使用してください。
- ・このコース上にはコンビニが少ないですので、飲み物等は歩きはじめる前に用意願います。

① スタート	那珂湊駅を出、右側の歩道をロータリー沿いに歩く。大通りにでたら右折し道なりに進む。酒「やまや」先の交差点を左に横断、さらに右に横断し直進。「カスミ」前の道(旧道)を進む。歩道橋下をくぐり国道245号線交差点の左横断歩道を渡り、道なりに直進する。
② 水車場跡 ↓ 寺前古墳	橋を渡ったらすぐ左折し、50m位直進し右折する。すぐ左折すると間もなく左側に「水車場跡」の案内板がある。案内版を過ぎたらすぐ右折し、間もなく広い道路に合流する。道沿いに進み信号のある横断歩道を渡り(右折)団地内へ。 約170m先2つ目の十字路を左折し直進すると右側に公園、そしてすぐ古墳の案内板がある。
③ 寺前古墳 ↓ 釜上神社 ↓ 十五郎穴	古墳沿いに進み角を右折し民家の脇を道なりに北上。最初の変形十字路を左折する。3階建て建物のところを右折し細い道なりに進む。突き当たりを左折直進し、やや右に下る林の中の坂を下りる。湊線踏切を横断し前方に広がる水田地帯をそのまま直進し約300m先十字路を左折する。約150m進んで十字路を右折し直進する。突き当たりを左折する。(※突き当たりが釜上神社) 山裾の道を道なりに進み高速道下をくぐる。高速道をくぐり約150m先にある用水路に架かる小橋を渡る。(※小橋は道が用水路に近づいた付近) 橋を渡り用水路沿いの道を左折する。約70m先にある右あぜ道に入る。突き当たりが十五郎穴。
④ 十五郎穴 ↓ 虎塚古墳 ↓ 正安寺	十五郎穴左端にある山道を登りつき突きあたりの道を右折する。約150m進むと右側に虎塚古墳がある。(※古墳の周囲は一周できる) 古墳のトイレ前を通り林の中の小径を進み舗装道路に出る。(※舗装道路を右に進むと「埋蔵文化財センター」がある。土日も無料で見学可、トイレ有り) 舗装道路を左に約200m進む。突き当たりを左折し約300m進むと右側に保育園、正安寺がある。
⑤ 正安寺 ↓ 那珂湊運動公園	保育園の先を左折し保育園と正安寺の間の小径に入る。林の中の坂を下り道なりに進むと水田地帯。ここを直進し工業団地裏を上り道なりに進む。水田から約1000mで部田野交差点に着く。この交差点を直進右折横断し、そのまま約1000m進むと左側に那珂湊運動公園がある。
⑥ 那珂湊運動公園 ↓ 阿字ヶ浦駅	左折し運動公園に入る。管理事務所の方へ約100m直進し右の遊歩道に入る。道なりに進みトイレ先右側にある出口から運動公園をでる。約400m直進し突き当たりの広い道を左折直進する。約600m先「クリーンセンター東」交差点で道路を横断し反対側に渡る。そして直進約800m先の交差点を右折する。(※右折後100m位先の左に三峯神社がある) 交差点から約1000mを道なりに進み湊線の踏切を渡る。(※踏切のすぐ左が湊線「阿字ヶ浦駅」また、この先途中左側に「掘出神社」があり、その奥に「干芋神社」がある。)
⑦ 阿字ヶ浦駅 ↓ 酒列磯前神社 ↓ 中世代白亜紀層海岸	この踏切から約900m道なりに進み、右に見える「酒列磯前神社」大鳥居の先を左折し道なりに進む。(※神社樹叢に沿った道を行く) 約300m先にあるホテル「ニュー白亜紀荘」へ向かう。 ホテル建物の前を通り灯台を左に見て道なりに進み坂を下り海岸道へ。海岸道を右に進む。しばらくは“歩道のない道”が続くので対向車に注意し道路右側を歩行する。約500m進むと左に「茨城百景」の碑及び中世代白亜紀層海岸がある。これより道路左側(海側)に歩道があるので、左側を歩く。中生代白亜紀層海岸より約4500m先「魚市場前」交差点まで道なりに進む。
⑧ 中世代白亜紀層海岸 ↓ 魚市場入口交差点	途中、平磯海岸(海中に“くじらの大ちゃん”が浮かぶ)、姥の懐マリンプール等を経て「魚市場前」交差点を右折し直進、約800mで那珂湊駅につく。 ※「魚市場前」交差点を左折すると食事や休憩等できる「お魚市場」がある。
⑨ フィニッシュ	那珂湊駅に到着 お疲れ様でした!

