

目次 (敬称略)

| | | |
|------------|-------|----|
| ひとりで霞ヶ浦一周 | 2年 蓼沼 | 3 |
| <hr/> | | |
| 9月北海道合宿報告 | 2年 山下 | 6 |
| <hr/> | | |
| 駒代連載第1回 | 2年 石黒 | 16 |
| <hr/> | | |
| 明神祭告知 | 4年 戸井 | 21 |
| <hr/> | | |
| 編集後記・『轍』告知 | 2年 蓼沼 | 23 |
| <hr/> | | |

ひとりで霞ヶ浦一周した話

2年 蓼沼 和希

こんにちは。毎度お世話になっておりますなかよしさいくる広報の蓼沼です。みなさまいかがお過ごしでしょうか。今回は「灼熱の太陽のもとひとりで霞ヶ浦を一周する」という無茶な話をします。

まずは手短かに霞ヶ浦の紹介から。霞ヶ浦は言わずと知れた日本で2番目に大きな湖で、整備されたサイクリングコースがあって走りやすいです（パンクした時に直してくれるところが街中に比べて少ないのは困ったものですが）。外周は124kmですが、下の地図でも書いたように霞ヶ浦大橋という橋でショートカットできます。その場合の外周は約90kmです。



▲ 本当は、普段「霞ヶ浦」と呼んでいる「西浦」や、右の「北浦」とかをひっくるめて「霞ヶ浦」なんだけどね。まあ、細かいことは気にせずに...

最大都市・土浦を起点として、霞ヶ浦外周コースだけでなく、筑波山方面にもコースがあり、二つ合わせて「つくば・霞ヶ浦りんりんロード」と呼ばれています。土浦は「自転車のまち」を謳っていて、駅にはレンタルサイクルショップなどがあり、初心者には最適なスポットです。

さて、宣伝めいたことを言ってしまいましたが、今回の旅の話でもしましょう。

9:30 土浦

8月29日の朝。まだ9時台だといふのになかなか暑いです。土浦に到着しました。港町らしい風情のある感じで、私は個人的に好きです。お茶と薄皮パンをコンビニで買って、南下し始めました。

しばらく走ると、霞ヶ浦総合公園の大きな風車が見えてきます、が今回は素通り。しばらくすると隣の阿見（あみ）町のまちなみの中を走っていきます。



私は立ち寄りなかったのですが、旧日本海軍の航空学校の跡地である「予科練平和記念館」など、いくつか観光できる場所があります。さらに進むと、ひたすられんこん畑。広々として清々しい景色の中を走っていきます。



12:00 稲敷

お昼ご飯はコンビニで麻婆豆腐を食べました。霞ヶ浦あるあるなのですが、あまり湖畔は飲食店には恵まれていません。もし霞ヶ浦に行きたいと思ったら、飲食店の目星をつけておくことをお勧めします。それがわかっていて何も目星をつけなかったバカがここにいます。



少し休んだところで出発します。途中で島が湖に浮いているような風景に出会うこととなります。それもそのはずその一帯は「浮島湿原」とよばれる元々島だったところらしいです。ここだけ風景が一変して一面の葦原となっています。歌枕として有名で、野鳥がよく見られるそうです。どんな風景かは来てからの楽しみ。

13:00 潮来（霞ヶ浦の東端）

浮島湿原にかかる橋を渡ると、サイクリングロードも少し広くなって、開放感に満ちた気持ちになります。そして潮来（いたこ）市に入ると大きな橋が見えてきます。ここが折り返しです。ずっとサイクリングロードを走っているのは飽きませんか。そんな時は少し下道にも足を踏み入れてみましょう（車が走っているので注意が必要ですが）。潮来や行方の街並みが見



えてきます。行方と書いて「なめがた」と読みます。この辺り難しい地名が多いですね。



それにしても暑いですね。この日はだいたい35度くらいになっていました（**こういう日は走らない方が賢明です!**）。コンビニを見つけて駆け込み、アイスを吸うことにしました。

