



# TCA ニュース

= 2007年 10月発行 = 【No. 211】

発行 東京サイクリング協会 広報委員会

<http://tokyo-cycling.web.infoseek.co.jp> 〒104-0061 中央区銀座7-15-11 Tel・Fax 03-3541-6540

サイクリストの五楽 輪楽・自転車を楽しむ 行楽・旅を楽しむ 道楽・道を楽しむ 友楽・友と楽しむ 遊楽・遊びを楽しむ

## 2007年を送る「TCAサイクリストの夕べ」

恒例のTCA忘年会『サイクリストの夕べ』を開催いたします。

今年もあと二ヶ月余りとなってしまいました。そろそろ忘年会の予定が入ってくる頃でしょう。

TCAの行事にも是非参加してください。今年一年の活動を振り返って楽しいひとときを過ごしましょう。

- 日 時：12月14日(金) 19時～21時
- 場 所：霞ヶ関ビル35階 霞ヶ関東京會館  
地下鉄銀座線 虎ノ門駅5番出口徒歩3分
- 会 費：¥7,500(当日払い¥8,000)
- 定 員：60名
- その他：立食パーティー形式ですが、椅子も用意してあります。
- 申し込み：12月11日(火)までに会費を添え協会事務局へ申し込んで下さい。



### 【振込みの場合】

郵便振替

口座番号 00100-9-190048

東京サイクリング協会

銀行振込 三井住友銀行銀座支店

口座普通 7401968 東京サイクリング協会

電話、FAXでも申し込みを受付けますが、締め切りまでに会費を振り込んで下さい。



## 視覚障害者とタンデムを楽しむ集い

11月4日(日)、今年最後の「視覚障害者とタンデムを楽しむ集い」をパレスサイクリングで行います。

秋も深まり、銀杏の葉も黄色く色づいてパレスサイクリングのコースも夏の時とはまた違った風を感じるでしょう。

いつもの様に、ボランティアとして協力して頂ける方は、事務局中村まで出来るだけ早めにご連絡下さい。最低十数名は、確保したいと思います。ご協力頂いた方には昼食代を用意します。

当日は、午前9時30分までにパレスサイクリング受付前に集合して下さい。10時よりスタートし、12時までサイクリングを楽しみます。

なお、雨天の場合は中止となりますので、当日不明な時は下記にお問合せ下さい。

TEL : 03 - 3211 - 5020 (パレス) 又は 携帯 : 070 - 5025 - 6867 (中村)

【9月末現在 会員数315名】



スタート、ゴール地点の大島小松川公園

今年の「都民スポレクふれあい大会」は、ハーフセンチュリーライド（80km・40km）を実施することとして7月号のTCAニュースで要項を発表し、春のセンチュリーライド（5/4）のハーフとクォーターのクラス計60名の参加者にもニュースを郵送してアナウンスしました。

また、TCAの公式ホームページにweb申込の頁を用意して受付けたところ、webからのメールによる申込が60%で郵送による申込が40%でした。

申込者計138名（80kmが119名、40kmが19名）で、実際に当日の参加者は（80km 94名、40km 14名、計108名）でリタイヤ3名（80km）であり105名が完走し完走証を配布しました。

1分間隔で5人毎 8:30～8:57, 9:30にスタートし最初のゴールが10:38、最終ゴールは、13:40で所要時間（ハーフ2時間45分～5時間2分、クォーター1時間43分～3時間18分）した。

なお、女性の参加比率は11%でした。

天候も良く今年はさほど風の影響も厳しくなく、参加者には十分楽しんでもらえたと思います。お手伝いいただいた30名のTCAスタッフの方々ご協力ありがとうございました。

参加者から感想のレポートが届いており、掲載いたします。

## ～ともに過ごした楽しい1時間～

一般参加者：松澤 亘

TCAのセンチュリーライドは今年5月の40kmに参加して以来2度目の参加です。現在42歳ですが、学生時代に自転車が趣味だった以外は、最近になって再び自転車に乗り出し僅か8ヶ月の初心者。少し頑張って長距離に挑戦、9月には無謀にもツール・ド・ちば2007（1日目116km）に参加、『自転車に乗りたい』の欲が止まらず、荒川ハーフセンチュリーライドの体験走行にも参加、TCAの方々と一緒に走って楽しい&勉強になるといった最高の時間を経験。

頭はすっかり荒川ハーフセンチュリーライドで一色でした。



スタートを待つ参加者たち

張感。ふと後ろを振り返ると15台くらい後続車！これに憧れていた。頃合を見て先頭脱落。左に寄り軽く右手を出すと後続車上がる。「先頭、よろしく！」笹目橋まで北上して2.5kmで折り返し。すれ違う参加者達と手をあげて挨拶、時折『おつかれ～！』と声かけも気分がいい。

