

# *Nakayoshi Cycle*

*Newsletter*

*October 2020*



## 目次

---

第1回新歓ラン報告	2年 井田
第2回新歓ラン報告	2年 井田
明神祭のご案内	3年 谷岡
11月定サイのお知らせ	2年 西田
11月定サイ(2)のご案内	2年 蓮沼
会長連載第3号	3年 青木
2,500kmの日本縦断夏休み	3年 加賀
編集後記	2年 小野

---

# 第1回新歓ランご報告

2年 井田

## 1.概要

9月19日に第1回新歓ランを開催いたしました。新型コロナウイルスの感染拡大により暫くの間サークル活動を自粛していましたが、この度活動を再開し、春合宿以来およそ半年ぶりにNC公式としてランを開催することができました。感染防止の観点から、新歓ランでは昼食を取ることはせず半日でのラン開催とし、サークル車の貸し出しはラン前日までに済ませて、当日は駒場ではなく現地集合という形になっています。

### 【ルート】

<https://ridewithgps.com/routes/33593696>

和光市駅～(荒川CR)～押上駅

参加者(カッコ内はNCでの学年、敬称略)

1班：井田(2)、植木(1)、金子(1)、井ノ上(2)

2班：林(2)、戸井(1)、加藤(1)、宇佐美(1)、青木(3)

3班：竹内(2)、毛利(1)、中村(1)、武縄(3)

4班：一野瀬(2)、渡邊(1)、藤盛(1)、大越(2)

5班：上杉(2)、杉浦(1)、鈴木(1)、波多野(2)

## 2.当日の流れ

### 9：00 集合

朝9:00に和光市集合となっていたが、担当の筆者は超余裕を持って7:45に到着。ここで大越から「全財産を忘れた」というなんととも豪快なLINEが。大遅刻は免れない状況となり完全に気落ちした彼女は休ませ、一ノ瀬→1班 渡邊→3班 藤盛→5班 に編入してここで4班は解散となった。それでも8:00くらいからだんだんと人が集まりはじめ(自走してきた新入生がちらほらいてかなり素質を感じる)、大きな遅刻もなく9:10には参加者が全員集まった。班ごとに軽い自己紹介とハンドサインの確認を行なって9:30頃から出走した。

### 9：30 和光市駅出発

駅からサイクリングロードまでの県道は狭くて交通量も多く、慣れていない新入生には大変だったかもしれない。時たまでっかいトラックも通って肝を冷やした。

河川敷に入るとスムーズに走れるように。例年と違って秋開催のため一切花が咲いてないのは残念だったが、草野球キッズやサッカーキッズを横目に気持ちよく走れた。5kmくらい走った笹目橋付近でマラソン大会とバッティングしたが、通行止めはなくそのまま走行できた。

昼ごはんがないので、休憩は各班で適宜取る形にした。筆者の班は10kmおきぐらいに休憩。休憩中は水分・エネルギー・そして新入生とコミュニケーションを取る。新入生のうちの1人は高校時代から荒川CRを走るのが趣味だったので、度々あった難易度高めの車止め(写真1)など「荒川は最近サイクリストに厳しい」と嘆いていた。もう1人は自転車に興味を持ち始めたばかりの子で、自転車はいくらくらいするものなのかと聞いてきた。みんな10~15万くらいだったが、I氏に至ってはフルカーボンでその値段という衝撃の事実が発覚。うらやましい限りである。



(写真1)やけに難易度の高い車止め もう少し幅が広くてもいいと思うが…(写真撮り忘れたので<http://fanblogs.jp/aracyclub/archive/231/0> から拝借しました)

荒川を離れて押上駅方面へは一般道を進む。自転車でパトロール中の警察官が後ろについてきたが、さすがは交通法規遵守のなかよしさいくる、何のお咎めもなく1kmくらい走行して別れた。交通量は多かったが新入生も慣れてきており問題なく走行できて、12:00くらいに無事押上駅に到着。2班と5班は既に着いており、残る3班も間も無く到着。集合写真はスカイツリーをバックにとも考えたが、デカすぎて入らんということで諦め、こんな感じに(写真)。全体としてはここで解散とした。解散後は各々好きなように帰路についたが、自走する人が多かった気がする。筆者は林とともに貸し出し組を引率して駒場まで輪行し、サークル車を倉庫に納めて終了となった。



集合写真(撮影:波多野)