14:20 霞ヶ浦大橋

そしてしばらくすると大きな橋と高い塔（何の塔なんだろう）を見ることとなります。この霞ヶ浦大橋でショートカットすることができますが、素通りしました。小美玉（おみたま）市に入ると、またれんこん畑が広がっています。「なんか霞ヶ浦周辺ってれんこん畑多いな」と思ったそこのあなた、鋭いです。茨城県のれんこんの生産量は日本一で、その多くが霞ヶ浦周辺で育てられています。



ここまでかなりの距離走ってきたので、だいぶバテてきました。そんな時はパンでもつまみながら湖畔に座ってぼーっとしましょう。何も考えずにぼーっとするのはです。いいリフレッシュになるはずです。



すこしずつ日が沈み始めて、少しずつゴールが近づいてきました。遥か遠くには筑波山や牛久大仏が見えてきます。そして目線の先にあるビルが集中している場所。あそこがゴールの土浦市街地です。



17:50 土浦到着

いかがだったでしょうか。めちゃくちゃ暑かったのはアレですが、それでもとても楽しいサイクリングになりました。色々書いてきましたが、これは霞ヶ浦のほんの一部です。みなさんも霞ヶ浦を走ってみれば、色々な発見があるはずです。

以前北浦を通ったとき、すごくいい雰囲気だったので、今度は北浦一周とかしてみたいですね。また土浦から筑波山方面にもサイクリングロードがあるので、いずれ書こうと思います。今回も最後までお読みいただきありがとうございました。それではまた!

北海道合宿報告

合宿係の山下です。この度、数年ぶりに夏の北海道合宿を開催しましたので、その報告を行いたいと思います。

実施日：9/8 - 9/11

ルート：

- ・1日目 - 新千歳空港→苫小牧→登別
- ・2日目 - 登別→室蘭→洞爺湖
- ・3日目 - 洞爺湖→ルスツ→倶知安
- ・4日目 - 倶知安→余市→小樽

参加者（敬称略）：

- ・(2年) 山下、蓼沼、石黒
- ・(3年) 東
- ・(4年) 植木、戸井

1日目

天気：曇り

集合場所は新千歳空港の車寄せロビー。私は前日に大洗からのフェリーで苫小牧へと渡り、千歳市内のホテルで前泊しました。当日の関東地方は大雨だったようで当日着の人達が心配されましたが、大した遅れは無く、10:30 ごろには空港を出発できました。無事飛行機が飛んでくれて何よりです。

新千歳空港から南下し、苫小牧へ向かいます。ここで驚いたのが北海道の路側帯の広さ。どうやら降雪時に雪を置くスペースとして広く取ってあるようで、とても快適に走れました。トラックに横切られても全く怖くないのは、大通りを走る際は本当に助かりました。



30km 近く走るとそこはもう（昨日訪れた）苫小牧の市街地です。ここで、当日のフェリーでいらした先輩2人と合流し、無事に全員が北海道の地で揃いました。ちょうど昼飯時と言う事もあり、港近くの海鮮市場でお昼を頂きました。私が注文したのはほっき貝のカレー。プリプリでとても美味しかったです。



休憩を終えると、国道 36 号をひたすら南下。とにかく真っ直ぐで広い一本道で、これぞ北海道と言ったところでしょうか。1 時間ほど走った所で白老町に到着。ここでアイヌ民族の文化と歴史について学べる「ウポポイ」を見学しました。国立アイヌ民族博物館や、伝統的な口琴の実演などを見る事ができました。想像していたものより遥かに充実した空間で、1 時間ではとても周り切る事はできなかったです。次に来る際は半日ほどは開けて訪れたいものです。

