



かがわポータルマガジン KamoZine

鴨川をもっと×2楽しむ!おもしろポータルマガジン

かも春号

2020.1.1

編集 / 鴨川観光プラットフォーム KamoZine 編集部×城西国際大学観光学部・チーム JIU×亀田医療大学×オルカ鴨川 FC

Take Free

1/11(土)~3/8(日) 鴨川



鴨川中学校付近の田畑 カモちず 団A-2

約一万坪の敷地いっぱい咲く菜な畑ロード。幸せの黄色い菜の花がじゅうたんのように咲き誇る風景はかも春の風物詩となっています。一足早くやってきた春の息吹を感じてみませんか。

●期間 2020年1月11日(土)~3月8日(日) 9:30~15:00

●場所 鴨川中学校付近の田畑

●花摘み体験 10本 ¥150

※天候により、花摘み・イベント・ミニトレインが中止となる場合があります。お出かけ前に「かがわナビ」でのご確認をおすすめします。
<http://www.kamonavi.jp/>

イベント・特典情報

菜な畑ロード2020

オープニングセレモニー

1/11(土) 11:00~11:30

ミニトレイン先着100名様無料乗車 11:30~

菜の花畑でミニトレイン(ドクターイエロー)に乗ろう!

●運行日 1/11(土)

2/2(日)・9(日)・16(日)・23(日) 3/1(日)・8(日) ※予定
運行時間 10:00~15:00 ※荒天運休

●料金 お1人様 ¥200

★小湊旅館協同組合・鴨川温泉旅館業協同組合加盟の宿泊施設にて宿泊のお客様、安房鴨川駅前観光案内所にて電動アシスト付きレンタサイクル「かもチャリ」をレンタルされたお客様には無料花摘み券をプレゼント!

★1/11(土) チーバくん&たいよう君と記念撮影

★公式インスタグラムで、期間中フォトコンテストを開催!!

ハッシュタグ #菜な畑ロード2020 で投稿してください。

入賞者には、市内で利用できるペア宿泊券(鴨川館、鴨川グランドホテル、鴨川シーワールドホテル、鴨川ヒルズリゾートホテル、鴨川ホテル三日月、鴨川ユニバースホテル、魚彩和みの宿三水、潮騒リゾート鴨川、ひだまり11NN、豊明殿、ホテルグリーンプラザ鴨川、満ちてくる心の宿古夢、南房総鴨川 黒潮荘、宿中屋、鴨川温泉旅館業協同組合、小湊旅館業協同組合)や商品券など素敵なプレゼントをお送りいたします。

オフィシャルサイト

<https://nanabatake.jp>



1/10(金)~19(日) 東京都

ふるさと祭り東京 第12回「ふるさと祭り東京」に南房総鴨川食堂を出店!!

観光誘客のプロモーションおよび2019年に千葉県を始め各地に甚大な被害をもたらした台風15号・19号からの復興の一環として、毎年、東京ドームで開催され約40万人が訪れる「ふるさと祭り東京」に南房総鴨川食堂として、千葉県からは初めて鴨川市が出店決定!

初出店の商品は、千葉県のブランド水産物に認定されている「外房つりきんめ鯛」・千葉県ブランド米「長狭米」のほか市内の地場食材を使用したキンメ丼の販売をはじめ、キンメ焼きそばや粗煮などキンメを余すところなくふんだんに使ったキンメ料理を提供!!
2019年鴨川の夏の海を熱くしてくれたエナツの祟りが、南房総鴨川食堂をプロデュース!スペシャルな丼ぶり「バブリー丼」もご用意!こちらはキンメ鯛はもちろんのこと伊勢エビ、アワビなど房総の幸をふんだんに使

用し金箔を施した超豪華バブリー丼です!東京ドームにLet's Go!!

●開催期間 2020年1月10日(金)~19日(日)

●時間 10日(金)~18日(土) 10:00~21:00
19日(日) 10:00~18:00

●会場 東京ドーム

●入場券 当日券 ¥1,800
平日限定当日券 ¥1,400

●主催 ふるさと祭り東京実行委員会 (フジテレビジョン・文化放送・東京ドーム)



令和初の初日の出を鴨川で拝もう!



清澄寺 団F-2 SPKY0001

2020年、令和初の初日の出をあなたはどこで拝みますか?鴨川市の清澄寺の旭が森は日本で一番早く初日の出を拝める場所(離島を除く)として知られています。2022年生誕800年を迎える日蓮聖人が朝日を浴びながら日蓮宗を開祖した、まさに聖地でもあります。そんなエネルギーあふれる場所で初日の出を拝んで、一年をはじめてはいかがでしょうか。



3/7(土)~3/8(日) 鴨川

ストライダーエンジョイカップ

団C-2 SPKM0001

鴨川シーワールドステージ

●開催日 2020年3月7日(土)・8日(日)

●時間 9:00~16:45

●場所 鴨川シーワールド 西駐車場

●カテゴリ 2才の部 3才の部 4才の部 5才の部

●定員 全カテゴリ1日合計で400名(2日間で800名)

●エントリー料 ¥3,000

●特典

〈参加者本人特典〉「参加確認証」の提示でシーワールド入園無料

〈同伴者特典〉特別割引入園

大人(高校生以上) 通常料金 ¥3,000 ⇒ 割引料金 ¥1,500

小人(小学生・中学生) 通常料金 ¥1,800 ⇒ 割引料金 ¥900

幼児(4歳以上) 通常料金 ¥1,200 ⇒ 割引料金 ¥600

※プラン適用 大会前日(3/6)~大会翌日(3/9)

●お申込・お問合せ 「ストライダーエンジョイカップ」ホームページから

<http://strider-enjoycup.runandbike.jp/>

★ストライダーエンジョイカップの参加者本人には菜な畑ロードの花摘み券(10本以内)をプレゼント

第3回オルカ菜の姫杯

鴨川市サッカー場 団E-3 SPKM0011

女子・女性のためのサッカーイベント、オルカ菜の姫杯を今年も開催します。大会を通してそれぞれで活動している女子選手やチームの交流を深め、開催地である鴨川市や千葉県南部地域の女子サッカーの普及・発展を目的としています。大会詳細、お申込みはオルカ鴨川FCウェブサイト・鴨川市サッカー協会ウェブサイトにてご確認ください。

●開催日 2020年2月9日(日)

●会場 鴨川市サッカー場
※雨天時、総合運動施設内 文化体育館



鴨川のイベント・観光のお問い合わせは
JR 安房鴨川駅前案内所 ☎ 04-7092-0086
天津小湊観光案内所 ☎ 04-7095-2218

かもナビコードを入力して、各スポットの情報にかんたんアクセス!

かがわナビにアクセスして、KamoZineに記載されている [かもナビコード] を入力すると、そのスポットの詳しい情報を見ることができるよう!

鴨川のすべてを見る!探す!わかる! かがわナビ <http://kamonavi.jp>



温故知新の環境都市・鴨川へ

嶺岡牧レポート 鴨川のアンコールワット② 嶺岡牧を日本遺産に! 嶺岡牧の東端はどこ?~一戦場公園東縁の 土手は牧内に新造した土手だった~

「あれ?何これ?どういうことだ?」。ファインダー越しに飛び込んできた文面が何を意味するのか、しばらく理解できなかった。そこには、貝渚区が嶺岡畜産株式会社から嶺岡牧内の土地を借りて開墾をしており、開墾地と放牧地との境に新造した土手の測量を行うことが記されていた。半信半疑で撮影を進めると、次々に関連文書が出てきた。これにより、これまで嶺岡牧の東端と言われていた一戦場公園東縁の土手は明治時代に新造されたもので、牧の東端はもっと海岸近くであったこと、大浦木戸も川口木戸も一戦場公園東縁の土手よりもずっと先であったことが分かった。嶺岡牧は、調査をする度に流布されていたものとは異なった姿が浮かび上がってくる。その度に、嶺岡牧資源が予想を上回る巨大な資源であることに驚かされる。2020年は、どんな姿が出てくるのだろうか?