### 3.反省点

#### ×マラソン大会とのバッティング

後日調べたところ出てきました。幸い通行規制はなかったですがあったらルート変更は避けられないので、事前に調べておくべきでした。他にも工事などで規制がかかっている可能性もあるので、事前に確認が必要です。

#### ×解散後の段取り

サークル車の返却を当日にするのか後日にするのかが決まっていなかったので新入生をかなり待たせてしまいました。特殊な形態のランではありましたが事前に詳細を詰めておくべきでした。

#### ・現在地の共有

スマココがサービスを終了していました。急遽Google Maps をスクショする形で共有しましたが問題はなかったです。今後はこの形になりそうです。



# 第2回新歓ランご報告

2年 井田

## 1.概要

9月27日に第2回新歓ランを開催しました。例年通り、中央林間駅を出発し、境川サイクリングロードを經由して江ノ島に向かうコースでした。感染防止の観点から、新歓ランでは昼食を取ることはせず半日でのラン開催とし、サークル車の貸し出しはラン前日までに済ませて、当日は駒場ではなく現地集合という形になっています。

### 【ルート】

<https://ridewithgps.com/routes/33593348>

中央林間駅～(境川CR)～江ノ島

参加者(丸数字はNCでの学年、敬称略)

1班：井田②、西村拓①、和田①、青木③

2班：一ノ瀬②、渡邊①、新井①、中村①、西村俊③

3班：林②、坪山①、金武①、岡④

4班：小野②、伊藤①、金子①、武縄③、(上杉②)

5班：波多野②、植木①、小川①、山口④

上杉は当日の検温の結果微熱が確認されたため大事をとって欠席。その後何事もなかったようで安心。また新入生1名が絶起してしまい欠席となった。

## 2.当日の流れ

### 9:00 集合

担当の筆者は8:00に到着して余裕の一番乗り。8:15くらいからぼちぼち人が集まり始め、集合時刻の9:00にはほとんどの人が揃った。しかし、サークル車の調整と乗り方の指導に手間取ってしまい、結局準備が終わったのは9:20ごろになってしまった。班ごとに別れて軽い自己紹介とハンドサインの確認を行なって、9:30頃から順次出発して行った。

### 9:30 中央林間駅出発

我々1班は青木会長のおすすめにより、スタートから8kmほどいったところにある和菓子屋「松塾」を目指すことになった。交通量の多い道もあったが危険なことはなくサイクリングロードへと入る。4月であれば桜が満開で景色が良いとのことだが、残念ながら今は9月末。特段感動する景色ということはなく、淡々と進んでいく。

「松塾」では男気じゃんけん...ということはなく各々が自費で食べたいものを購入した。筆者はどら焼きを購入(写真は撮り忘れ)。ゆっくり食べることができる場所を求めてさらに2kmほど進み、宮久保公園にて休憩。サイクルラックが設置されており格好の休憩場所であったが、みんな目をつけていたのか3つの班が集まってしまった。

続いては飯田牧場へと向かう。最初はこのご時世集まって食うのはどうかという思いもあって筆者は寄る気はなかったが、先ほどの公園で聞いたところ他の班は寄るつものようで、それならばと立ち寄ることにしたのだ。10kmくらい走って到着。ここでも大人しく



飯田牧場名物ジェラート

各自で購入し、ソーシャルディスタンスを保って堪能した。筆者はラムレーズンジェラートを選択。もう10月になろうとしている時期なので正直寒かったが、大変美味しくいただきました。

牧場を出た後はサイクリングロードと狭い国道を淡々と進み、江ノ島へ到着。江ノ島大橋が軽車両も通行可となっていたので気持ちよく走破し、渡り切ってすぐの湘南港北緑地広場で全員集合し記念撮影。班ごと・さらに上級生のみで反省会を行い、ここで解散とした。

### 13:15 江ノ島にて解散

解散後は店内飲食だけ厳禁とし後は自由としたため、江ノ島観光を楽しむ者、片瀬江ノ島駅に行き帰路に着く者、親戚の家に向かう者、来た道を逆走して中央林間駅に向かう者と各自思い思いに過ごしたようである。筆者はお団子を買って軽く観光した後、小野・林とともに15kmほど離れた彼岸花の名所「小出川」に向かった。彼岸花はちょうど見頃となっており、いい感じに堪能できた。その後は前日IKEAで購入した家具を組み立てるため、1人で先に湘南台駅へと向かい帰路に着くこととなった。



