



TCA ニュース

= 2009年 1月発行 = 【No. 222】

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・自転車を楽しみ 行楽・旅を楽しみ 道楽・道を楽しみ 友楽・友を楽しみ 遊楽・遊びを楽しむ

2009 新年の挨拶

東京サイクリング協会
会長 加藤元彦



明けましておめでとうございます。

とは言え、百年に一度といわれる経済不況の真っ只中の新年を迎えました。

経済社会が病んでも、私たち一人ひとりが心身共に健康に留意して元気に生活したいものです。不況の雲もやがては晴れるときがくるはずで

す。今年一年は、不況のストレスを吹き飛ばす積もりでサイクリングしませんか。「東京いいところ自転車散歩」をはじめとするTCAの各種催し

に、会員皆様の積極的参加を望んで止みません。

健康遊具 最駆輪具 でサイクリングを楽しんで、心も身体も健康に過ごしましょう。



上野公園にて H21.1.4

【1月現在 会員数343名】

「自転車をもっと好きになる講習会」 に参加して



TCA会員 中西 淳一

2008年もあと1週間で終わろうとする12月20日、文京シビックセンターにて、講習会に参加しました。私は大阪から東京に出てきて、たまたま住んだ場所が荒川近くのマンションで、休みの日に荒川の土手に散歩に行ったとき、休日の青空の下多くの人がロードバイクやクロスバイク、普通の自転車で快走している姿を見て、自転車にはまってしまった一人です。

インターネットで検索していると、自転車の協会関連でJCAという組織があり、東京にはTCAという組織があって、会員になると、自転車保険も付いてくることから、すぐに申し込みました。

なかなか会員証が来なかったのですが、メールで問い合わせると、早々に北川さんからお返事があり、1ヶ月くらいかかるけど登録作業は済んでいるから大丈夫とのお返事。サポート体制の整った組織の協会だと安心しました。

確か最初に参加したのが、立川競輪場でのピスト体験だったかと思います。10数名が参加され、固定ギヤでブレーキの無い自転車を始めて知り、30度のバンク走行や1000mタイムトライアルの体験など、全てが初体験で諸先輩方の厳しくも優しく和気あいあいと楽しいひとときを過ごさせていただきました。

そのとき、東京シティサイクリングの開催に際して、コース案内に手伝いに来ないかと誘いを受け、行きました。新橋の三井アーバン角でのコース案内でしたが、参加されたサイクリストの多さや、マナーの良さ、案内役に片手を振ってご苦労様と声をかけられて、とても嬉しかったことを今でも思い出します。

次は、TCAの荒川での東京センチュリーライドに参加しました。ママチャリで参加される方はいらっしゃるのでしょうか？とお聞きしましたら、ピストでの参加者はいたけど・・・とのお返事。42kmの部で参加させていただき、早めに完走できて、TCAの方とお話していたら、今度は内田さんから、そこでボサっとしてないで、ゴール者の計測係を手伝えとのことで、お手伝いをさせていただきました。これも自分が参加している満足感を味わえて、とても楽しかったです。ここで感じたのは、主催者サイドは準備や段取りで息つくヒマも無いくらい忙しく、開催中は怒声も飛び交うかのような緊迫した雰囲気があるにも関わらず、冗談を飛ばしたり、皆に気を使ったり、すごく楽しく過ごしておられるところに魅力を感じました。

単身赴任で来ており、参加可能な行事も限られますが、2008年最後の参加として、「2008年を送るサイクリストの夕べ」にすぐに申し込みました。飲み会は大好きですし、また少しでも多くの方と楽しいお話が出来ると思うとワクワクしていました。同じ日の昼下がりには「自転車をもっと好きになる講習会」で皆さんのいろいろなお話を持ち寄ってワイワイとしましょとあったので、少し遅れましたが、参加して拝聴することが、出来ました。楽しくいろいろなお話を伺って、飲み会で林さんとサイクリングの奥深いお話を伺っていたら、北川さんから、TCAニュースに向けた講習会の感想文を書きなさいと、突然ご指示が飛んできて、思わずドキッと酔いが醒めたのを覚えています。

ようやく、ここで今回の本題である感想に移りたいと思います。

15分遅れて会場に入ると、既に30～40名の方が講演に聞き入っておられました。TCA行事に何度か参加させていただいた時、お見かけしていた飯川評議員のお話でした。

車道を走っているとき、大型トラックに接触し、転倒されたとの事。全く知らなかったし、当日お元気でお話されていたので驚きました。スピードスケートやモーターバイクがコーナー近くで転倒する際、滑るような形で倒れていった。転倒され自転車も体も怪我が無かったと思ったら、右肩鎖骨亜脱臼で全治4週間。更に驚いたのはトラックとの接触でトラックと反対側に倒れるのではなく、トラック側に吸い寄せられるように倒れていったことは、言われてみれば飛行機やヨットが揚力によって進む原理と似ていると理解出来るも、一歩間違えば大惨事になりかねない危険もあり、今後よく注意しないといけないと感じました。

次に小笠原監事の道と地図のお話で、古い地図を辿って自転車で巡ったり、外国と日本の地図の違いまで、今まで考えたこともない貴重なお話を伺ったりすることが出来ました。

その後は、ガラッと変わって、加藤会長が皆自転車の話ばかりしているけど、まず人間は健康な体ありきだとのお話。確かに健全な体があって初めて自転車にも乗れるし、逆に自転車が健康な体づくりにすごく役立つお話をお聞きすることが出来ました。また貯金よりも貯筋が大事、すなわち筋力をつけることが健康に繋がるとして、