明治期に新造された一戦場公園東縁の土手

嶺岡牧に関する催し

ミニ企画展鴨川市貝渚区有文書が語る嶺岡牧嶺岡畜産株式会社から安房酪農へ

- 日 時 2020年1月10日(金)~2020年3月31日(火)9:30~16:30 ※月曜休館
- 場 所 千葉県酪農のさと酪農資料館第3展示室参加費 入館無料
- 嶺岡牧エクスカーション安房酪農・製乳業史を訪ねて
- 日 時 2020年2月9日(日)9:30~16:30 ※小雨決行
- 集 合 千葉県酪農のさと酪農資料館玄関前に9:30集合
- 参加費 ¥4,800(バス代、保険料、試食費込)
- 申込み 千葉県酪農のさと(定員22名・先着順) ☎0470-46-8181
- 締 切 2月2日(日)

嶺岡牧調査研究の最新線嶺岡牧新発見&新たな課題

- 日 時 2020年3月7日(土)13:30~16:30
- 場 所 千葉県酪農のさと視聴覚室
- 参加費(資料代) ¥800
- 申込み 千葉県酪農のさと(定員50名・先着順) ☎0470-46-8181

波の伊八 伊八ニュース vol.29 伊八気質でまちづくり お知らせ!!「伊八の館」3月に閉館。

小湊誕生寺境内にある『伊八の館』は、平成23年(2011)11月から8年余り、「波の伊八」を紹介する情報発信基地として、延べ9万人以上の来館者を数えます。



『伊八の館』に展示されている鴨川に現存する7つの社寺の初代伊八の作品の実物大細密写真の迫力は高い評価を得てきました。また、波の伊八の初代から5代まで約200年間の歴史や、誕生の地 鴨川市以外の千葉県内だけでなく、遠く相模(神奈川県)、駿河(静岡県)までその作品が残っており、伊八の活躍の足跡を紹介し、地域の紹介に役立ってきました。

殊に「波の伊八」と称される写実的で豪快な波の表現が、国際的にも有名な葛飾北斎の浮世絵「富嶽三十六景・神奈川沖浪裏」に影響を与えたであろうと言われる。いすみ市の元行寺や飯縄寺の波の表現にすぐれた作品群も紹介し、広く連携を深めてきました。

今年、日本でオリンピック・パラリンピックが開催される年であり、夷隅地区がサーフィンの会場となりますので、ぜひこの機会に「波」にまつわる「伊八」を紹介したいと計画しています。

しかしながら、諸事情により『伊八の館』は3月をもって誕生寺境内より移転して、新たな場所で公開を続けることとなりました。移転先が決まっていますが、引き続きご支援ください。

「伊八の館」会館時間:10時~15時 休館日:毎週火・水・木曜日 年末年始臨時休館有

- 連絡先 〒296-0105 鴨川市成川34-2 ☎04-7097-1873 ☎090-8840-1873 FAX)04-7094-5873
- ※詳細は鴨川ポータルサイト「かもナビ」<http://kamonavi.jp>、「波の伊八サイト」<http://www.ihachi.jp/>でご確認ください。



鴨川豆知識

献上品の殺到を防ぐため、知事や郡長などの推薦を受けたものが、お祝いとして献上されました。安房郡からは、バター、促成きゅうりの他、太海村の鯉節1貫目が推薦・献上されています。

長狭米のシンボル「明治大嘗祭の主基齋田」②

明治神宮鎮座百年大祭。主基地方と悠紀地方の歴史文化交流

カモチずかもナビコード
図D-3 SPNG0005

明治天皇即位の大嘗祭にお米を献上した鴨川市の主基齋田と、悠紀齋田のあった山梨県甲府市石田地区で収穫されたお米で作ったお酒を、2020年(令和2年)の明治神宮鎮座百年大祭に奉納する計画が進んでいる。実現すると149年ぶりに両地方からのお酒が揃うことになる。



山梨県甲府市石田地区の「明治天皇悠紀齋田跡」記念碑
写真提供:石田お儀連

鴨川市では40年前の明治神宮鎮座六十年大祭をきっかけに「鴨川市明治神宮崇敬講」が結成され、主基齋田址公園周辺の水田で取れた長狭米で醸造したお酒を奉納してきた。



千葉県鴨川市北小町地区の「明治天皇大嘗祭御齋田主基之地」記念碑
写真提供:酒井嘉昭

一方、甲府市では失われた齋田を復活させるプロジェクトが始まっている。甲府市の石田お儀連(会長 矢野和彦)が中心となって悠紀齋田跡記念碑のある公園近くの水田を米作りからスタートし昨年初めての収穫が行われた。

2021年(令和3年)には、明治大嘗祭から数えて150年の節目の年となる。両地域の関係者は「歴史文化」を次の世代に残そうと交流を深めている。

「おまえにたのみがある。この雨で濁った水が妙の浦に流れると、鯛が死んでしまう。鯛を守るためになんとか水の流れを内浦の方に向かうようにしなければならぬ。どうかお前の力を貸してほしい。」

承知しましたと、白きつねは仲間を引き連れて、川から海に流れる河口の土を動かす、流れを変えてしまいましたが、なにしろ小湊誕生寺の鯛は、日蓮の化身といわれる大切な魚ですから、何としても守らねばなりません。

このことを知った村の人たちは、そのありがたい白きつねを、太田稲荷として祀ったのだそうです。もちろん、小湊と内浦の争いもなく、海の安全や大漁を祈願する守り神となりました。

太田稲荷は、海の新六郎さんの考えに賛成したそうです。

それから何日かして、大雨が降りました。新六郎さんは、いそいで誕生寺の山に住んでいる白きつねを呼んで、こう話しました。

「おまえにたのみがある。この雨で濁った水が妙の浦に流れると、鯛が死んでしまう。鯛を守るためになんとか水の流れを内浦の方に向かうようにしなければならぬ。どうかお前の力を貸してほしい。」

それはそのと、どちらか新六郎さんの考えに賛成したそうです。

それから何日かして、大雨が降りました。新六郎さんは、いそいで誕生寺の山に住んでいる白きつねを呼んで、こう話しました。

「おまえにたのみがある。この雨で濁った水が妙の浦に流れると、鯛が死んでしまう。鯛を守るためになんとか水の流れを内浦の方に向かうようにしなければならぬ。どうかお前の力を貸してほしい。」

それはそのと、どちらか新六郎さんの考えに賛成したそうです。

それから何日かして、大雨が降りました。新六郎さんは、いそいで誕生寺の山に住んでいる白きつねを呼んで、こう話しました。

天皇陛下へ献上された房州の海の恵み

房州産鯉節鯖節・削り節生産会
カモチずかもナビコード
図E-3 ZZKM0039



鴨川市内の3事業所(南永井商店、南林商店、南嶋津商店)で構成された房州産鯉節鯖節・削り節生産会は「房州節」を生産し、全国へ届けている。房州節の歴史は古く、江戸時代より房州の特産品として評価されており、千葉ブランド水産物にも認定されている。

2019年(令和元年)11月14~15日に斎行された皇位継承の重要祭祀「大嘗祭」において「房州産鯖節」が供納されたことで、さらに注目されている。「房州産鯖節」の特徴は凍結された大量生産の節製造とは違い、状態を見ながら熟成させた房州産なま鯖を加工する点で、濃い風味と旨みが自慢!

