

あんしんを飛ばたく力に——京急グループ

三浦半島へ。行く、見る、楽しむ。ミウライク。

# MIULIKE

BEACH LIFE FREE MAGAZINE



VOL.

16

2021  
SEP

特集

## Hello, Sunset

三浦半島で楽しむサンセットタイム

A sunset over a body of water. The sun is low on the horizon, partially obscured by a dark, silhouetted shoreline with some buildings. The sky is a mix of orange and yellow, with some light clouds. The water is dark with white foam from waves in the foreground. The word "Sunset" is written in a large, white, serif font across the middle of the image.

# Sunset

海はどの季節もいいけれど、やっぱり夏は格別です。

そんな夏の終わりにふさわしいのは、とびきりロマンティックな夕方の海。

三浦半島の海岸は、ローカルも愛するサンセットスポットなのです。

今回は海とサンセットの楽しみ方をご案内します。

*Special Feature*

Hello,

三浦半島で楽しむサンセットタイム



# Sunset in Miura

**Question:** 三浦半島は、なぜ夕日が綺麗？

**Answer:** 西向きの海岸があるから。

美しい夕日が見られる海岸の第一条件は、西向きであること。逗子や葉山など、三浦半島には西向きの海岸があることから、サンセット鑑賞に向けたエリアとして知られています。人工物が少ないのもポイントで、夕日が建物で遮られる心配がありません。代わりに見えるのが、三浦半島らしい景色。例えば逗子海岸からは、夕日の先に江ノ島が望めます。天気がいい日には富士山のシルエットが浮かび上がることもありますよ。空と海の色が移り変わるのを感じながら、今回逗子海岸でサンセットSUP(サップ)を体験しました。



三浦半島では、4月中旬と8月中旬に写真のようなダイヤモンド富士が見えることも。

Challenge |

# サンセット SUP体験

初めてでも大丈夫!  
インストラクターと一緒に安心の  
体験コースをご紹介します。

教えてくれたのは



マリンブルー  
いぬのたよしえ  
石野田恵江さん

逗子海岸を中心にマリンスポーツに親しんで40年という、頼れるインストラクター。ウィンドサーフィンの元選手。



ボードに乗る位置やパドルの使い方などを教わります。  
真ん中に乗るのが落ちないコツ!

いざ、ボードをもって海へ!西に傾く太陽で、  
海が染まり始める時間帯です。



## Training

### まずは海辺で練習を

サンセットの楽しみ方は様々あれど、海ならではのサンセットを楽しむならSUPがおすすめです。SUPとは、ボードに乗って、パドルを漕いで水面を進むマリンスポーツのこと。手軽さから人気を高めています。今回体験したのは、逗子にあるショップ「マリンブルー」のサンセットコース。日没の2時間ほど前にショップに集合して、歩いて逗子海岸へ。まずは砂浜で基本の動き方を教えてもらいました!



Su



## Enter the sea

### 海でサンセットを待つ

ボードの上で立ったり座ったりできるようになったら、パドルを漕いで沖へ向かいます。最長で1kmほど漕ぎます。海に浮かびながら夕暮れを待っていると……水平線に向かって太陽が沈んでいき、空と海の境目が曖昧に。まるで自分も溶け込んでいくような没入感を味わえるのが、サンセット SUP の醍醐味。穏やかだけど雄大な夕日は、忘れられない光景になるはず。体験中の様子はインストラクターが撮影をして、後でデータを送ってくれるのも嬉しい心遣い！

初心者なのでまずは座って漕いでみます。

大きくて安定感があるボードなので、心配ご無用です！





このサンセットが見たくて、毎年訪れるお客さんがいるというもうなずけます。

---

### Information マリーンブルー

📍 神奈川県逗子市新宿3-1-4 📞 サンセットコース1人6,600円(約120分) ※1人から参加OK。サンセットSUPヨガ1人7,700円(約90分)もあり。 ☎️ 046-873-8999 🌐 <http://mb-wind.com/> 京急線「逗子・葉山」駅より徒歩10分、JR横須賀線「逗子」駅より徒歩7分



---

### Comment |

#### 体験してみて…

初めてのSUPだったけど、落ちずに楽しめました!海の上から見る夕日は特別で、ボードの上でゆっくりした時間を過ごしました。

# SUNSET SPOT *in* Miura

こんなサンセットの楽しみ方もあります!



