

# MIULIKE

BEACH LIFE FREE MAGAZINE



VOL.

14

2021  
APRIL

特集

三浦半島の海で海藻アート。

特集

大人も子どもも楽しめる！  
三浦半島の海で  
海藻アート。

海のアートと  
触れ合う。

eed art

観音崎自然博物館から歩いてすぐのたたら浜。

貝殻が砕けてできた白砂のビーチです。

春の穏やかな風に

吹かれながら海辺散歩。

足元に目を向けてみると

色とりどりの海藻が見つかります。

今回は浜辺で拾った海藻を使って、

海藻おしば作りに挑戦！

美しい海藻アートに触れながら

三浦半島の海のことを

もっと知ることができました。



Seawe



# Experience report

何種類の海藻が見つかる？

## 海藻おしば作りを体験レポート！

初めての海藻おしば作りは材料探しから。  
探し方のコツから作り方までをご紹介します。



教えてくれた人

観音崎自然博物館 館長 この 河野えり子さん

1999年より博物館に勤務。海岸生物の展示や海での観察会を担当。好きな生き物は節足動物全般と、タマミルウミウシ。

### Walking!

## まずは 散策してみよう！

おしばの材料である海藻を探しに、まずは浜辺の散策へ。観音崎自然博物館館長の河野さんと一緒に、たたら浜や観音崎大橋を渡った先にある腰越の浜まで向かいました。春は海藻集めにぴったりの季節！海藻が最も繁茂するのが冬で、春になると南風とともに多くの海藻が観音崎の浜辺に打ち上げられるのです。途中の観音崎大橋も海藻の観察におすすめ。橋の上から海をのぞいてみると、海面にユラユラと浮かぶアカモクやヒジキなどが見られます。

カニを発見！

ZOOM!



波打ち際にはカニやイソギンチャクを発見することも。貝殻集めも楽しめました。

色々な種類があるんですよ

浦賀駅より京急バス・観音崎行  
で「腰越」下車で徒歩10分ほど。

訪れたのはこちら！





たくさん  
拾えた!



葉っぱのような海藻・フダラクを発見!  
ちょっとヌルヌルしているけど、おしぼに  
使えそうなので採取します。

## おしぼの材料を集める 3つのポイント

おしぼを作るためには、まずは形がきれいに残っている海藻を集めるのがポイント。また、硬い石灰藻の仲間や、干からびている海藻は不向きなので避けましょう。ちょっと湿っていて柔らかい海藻が、形を整えやすくてベスト! 生えている海藻の採取はせずに、浜辺に流れ着いた海藻のみを拾います。自然を大切に、海の天然アートをお裾分けしてもらいましょう!

水がきれいで  
水中もよく見える

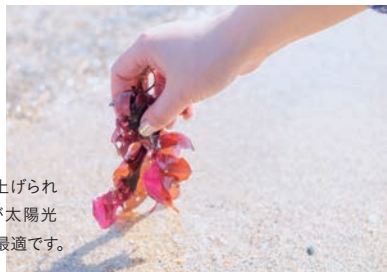


## 観音崎の海藻は赤い? 20種類ほど見られることも



海藻探しに集中してみると、浜辺には色も形も違う海藻がたくさんあることに気がきます。よく見かけるのは赤い海藻。本来は水深が深いエリアに生える紅藻類が観音崎では浅瀬で見つけれ、東京湾の栄養の豊富さと関係があると考えられているそう。多いと20種類ほどの海藻が見つかることも! ただ、10年前に比べると量は減少しているとのことで、海藻を通して環境問題も見えてきます。

狙い目は海藻が多く打ち上げられる時化の後。それも海藻が太陽光の影響を受ける前の、朝が最適です。



GET!

こんな海藻が  
採れました!



1時間ほどの散策で、春にしか出会えないアカモクやツノムカデなどを含めて10種類以上の海藻をゲット!