地域の伝統の味をぜひ一度ご賞味いただきたい。

房州産さば花割 80g ¥540(税込)
◎鴨川市滑谷190(南永井商店内)
◎有
☎04-7092-0057
<https://nagai-katsuobushi.com/>



鴨川のむかし話② 太田稲荷の話

太田稲荷は、誕生寺境内の左手の山にあります。ここには、今から四百年以上も前のこんな話が伝わっています。

小湊は、元禄の津波が来る前まで、今ある灯台の所よりずっと向こうまで人が住んでいたそうです。

磯にはあわびやさざえなどの資源がたくさんあったのですが、小湊と内浦では漁業権をめぐるいつつも争いが起きていたそうです。時には血を流し合うほどの大げんかになったこともあったとか。



〔鴨川のむかし話〕鴨川市教育委員会発行より

水運の名残を伝えるバス停

長狭線・河岸坂上停留所 図D-3

「河岸坂上(=船の荷物の積みおろしをする岸、の「坂の上。)」路線バスに乗って旅をすると、普段の旅とは違った風景・景色に出会うことができます。

長狭街道を走る路線バス「金谷線」「長狭線」の沿線には、「バス停」の名前に「河岸(かし)」と付いているバス停があります。



これは、江戸時代頃まで、川の水量も豊かで物を運ぶ手段として、水運が中心だった頃の名残を伝える名前なんだとか。

現在の川の水量からすると、船で物資を運んでいたとは想像しがたいですが、こんな風にバス停の名前や地域の歴史に触れながら、のんびり路線バスで旅する…なんて、いかがでしょうか。

チームJIUTピクニック

嶺岡林道・旧水田家の桜

3月下旬から4月にかけて、桜が咲く季節がやってきます。桜の絶景スポットとしておすすめしたいのが、嶺岡林道と旧水田家です。嶺岡林道には桜並木があり、春の晴れた日には満開の桜を眺めながら木漏れ日が差す道を、とても気持ち良く散歩ができます。その道を歩いてゆくと、旧水田家があります。旧水田家は、国の登録有形文化財に登録されていて、城西大学の創立者である水田三喜男の生家でもあります。嶺岡林道を歩いたあとに、旧水田家の歴史的な建物と桜を眺めながら休んでみてはどうでしょうか。

城西国際大学観光学部は2006年に「嶺岡林道桜並木修復プロジェクト」を立ち上げ、桜並木の修復整備をし、毎年学生が嶺岡林道と旧水田家を周り自然と歴史を学んでいます。春を迎えたら散歩やハイキングで、嶺岡林道と旧水田家にぜひ訪れてみてください。

水田三喜男生家 図C-3 SPFE0004

鴨川市西字西平良339-1

☎04-7099-3110

(旧水田家管理事務所)

一般公開 9:00~17:00(火曜定休)

※入場無料



ゆめ! 未来の鴨川へ——②⑨ 災い転じて、新しいヴィジョン!!

加藤登紀子

今年、台風が当たり年になってしまいました、みなさんそれぞれに大変な事態を経験されたことでしょうか。

台風十五号の強風がもたらした被害は何より、屋根の損傷と停電。南房総で多くの方が今も屋根にブルーシートを張って暮らしていることと思います。

私の住んでいる鴨川の間部も、かやぶきの屋根の上に張ってあったトタン屋根のいくつかが吹き飛びました。

私の夫が住み始めた一九八〇年代初めは、ほとんどの家が「かやぶき」だった大田代集落。いつの間にか、すべての屋根にトタンをかぶせた形になっていきました。今回、集落の中心部にあつた数軒が見事にかやの屋根に戻った格好です。

その後の十九号、二十号の大雨に対応するために大慌てでブルーシートで覆う緊急処置をしましたが、今後、この集落をさらに景観の良い「茅葺きの里」に復活させたらどうか、という積極的な復興案も出て来ますが、このまま放置すれば、あつという間に、損傷が進み、住人が外へ出てしまうようなことにもなりかねず心配しています。

台風の風に倒れた杉や電柱が、今後さらに強くなる恐れのある台風が耐えられるのが心配ですし、何より、被害の大きかった農業がそのまま廃業に追い込まれたりすることの無いように、復興支援が行われることを願ってやみません。

これから冬に向かい、皆さまのご健康をお祈りします。

飛び出す! KamoZine

春爛漫! 南房総サイクリング

寒い冬の季節でも温暖で、雪もほとんど降らない南房総はサイクリストたちにとって、まさに楽園。1月から花も咲き、ひと足お先に春爛漫気分を味わいながら、南房総を走り抜けよう。



JR東日本サイクルトレインB.B.BASE

B.B.BASE 内房	両国 7:39発 → 津田沼 8:06発 → 千葉 8:21発 →
	館山 9:55着 → 和田浦 10:43着
	館山 16:40発 → 本千葉 18:35着 → 両国 19:08着

1月11日(土)・12日(日) 2月22日(土)・23日(日)・24日(月・祝)

B.B.BASE 外房	両国 7:39発 → 津田沼 8:06発 → 千葉 8:21発 →
	上総一ノ宮 9:07着 → 勝浦 9:50着 → 安房鴨川10:26着
	安房鴨川17:00発 → 勝浦 17:41発 → 上総一ノ宮 18:22発 →
千葉 19:03着 → 津田沼 19:19着 → 両国 19:38着	

1月18日(土)・19日(日) 2月8日(土)・9日(日)

★詳細はB.B.BASE専用サイトへ <http://www.jreast.co.jp/chiba/bbbase/>

2/16(日) 南房総里山・里海サイクリング

昨年に続き、平群クラブハウスを発着場所として千葉県サイクリング協会が主催する早春ライドイベント(走行距離65.8km)。今年はお弁当が付き、希望者は花摘みもできる!

- 開催日 2020年2月16日(日)
- 参加費 千葉県サイクリング協会会員 ¥3,000 非会員 ¥4,000

- 募集人数 200名
- ★詳細・お申込 <https://cycle.spoen.jp/search/chiba>

3/28(土) RIDE FOR BOSO ステーションライド in 南房総

2019年10月26日に実施される予定だった「ステーションライド in南房総2019」は台風により延期され、台風15号・19号で被害を受けた南房総エリアの被災者へのチャリティイベントとして開催! ステーションライドに申し込んだ方はもちろん、新規の申込みでの参加も可能!(要エントリー)

走行速度に合わせて15~20名のグループでロングライドを楽しもう! 各グループにガイドライダーが伴走し、道の駅などで地元の食を堪能できる。サイクルトレイン「B.B.BASE」に乗りしての参加も可能!

- 開催日 2020年3月28日(土)
- 参加費 50km・80km 8,000円 100km・120km 9,000円
- 定員 400名

★詳細・お申込 <http://www.stationride.com/event/>

南房総サイクルツーリズム協会だより

9月以降の台風による被害を受けられた方々に、謹んでお見舞い申し上げます。サイクリングではハイシーズンとなる秋のさまざまなイベントが中止または延期となりました。平群クラブハウスがある平群小学校も被災ゴミの受入地となっていたため、しばらくはクラブハウスの営業を見合わせていました。しかし、2019年11月に入り、環境も少しずつではありますが、落ち着きを取り戻し、クラブハウスも再開して復興に向けたサイクリングイベントも開催しています。12月には、新たに南房総市地域おこし協力隊員の目黒吉文さんが仲間に入りました。目黒さんは自転車日本一周をしている最中に地域おこし協力隊の募集を知って応募したツワモノです。今後の活動にご期待ください!