白老から更に 15km ほど走ると、宿泊地の登別市に到着。ここから地獄谷へ上がっていく案もあったのですが、帰りのダウンヒルが暗く危ないだろうと言う結論に至りました。夕食には、近くのスーパーで買ったジンギスカンとマスを焼いて食べました。

2 日目

天気：雨

この日は前日行けなかった地獄谷への上り坂から始まりました。とは言え、たったの 8km で 300m 程度の登りであり、軽い目覚まし程度だったかと思います。硫黄によって彩られた地獄谷は流石に圧巻であり、朝早く起きた甲斐がありました。なお、年少組 4 人はそのまま近くの日帰り温泉で朝湯を堪能しましたが、帰りのダウンヒルで土砂降りに見舞われました。



朝食を済ませて宿を出発すると、再び 36 号線沿いに室蘭へ。小雨に降られましたが、昼頃には室蘭付近へたどり着き、そこから地球岬へと登っていきます。地球岬付近の道はこの合宿で最も勾配がキツく、道自体もあまり良いものではありませんでした。おまけに地球岬自体は完全に霧に覆われており、海すら見えない始末。仕方なく、駐車場にある屋台で暖をとりました。

その後、白鳥大橋の麓の道の駅で名物・カレーラーメンを食べ、室蘭駅へと戻ります。雨に降られ続け体力的にも精神的にも疲弊していた事もあり、輪行を決意。東室蘭駅から特急北斗へと乗り継ぎ、伊達紋別で降りて輪行解除しました。(因みに輪行しなかった場合、おそらくですがこの日の行程は 100km を越えていました。計画ミスですね。)



さて、伊達紋別に着くと、雨は収まっていて道もすっかり乾いていました。おかげで皆の士気も復活し、軽やかな調子で内陸部へと走って行きます。再び 200m 程度の登りをこなすと、昭和新山の麓へ到着しました。ここで最後の休憩を挟んだ後、洞爺湖へと降りて湖畔を走りました。湖畔の道は比較的平坦で車通りも少なく、木々に隠れて涼しかった事もありとても走りやすかったです。最後は皆爆速で走っていました。

この日は湖から少し上がった場所にあるロッジのような宿に泊まりました。景色が非常に良く、洞爺湖が見渡せる中々良い所でした。

3 日目

天気：晴れ

この日は目的地までの距離が近いと言う事から、少々回り道をする事にしました。湖畔の道を少し戻り、湖畔からカルデラの淵まで上がっていく道を登ります。2 日連続での朝からのアップヒルではありましたが、この日は天気が良く、景色と相まってとても気持ち良かったです。

300m ほど登り、着いたのはサイロ展望台。名前にもあるサイロがトレードマークのようです。

ここは景色が圧巻で、前方に広がる洞爺湖はもちろんの事ながら、後方の羊蹄山一带の風景も楽しめる、一石二鳥の展望台でした。



休憩を終え、洞爺湖から内陸へと進んでいきます。昨日とは違い、すっかり晴れた天の下で広大な平野を走るのはとても気持ちの良いものでした。多少のアップダウンの末にルスツ（留寿都）へ到着し、近くの道の駅でピザを食べました。こちら一带はニセコを中心にスキーリゾートとして海外の観光客から人気のようです。（物の値段もそれを反映してか少々お高いような気がしなくもありませんでした。）



ルスツからは下り基調。真狩村を通過し、いよいよ羊蹄山の麓へとさしかかりました。羊蹄山は蝦夷富士とも呼ばれ、どこから見ても姿が変わらない美しい形をしています。その羊蹄山の麓を旋回するように走り、ニセコへと向かいます。

ニセコの手前で左に折れ、砂利道に間違えて入ってしまうアクシデントもありましたが、目的地にしていたダチョウ牧場へとたどり着きます。ダチョウは動きや表情がどこかシュールであり、「可愛くはないが、面白い」と言う誰かの評が一番的を射ていました。牧場ではダチョウの卵を使ったお菓子やダチョウの殻をお土産として売っていました。