### 観音崎で採れる特徴的な海藻



観音崎で採れる赤っぽいのはハリガネという海藻。太陽光でも赤く変色します。



どれにしよう



## Making おしばを作ってみよう!

いよいよ、集めた海藻を使っておしば作りをスタート。準備するのは、海藻を入れておくトレーと作品用の紙、海藻を整えるためのハサミやピンセット、仕上げ用の布と新聞紙です。まずは下準備として海藻の塩分をしっかりと取り除くことが、きれいなおしばを保つコツ。海藻の準備ができたら、形を整えながら紙に並べていきます。海藻の形そのものを活かすもよし、ハサミでカットして形を作るもよし。河野さんいわく、絵を描くようなイメージで海藻を並べるとアーティストックに仕上がるのだそう！この時、紙に付着しづらい海藻には接着剤を使います。配置が完了したら布と新聞紙ではさみ、待つこと1週間。乾燥しきったら、海藻おしばの完成です！

## How to

工程は簡単ですが、塩抜きや乾燥などのんびりと待つのがポイントです。

### 1 真水で洗う、塩抜き



5分～半日ほど。硬い海藻は長めに浸けておく。ハリガネだと約30分。

### 2 濡らした紙に広げる



ハサミやピンセットで形を整えながら並べる。接着剤を使ってもOK。

### 3 布で押さえる



紙に海藻を並べ終わったら、上から布でふわっと軽く押さえる。

### 4 新聞紙ではさむ



新聞紙ではさみ込んで水分を吸収。どンドン水分が出てきます。

### 5 おもしをのせる



新聞紙を毎日取り換えながら、1週間ほど乾燥させる。

しっかりと乾燥しきったら完成です！直射日光はなるべく避けて保管すると長持ちします。



## Collection

# 美しき 海藻おしばいの 世界

紹介します!



観音崎自然博物館  
所蔵のとおきの  
作品をご紹介します。  
海藻アートの楽しみ方は  
こんなに幅広い!

海藻が  
花に变身!



type: ユカリ

先端まで形が美しいユカリ。ピンセットできれいに仕上げています。



type: ヒトエグサなど

ヒトエグサを大きな花に見立てて。複数の色を使うのも素敵。

海藻がクラゲに!



type: ニセフサノリ

放射状に広がるニセフサノリは、形そのものがアート。



type: アオノリなど

アオノリなどでミズクラゲとアンドンクラゲを見事に表現しています。



type: ヒビロウド

ヒビロウドはプルプルした触り心地なので、難易度は高め!

## Information



今回行ったのは…  
観音崎自然博物館

〒横須賀市鴨居4-1120 ☎9:00  
～17:00(入館は16:30まで) 休月  
曜(祝祭日の場合翌日) ※7、8月  
は無休 大人500円、小人200円、  
幼児100円、3歳以下無料 ☎046-  
841-1533 ➡[https://kannonzaki-  
nature-museum.jimdofree.com/](https://kannonzaki-nature-museum.jimdofree.com/)

体験イベント  
やっています!



観音崎 磯の生物観察会

日程はHPにて随時掲載中。  
詳しくはHPをご確認ください。

## 他にもたくさん！ 海藻採取 SPOT



都心から近いながら、  
豊かな生態が観察できる  
三浦半島の海。地域によって  
見つかる海藻が違うので、  
浜辺ごとにおしばを  
作るのも楽しそう。



ながはま

### 長浜海岸

横須賀市内でも屈指の水の透明度を誇る海岸。広々とした砂浜に、左右に広がる岩場も楽しめ、子ども連れにも人気のスポット。

#### ACCESS

京急線三崎口駅からバス「荒崎行」「市民病院行」「横須賀駅行」で約5分、「矢作入口」下車、徒歩20分

#### こんな海藻が見つかる！



アオサ

ホンダワラ類  
(主にアカモク)

### 荒井浜海岸

油壺エリアにある、相模湾を見渡すビーチ。規模は小さなながら「日本の水浴場88選」にも選ばれるほど。夕日の美しさには定評があります。

#### ACCESS

京急線三崎口駅からバス「油壺行」または「京急油壺マリナーパーク行」で約15分、「油壺」下車、徒歩10分

#### こんな海藻が見つかる！



フクロノリ

ホンダワラ類  
(主にイソモク)

### 毘沙門海岸

白い砂浜が風光明媚な海岸で、ダイナミックな岩場の風景も楽しめます。岩場の陰に隠れた海藻を探してみましょう。

#### ACCESS

京急線三浦海岸駅からバス「剣崎經由三崎東岡行」で約25分、「毘沙門天入口」下車、徒歩12分

#### こんな海藻が見つかる！



テングサ類

ホンダワラ類  
(主にヒジキ)