房総のイベントは私達が先導する! (目黒 吉文さん)

<https://www.facebook.com/minamiboso.cycle.tourism/> 「いいね!」で応援!!

南房総(あわの国) サイクルツーリズム協会推奨ルート

恋人の聖地巡りルート

恋人の聖地に認定されているロマンチックなスポットや房総半島最西端と最南端の灯台、安房国一宮でパワースポットとしても有名な神社、葉の花やマリーゴールドなど季節の花が咲き乱れ日本の道100選にも選ばれている房総フラワーラインや緑豊かな安房グリーンライン、健康食材やカップルにこだわったグルメを楽しむコース。恋(こい)にちなみ距離も51kmに設定。

B.B.BASE内房号 グルメライドルート

B.B.BASE内房線のスケジュールに照準を合わせた南房総日帰りコース。和田浦駅に到着して海から山間を抜けて、千倉・白浜と半島の南の海岸線を走り、あまり知られていない内陸の抜け道から館山に抜けるコース。ルート上には幸福や百姓屋敷じろえむなど食べ処がいっぱい。もちろん、最後の仕上げは木村ピーナッツでソフトクリームを。

2/29(土)~4/29(水・祝) 房総半島×三浦半島 サイクルスタンプラリー

昨年秋、相次ぐ台風・豪雨被害に見舞われた房総半島と三浦半島がタッグを組み、サイクリングの力で地域を元気にしよう!と、サイクルスタンプラリーが実施されます。房総半島、三浦半島それぞれに設置されたチェックポイントを自転車で行き、スマートフォンでチェックイン! ステキなプレゼントも用意されています。期間中、東京湾フェリー乗り場などではスペシャルイベントも!

春の風を感じながらのサイクリングは最高! 見て、食べて、買って、泊まって……。房総と三浦の春を思う存分楽しみましょう!!

- 期間 2019年2月29日(土)~4月29日(水・祝) ※予定
- 参加料 無料
- 主催 千葉銀行 横浜銀行
- 運営 東京湾フェリー
- 協力 横須賀市 三浦市 宿泊滞在型観光推進協議会(館山市・富津市・鴨川市・南房総市・鋸南町) 京浜急行電鉄 JR東日本千葉支社 NTT東日本 ギフトパッド

BOSO JINJA RIDE TOPICS 一年のはじまりは初詣ライドから!

今年一年の無事安寧、身体健康、交通安全などを祈って、神社をサイクリングでお参りしてはいかがでしょうか。房総には各地に多くの神社が鎮まり、初詣ライドで巡拝するのもまた楽しいサイクリングです。房総神社サイクルライド推進委員会参加の神社なら、参道にサイクルラックも完備。安心してお参りできます。

新しい年、御神気をいただきながら、清々しくスタートしましょう。一昨年から行われているBOSO JINJA RIDE STAMP RALLYも次なる企画が登場するかも!? 乞うご期待!

★房総神社サイクルライド推進委員会ウェブサイト <http://boso-ride.jinja.ne.jp>

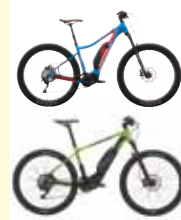
MOPS活動レポート Matsuyoshi Takahashi Olympic Project S

南房総(あわの国)サイクルツーリズム協会会長である高橋松吉監督率いる女子ロードレースチーム「MOPS」北海道を中心に活動する米田選手が大活躍!!



2019年8月 4日	第10回ニセコHANAZONO ヒルクライム大会	米田選手	優勝
2019年9月 7日	ツール・ド・北海道2019	米田選手	優勝
2019年9月22日	第60回札幌市民体育大会 サイクルロードレース	米田選手	優勝

ウェルスポ×サイクル(新) E-BIKEにもう乗ってみたい?!



カモちずかもナビコード 鴨川市総合運動施設 倉E-3 SPKM0011 鴨川市総合運動施設を拠点として、一般社団法人ウェルネススポーツ鴨川(愛称:ウェルスポ)が開展しているレンタサイクルサービスでは、いま話題のE-BIKE(電動アシスト付スポーツ自転車)に乗ることができます。E-BIKEに乗れば、サイクリストでも登りきれない激坂をスイスイと登ることができます。マウンテンバイクタイプなので、タイヤも厚く、安定性も抜群! E-BIKEの威力を体感しながら、いままでにないサイクリングを味わってみませんか?!

●お問合せ 一般社団法人ウェルネススポーツ鴨川 ☎info@wellspo.jp ☎050-5362-4859



B.B.BASE内房号グルメライドルート 距離64.6km 獲得標高510m レベル 中級

- 凡例
- 道の駅
 - トイレ
 - サイクルラック設置神社
 - 駐車場
 - おむつ替え可
 - 国道
 - 県道

サイクルラック設置神社

(房総神社サイクルライド推進委員会)

- 天津神明宮
- 安房神社
- 岩井神社
- 英越山神社
- 洲崎神社
- 遠見岬神社
- 高家神社
- 鶴谷八幡宮
- 龍口神社
- 下松原神社
- 瀧瀬神社
- 國吉神社(いすみ市)

レンタサイクル情報

平群クラブハウス

GIANT社2017/2018モデル 軽量クロスバイク
1日 ¥3,000(税込) 1泊2日 ¥4,500(税込)
以降1日追加ごと ¥1,500(税込)
※ヘルメット・鍵・ライト付
●土・日曜・祝祭日 9:00~16:00
※平日も状況によってはご利用になれます。お問合せください。
ご予約/原則的に貸出日の前日17時までにウェブサイト内のお問合せフォームからご予約ください。
http://minamiboso-cycle-tourism.jp/004_rental.html

お支払/当日現金にてお支払いください。 ※原則的に平群クラブハウスでの貸出・返却となります。

南房総市	シティサイクル 1日 ¥500 電動アシスト付 1日 ¥1,000 乗り捨て ¥1,000
①道の駅富楽里とみやま	9:00~17:00 ☎0470-57-2601
②南房総観光インフォメーションセンター	9:00~17:00 ☎0470-28-5307
③道の駅三芳村部の里	9:00~17:00 ☎0470-36-4116
④ふれあいショップ平砂浦	9:00~17:00 ☎0470-28-3111
⑤白浜フラワーパーク	9:00~16:30 ☎0470-38-3555
⑦道の駅ちくろ潮風王国	9:00~17:00 ☎0470-43-1811
⑧千倉観光案内所	9:00~17:00 ☎0470-44-3581
⑨道の駅ローズマリー公園	9:00~17:00 ☎0470-46-2882
⑩道の駅 和田浦WA-O!	9:00~17:00 ☎0470-47-3100
⑪アロハガーデン館山	9:00~17:00 ☎0470-28-1511

鴨川市チャリ

電動アシスト付(道の駅 鴨川オーシャンパークを除く)
2時間まで ¥500 4時間まで ¥1,000 8時間まで ¥1,500
⑫JR安房鴨川駅前案内所 ☎E-B2 SPKM0032 ☎04-7092-0086
⑬天津小湊観光案内所 ☎E-1 SPAK1002 ☎04-7095-2218
※天候によっては貸出できない場合があります。予めご了承ください。

なまきりや

館山市

電動アシスト付 半日(4時間) ¥500 1日 ¥1,000
台数:10台(全て電動アシスト付・うち1台は子どもが同乗可能な架台付)
⑭渚の駅館山 9:00~16:45 ☎0470-28-5223 (館山市経済観光部みなと課 レンタサイクル窓口)