30秒間に椅子の立ち座りが何回出来るかのお話を伺い、家でやってみたら30秒間で28回でした。このレベルは30台（実年齢は50代）で嬉しかったです。最近、ママチャリで休みの日は50kmくらい走行しているだけですが、階段の昇降やゴルフでの足（大腿筋）が疲れにくくなってきた気がして、続けたいと感じています。

JCAの長澤部長のご講演もありました。自転車関連では多くの団体が存在すること、また多くの方が自転車関係でお仕事されたり、自転車振興に推進役として従事されていることを改めて知ることが出来ました。

最後の講演は、これまた凄いお話で、河野理事のシルクロードを20年かけて1700kmを走破するお話で、16年目に始めて参加されたこと、平均年齢が60歳でトルコあたりをサポート隊と共に走破されたこと、また1年目から連続参加された方はおられないながら、2年目から参加されている方がいらっしゃるなど、スケールのあまりの大きさにただ驚くばかりのお話でした。



輪行の実演

講演の後に、高橋理事の輪行の実演を拝見しました。緊急の場合を想定して90Lのゴミ袋と、携帯の自転車立て（何というか知りませんが金属チューブを2分割にしてコンパクト化されたところが重要なポイント）、取り外し可能な結束バンドを常に携帯され、数分で手際よく収納され、電車にも乗車できるとのこと。ただゴミ袋と書かれた袋だと、間違っただけでゴミとして持っていかれるため要注意・・・のお話一同爆笑！あとで林さんに聞くと、輪行は日本だけの話で、欧州の電車では自転車専用の車両があるとのこと羨ましく感じました。

こんなに幅広い年代の方が、ある意味自分のノウハウ的なことを惜しげもなく語り合え、人間関係の奥の深さを肌で感じられる環境は、単に趣味の世界だけではなく、自分の人生経験において、とても大切な機会を頂いていると深く感謝し、これからも何か少しでもお手伝い（というより参加しないと解らない貴重な体験）をさせていただければと思いました。



加藤会長の講演

2009 初詣ラン

「下谷七福神巡り」と新年懇親会

TCA理事：北川 常夫

恒例の初詣ランを、都心地区(東)と多摩地域(西)とを交互に実施するようになって、今年は都心の順番である。どこにしようか事務局長の中村さんと相談する。下谷か東海が候補に上がったが、集合場所とその後の懇親会場を考慮して決定する必要がある。

開催日は1月4日(日)にすることで早い段階で決定した。ところが懇親会場が見つからない。

たまたま会員の山本さんのラーメン店「長助」に集まって話をしていた時、山本さんが、いっそのこと中村商店(旧事務局)でやったらどうかとの提案がでた。引越してから半年経過してガスは止めてあるが水道と電気は生きている。バンガローでキャンプといった風情でどうだと言う事になり、山本さん、藤田理事、幹事の岩佐さんとで検討を始める。これで、懇親会場も中村さん言うところの「銀座キャンプ場」での開催が決まり、「事務局メモリアル」のタイトルも思いついた。

下谷七福神は距離が短く、自転車で回るのには物足りない。そこで、集合場所を一昨年と同じ上野公園として、篤姫ブームに便乗して寛永寺と谷中墓地を加えることにする。

鶯谷と三ノ輪を結ぶのが普通の下谷七福神のコースであるが、最後に東銀座へ向かうので入谷で終わることを考えて迂回路を捜して、川の跡が区境の道路になっていることを発見した。

これで大筋のルートを決め、近傍の見物地を選んで12/7(日)に試走し、帰路に新川の長助まで走って来て懇親会で出す予定の料理の試食もした。

翌週は、藤田君の車で新川の倉庫から講習会とサイクリストの夕べの資料、それと懇親会に使うキャンプ道具を東銀座に搬送する。

1/3(土)は、午後から担当者、懇親会幹事が「長助」に集合して最終確認。

1/4(日)の朝、集合場所の上野で色紙に署名して人数の確認。総勢52名が集合した。

加藤会長の新年の挨拶の後、順番に参加者の簡単な自己紹介をした。

コースは、まず公園を抜けて寛永寺。これだけの人数が集まると、そこかしこで自転車談義が始まりなかなか走り出さない。コースリーダーの中村さんにせっつかれて走り出す。一番後ろは例のごとく藤田君の「のぼり旗」が目印。徳川慶喜の墓に寄り、谷中墓地を抜けて御隠殿坂跨線橋を渡って鶯谷の元三島神社(寿老神)へ、ここは路地が狭いので長居は無用。

禁酒地蔵を紹介して、御行の松から音無川跡の区境になっている道路を、右手に台東区根岸、左手に荒川区東日暮里の住所表示を確認しながら三ノ輪へ向かう。荒川C.C.の縄張りに入ってきたら案の定、石原さんが現れて合流。背面地蔵と目黄不動に寄ってから、いよいよ正規の七福神ルートに入る。

入谷の鬼子母神で一旦解散宣言をして、半数の26名が東銀座へ向かう。午前中から事務所で準備をしてくれている山本さん、矢澤さん、岩佐さんに電話を入れる。

協会事務所に着いたら既に準備は出来ていた。まるで祭りの御酒所のような。

とりあえず用意してくれていた焼きおにぎりに手を出す。

正規の時刻になって開会宣言。現地集合を含んで34名の参加。富山さんが仕込んでくれていた南京珠すだれの大道芸を楽しむ。店舗跡と前の歩道を占拠して立ち食い状態で飲み食いが始まる。

自分の都合で東銀座や新橋駅から輪行で帰る人達が次第に抜けて行く。

藤田君が持って来ていたダーツでひとしきり遊んで、渋谷さん夫婦は明日取りに来ることで自転車を置いて帰ることで解散。



旧事務局前にて