連絡先 ひたちなか海浜鉄道 湊線・那珂湊駅 ☎029-212-8023

※歩き終わったらステーションに戻り、日本市民スポーツ連盟パスポートに認定印を押してもらう。  
(新規のパスポートは1セット200円です。)

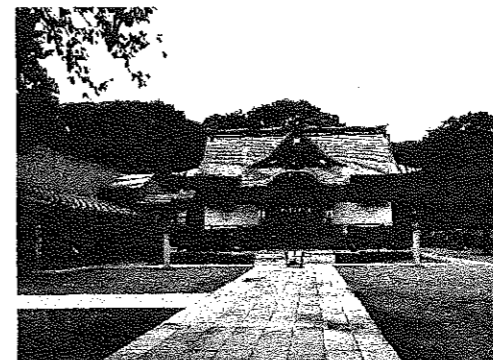
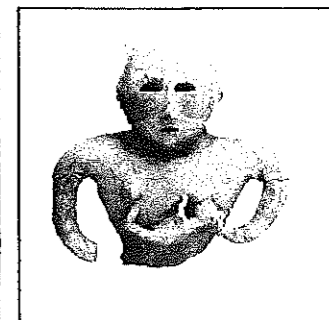
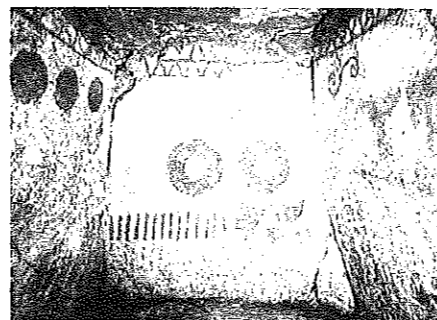
コース内での歩行に関しては、個人の責任のもとに行い、事故等に関してはコース作成者に責任のないものとします。

日本市民スポーツ連盟イヤーラウンド認定コース

ひたちなか市

C 古代遺跡と中世代白亜紀層海岸

20 km コース MAP

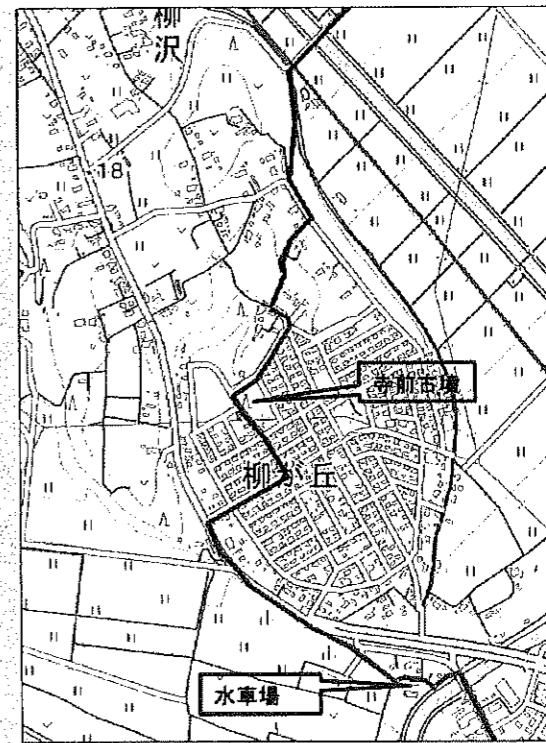
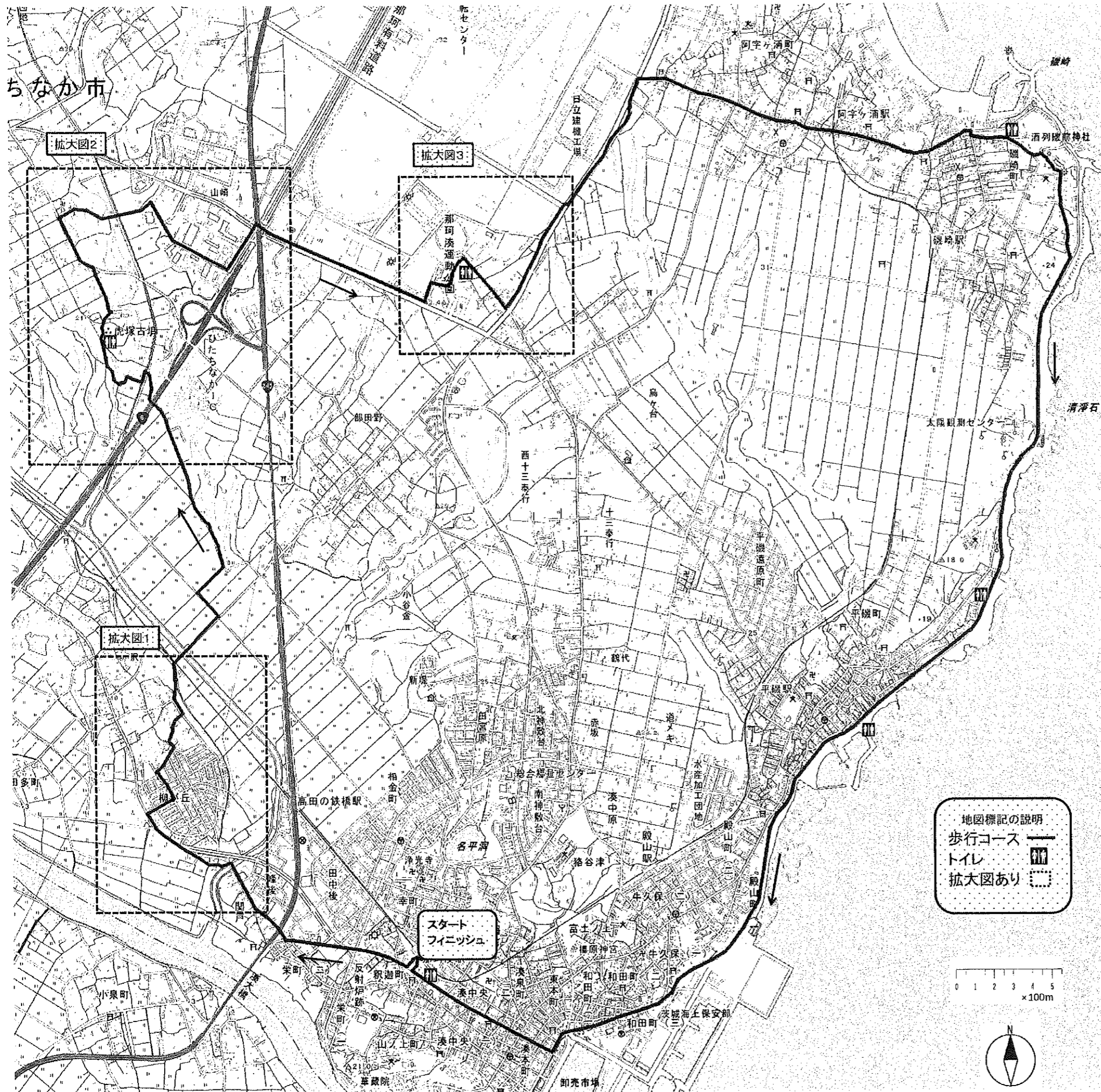