鋸南町

普通自転車 2時間 ¥400 ※超過料金:1時間につき ¥100
電動自転車 1日 ¥1,000 ※電動自転車は、要・身分証明書
⑮保田観光案内所 9:00~17:00 ☎0470-55-1683
⑯勝山観光案内所 9:00~17:00 ☎0470-55-0115
※保田観光案内所・勝山観光案内所相互での乗り捨てOK

レンタサイクル | ウェルKAMOサイクル

●ラインナップ/プラン

	2時間	4時間	7時間	1泊2日	2泊3日
① E-Bike	¥2,500	¥4,000	¥5,500	¥8,500	¥12,500
② ロードバイク					
④ クロスバイク	¥2,000	¥3,000	¥4,000	¥6,000	¥9,000
⑤ マウンテンバイク					
⑥ バイク乗り換えOKプラン※	¥3,000	¥4,500	¥6,000	¥10,000	¥14,000 (消費税込)

※バイク乗り換えOKプランの場合、貸出時間内にバイクの種類を変えることができます。いろいろなバイクを体験したい方におすすめです。

●貸出・返却時間
平日・土日祝日 貸出 9:00~15:00 ※要事前予約
返却 9:00~17:00

●貸出・返却場所
鴨川市総合運動施設 文化体育館 ウェルネススポーツ鴨川事務所
鴨川市太尾866-1 ☎050-5362-4859

●お申込方法
①電子メール info@wellspo.jp
②お電話 ☎050-5362-4859
※原則的にご利用日7日前までにお申込みください。
直前のお申込の場合はご相談ください。

●お支払い方法 現地で現金支払い ※現在、他の支払い方法も準備中です。

かも春の体験メニュー

里のMUJI みんなの里 鴨川市吉山1696 ☎04-7099-8055
いちご狩り(30分食べ放題)
●期間・料金
2月上旬～2/29 大人4歳以上 ¥900
3/1～3/31 ¥1,600 ¥800
4/1～5/6 ¥1,400 ¥700
●受付時間 9:00～15:30
●休園日 毎週水曜(臨時休園有・要問合せ)
●品種 赤・青
※生育状況により入園制限あり/事前予約不可
フルーツトマト摘み(摘み取り体験)
●期間 2月上旬～5/6
●料金 ¥600(500g/1袋)お持ち帰り超過100g単位 ¥100加算
※年齢制限はありません
●受付時間 9:00～15:30
●休園日 毎週水曜(臨時休園有・要問合せ)
●品種 シンデリースウィート
※生育状況により入園制限あり/事前予約不可
食用菜花摘み(摘み取り体験)
●期間 2月中旬～3月末
●料金 ¥400(1袋約500g)お持ち帰り※おひとり様何袋でも可能
※年齢制限はありません
●受付時間 9:00～15:30
●休園日 雨天時休園(畑がぬかるんでいる場合)
●品種 花かんざし他
※生育状況により摘み取り制限あり
★団体お問合せ 鴨川市農林業体験交流協会 ☎04-7099-8033

鴨川のまちあそびをもっと便利にもっと楽しくするサービス

鴨川レンタサイクル「かもチャリ」貸出所
JR安房鴨川駅前案内所 ☎04-7092-0086 SPKM0032
天津小湊観光案内所 ☎04-7095-2218 SPAK1002
貸出料金 4時間まで... ¥500 8時間まで... ¥500 1日(24時間)まで... ¥1,000 8時間まで... ¥1,000
●観光タクシー(認定ガイド協会)
鴨川タクシー ☎04-7092-1216 1台1時間5,640円～
きょうほタクシー ☎04-7092-2351
南総交通 小湊営業所 ☎0120-052329 KSHO11651
KSHO61113
●お問合せ・お申込み NPO法人鴨川ガイド協会(鴨川市観光プラザ4F) ☎04-7093-2461 ☎04-7093-2462 info@kamogawaguide.net

波の伊八 初代伊八作品所蔵スポット

●寺院や神社は地域の信仰の場です。見学に際しては、その点を十分に配慮ください。
●寺院や神社、関係者の都合により見学できない場合があります。あらかじめご了承ください。

大山寺 飛龍、地蔵 初代・伊八52才作品
鏡忍寺 辨う恵比寿、眠る大黒 初代・伊八30代前半の作品
金乗院 酒仙、二百年の宴 初代・伊八28才作品
吉保八幡神社 吉保の青龍 初代・伊八30代前半の作品
諏訪神社 諏訪大明神の龍 初代・伊八30代前半の作品
薬王院 龍虎の勝負 初代・伊八29才作品
西福寺 波に龍、七福神 初代・伊八26才作品

波の伊八鴨川まちづくり監事事務局 ☎04-7097-1873

民宿リスト

(鴨川エリア) ●民泊長谷川 ●タックリバー ●民泊やまなか ●金家旅館 ●民泊しんかん
(天津・江見エリア) ●民泊浅井 ●高木民泊 ●民泊北条 ●民泊下田屋 ●民泊やし ●わかしお ●まるけん民泊 ●波太屋 ●民泊松葉屋 ●高橋山荘 ●カネナチ水産
(天津小湊エリア) ●金海荘 ●小松民泊 ●民泊藤村浦荘 ●海野の宿すなば ●民泊しんかん ●YADOMIYA ●民泊松田荘 ●太右衛門 ●梅の里
*ご予約・お問い合わせは 各施設に直接お願いいたします。

かもちず 鴨川全域

0km 1km 2km 3km

●立ち寄り湯施設 ●かもチャリ貸出施設 ●サービショップ ●かもナビの案内所 ●津波避難ビル ●ホテル・旅館 ●ペンション ●農家民泊 ●A・I・I 民宿 ●おらが井提供店 ●カモパッチョ提供店 ●鴨川エージョ取扱店 ●カフェ ●サイクルラック設置 ●初詣 ●節分

ハイキング・ウォーキングコース
●ピタミアウォーク http://kamonavi.jp/wt/kz5w
●歴史の小径
●ぼてりん健康ウォーキング http://kamonavi.jp/wt/kz5pw
●関東ふれあいの道 http://kamonavi.jp/wt/kz5kf
●その他
※詳しくはホームページまたはパンフレットをご覧ください。

かもちず 鴨川市街マップカ

●菜な畑ロード P.1
●鴨川市民DAY P.7
●悠遊南 P.6
●ストライダーエンジョイカップ P.1
●前原海水浴場
●湯立神事 P.8
●魚見塚展望台
●波太オルビス P.6
●一場公園
●波太海水浴場
●太海のおとし P.8

ウェルKAMO教室 P.7

●名もなきみせで女将料理と多国籍音楽で祝う新春
名もなきみせ ☎04-7093-1336
●日時 2020年1月25日(土) 開場 12:00 料理 12:30 ライブ 13:30
●参加費 お一人様 ¥4,000円(税込ドリンク別) ※要予約
●アーティスト 松本佳奈 高木丈夫とNoProblems
●予約・お問合せ 名もなきみせ 鴨川市小原1336 ☎070-3351-3138

かもちず 鴨川駅前周辺マップ工

●名もなきみせ P.4
●炭火Barいろは P.6
●旧水田家の桜 P.2
●オルカ菜の蛭村 P.1
●第42回新春はなつき大会 P.8
●フェーマーズショップ かもがわ 花の駅
●カネナチ水産