## ① | 相模湾を望む海辺のレストラン プラージュ・スッド

地中海料理とワインを堪能できるレストランは、目の前に相模湾が広がる好立地。夕日で長者ヶ崎がシルエットになるのを眺めながら、食事に舌鼓を。

📍神奈川県横須賀市秋谷5575 📞046-857-4441 🕒11:30~20:30 (18:00以降は要予約、平日の15時以降は営業が不規則のため要問合せ)、月曜定休、悪天候は休みの場合あり 🌐<https://plage-sud.com>



## ② | ペットも一緒に マールウ 葉山マリーナ店

1984年創業の手作り焼きプリン専門店。ヨットの見えるテラス席ならワンちゃんと一緒にOK。沈みゆく夕日と心地よい潮風でワンちゃんとリラックス。

📍神奈川県三浦郡葉山町堀内50-2 1F(葉山マリーナ内) 📞046-875-0412 🕒喫茶10:00~19:00 (LO 18:00) 火曜日定休(8月31日(火)は営業) 🌐<http://www.marlowe1984.com> ※テラス席のみペット同伴可



## ③ | 心もときほぐす夕暮れタイム OCEANS.CLUB

SUPで水上散歩をしつつ、海に沈む夕日を見ながらビーチヨガを楽しめる欲張り体験プラン。日中より静かな夕方の砂浜で、心も体も開放感を味わって。

📍神奈川県逗子市新宿1-5-4 📞046-872-8911 🕒9:00~18:00 🌐<https://waters.cc>



## ④ | ビーチで焚き火という非日常 一色BASE

葉山の海・山を五感で楽しむプランが豊富に揃うラウンジ。御用邸前に構えるポートハウスの砂浜で、夕日を見ながら焚き火とコーヒーを楽しむプランも人気。

📍神奈川県三浦郡葉山町下山口1506 📞046-876-6588 🕒平日11:00~21:00 土日祝7:00~21:00 🌐<https://isshikibase.owst.jp>

# 午後のクルージング

文=中原かおり

京急線「新逗子駅」が「逗子・葉山駅」になって一年余りとなる。

我が家の最寄り駅でもあり、新逗子発・着が染みついているのでとまどいもあつたが、それ以上に自分のホームタウンが葉山にまで広がり、心を寄せる海が大海原になった嬉しさのほうが大きかった。

その葉山マリーナからはクルーズ船が出ている。葉山の裕次郎灯台を通り、江ノ島で旋回し戻るのが、まさに灯台下暗しでその存在を知っていても乗ったことはなかった。それが先日、友人に誘われ思いがけず乗船することとなったのだ。

海日和の日、昼下がりの便が出航したとたん、私はあることに気づいた。とても単純だが、とても大切なことに。ビーチタウンに住んで三十年、海の景色と言えば陸から見る景色、つまり海の向こうに見える富士山や夕陽であつて、海に漕ぎ出た海からの景色は見たことがなかったのだ。マリンスポーツをしない私は海をいつも見ているの

に、それは同じ立ち位置からのみだった。

クルーズ船は青いカーベットを滑るように進み、視界がいきなり広がった。360度の方向に海があり街並みも見える。出航地の葉山は岩礁が多く、入り組んだ海岸線の近くまで山が迫り出している。相模湾は延々とカーブを描き、国道134号線・豊かな緑・家があり、そこにはゆるやかで大きな時間が流れている。海を風を街を肌で感じ、45分の非日常を堪能し下船した。

大海原の力にちからをもらい、それらにつながる暮らしができるありがたさを実感したのだ。

## Profile

なかはらかおり / 詩人・文筆家。逗子市在住。湘南ビーチFMへの詩の提供や産経新聞の書評を担当。日本ペンクラブ、鎌倉ペンクラブ会員。著書に『海からの詩』（小学館スクウェア）など。  
Instagram@kaorin\_sea

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」。  
今回は葉山町にある『山口理容店』の  
Night Barberとして夜に店を開く、  
山口太郎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。

山口 太郎  
@葉山公園



将来の夢が広がっていく。

子どもの頃から遊んだ海に、

4代目としてUターン。



山口さんの葉山のお気に入りスポット、神奈川県立葉山公園。仕事の合間に訪れたり、SUPもここから海に漕ぎ出す。服装にもこだわり、このスタイルで店に立つ。



## 山口太郎

葉山町在住。3代続く理容店を継ぎたいと東京で修業を積み、Uターン。山口理容店「Night Barber」として完全予約制で夜の営業を行っている。店で使用している「アーテック」のハサミの販売代理店としても営業している。 [https://www.instagram.com/yamaguchi\\_barber/](https://www.instagram.com/yamaguchi_barber/)