集合写真

### 3.反省点

×当日現地でサークル車の高さが合わず、乗り方を教えるのにかなりバタバタした。

→貸出の段階で一度跨がってもらい、高さの確認・乗り方の指導を行うべきでした。現地よりキャンプ前の方が人が少なく安全ですし、時間的余裕もありました。

×輪行解除場所が悪かった

→なるべく広い壁沿いのスペースでやりましょう。

×信号で止まるか行くかの判断が遅い

→自転車は車両なので、交差点では手前の停止線で止まる必要があります。迷ったら止まるようにした方がよかったです。



彼岸花は満開

## 明神祭のご案内

3年 谷岡良紀

こんにちは、NC3年の谷岡です。今年度の明神祭のご案内です。

### 【概要】

開催予定日: 11月1日(日)

集合: 8:00 熱海駅

コース: 熱海駅→熱海峠☆→元箱根→仙石原→御殿場→足柄峠☆→駿河小山→明神・三国峠☆→道志みち→橋本

コースのリンク: <https://ridewithgps.com/routes/34406354>

距離: 143.7km

獲得標高: 上昇 3108m 下降 3033m

### 【紹介】

明神祭は秋の特訓ラン・ゆとりランと呼ばれている(?), 登り多めのイベントです。今年はサークルの活動を自粛していたこともあり不完全燃焼の方がいらっしゃるかと思いますが、是非本ランに参加してそのエネルギーを存分に発揮して頂けたらと思います。

### 【参加表明】

以下のフォームから参加表明できます。期限は

[10月31日 22:00]

とします。回答はお早めに。

<https://forms.gle/jQ6yNnYNhxGiWbhh9>

※尚、このイベントでは新入生へのロードバイクの貸し出しは行っておりません。ご自分のロードバイクでご参加ください。

### 【注意事項】

スケジュールの都合上、明神峠を過ぎたあたりから日没を迎える可能性が高く、またその後のダウンヒルでは真冬の東京並の体感温度を下回ることが予想されるため、

①十分明るいライト(200ルーメン以上)

②上下防寒着

の持参を忘れないようにお願いします。

### 【その他質問など】

[tappy2934@gmail.com](mailto:tappy2934@gmail.com)

までご連絡ください。

## 11 月定サイのお知らせ

11 月定サイ担当の NC2 年西田です。

11 月定サイでは久里浜～三崎～逗子～鎌倉に行きます。

1 年生にとっては距離が長めかもしれませんが、自転車に思う存分乗れると思います。自転車のあれこれについて全て私たちがレクチャーするので、初めての方も安心してお越しください！

### ～日時～

開催日：11 月 3 日（火祝）

集合：9:30 久里浜駅

解散：17:00 鎌倉駅（予定）

### ～ルート～

横須賀～三崎～逗子～鎌倉（50km）

（城ヶ島にも行きたいですね）

<https://ridewithgps.com/routes/34450877>

### ～見どころ・スポット～

- ・城ヶ島
- ・長者ヶ崎
- ・森戸大明神
- ・鎌倉

### ～参加表明～

<https://forms.gle/2Qsaawu9vRPwmnrm7>

期限：

- ・サークル車を借りる新入生（先着順） 10/26（月） 24:00
- ・それ以外 11/1（日） 24:00

とします。

ご参加をお待ちしております！！



## 11月定サイ(2)のご案内

NC2年 蓮沼恒太

NCの皆様、2回目の11月定サイ担当の蓮沼です。今年は新型コロナにより新歓期が大幅にずれ、サークル活動も満足にできなかったため、11月に定サイを2回開催いたします。皆様の参加を心よりお待ちしております。

### 【概要】

開催日：11月28日(土)(雨天中止)

集合：10:00 拝島駅

ルート：拝島駅～多摩川駅～蒲田駅

(リンク <https://www.bikemap.net/en/r/7667925/#12.67/35.56326/139.70343>)