文 KAI

## 佐島天神島の海



『ありのままの美しい海』と『抜群の眺望』が魅力の佐島天神島の海。三浦半島に旅をしに来たのなら、この海を素通りしてしまうのは本当にもったいない。三浦半島の中でもトップクラスと言っているほど美しい海岸と生きものが豊富な天然磯、富士山や伊豆半島を望む絶景を誇るこの自然海岸は、日々の疲れとストレスを吹き飛ばしてくれるまさに癒しの海。

僕にとっては想い出がたくさん詰まった海であり、とてもありがたく大切な海だ。

三浦半島に移住して十五年。僕はこの天神島の海からたくさん元気をもらってきた。

仕事で悩んだ時、人間関係で悩んだ時、プライベートでつらかった時。そして、大きな決断に悩んだ時……。そのたびに自宅から歩いて数分ほどの場所にあるこの海を訪れ、「素足」になって砂浜を歩いた。

ちよつぱり痛い、足裏の皮膚から伝わってくる「細かく砕けた貝殻や砂」の感触はとても心地いい足つぽ刺激となり、健康

療法でもある「アーシング」効果をもたらしてくれる。目をつぶりながら深呼吸をすると、より深く感じる潮の香りやほのかに漂う海藻の香り。穏やかでやさしい波の音……。トンビや小鳥たちのさえずり……。肌にあたるやわらかい海風……。そんな砂浜を歩き続けていると、カラダ全体がよろこんでいる事にふと気付く。さらに、日々の疲れやストレスが減り、心がやわらかくなってくる……。

『心鎮まる佐島天神島の海』。この海を訪れるたびに、やさしい気持ちになれる自分がいる。

「三浦半島が大すきだ!」はこちらから●



### Profile

KAI / WEBライター・WEBディレクター。横須賀市在住。ブログ『三浦半島が大すきだ!』の編集長をつとめ、三浦半島の自然が生み出す絶景や豊かな海の幸、三浦野菜の魅力などを発信している。

三浦半島の海に魅せられた人々の  
素敵な暮らしを紹介する「Live MIURA」。  
今回は「ルイヌノ」として活動するテキスタイル  
作家、大類尚子さんにご登場いただきました。

三浦半島で暮らす、ということ。

大類 尚子

@諸磯埼灯台



本当の自分を取りもどす

三浦の人と海に見守られて

移住を決めた2週間後に引っ越し。

諸磯埼灯台のある「浜諸磯」は、海水浴や釣り、磯遊びによく行くお気に入りスポット。天気が荒れた次の日に釣りに行き、浜から黒鯛を釣ったことも!



## お母さんよ 大類尚子

三浦市在住。東京造形大学テキスタイルデザイン卒業後、三宅デザイン事務所入社。イッセイミヤケのディスプレイ制作に携わったのち、テキスタイル作家としてストールなどを制作。都内から3人の子へ三浦へ移住。<https://runno.thebase.in/>

テキスタイル作家の大類尚子さんが初めて三浦に足を運んだのは約10年前。作家のいしいしんじさんの「三浦日和ーいしいしんじのこはん日記」が好きで訪れて以来、家族でよく遊びに来ていたといいます。とはいえ当初から移住計画を立てていたわけではなく……。

「私が三浦を好きだと知る友人から、三浦に移住して出版社をやっている若い夫婦がいるらしいと教えてもらったことがありました。それでSNSを覗いたら、ちょうど移住相談会をするというお知らせがあった。知り合いの店主も参加していたので軽い気持ちで出かけたのですが、結果的にはその帰りに移住を決意。2週間後には引越していました(笑)」

相談会は長女が小学校入学を控えた3月10日。市役所、不動産会社の方も参加していたため、気になる小学校や保育園、住宅事情もその場で質問して解決。事務手続きも、入学式に間に合わせたといいます。



「具体的に移住を計画していたわけではないのですが、娘が小学校に入学する前の一年間はこのまま東京で子育てしていいかとモヤモヤした気持ちを抱えていました。妻であり母でありながら、会社勤め、作家活動と何足ものわらじを履いて中途半端な感覚もあって、『こうでなくちやいけない』という自分の理想像とのギャップに苦しんでいたのかもかもしれません。それまで自分の意思で動くことがなかったのに、その時は『引越そう』と強く思えて行動できたんです。実は、夫は東京に残り、私と3人の子どもで移住したのですが、そういった事情も周囲の人に全部さらけ出しながらも笑って話を聞いてくれて『あの子、本当に来るみたいだからよろしく』といろいろな人に声をかけてくれる人もいました。今もたくさんの人に見守ってもらっていると感じます」