1920年(大正9年)に葉山町で創業し、今もレトロな佇まいで営業が続いている「山口理容店」。4代目の山口太郎さんは、東京のサロンで6年間修業を積んだ後、2年ほど前に父の昌男さんが営む理容店に帰ってきました。「葉山では高齢化や後継者不足のために理容店の数が減ってきています。地元で貢献したくなり、戻る決意をしました」と山口さんはいいます。そして、「何より葉山の海のそばで暮らしたい気持ちが強まったから」とも。子ども頃から泳いだり、磯釣りをして遊んだ葉山の海。東京のサロンでは店長も任せられ、プレッシャーと闘う毎日で、休みのたびに帰省しては、海を眺めて心を落ち着かせたそうです。今はそんな大好きな海のそばにある店で、お客様の髪を切る日々。ユニークなのは、昼は昌男さんが店に立ち、山口さんは夜に店に立つこと。「山口理容店」のNight Barberとして17時から23時まで、完全予約制で営業しています。「仕事終わりに切りたい」週

末は出かけるので金曜の夜に切りたい」というお客様はけっこうおられます。お一人様2時間の枠を設けて、カットやパーマを丁寧に行い、シャンプー、顔剃り、フェイシャルエステ、マツサージ、ヘッドスパ、ヘアカラーなどご要望に合わせて、ワンランク上の満足感が得られるサービスをご提供しています。利用客からは「ワンランク上どころじゃない。大満足だよ」と好評を得ているそうです。

利用客の一人に、日本を代表するオーシャンアスリートの金子ケニーさんもいる。「髪を切りながらお話ししていると、SUPに興味が出てきて。この春から始めました」と山口さん。店から歩いて数分のビーチから海に入り、長者ヶ崎海岸をぐるっと周遊して帰ってきたり。「海の上から葉山のまちを眺める機会ってありませんよね。ぜひ、見てみてください。全然違う風景が見られますから」と笑顔で話します。海の透明度も高く、ボードの下を悠々と泳ぐ魚の姿が見られるそう。そ

んな魚を、山口さんはボードに乗ったまま釣るそうです。「キス、カサゴ、メゴチ、カワハギ。いろいろな魚が釣れますよ。家に持ち帰って捌いて、刺し身にしたり、天ぷらにしたり」と、海沿いならではの暮らしを楽しんでいます。

また、新規のお客様の7割以上が移住者だともいいます。「移住したての方には葉山の情報を欲しがっておられるので、素敵な店を紹介しています。昔から理容店は地域の人と情報が集まる社交場でしたから。僕は葉山の案内人になりたいです」と山口さん。将来は「理容店の隣でバーを開業したい」と考えることもあり、髪を切った後、一杯飲んで会話を楽しみ、まちの情報を仕入れ、みたいなBarberをBar。「語呂もいいね」と父と笑い合っています。そんなことを、朝、ボードに乗りながら思い描いているそう。葉山の海に、山口さんの夢が広がっていきます。



# 三浦半島の 海の 旬レシピ。

今月の  
食材

## 大畑鮮魚の鯖さば

旬には脂がのって、一層美味しくなる鯖。三浦半島ではブランド化されているものもあるほど、味も鮮度も良い鯖が手に入ります。



三浦半島で買うなら…



三浦半島の漁港で水揚げされた魚介類を毎日仕入れ、うらりマルシェにて販売。

大畑鮮魚（うらりマルシェ内）

住 神奈川県三浦市三崎5-3-1 営

9:00（日曜は7:00）～17:00 休 火

曜 ☎046-882-1109 京急線三崎

口駅より京浜急行バス三崎港行きで約15分、「三崎港」下車徒歩3分

旬の鯖で手まり寿司！  
自宅でしめ鯖もお手の物

三浦半島の鯖といえば有名なのが、松輪の鯖。なかなか手に入らない稀少なブランド鯖ですが、ブランドじゃなくとも美味しい鯖にありつけるのが三浦半島のよいところ。年中食べられる魚ですが、やはり旬の秋には身が厚く脂がのって絶品です。今回教えてもらったのは、しめ鯖を使った「鯖の手まり寿司」。庶民的な魚を華やかな料理に変える、飛田さんのおもてなしレシピです。しめ鯖は塩・酢でしめる時間を長めにとり、しっかりと味の仕上げにいます。鯖は鮮度が命の食材。しめた後は冷凍できるので、新鮮なものを手に入れ準備しておけるのも便利。冷凍することでアニサキス対策にもなります。

今月のお料理

## 鯖の手まり寿司



教えてくれた人  
ひだかずを  
飛田和緒さん

横須賀市在住の料理家。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)〉

#### しめ鯖

鯖……………1尾  
塩……………鯖の重さの10%  
酢(穀物酢など)……………大さじ3~4

#### 酢飯

ごはん……………2合  
米酢……………大さじ4  
A 砂糖……………小さじ2  
塩……………小さじ1/2

### 〈下準備(鯖の酢じめ)〉

- ① 鯖を3枚におろす。
- ② 皮を下にしてバットに敷き、鯖の重さ10%の塩を上から振る。
- ③ 冷蔵庫に2~3時間置くと水が出るので、洗い流してペーパーで拭く。
- ④ ③に酢を加えてさらに冷蔵庫で2~3時間。その後ラップで包んでから冷凍してもOK。解凍は自然解凍で。