ウォーキングマナー五ヶ条

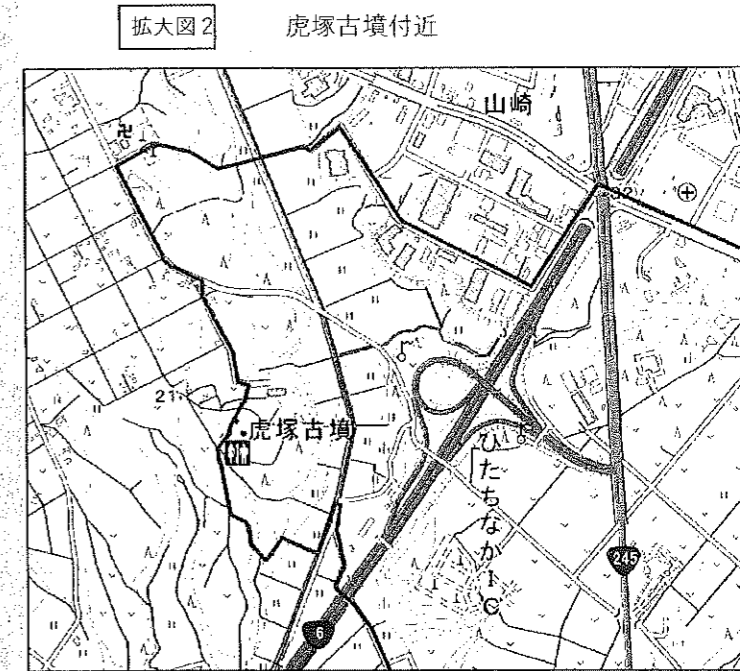
1. やあ！お早う 明るい挨拶 さわやかに
2. 信号で、あわてず あせらず 待つ余裕
3. ひろがるな、参加者だけの 道じゃない
4. 自分のゴミ、自分の責任で もち帰り
5. 歩かせて、いただく土地に 感謝して

NPO 法人茨城県ウォーキング協会

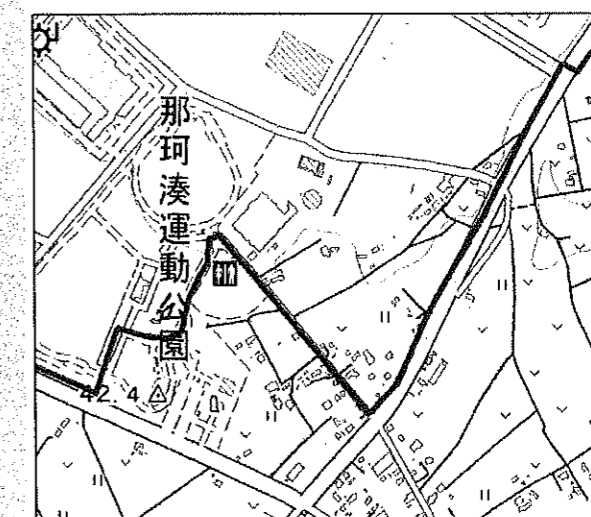
ステーション：ひたちなか海浜鉄道湊線 那珂湊駅 (ひたちなか市)




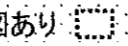
拡大図1  
水車場跡  
↓  
寺前古墳



拡大図2  
虎塚古墳付近



拡大図3  
那珂湊運動公園

地図標記の説明  
 歩行コース —  
 トイレ   
 拡大図あり 

0 1 2 3 4 5  
x100m