ニセコからは多少の登りを経て倶知安へと走ります。泊まった宿はカプセルホテルに近いホテルでした。とても清潔でしたがエアコンがなかった為、4人部屋の匂いが物凄いいことになってしまいました。夜は味噌ラーメンを頂きました。



4日目

天気：晴れ

この日は朝早くに倶知安を出発。国道5号沿いに小樽を目指します。まず手始めとばかりに峠を一つ超え、共和村へ。ここで、積丹半島を回りたいと言う先輩1人とお別れしました。更に400m程度の峠を越えたあたりで、まだ朝の10時過ぎ。地図上ではキツさが読みづらい田舎の峠道で警戒していたのですが、案外あっさりと越えられました。その後は下り基調の道を進んで行き、余市のコンビニで休憩を挟みました。



この余市ですが、酒好きの人には有名なウイスキーの街。ニッカの工場と博物館があるという事で、拝見する事にしました。ミュージアムではウイスキー作りにおけるこだわりや創業者・竹鶴政孝の人生について知ることが出来、とても満足度が高かったです。試飲は無論できませんでしたが、自転車以外で来た時は是非してみたいです。

余市で海鮮定食を食べた後、再び国道5号沿いに小樽へ最後の行程を走ります。海沿いではありませんがアップダウンが多く、意外に苦戦してしまいました。それでも、2時過ぎには小樽に到着。ここで解散とし、観光する人、駅に向かう人、毛無峠近くの展望台へと登る人に別れました。私は博物館に入り、コメダで少し休憩した後に毛無峠に挑戦しました。最初の方は勾配がキツク大変でしたが、後半は一本調子なヘアピンで寧ろ登りやすかった印象です。その後は小樽市内の温泉に浸かり、輪行で札幌へと帰りました。



以上が、4日間の合宿のあらましになります。私を始め多くの現役生にとって初めての北海道ランでしたが、期待していた以上に北海道の広大さを味わう事ができました。今回は来られなかった後輩達にも、是非北海道で走ってみてほしいと思います。何より、(ツール・ド・北海道の件もあり) 1人も怪我人を出さず事無く合宿を終えられた事を喜ばしく思います。



反省点：

- ・1 日目に、隊列の止め方の指示がまずく後方の車両と衝突する事故が起きかけた。隊列を止める時ははっきりと早めに。そして、徒労を怖がらない事を意識する。
- ・道路右側の店に入る時の注意点。自分も行けても後ろの人が行けるとは限らないので、ひとまず隊列を停めて、各自の判断で渡ってもらう。
- ・白鳥大橋を渡る想定で計画を立てていたが、白鳥大橋は自転車での通行が不可能だった。橋やトンネルは自転車で通行可能か調べておく。
- ・雨具はちゃんと持って行く。これからの季節は致命的になりかねないので、気を付ける。