### 【参加表明】

以下のフォームよりお願いいたします。期限は11月25日となります。

<https://forms.gle/4teVbJHBcpvkJZcq7>

よろしくお願ひいたします。

# Google マップで現在地を共有する方法

3 年 青木

## 0. はじめに

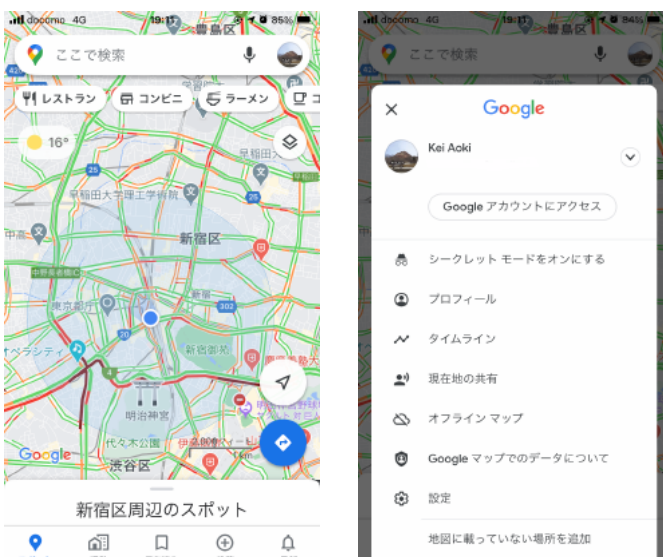
ここ数年、なかよしさいくるの活動は「スマココ」に支えられてきました。位置情報をリアルタイムに共有できるこのアプリによって、私たちのランはより安全・快適なものとなりました。しかしながら、去る 6 月 28 日、スマココは静かに息を引き取りました。

今回の会長連載では、Google マップを利用したリアルタイム位置情報共有の方法を解説します。ガチで役立つ記事を初めて書くので緊張しています。

## 1. 本題

まずは手元に自分のスマホを用意し、Google マップを開いてください。Google マップをインストールしていない人はしてください。

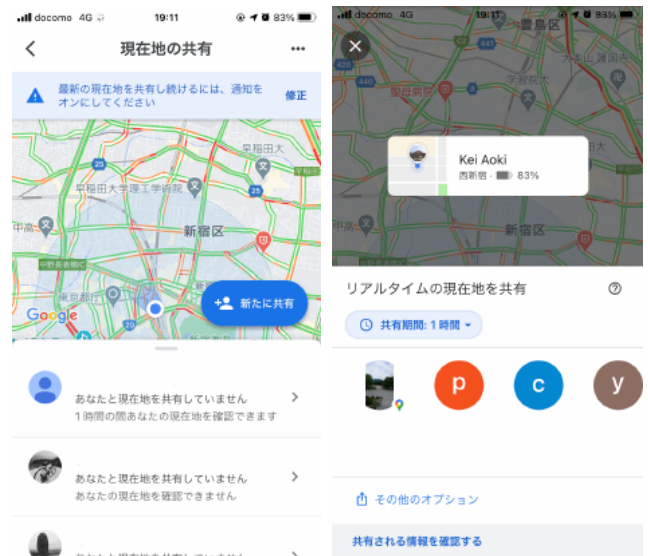
左のような画面が表示されると思います。右上に自分の Google アカウントのアイコンが表示されているので、そこをタップしてください。



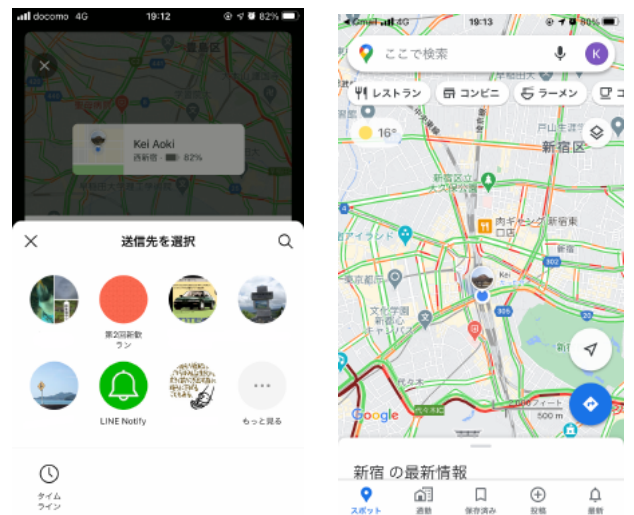
メニューが表示されましたね。ここで、「現在地の共有」をタップします。

## 2. おわりに

これでみなさんもスマココの軛から脱することができたはずです。Google マップと共に、これからも自転車を楽しんでいきましょう。



左のような画面が表示されるはずです。「新たに共有」をタップすると、右の画面に移ります。このままだと 1 時間で共有がストップしてしまうので、共有時間：1 時間と書かれた部分をタップして、適当に時間を設定しましょう。