### 〈作り方〉

- ① 鯖の骨をとって、皮を引く。
- ② 薄く切る。
- ③ Aを混ぜて作ったすし酢を炊き立てのごはんに混ぜたら、うちわであおいで粗熱をとる。
- ④ 小ぶりのごはんの上に鯖1~2枚をのせて包み込むように握る。ラップを使うと便利。  
※お好みで、すだちやしょうがなどを添えると、さらに華やかに。

Point



腹骨を包丁でとり、骨抜きで残りの小骨を処理します。

# 海をあいする人。

vol.11 NPO法人海の森・山の森事務局/  
豊田直之さん

## Profile

NPO法人海の森・山の森事務局理事長、海洋撮影プロダクション・ティエムオフィス代表。茅ヶ崎や城ヶ島など神奈川の海の清掃や、大岡川のごみ拾いなど環境保全活動に取り組む。小学校を中心に、環境出前授業や実習も行っている。



2

2050年までに海中のプラスチックごみの重さは魚の重さを超えるという予測もあるように、今、海洋プラスチックごみが大きな問題になっています。水中写真家で、NPO法人海の森・山の森事務局で、NPO法人海の森・山の森事務局理事長を務める豊田直之さんは、そんな海の異変にいち早く気づき、生まれ育った神奈川の海や生き物を守る清掃活動を始めました。1か所



海底のプラスチックごみ。ペットボトルやレジ袋、漁業用ロープや釣りのルアーなど、堆積しているごみをダイバーが回収する。

は、県内最大の川である相模川の河口、茅ヶ崎の海。もう1か所は、三浦半島の先端にある城ヶ島の海。東京湾と相模湾に流れ出たごみが、潮や風に流されて集まります。年に一度『城ヶ島ダイビングセンター』のダイバーとともに、1日に約100kgものごみを海底から拾い上げる清掃活動を実施しています。「始めて6年が経ちますが、ごみの量は減りま



環境出前授業の実習で、城ヶ島の海岸を横浜市的小学生が清掃した。

せん」と豊田さんは嘆息します。なぜ、ごみは減ることなく海底に溜まっていくのでしょうか。例えば、海から離れたまちで誰かがごみを捨てたとします。道路脇の雨水溝に落ちると、ごみは川へ流されます。その後、雨が降って川が増水したら、ごみは一気に海まで流され、海底に溜まるのです。「そんな話を『環境出前授業』で小学生に話すと、茅ヶ崎や城ヶ島にごみを拾いに来てくれます。さらに、プラスチックごみを減らすために、ストローをかわりに飲む給食用の牛乳パックをデザインし、牛乳メーカーや製紙会社の社員の前で発表した子どもたちもいました。まさにSDGs（持続可能な開発目標）を体現する子どもたちに触発された豊田さんは、全長435.09kmの神奈川の海岸に落ちているプラスチックごみを拾い集めてデータ化する、「三匹のおっさんプロジェクト」もスタート。2024年度中の踏破を目指しつつ、ポイ捨て禁止を啓発しています。

豊田さんが撮影した神奈川県・逗子沖のウミシダの群様。こんなに美しい海を取り戻すために、清掃活動を続けている。



# MIURA Peninsula MAP

今号のスポットをまるっとおさらい!



観音崎  
京急ホテル

京急油壺マリンパーク



※9月30日(木)で閉館

ホテル京急油壺 観潮荘



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

右の二次元コードを読み込  
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!



9月25日(土)  
23:59 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

10/25

(MON)

発行予定です

今年はずい!  
三浦海岸で  
楽しさを発見♪



East Coast of Miura Peninsula

# みうら 夏色 きっぷ

MIURA SUMMER VARIETY TICKET

7.16 FRI ~ 9.30 THU



 乗車駅～三浦海岸駅  
往復乗車券(2日間)

+

 みうらときめき券

■発売駅▶京急線各駅

※泉岳寺駅・羽田空港第3ターミナル駅・  
羽田空港第1・第2ターミナル駅・三浦海岸駅を除く

■有効期間▶発売当日から連続2日間

主要駅からの発売額	品川駅・京急川崎駅から	横浜駅から	上大岡駅・金沢文庫駅から
大人	1,800円	1,600円	1,500円
小児	1,400円	1,300円	1,220円

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、きっぷの発売制限や各店舗・施設の営業時間・休業日の変更等が生じる場合がございます。  
ご利用の際は、あらかじめご了承くださいませようお願い申し上げます。



詳しくはコチラ▶



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