三浦に来て『こうでなくちや』を手放し、楽になったと笑う大類さん。

現在はテキスタイル作家として忙しく活動していますが、毎日の生活に海があることは心の平穏に少なからず影響しているそう。

「朝は自宅から作業場に向かう途中にある海を見ながら出勤しています。海がきらきら光っているのを見ると、人なに忙しくてもリラックスできるし、早くから漁師さんが働く姿を見て今日もがんばろうと思えます。こちらに来て私が自然体でいられるようになって、子どもたちもものびのび過ごせるようになりました。長女が東京の保育園に通っていた頃は人見知りでもよく泣いていたのですが、それは私が不安な顔をしていたからかも。今、東京の友人が遊びに来たときに、誇らしげに三浦を案内している様子を見ると、思いきって移住してよかったと実感します。これから作家活動にも力を入れて『お母さんはこんな作品を作っているよ』と、子どもたちに胸を張って言える自分になりたいですね」



# 三浦半島の 海の 旬レシピ。

## 今月の 食材 秋谷のしらす

豊かな漁場をもつ三浦半島ではしらす漁が盛ん。店によって塩加減や干し具合が違いますが、食べ比べができるのが三浦半島ならでは。



三浦半島で買うなら



120年以上しらす漁を営んできた「紋四郎丸」では、漁獲したしらすを直売しています。

### 紋四郎丸

住 神奈川県横須賀市秋谷1-8-5  
営 9:00～16:00 休 不定休 電 046-856-8625 京急線逗子・葉山駅からバス「長井行」で約21分  
「前田橋」下車、徒歩約8分

「しらすは処理の仕方や干し具合、塩加減で食感や味が全然違うんです」と、三浦半島に引越してから10軒以上のしらす店を巡ったという飛田和緒さん。なかでもお気に入りの「紋四郎丸」には、もう15年以上も通っているのだそう。今回はそんな「しらす」を主役にブルスケッタを作ります。しらすとミニトマトをオリーブオイルで和えて、トーストしたバゲットにのせれば完成するシンプルな料理。余計な味付けを加えなくても、しらすの塩気が利いています。「しらすは禁漁(1月から3月中旬)明けの春が旬だけど、実は秋らしさも美味しいと紋四郎丸さんに教わりました」と飛田さん。これから長い期間楽しめるので、そのまま食べるもよし、アレンジレシピもぜひお試しください！

美味しいしらすとトマトで  
簡単に食卓を華やかに

今月のお料理

## しらすのブルスケッタ



教えてくれた人  
ひだ かずお  
飛田和緒さん

三浦半島在住の料理家。旬の素材を使った家庭の味を基本に独自のアイデアを盛り込んだレシピが人気。



### 〈材料 (2人分)〉

釜揚げしらす (またはしらす干し)  
……………40g  
ミニトマト ……6~8個  
(約80g)  
オリーブオイル ……適量  
バジル (またはシソ) ……適量  
バゲット ……4枚  
にんにく ……半かけ

### 〈作り方〉

- ① バゲットは1.5~2センチにカットしたものを用意する。
- ② オリーブオイルに浸したにんにくの切り口をバゲットにこすりつけてトーストする。
- ③ ミニトマトを4等分に切って、オリーブオイルでしらすと和える。
- ④ トーストしたバゲットに③のをのせ、バジルをトッピング。

※レモンや粗びきコショウ、ピネガーを足したり、最後に塩をちよこっと振って食感を変えたりするのもよい。③とクルトンを合わせればサラダにもなる。意外だがごはんにかけるのも好相性。

Point



シンプルな料理なので、美味しいしらすを使うのが何よりのポイント。お好みのしらすを手に入れて。

# 海をあいする人。

vol.9 サンズイ舎/  
モリナヲ弥さん

## Profile

三浦や横須賀、横浜で育つ。「水辺の文化を綴る」をコンセプトに、サンズイ舎という屋号で小冊子「キュウセン」を発行。会社員をしながら磯遊びシーズンの週末には海に出かけ、生き物を探る。三浦半島の豊かな自然や文化を発信。



三浦半島の南部は磯遊びに最適。写真真右はモリさんが撮影したウミウシ。魚が隠れやすい岩がなるべく少なく、砂地や小石などが並んだ平らな磯がおすす。水位は浅すぎず深すぎず、足首くらいの深さがちょうどいいそう。夏場は帽子などで熱中症対策を!