駒代連載 第一回

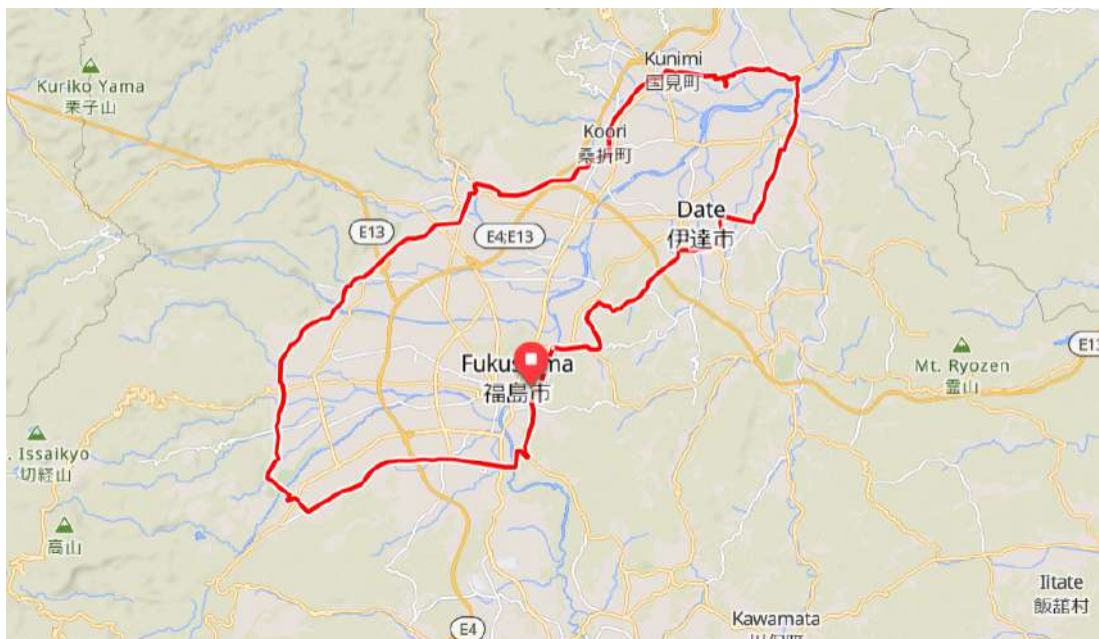
二年 石黒勇樹

1. はじめに

みなさんこんにちは。駒代の石黒勇樹です。駒代連載、ずっとやらなきゃとは思っていたのですが放置してしまってすみません。書くことも決まっていなかったのですが、夏休みに帰省したときにサイクリングをして自転車に乗り始めた時のことを思い出して、これだ！と思ったので書き始めます。地元の福島でのサイクリングの様子を皆さんにお届けしていきます！！

2. 概要

今回は福島盆地を一周するコースを走ります。ルートはこんな感じ。一周70kmほどで、福島市、伊達市、桑折町、国見町を通ります。盆地内はほとんど坂がないので平地を気持ちよく走るのが好きな僕には結構いい環境だなと思います。



3. 福島市編～その①～

いざ出発！と思ったときにどこからか聞こえてくる雷の音。雨雲レーダーを見ると伊達の方がかなりヤバそう。というかヤバいのが実際に見えた。



画像真ん中のモヤっとしたところは全部雨ですよ
まるで天気の子

盆地南部は雲もなく晴れの予報だったので予定通り出発！家の近くはよくないということで、一応この阿武隈川にかかる渡利大橋をスタート地点ということにします。



盆地内部を走るといったものの思い付きでちょっと坂を駆け上がります。盆地を見渡せるいい景色が見える…と思いきやそんなでもなかった。



国道 114 号から見える福島盆地南部
南の方は結構いい天気でした

今、盆地の南東の端にるので、ここから西に向かって 10km ぐらいひたすら走ります。ここで正面に見えるのが吾妻(あづま)山。福島市内の学校の校歌にだいたい入ってる山です。磐梯吾妻スカイラインはヒルクライムで来る人も多いですね。



実際は雲に隠れてほとんど吾妻山は見えませんでした…

そしてここから先 4km ほど 2% ぐらいの地味～～な上りが続いて地味～～に
疲れます。盆地内で傾斜を感じるのはここぐらいかな？

そして南西の端の四季の里に到着！営業してるはずが人が見当たらずに休み
かと怖くなりましたが、ちゃんと係員はいる…まあ九月の平日昼間ならそんな
もんか。そんなわけで中に入ってジェラートを食べる休憩。



見渡す限りの草

混んでいるときは家族連れでいっぱい



バニラアイス

結構おいしい

ここからは盆地の西側をひたすら北上します。福島市西部は果物が多く生産されています。季節は桃が終わって梨が収穫直前って感じでした。写真は、、、撮り忘れしました。もったいない。