鴨川市指定津波避難ビル

No.	かもナビコード	名称	階数	避難人数	備註
1	RHAK0003	吉夢	9	SRC	
2	RHAK0002	三水	7	RC	
3	RHAK0006	鴨川ホテル三日月	10	SRC	
4	ZZAK0011	小湊ユーザイハイブ	11	SRC	
5	ZZAK0012	ジョイライフの浦	5	RC	
6	ZZAK0013	ダイハス小湊	12	SRC	
7	RHAK0010	豊明殿	3	RC	
8	RHAK0011	ホテルグリーンプラザ鴨川	4	RC	
9	RHAK0012	宿中屋	5	RC	
10	RHAK0013	鴨川ヒルズリゾートホテル	9	RC	
11	ZZAK0014	極楽区立天津わかしお学校	3	RC	
12	RHAK0014	蓬萊里	3	RC	
13	ZZK00022	介護老人保健施設いよよう	4	RC	
14	GVKM0003	亀田総合病院Kタワー	13	RC	
15	ZZK0024	セレニエ鴨川	15	SRC	
16	ZZK0025	ジェネピア鴨川	15	SRC	
17	RKK0001	鴨川館	8	SRC	
18	RKK0003	かみばの宿鴨川	7	SRC	
19	RHAK0002	シーランドホテル	6	RC	
20	RKK0003	鴨川格蘭ホテル	8	RC	
21	ZZK0026	ブルウーブ鴨川	9	RC	
22	ZZK0027	イオン鴨川店	6	SRC	
23	SHKM0042	文理開成高等学校	6	SRC	
24	ZZK0028	ビューレ鴨川	12	RC	
25	ZZK0029	東洋大学鴨川セミナーハウス	5	RC	
26	ZZK0030	サンライズコースト鴨川	14	SRC	

●なごみ祭 P.8
●新突入トンネル P.6
●おみくじ
●おたけのしめ縄
●おたけのしめ縄
●おたけのしめ縄

かもちず 天津小湊マップア

●おみくじ P.8
●おたけのしめ縄 P.8
●おたけのしめ縄 P.8
●おたけのしめ縄 P.8
●おたけのしめ縄 P.8

かもちず 鴨川市街マップイ

●おみくじ P.8
●おたけのしめ縄 P.8
●おたけのしめ縄 P.8
●おたけのしめ縄 P.8
●おたけのしめ縄 P.8

かもちず 天津小湊マップア

●おみくじ P.8
●おたけのしめ縄 P.8
●おたけのしめ縄 P.8
●おたけのしめ縄 P.8
●おたけのしめ縄 P.8

目の前に海を望む泊まれるレストラン カモちずかもナビコード 波太オルビス ㊦B-6 MIAK0015



天津「中乃見家」で31年間、熟練寿司職人の店主が、景色に惚れ込んだ波太(なぶと)海岸の海辺に洋食シェフの息子と共にオーベルジュとして移転オープン。ランチは和・洋から選択または両方を堪能できる贅沢なセットや、おまかせコース。料理の美味しさに、海をすぐそこに感じるロケーションが相まって、ここでの食事は極上の癒し。長きに掛けてご夫婦が築いた多くのゲストとのご縁、ここに移転するまでの想いや物語も料理の味を引き立てる。みなさんも、波太の風を食べに訪れませんか?

★Orbis(オルビス)|循環、円環の意。いただいたさまざまなご縁をさらにつなげ、ここから環らせる思いを込めて名づけた。



波太オルビス ㊦ランチ 11:00~15:00 (LO 14:00) デイナー ※要予約 18:00~21:30 (LO19:30) 和洋コラボコース ㊦木曜 ㊦鴨川市太海9 ☎04-7094-5550

国道128号実入バイパス カモちずかもナビコード 「新実入トンネル」ついに開通! ㊦D-1 SPAK0040

2017年10月、貫通の祝い式典を行ってから2年…。台風21号の影響で県内にも大雨を降らせた去る2019年10月25日(金)15:00、ついに国道128号実入バイパス(鴨川市天津~内浦)が開通しました!



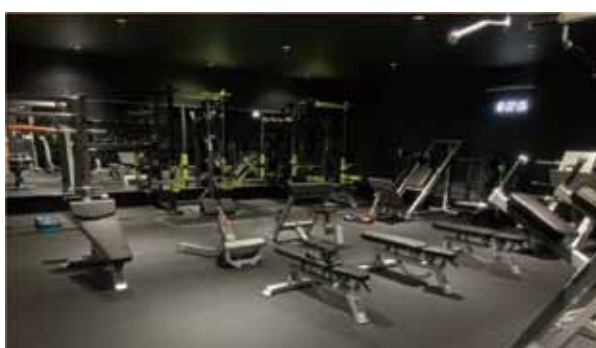
千葉県では、既存の実入トンネルでは困難であった大型車両のすれ違いを可能にし、見通しに配慮し安全で走りやすく、そして災害に強いルートを確認したとのこと。便利になった実入バイパスにたくさんのご利用お待ちしております。

【注意】内浦側出口に信号あり! 交通ルールを守り安全運転で通行を!



新実入トンネル 鴨川市天津~内浦 全長|0.9m 車線数|2車線 ㊦年中無休・24時間 ☎04-7092-1107 (安房土木事務所鴨川出張所)

鴨川初の本格フィットネスジム誕生! カモちずかもナビコード RERISEフィットネスジム ㊦A-4 SHKM0123



鴨川で運動したい人にオススメするのが2019年12月にグランドオープンした鴨川市初のフィットネスジム「RERISE」。代表の米澤さんは、鴨川にジム・フィットネスを広めたいという想いでこのジムを開きました。フロントはホテルのような雰囲気ですが、一歩中に入ると都内の施設にも劣らない設備がそろっていて、24時間営業なので自分の好きな時間に運動できるのが魅力です!仕事が終わったあとや空いている時間に運動してみませんか?入会の際はスタッフが在る時間に店頭でお申込みください。



RERISE フィットネスジム ㊦24時間 年中無休 スタッフ受付 10:00~19:00 ㊦鴨川市横渚 1633-1 ㊦有り ☎04-7007-4366 http://www.rerise24.co.jp

とっておきの 鴨川 ほりだし モノ

温かみのある、ほっとする料理 カモちずかもナビコード 創作味処 悠遊庵 ㊦A-3 KSH01510

2019年4月に長狭街道沿いの店舗から移転。長年にわたりさまざまなジャンルの料理をされてきたマスターの味は何をいただいても間違いのないおいしさです。おすすめのランチは、メインのおかずには必ずお刺身と小鉢、食後にコーヒーが付くという贅沢な定食。週に一度のチャンスを楽しみに足を運ぶお客様も少なくない。週替わりなので毎週火曜をお楽しみに!夜はお酒を飲みながら食事するもよし。温かみがあるほっとするお料理をぜひご賞味ください!



オススメ ランチ定食 ¥860(税込コーヒー付)



創作味処 悠遊庵 ㊦月・火・土・日17:30~21:30 火のみランチ 11:30~13:30 ㊦水~金 ㊦鴨川市滑谷297-1 ☎04-7093-3637

炭火焼きと多種なお酒を楽しめる街道沿いの隠れ家 カモちずかもナビコード 炭火bar(バル)いろは ㊦E-3 FDKM0088

昨年6月に長狭街道沿いに移転した「炭火barいろは」は、広々とした店内や開放感のあるテラス席で、ゆっくり炭火焼きや多種なお酒が楽しめる。またカラオケもあるので職場同僚や友人同士で楽しい時間を過ごせる。オススメは肉や旬野菜の炭火焼きと、七輪を使い自席で調理する「酒の友セット」。その他にチーズ系の女性向けメニューも充実しているため、女子会としての利用も多



い。美味しい料理とお酒に酔いしれてみてはいかが?

★オススメメニュー 炭火串焼き各種 ¥100~(税別) 七輪で焼く!酒の友セット (さきイカ、エイヒレ、フグの一夜干し) ¥1,000(税別) 手づくりホワイトソースの海鮮グラタン ¥700(税別)

炭火bar(バル)いろは ㊦17:30~23:30 (L.O.22:30) ㊦日曜(不定休有) ㊦鴨川市滑谷716-1 ㊦有り ☎04-7096-5163 ㊦有

「炭火barいろは」で検索!