「身」 近な海の自然に興味をもつ  
きっかけになれば」と、三浦半  
島の水辺の魅力をZINE『キュウセ  
ン』で発信する、サンズイ舎のモリナ  
ヲ弥さん。

「海洋の専門家が磯を案内してくれる  
ツアー」に定期的に参加するようにな  
り、磯遊びにはまっていきました。欠  
席したメンバーには当日の活動をま

とめたレポートを主催者が作って  
れていたのですが、そのうち僕が担当  
するようになり、それが『キュウセン』  
に発展していきました」

横須賀出身で軍港は身近にあった  
ものの、磯や浜といった「触れられる  
海」で遊ぶ経験はほとんどなかったと  
いうモリさん。大人になってから磯の  
魅力を知ったといいます。

「磯では、どんな生き物に会えるか  
行ってみないとわかりません。季節は  
もちろん、海の状態によっても見られ  
る生き物は違います。海面すれすれ  
を泳ぐイワシの大量に出くわしたり、  
シュノーケリングでは小さなハセが僕  
の周りを囲むように泳いでいたことも  
ありました。生き物との出会いが磯遊  
びの魅力ですね」

海に触れるようになって、海の環境  
にも関心をもちようになったモリさん  
は、生き物を相手に楽しむことへの責  
任も感じると語ります。

「磯遊びで捕獲した生き物は写真に  
収めたら元の場所へ返します。最近  
は希少な卵や生き物を売買することが  
問題になっていますが、そういった話  
題に関心をもつようになつたのは磯  
遊びをするようになって

から。海に行く、波の力  
の怖さを身をもって学ぶ  
こともあり。今後は  
海の楽しさを広く伝える  
と同時に、環境保全や水  
難事故の危険性を文章に  
まとめることにも挑戦し  
たいと思っています」



美大時代の仲間とともにモリさんが制作するZINE『キュウセンvol.3』。  
<https://www.sanzui-sha.com/>



# MIURA

## Peninsula MAP

今号のスポットをまるっとおさらい！

葉山マリーナ



P12・13\_紋四郎丸

京急油壺マリンパーク



P8\_荒井浜海岸

P10・11\_諸磯埼灯台

P8\_長浜海岸

P8\_毘沙門海岸

金沢八景

六浦

神武寺

京急田浦

逗子市

逗子・葉山

安針塚

逸見

汐入

横須賀中央

県立大学

堀ノ内

新大津

北久里浜

京急大津

浦賀

馬堀海岸

京急久里浜

YRP野比

横須賀市

京急長沢

津久井浜

三浦海岸

三崎口

三浦市

ホテル京急油壺 観潮荘



観音崎  
京急ホテル

P4-7\_

観音崎  
自然博物館

P2-5\_  
たたら浜

P2-5\_  
鴨居腰越の浜



京急バス時刻表・経路・  
運賃検索情報

バスの時刻表や行き先、  
およその所要時間、到着  
時刻、運賃を知りたいと  
きはこちら

## PRESENT INFORMATION

1,000円分のQUOカードを  
10名様にプレゼント

右のQRコードを読み込んでアンケートに回答してくださった方の中から、抽選で10名様に1,000円分のQUOカードをプレゼント!



5月25日(火)  
締切

京急電鉄HPでも  
MIULIKE公開中!



こちらから  
CHECK!



## NEXT ISSUE

次号は2021年

6/25

(FRI)

発行予定です

あんしんを羽ばたく力に——京急グループ



三浦で  
海岸乗馬  
品川から63分\*

# 三浦半島 for YOU

※ホーストレッキングファーム三浦海岸へのアクセス  
京急線「品川」から「三浦海岸」まで63分。  
「三浦海岸」駅より徒歩10分。

京急



KEIKYU  
for YOU



京急線の時刻や運賃など京急に関するお問い合わせは  
京急ご案内センター (平日9:00~19:00 土日祝日9:00~17:00)  
※営業時間は変更になる場合がございます。

03-5789-8686 / 045-225-9696  
京急ホームページ [www.keikyu.co.jp](http://www.keikyu.co.jp)

KEIKYU  
京急電鉄