

三浦半島へ行く、見る、楽しむ。[ミウライク]

MIULIKE



vol.

(25)

Aug 2024

特集 今年の夏は、三浦海岸へ！

三浦の夏の海を楽しむ 5 つのこと

5 things to do in *Miura Kaigan* in summer



今年の夏は、三浦海岸へ！

地球のエネルギーを感じる海は私たちのパワースポット。沿線には、駅から徒歩約5分で行ける三浦海岸がある。海を近くを感じる方法は海水浴以外にもたくさん。海のそばで暮らし、その魅力を知り尽くす渋谷さやかさんと、夏の三浦海岸で5つのことを楽しみました。



渋谷さやか

ヨガライフアドバイザー

鎌倉在住。インドの伝統的なスタイルであるシヴァーナンドヨガを学んだインストラクター。FUJI ROCK FESTIVALなどでヨガ講師を務めるほかライフアドバイザーなども発信。@yoga_citta

ヘアメイク / Waremocow 津田千昌
衣装提供 / tsukimoto (P2~4, 6~8)



※2024年度、三浦海岸海水浴場は開設されません。そのほかの開設情報については、各自治体のHPをご確認ください



- 01 BEACH FASHION
- 02 MARINE ACTIVITY
- 03 SEASIDE CAFE
- 04 BEACH COMBING
- 05 LOCAL GOURMET



01

BEACH FASHION



海で心地よく過ごすにはファッションからこだわりたい。日差しが強い海では、帽子のほかにガウンが活躍。乾きやすく肌触りのいいコットンガウンは、水着の上に羽織るのもおすすめ。ふんわり風になびくと気分も上がる。水洗いできるカゴバッグも心強いビーチアイテム。

HAT

インドネシアで手づくりされた麦わら帽子。2,750円

GOWN

木版プリントのインディアンコットン製。9,350円

TANK TOP

アクリルコットンでさらりとした着心地。2,640円

PANTS

体のラインを拾わないやわらか仕立て。4,180円

BAG

ショルダー型がうれしいメキシコ製市場バッグ。9,790円
(以上tsukimoto)



「満ち欠けする月のように変化する女性に寄り添う」をテーマに、山岸真理さん(写真左)と鳥井あかねさんがアジアや南米で買った衣類やアクセサリ、コスメなどが並ぶ。

tsukimoto

☎ 046-845-9840 住 横須賀市汐入町2-1 7 汐入駅から徒歩約4分 営業 11:00~17:00 ※土・日は18:00まで 休 水曜日(8月中は無休) 住 <https://tsuki-moto.com>



02

MARINE ACTIVITY

遠浅で波が穏やか。風が沖から岸に向かって吹く三浦海岸は、ビギナーがマリンアクティビティーに挑戦するのもぴったり。SUPでは波のリズムを感じながら沖からの景色を満喫。透明度が高い日は魚の群れに会えることも。ビーチヨガで空に思いっきり腕を伸ばせば、太陽から元気をもらえる。「砂浜や波の上。平らじゃないところに立つと、自然の中で生きていることを実感できます」と、さやかさん。



初心者から上級者までSUPやSUPフィッシング、ウィンドサーフィンなどのアクティビティーが満喫できるスクール。夏は水着とラッシュガードがあれば手ぶらでOK。海からあがったあとはBBQを楽しむコースも。

オーシャンプロショップ& BBQ エスライド

☎ 080-4333-4172 住 三浦市南下浦町菊名7-5 ㊟ 三浦海岸駅から徒歩約14分 ㊟ 9:00～17:00 休 不定休 料 SUP 3,000円～ほか ㊟ <https://s-ride.com>

※実際はライフジャケットを着用

SEASIDE CAFE



カフェに入ったら、甘く冷たい海色のソーダでクールダウン。三浦海岸沿いの一本道にぼつんとたたずむ「南風 COFFEE」は、目前に広がる砂浜、海、空の3層の景色に魅せられた高山明さんが9年前にオープン。倉庫だった建物をリノベーションした小さな店内は、人々が憩いを重ね、やすらぎとあたたかさのある空間に。訪れる人が、海と自分だけの時間を過ごしている様子は映画のワンシーンのよう。

コーヒーはハンドドリップ。コーヒーマイスターの高山さんがひき立ての新鮮な豆で1杯ずつ入れてくれる。アイスなどがトッピングされたドイツ風パンケーキやかき氷などのスイーツも充実。

南風 COFFEE

☎ 090-4168-6983 住 三浦市南下浦町菊名25-4 ㉞ 三浦海岸駅から徒歩約18分または駅から京浜急行バスで「菊名」下車徒歩約1分 営 11:00～18:00 休 火曜日
料 南風フロート580円 ㊤ minamikazecoffee



海岸に打ち上げられた漂着物を集めるビーチコーミング。潮が引くと、色とりどりの貝殻や小石、シーグラス、シー陶器が波の跡を描く。ビーチコーミングの素材でアクセサリーをつくる田村弘美さんに会い、一緒に宝さがしのひととき。「鎌倉の海では見たことがない」という貝を発見したさやかさんに、田村さんが「地形や波の加減による一期一会を楽しんで」。

04

BEACH COMBING



田村さんは自身の美容院で、タカラガイやシーグラスをワックスコードでマクラメ編みした作品「romi wind」(上写真・左)を販売。着けたまま海に入れるブレスレットやアンクレットが好評。

romi wind
in ビューティーサロン ジェーン山岡

☎ 046-890-4244 住 横須賀市津久井1-8-41-102 庁 津久井浜駅から徒歩約3分 営 10:00～18:00 休 火・水曜日 料 シーグラスブレスレット2,300円～ほか ⑧ romiwind



05

LOCAL GOURMET



海で過ごした一日の最後のお楽しみは、地元の食材を使ったディナー。さやかさんは、「季節感のあるメニューとそれに合わせたワインはもちろん、刻々と変化していく景色もごちそうです」と目を細める。三浦半島の東側に位置する三浦海岸では、半島の向こうに沈む太陽が背になり、海や砂浜をやさしく照らす。この大地と海で育まれた新鮮な食材と目の前でめぐりめぐる自然が、明日のパワーになっていく。



三浦半島の旬の食材が食べられる隠れ家バル。地元野菜をたっぷりのせて薪窯で焼き上げられたピZZAは、ジューシーでもっちり。三浦大根のクリームソースで食べるフライドポテトも人気。

Cliff Terrace PIZZA & BAR

☎ 046-888-5250 住 三浦市南下浦町金田195-10 ㊦ 三浦海岸駅から京浜急行バスで「高抜」下車徒歩約2分 営 11:00～LO21:30 ※平日の19:30以降はご予約がない場合クローズする場合があります 休 月曜日 料 ピZZA インサラータ 1,700円、フライドポテト 三浦大根のクリームソース 800円、自家製三崎マグロの生ハム(S)900円、マス・ド・ジャンーニ・ブラン(グラスワイン)800円
🌐 <https://miura-beachend.jp/cliffterrace>