子ども達の喜ぶ顔が見たくて カモちずかもナビコード 洲崎工房焼き芋 ㊦B-4 GDKM0008

秋も深まった土曜の午前。焼き芋の香ばしいにおいに引き寄せられ、続々と大学生や車で通りかかった親子連れが入っていきます。ここは70代~80代の近所に住む2人の川上さんと齋藤さんが昨年からの始めた焼き芋屋さん。きっかけは安房特別支援学校鴨川分教室の子ども達のために始めた畑の貸し出しとさつまいも栽培、焼き芋作り。輝く瞳と笑顔が嬉しくて、より多くの人に届けたいと毎週土曜日にオープンしました。各自の畑で育てた芋を持ち寄り、独自の改良を重ねた2つの釜で作った焼き芋は美味しくて安い。「わいわい賑やかに、釜返りにいいね」と川上さんがおっしゃる通りに、立ち寄った人の心も体も温める憩いの場になっています。



洲崎工房焼き芋 ㊦10月下旬~3月頃の土曜日(雨天を除く) 11:00頃~12:00頃(芋がなくなり次第終了)。のぼり旗1本は本日営業、2本は焼き上がりの合図 ㊦亀田医療大学正門脇 ㊦焼き芋1本¥100



特別寄稿

宇宙の謎の解明に挑む超大型望遠鏡”TMT”

国立天文台 教授 関口 和寛

TMT(Thirty Meter Telescope:30メートル望遠鏡)をご存じですか。日本の国立天文台と、カリフォルニア大学、カリフォルニア工科大学、中国、カナダ、インドが国際協力事業として、2020年代末の完成を目指して米国ハワイ島のマウナケア山頂での建設計画を進めている巨大な望遠鏡です。TMTは、492枚の六角形の小さな鏡を組み合わせて口径30メートルの望遠鏡に相当する光を集めることが出来ます。光を集める能力では、すばる望遠鏡(口径8.2メートル)を約10倍上回ります。さらに、補償光学という技術を使って、ハッブル宇宙望遠鏡の10倍以上の解像力(たとえば、東京から見て大阪に置いたピンポン玉を見分けることが出来る)を得ることを目指しています。

メートルの望遠鏡が、やはりチリに建設される予定です。これらの超巨大望遠鏡は、初期宇宙で星や銀河がどのように誕生したか、太陽系外に見つかっている惑星の環境や大気の組成はどのようになっているのか、等の疑問に答えてくれるものと期待されています。

TMTは、2020年代後半にかけて建設が計画されている超大型光学・赤外線地上望遠鏡の一つです。TMTの他には、ヨーロッパ南天天文台(ESO)が口径39メートル相当(798枚の分割鏡)のE-ELT(欧州超大型望遠鏡)を南米チリに建設を開始しており、米国の大学とカーネギー研究所、等が国際協力事業として、GMT(巨大マゼラン望遠鏡)という、8.4メートルの円形の鏡を7枚組み合わせ、合成有効口径が24.5

TMTは、ハワイ島マウナケア山に建設することが計画されていますが、昨年来、ハワイ人を中心とした望遠鏡建設への抗議活動が激化しており、建設工事を始められない状況が続いています。ハワイ人にとってマウナケア山は神聖な場所であり、巨大望遠鏡の建設は聖地を侵すとして反発が強まっています。マウナケア山は、北半球では最も天体観測に適した場所として、国立天文台のすばる望遠鏡をはじめ、各国の望遠鏡13基があり、これらの望遠鏡の活動にも影響が出ています。「科学の進歩と文化・宗教活動との共存」という課題の、一刻も早い解決が望まれています。

TMTでの観測により、系外惑星の大気に生物による活動の痕跡が見つかるかも知れません。宇宙には、まだまだ私たちの知らない事がたくさんあります。鴨川にも宇宙のロマンを満喫できる天文台が建つといいですね。

鴨川市に天文台をつくらう会

日本全国で公開天文台をもたない唯一の県である千葉県に位置する鴨川市に公開天文台を誘致すべく発足した団体。20年以上にわたって市民向けの観望会を開くなど、天文への啓発活動を地道に展開している。

鴨川豆知識

昭和48年(1973)の若潮国体では、鴨川市でラグビーフットボール競技が行われ、社会体育センターと長狭高校が会場となりました。決勝戦は、秩父宮妃殿下が観覧されました。

2/8(土)~4/12(日) 郷土資料館 企画展 カモちずかもナビコード 国A-1 SPKM0005

皇室ゆかりのモノと場所〜鴨川での軌跡〜

今回の企画展では、平成から新元号に変わったことから、資料館・市史編さんで所蔵している資料を中心に、主基斎田や行幸啓など、皇室に関係する写真や資料、市内でゆかりのある場所を紹介しします。

- 期間 2020年2月8日(土)~4月12日(日)
●場所 鴨川市郷土資料館
●お問合せ ☎04-7093-3800

2/19(水) 鴨川市 いっぺさ! 鴨川シアター

『given』 亀田医療大学ミズキホール カモちずかもナビコード 国A-4 GVKM0006

2月の映画会は「given(ギブン)」です。9月に台風の影響で中止になった作品を上映します。内容は、難病を患う3人の子供と、それぞれの家族の日常にスポットを当てたドキュメンタリー。命と向き合いながら1日1日を大切に生きる家族の姿を通し、本当の幸せとは何かを考えてみませんか。ナレーションはジャズシンガーの綾戸智恵さんです。

- 日時 2020年2月19日(水) ①13:30~ ②18:30~
●場所 亀田医療大学 学生会館4階
●入場無料 申込不要 ※駐車場に限りあり
●お問合せ 亀田医療大学 ☎04-7099-1211

2/11(火祝) 鴨川市 鴨川シーワールド「鴨川市民 DAY」

鴨川シーワールド カモちずかもナビコード 国C-1 SPKM0001

2020年も、鴨川市の市制記念日にちなみ、鴨川市民へ無料開放実施! 鴨川市在住の証明書を全員分提示で園内を満喫することができます。当日のイベント内容等の詳細は、鴨川シーワールド公式ホームページにてご確認ください。大人気のパフォーマンスや水族館、フード、イベントなど盛りだくさんです!

- 開催日 2020年2月11日(火・祝)
●会場 鴨川シーワールド 鴨川市東町1464-18
http://www.kamogawa-seaworld.jp/

2/29(土) 鴨川市 第7回ふるさと星空★観察会 in 清澄

清澄いこいの家 カモちず 国F-2

鴨川市に天文台をつくらう会の方による星空の解説(座学)の後、肉眼や天体望遠鏡で冬の星座や月星雲星団を観察します。スマートフォンやデジタルカメラなどで天体の撮影にチャレンジしますのでぜひお持ちのカメラや三脚などをご持参ください。望遠鏡やカメラがなくても、星や天体に興味があればどなたでもご参加可能です。

- ※冷えた体を温める豚汁と磯部餅のサービスもあり!
●日時 2020年2月29日(土) 17:30~20:00(17:00受付開始)
※荒天中止

Table with 2 columns: Time, Activity. 17:30 観察する星座の解説(座学), 18:00 野外で星を観察, 19:00 休憩&軽食後、観察・撮影, 20:00 解散

- 会場 清澄いこいの家 鴨川市清澄155
●参加費 大人 ¥700 小・中学生 ¥300 乳幼児 無料
●定員 40名(先着順)
●備考 ○曇天の場合には室内で星に関するお話やクイズを実施します。
○防寒対策をしっかりしてご来場ください。
○当日の様子は新聞やSNS等に掲載されることを予めご了承ください。
○お車は市営駐車場にお願いします。(案内看板あり)
●主催・お申込み 清澄癒しの里づくりの会 ☎080-7219-4455 kiyosumi.icoi100@gmail.com
●協力 鴨川市に天文台をつくらう会(株)ほがらか

medi x kame —めでいかめ—(18) 亀田医療大学生発けんきコラム

そのうつ症状、季節性感情障害かも!?