右岸から左岸に渡る中間地点で所要1時間半強。

3時間半を目標にしていたので目標達成を確信。まだ半分なのにこの油断がいけなかった。

ゴールしてみると4時間12分。メーターを見ると走行時間3時間14分。この“消えた58分”とは一体！？ 58分は休憩時間。



中州の補給ポイントで休憩する参加者たち

め放題。2本のボトルは満タン。疲れたときの至福の瞬間。

この地点までは途中で少々休憩した以外ずっと飛ばしっぱなし。後続の10分差で到着した先輩達と合流しそこから追加でリラックス。

用意された補給食だけでなくTCAの方々の心意気があまりにも気分よくて自転車に乗って去るのが嫌になりました。

今日は一体何をしに来たんだろうか？と自問自答。そういえば、途中で自転車を降りて少年野球を観戦していた参加者もいたっけ。

みんなと楽しければそれでいい。だからと言って58分も休憩してしまうのはいかなものかとも思いますが(笑)。

さて、ここまでしてくれたのは、TCAのスタッフの皆さま。簡単に設置したかのように見えますが、ここは車が入れない場所。見るとリアカー付き自転車。

これだけの振る舞いをしてもらい感謝この上なし。この場をお借りして、心より感謝申し上げます。TCAの皆さま、本当にありがとうございました。

来年の5月は120kmを走ります！

当日、スタートはゼッケン順に5名ずつ1分間隔。公道使用だから安全確保のため大集団走行を避ける配慮でしょう。

ゼッケン56番の私は12番目で8:41スタート。

30秒前からの5秒毎の秒読み。この緊張感がたまらない。

82kmの自己目標は3時間半。

走行開始して15分ほどで先行グループや後続グループと混ざり10台程のグループに。

先頭が障害物を避けると後続車も列となる。私の足下に後続車の影が映る。手信号も使う。カッコイイ！カッコよすぎる！空気抵抗を受ける先頭は交代するのが暗黙の了解。

そして私が先頭。ペースを崩してはいけない緊

前回のクォーター40kmのルートでは通らなかった5.4km地点荒川河口左岸南端、東京湾間近の首都高中央環状線のすぐ下の開放的な場。ここが休憩ポイント。

こんな楽しい場があるなんて知りませんでした。用意されていたのは、(見た順に)饅頭、梅干、ミネラルウォーター、バナナ、魚肉ソーセージ、ビタミンのキャンディ、スポーツドリンク。そして！気が狂うほど嬉しい“こおり”でした。

『好きなだけボトルに詰めてネ～』と言われ本当に好きなだけ詰めました。

ボトルは氷でピッシリ。スポーツドリンクも詰



## 事務局からのお知らせ

以下の書類が事務局宛に届きました。会員の皆様にお知らせします。

# サイクリングロードの一部閉鎖等について

福生市役所都市建設部施設管理課

常日ごろ、サイクリングの普及・発展・マナー向上のための御努力に対しまして、心より感謝申し上げます。

さて、福生市は多摩川沿いのサイクリングロードの二子玉川から羽村の堰までの間の羽村市手前の部分に位置（唯一平面交差となっている、永田橋交差点もあります）して多摩川に沿って大きな公園が三箇所（かに坂公園・多摩川中央公園・南公園）あり多くのサイクリング愛好者等で賑っております。

しかし、先月（9月6日～7日）の台風9号の被害により昭島市との境の南公園が壊滅状態となり、当分の間閉鎖となってしまい、この公園の中のサイクリングロードは使用不能となっています。

つきましては、貴協会の会員の皆様に、機関紙等を通じて、南公園が閉鎖のため、昭島市側からと福生市側（睦橋付近）を右の地図の経路（朱色の部分）を迂回路として使用していただきますようお願いいたします。

なお、この付近の福生市熊川南町会・内出町会の生活道路は、非常に狭

いため、通行時にスピードをだすと、歩行者と接触することとなり、すでに小さな事故が発生していることから、お願いし、御理解御協力をいただこうとするものでございます。



## 多摩川親子サイクリング大会

12月1日(土)、多摩川親子サイクリング大会(仮)が、京王閣競輪場 多摩川サイクリングロード 四谷さくら公園(折り返し)で開催されます。

これに伴い、JCAよりスタッフの要請が来ています。

TCAの主な担当は走行管理(軽いメンテナンスを含む)を予定しています。

協力して頂ける方は、事務局中村まで早めにご連絡下さい。

- 日 時：12月1日(土) 集合時間8時30分～9時(参加者受付9:00～10:00)
- 集合場所：京王閣競輪場(東京オーバル京王閣) 最寄り駅：京王線「京王多摩川駅」
- 人 数：10名程度
- 担 当：渡辺 康雄(指導部長) 携帯：090-8514-1967
- その他：コースは片道約10kmの折り返し。