時間を設定したら、下の「その他のオプション」から「LINE」を選択し、共有したいグループを選んでリンクを送信しましょう。これで設定は完了です。他の人のマップ画面には、右のように自分のアイコンが現在地に追加されるはずですが、

## 2, 500km の日本縦断夏休み

3 年 加賀琢巳

そろそろ NC 民と走りたいなあ、と呆けているうちに秋も終わりそうで悲しい加賀です。このままだと一生後輩と仲良くなれないのではないかと、とこれまた悲しく思っています。

高校生で自転車に乗り始めた当初からの野望だった、日本一周。時間も体力もある大学生のうちにやりたいなあ、と漠然と思っていましたが、やるならこの夏休みしかなかろう。と思いついたのが、試験勉強に嫌気がさしてきた7月の半ば。コロナ禍も安定し、新しい生活様式の違和感も消えてきた頃だったでしょうか。

某コロナの影響で夏休みが短縮され、時間も金も潤沢にない、ということで計画当初から日本一週は諦め、日本縦断。テーマは「爆速」となりました。

受験生時代のような生活に勤しむ試験期間も終盤に差し掛ると、人生について考えるようになり(唐突)、半ばヤケクソな気持ちで1週間後の鹿児島行き航空券を予約しました。法学部砂漠の膨大な試験に加え、周囲が資格試験、公務員試験、就活に精を出すプレッシャーが追い打ちをかけるこの時期は、人生について考えるものです。完全に現実逃避の放浪旅です。18日分ルートを書いて、下調べする気力も到底湧かないので、未踏の宮崎を踏破し四国山地を攻略して日本海側を北上しよう、程度のプランニングでした。

試験からの開放感に浸り、機材や装備を整えていると5日間はあっという間に過ぎるので、前日に至ります。天気予報は曇りから遂に雨へ変わり、台風情報がニュースを賑わせています。九州地方は、出発日を中心に荒天模様でした。

「まあもともと、日本海側ルートを想定していたので北上がいいかな、風向きもそちらの方がいい気がするし」程度の動機だったこともあり、スケジュールには影響しなさそうだったので、出発前日に最北端をスタートすることに決めました。サイクリングは天候が8割です(持論)。

自転車旅の自由さであり、ひとり旅の身勝手さといったところでしょうか。この選択が正解だったかどうかは下のストラバ日記でお確かめください。まあなるようになるってことです。

流石に18日間のライドを記事にするのはなあ…と思っていた矢先、先号の大熊さんの記事を見かけ、インスピレーションを受けた(大嘘:丸パクリです)ので作成してみました。よければ秋の夜長のお供にどうぞ。