「鴨川の冬は暖かい」とは言っても、気温が低くなり、日照時間も短くなるこの季節は、足腰は冷え、気分も何となく優れない…。みなさんも、心や体が季節に影響を受けることを体験的に感じていませんか?

季節が影響するうつ病があることをご存知ですか。毎年秋から冬にかけて明らかな誘因がないのに抑うつ症状(気分の低下、興味の喪失、集中力低下、疲れやすいなど)が出現し、通常のうつ病とは違って、体重増加を伴った食欲亢進(主に糖質類)と睡眠の増加がある方は、冬季うつ病かもしれません。このような「季節性感情障害」は1980年代から認知され、様々な研究から光や概日リズムと関連があり、光療法が有効と言われています。日常で工夫できそうなこととして、なるべく屋外で太陽光を浴びることや、概日リズムを整えるために年間を通して規則的な起床・就寝時刻を同じにして、平日と休日の起床時間に差をつけないことなどがあります。休日の朝寝坊も幸せな時間ですが、頑張りついても同じ時間で起きてみると変化があるかもしれませんよ。ちょっと試してみてください。

世界へはばたけ! オルカ鴨川FC(17) 4DF 鶴見綾香選手 1994年4月27日生 在籍2年目 25MF 山守杏奈選手 1994年6月8日生 在籍2年目

かがやく! 鴨川人 小川直久さん

小川幸男さん 鴨川ふるさと大使・プロサーファー 郷土愛と大自然への畏敬の念を込め、今日も鴨川の波に乗る。

ウェルスポ通信 新 里のMUJI みんなの里 国C-3 SPNG0002

ウェルKAMO教室でココロもカラダも健康習慣

ウェルネススポーツ鴨川では里のMUJIみんなの里を会場として、2019年よりウェルKAMO教室を開催しています。東洋医学やピラティス、ストレッチなど、さまざまなアプローチから、自分のカラダをチェックし、普段抱えている不安や悩み、痛みなどを解決するためのヒントを得られます。トレーナーも参加者も終始明るい雰囲気でおしゃべりしながら気軽に参加できるので、ココロもすがすがしくなること、間違いなし!参加してしるをためるとなにか良いことがあるかも!?

- 参加無料
●1月の開催予定 1月10日(金)・17日(金)・24日(金) 各日 11:00~
●トレーナー 高橋美樹(ピラティス) 小野幸一(鍼灸師)ほか
★2月以降の予定はウェルネススポーツ鴨川 Facebook をチェック!
f ウェルネススポーツ鴨川 で検索!

一般社団法人ウェルネススポーツ鴨川 2019年3月に設立された、千葉県内でも5例目となる地域スポーツコミッションです。①スポーツ大会・合宿誘致による地域活性化 ②スポーツ施設の有効活用 ③スポーツ文化の創造を3つのテーマに活動を展開しています。日常にスポーツのある新しいライフスタイルを鴨川から発信していきます。

犬猫にも馴染めば思う(9)

はじめに、台風15号と19号、その後の大雨など千葉県全域に甚大な被害をもたらした今回の災害において被災された多くの皆様にお見舞い申し上げます。今回の災害は、これまで災害とは無縁であった千葉県を巻き込んだ衝撃的な出来事であり、私自身も今回のことでのいろいろなことを経験し教訓とさせていただきました。このような災害は今回だけでなく、再び訪れる可能性があることを十分に理解する必要があり、その時、動物と生活している私たちはどうしたらよいかを考えてみたいと思います。動物を飼われている人の関心の一つが「避難」だと思います。今回、千葉県内でペットと同行避難ができた地域は千葉市だけでした。そのため、犬や猫がいるからと避難せず自宅で様子を見ていた方も多くいたと聞きます。確かに動物をおいて自宅を離れるのはとても不安なことですが、一歩間違えれば命に関わる重大な事故につながるのが災害です。目の前に危険が迫ってからはなく、台風など事前に大きな被害が予想される場合はペットホテルや動物病院に相談してみるのもいいと思います。しかし、施設では預かり

1966年、第1回全日本サーフィン選手権大会が行われ、日本サーフィン発祥の地と言われる鴨川市。2019年9月に鴨川ふるさと大使に任命された、小川直久さん・幸男さんは鴨川市出身・在住のプロサーファーである。天津地区で地魚料理店「うおまさ」を営む、長男の能弘さんもサーファーであり、地元ではサーフィンの小川三兄弟としても知られる。今年7~8月に開催される東京五輪ではサーフィンが正式種目として採用され、日本のサーフィン熱も上昇するばかりである。サーファーたちの聖地である鴨川を心から愛し、波に乗り続けてきた2人。自らの技能に決しておごることなく、謙虚な姿勢であり続ける源流には故郷への感謝と、大自然への畏敬の念がある。ビーチクリーンにも精力的に取り組み、さらに昨秋の台風後には復興を願ったサーフィンコンテストを自ら主催した。小川直久さん・幸男さんはこれからも鴨川の海の魅力を日本へ、世界へ発信し続ける。

みんながみんなに やさしいまちづくり プロジェクト ⑥ ユニバーサルデザインとバリアフリー ユニバーサルデザインと似たようなイメージに「バリアフリー」があります。この「バリアフリー」とは、ユニバーサルデザインの「あらかじめ都市や生活環境をデザインすることに対し「今ある不便な所を変える」という概念です。例えば、手すりを付ける、傾斜の急なスロープを緩やかなものに改修する、障害者用トイレに改修、増設などがその一例です。おそらく皆さんには「バリアフリー」という言葉の方が馴染んでいるかと思いますが、このバリアフリーとユニバーサルデザインは、目的が「誰もが使いやすく、生活しやすい環境を作り出す」という点では同じです。国の対策としては、平成6年(1994)に建築物を対象にした「高齢者、身体障害者等が円滑に利用できる特定建築物の建築の促進に関する法律(ハートビル法)」が制定されました。これは不特定多数が利用する2,000㎡以上の建築物に対して定められたものです。(文/鴨川未来倶楽部NEXT)

大切なペットに普段から災害の備えを

頭数に限界があるため、今まで病院やホテルに預けたことのない動物を急に預かることは難しいです。そこでワクチン接種などの予防をしっかりとっておくことや病院やホテルに普段から動物を預けておく準備はしておいた方が望ましいです。また、同行避難が可能となった場合、動物と飼い主とは離れたスペースで生活することになります。そのためケージでの飼育が必要になることから普段からケージに慣れている必要があります。もちろん餌や消耗品の準備は飼い主側がしなければなりません。避難所では必ずしも動物が好きな人ばかりではありませんので鳴き声や臭い等にも気を配る必要があります。今までケージで生活がしたことがない動物を急にケージ飼いはとてもストレスがかかり動物にも負担がかかります。これらのことを踏まえ普段からケージの生活に慣れさせるなどの訓練をしておくに役立ちます。災害は突然襲ってくるものです。動物病院ではしつけ相談を受けているところもありますので災害時に必要なしつけについても一度相談してみてもいいかもしれません。(しめず動物病院 獣医師 清水 篤)