4. おわり

今日はここまでとします(締め切りを大幅に過ぎてるので)。次回は福島市随一の観光地、飯坂温泉に行きます。福島市って、観光資源少ないんだよなあ…

明神祭のご案内

なかよしさいくるの皆さま

こんにちは。NC4年の戸井です。

今年度も明神祭を開催します。東京オリンピックのロードレースでも使われた明神峠を目指して走ります。ぜひご参加ください！

【概要】

開催日：11月12日(日) (予備日：11/19 (日))

集合：8:00 熱海駅

コース：

熱海駅

→**熱海・十国峠** ↗△

→芦ノ湖

→仙石原

→**はこね金太郎ライン** ↗△↘

→**足柄峠** ↗△↘

→駿河小山

→**明神・三国峠** ↗△↘

→山中湖

→道志みち △↘

→橋本

コースのリンク：<https://ridewithgps.com/routes/44487500>

距離：134.2km

獲得標高：上昇3231m 下降3155m

【紹介】

明神祭は、夏の上日川祭と並んで峠づくしのイベントになっています。秋の特訓ランとも呼ばれるこのランで、ヒルクライムの練習をしたい方や、上日川祭や後閑杯などでヒルクライムの魅力に気づいてしまった方に、存分に走って頂きたいと思います。天気がよければ富士山もよく見えます。

【参加表明】

以下のフォームから参加表明できます。

<https://forms.gle/HU8CnR6wYRriVC799>

期限は**11月11日 23:00**です。回答はお早めをお願いします。

途中から・途中までの参加も可能です。その場合はフォームの備考欄をお願いします。

【注意事項】

サークル車の貸出は行いません。

持ち物として、

①十分明るいライト(200ルーメン以上。トンネルと日没後の暗さに耐えられるもの。)

②上下防寒着(ダウンヒルで冷え切ります。真冬の寒さにも耐えられるもの。)

を忘れずをお願いします。

例年より開催時期が遅いため、路面凍結が見込まれる場合は山中湖で打ち切る場合があります。

編集後記

2年 蓼沼 和希

改めましてなかよしさいくる広報担当の蓼沼です。毎度のことながら読者のみなさんや記事をお寄せいただいた方々に御礼申し上げます。

本来9月号として発行する予定だったのですが、「駒代連載書いてほしいけれども連絡するの後でいいや」などと後回しにし続けた結果、10月になってしまいました。すみません...

今月号では、9月に行われた北海道夏合宿の記事を掲載しました。いかがでしたでしょうか。私も参加したのですが、さすが北海道というほかありませんね。普段見られない星をみたり、美味しいものをたくさん食べたりと、そこでしか味わえない体験だったのが思い出されます。土砂降りの雨に降られるなど、想定外のこともありましたが、それも旅の一部ですね。

さて、この時期になってだいぶ秋らしい陽気になってきました。この自転車の秋に、なかよしさいくるでは様々なイベントを開催します。特に、10/21の秋新歓ランにはたくさんのご応募をいただいております。ありがとうございます。その他にも多く企画しておりますので、[ホームページ](#)で確認していただくと広報担当としても嬉しいです。

さて、次号は毎年恒例の特別号『轍』を発行します。学部・院生のみならず、OB・OGの皆さまからも記事を大募集します。詳細は下に記します。それにしても、当の広報担当たる私が、普通の会報と『轍』との違いを理解していない、だめだこりゃ。

『轍』記事募集のお知らせ

『轍（わだち）』とは...

なかよしさいくるが毎年発行している会報の集大成（？）みたいなもの。毎年現役のみならず、OB・OGの方々からも多くの記事が寄せられます。

対象：なかよしさいくるの会員、OB・OGのみなさん

締め切り：2023年10月24日（火）

申し込みフォーム↓

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdjg50d7gXLMSEJ9h5QkVukCvoJHi8H0xc-0nX4WfbhtccCpQ/viewform>

たくさんの記事をお待ちしております。