2020/8/26/S 宗谷岬-9/11/G 佐多岬 日本縦断

D1 稚内空港～宗谷岬～稚内 66.6km

<https://www.strava.com/activities/3967185241>

D2 稚内～札幌 324.1km

<https://www.strava.com/activities/3973005997>

D3 札幌～ニセコ 120.1km

<https://www.strava.com/activities/3976417954>

D4 ニセコ～函館港 177.2km

<https://www.strava.com/activities/3980557089>

D5 荒天のため休養日（青森市内） 0km

D6 青森～秋田 218.4km

<https://www.strava.com/activities/3990470458>

D7 秋田～村上 203.3km

<https://www.strava.com/activities/3995139197>

D8 村上～上越 205.4km

<https://www.strava.com/activities/4000336113>

D9 上越～富山 118.0km

<https://www.strava.com/activities/4004421995>

D10 富山～金沢 92.3km

<https://www.strava.com/activities/4008528734>

D11 金沢～敦賀 159.6km

<https://www.strava.com/activities/4013856540>

D12 敦賀～神戸港 176.7km

<https://www.strava.com/activities/4019235972>

D13 高松港～丸亀（暴風のため休養日）50.8km

<https://www.strava.com/activities/4024044536>

D14 丸亀～今治 148.1km

<https://www.strava.com/activities/4029136785>

D15 今治～八幡浜港 118.4km

<https://www.strava.com/activities/4033024918>

D16(?) 臼杵港～宮崎 182.0km

<https://www.strava.com/activities/4036975253>

D17 宮崎～佐多岬 167.4km

<https://www.strava.com/activities/4042958845>

D17 番外編 佐多岬～鹿屋 63.5km

<https://www.strava.com/activities/4043723038>



D18 鹿屋～鹿児島空港 75.7km

<https://www.strava.com/activities/4047094625>

## 後記

ストラバ計測なのでちょっとガバガバかもしれませんが（流石にサイコンが欲しくなった）。

最後の最後まで台風に悩まされた旅でした。コロナの影響で期末試験が8月中旬に伸び、出発が8月26日までずれ込んだのが、最も大きな原因です。稚内のゲストハウスで一緒になったタメのサイクリストは、お盆前に佐多岬を出発して15日で宗谷岬ゴールし、道中一度も雨に降られなかったと話していました。俺もそれがやりたかったー。ただ尋常ではない暑さの問題もありそうですが。台風の季節を外すなら梅雨明けですぐ、8月頭からですね。参考にどうぞ（）

何はともあれ、18日間とても楽しかったです。ただひとり旅の醍醐味は1週間くらいで消えました。

快活に半分くらい泊まったのですが、シャワー無料、飲み物が無料、パソコン使用可能とアドが大きいですね。夏なので個室かつ貸出しのブランケットで十分すぎるくらい寝られますし。時間ごとのパック料金なので、寝坊に対するプレッシャーもあって良いです。

ただ誰とも喋らないので、本当に一日誰とも喋らずに済んでしまう危険性があります。気付いた日には少しゾッとしました。コロナ禍では逆に安心ですか？そうですか…。それでも大浴場で見ず知らずの同宿人だったり旅館の女将さんだったり話す瞬間が、旅の醍醐味だと思いますけどねえ。

日本縦断こそしてみたものの、爆速で通過してきたので、常に、今度はあそこに行きたいなあ、と思いながら走っていました。「行きたいところが増える旅」でした。

まだ日本各地隅々まで行き足りないところばかりなので、あと大学生でいる（はずの）1年半でどこまで行けるのか、楽しみです。

（おわり）



## 編集後記

2年 小野智裕

NC2年編集・広報担当の小野です。記事を書いていただいた皆様にはこの場でお礼申し上げます。来月は定サイが月初と月末の2回行われるなど色々変則的で、ランのお知らせの記事がHPに載ってからラン当日までの間隔がとても短くなってしまっております。11月末定サイのお知らせの記事は、出来次第この10月号会報に追加するという形を取ります。

さて、9、10月にかけて行いました4回の新歓ランも無事終了しました。(内1回は雨で流れてしまいましたが)参加していただいた新入生の皆様、上級生の皆様、執行代の方々、ありがとうございました。最初は半日のランで行うなど手探りしながらの開催でした。店内飲食や合宿などは当面は難しいでしょうが、まずは数日後の定サイからは全日で行っていきます。出来るかどうか予測はつきませんが、せめて3月には宿泊を伴うランも再開したいものです。

コロナウイルスの影響もありますが、今年は全体的にランの参加者が少ないように感じます。例年に比べて学校の課題なども増加傾向にあるようですし、実際私も土日は学校の課題を黙々とこなしております。いずれにせよ、オンライン化が続くにつれて、そして寒くなるにつれて生身の人との関わりは減っていきそうです。そこで、丁度いい季

節ですし誘い合っただけでも紅葉も見に行くのはいかがでしょうか。私も先日、個人ランと称して同期と日光へ行ってきました。講義で家に籠りきりだったので、とても爽快な気分になりました。因みに、この会報の表紙写真はその時に撮ったものです。私はあまり紅葉の名所には詳しくありませんが、自転車で行くのに良さそうな場所を2つ紹介したいと思います。まずは奥多摩。JR 青梅線または R411 でアクセスできます。奥多摩湖(源流ではありませんが)から流れ出す多摩川が溪谷となっており、御岳溪谷と鳩ノ巣溪谷は有名です。小河内ダムまで足を伸ばしても良いでしょう。この地域はそろそろ見ごろで、11月の3週目ぐらいまでは残っているようです。次は丹沢湖。場所はヤビツ峠の少し西です。私は行ったことがありませんが、去年先輩方が行かれており、写真を見てとても良いと思いました。ユースン溪谷にも行けたら良いのですが、残念ながら道が通行止めになっています。まだ色づき始めで、来月上旬から下旬が見頃だそうです。