



# TCA ニュース

= 2013年12月発行 = 【No. 269】

発行 東京サイクリング協会 広報委員会

<http://tokyo-cycling-association.com>

〒104-0061 中央区銀座7-15-11-1201 Tel・Fax 03-3541-6540

サイクリストの五楽 ①輪楽・自転車を楽しみ ②行楽・旅を楽しみ ③道楽・道を楽しみ ④友楽・友を楽しみ ⑤遊楽・遊びを楽しむ



## 2014年初詣ラン 「元祖山の手七福神巡り」

恒例の初詣ランは、『元祖山の手七福神巡り』を楽しんでいただければと思います。

- ◆ 日 時：2014年1月5日（日）9時45分集合 10時出発 雨天中止
- ◆ 集合場所：JR目黒駅前（正面口・目黒通り南側）
- ◆ 解散予定：JR目黒駅
- ◆ コース：目黒駅～茶屋坂（目黒のさんま）～大円寺（大黒天）～蟠龍寺（弁才天）～青木昆陽墓～道標～瀧泉寺（恵比寿）～ねむの木の庭（正田邸跡）～池田山公園～常光寺（福沢諭吉墓所跡）～覚林寺（毘沙門天）～瑞聖寺（布袋尊）～妙円寺（福祿寿・寿老人）～目黒駅 約11km
- ◆ 担 当：北川常夫（当日の連絡先 携帯電話：090-9142-2621）
- ◆ 問合せ先：東京サイクリング協会事務局・中村（TEL：03-3541-6540）
- ◆ 懇親会：希望者は、駅付近で実施予定です。
- ◆ 注意事項：①フリーランは自由参加です。但し、途中参加や離脱する時はコース担当者に連絡してください。サイクリング中の事故、けが等に十分注意して各自の責任において走って下さい。  
②懇親会参加希望者は、2013年中に参加する旨、事務局（中村）へ連絡してください。また、参加者は輪行袋を忘れずに持って来て下さい。自転車も飲酒運転は禁止です。帰宅する際には輪行もしくは押して歩いて帰って下さい。



## 初めてのハワイ

ホノルルセンチュリーライド2013に参加して  
（旅程：9月27日～10月3日、5泊7日）

TCA監事 中田 修二

企業人としてひたすら44年間も海外事業に携わり世界中を廻ってきましたが、実はハワイには一度も行ったことがありませんでした。仲間から「ハワイに行ったことがないのは外国を知らないのと一緒だよ」と冗談を言われました。生まれて初めて行くハワイでサイクリングもしたいなあ、との思いが募りました。

ちょうどそんな時、TCAの仲間から「今年もハワイでサイクリングイベントがあるから一緒に行かないか」との誘いがありました。願ってもないことで即座に賛同し、2013年9月29日に行われた第32回ホノルルセンチュリーライド（100マイル＝160km）と翌9月30日のツール・ド・オアフ（50km）にも参加することになりました。

過去5回参加の倉持さんや4回参加の石田さんのアドバイスを受け、JALパックを利用しました。お陰で日本を発つ前もハワイに着いてからも、スポーツナビゲーターの白戸太郎さんや

Team JALバック現地サポーターのShokoさん（パーソナルトレーナー）の素晴らしい説明会も受けることができました。

センチュリーライドについては苦い経験があります。今年1月「美ら島オキナワCentury Run 2013」に参加した際、かろうじて完走は出来ましたが、ふくら脛や太ももが両足共順番に計4回も吊って辛いサイクリングになりました。そこで、ハワイでは元気に完走したいと考えて、整形外科医のスポーツドクターに教わった筋力トレーニングを毎日やりながら、ハワイに発つ前せつせと練習しました。そのお陰か幸い足が吊ることもなくしっかり完走できました。

ハワイのオアフ島をサイクリングしながら、どこか沖縄と似ているなど感じました。南国の木の佇まい、素晴らしい海の色、山の色、雲の動き。更には、お店やエイドステーションの地元の人たちの優しさも。また街でも日本の本州や沖縄と同様安全で一人でも安心して歩けます。アメリカ合衆国の州になる以前のハワイの歴史的な良さを引き継いでいるのだろうと想像しました。

ホノルルセンチュリーライドもツール・ド・オアフもサイクリング大会のために特別な交通規制をすることなく、普段のままの交通を維持していました。従って、ホノルルの中心街では朝晩は車が多いため、車にも歩行者にも特に注意する必要があります。それを踏まえ大会当局は、朝は道路が混み始める前の6時15分からスタートし、夕方混み始める前の5時迄にゴールするようスケジュールを組んでいました。

参加者は全部で約1,600人、この内日本人はJAL、ANA、JTB、HIS等の団体を中心に約650人で、アメリカに次いで多かったです。中国や台湾、韓国の人も沢山参加していました。

私はロードバイクスタイルのMTB（ディスクブレーキ付き）で参加しましたが、殆どの参加者はロードバイクでした。ディスクブレーキを付けた自転車は見ませんでした。尤もツール・ド・オアフではMTBコースの選択もある関係で、MTBに跨ったサイクリストは何人もいました。

今回の大会では、ハワイの特徴を踏まえた乗り方指導やガイドをする白戸太郎さんやShokoさん等の他、メカニックのプロもいて大いに助かりました。ホテルに着いて梱包を開け自転車を組んだら、飛行機の輸送中に起きたと考えられるバックギアの不具合があり、その調整に苦労しました。大会前日の試走スタート前にメカニックにチェックしていただいたところ、短時間で修復していただきました。

エイドステーションも途中5箇所、ゴール地点を入れると6箇所用意されていて、飲物や軽食を充分補給することができました。特にハワイ特有の美味しい飲食に舌鼓を打ちました。ゴールした後のサービスも充実していました。その後100マイル完走証を頂いたときは感激しました。



折り返し点の案内板と共に

既に十分な経験を積んだ倉持さんや石田さんのお陰で、ホノルルを中心としたオアフ島の観光も満喫しました。ホノルルの街中をサーフボードを頭に載せてビキニ姿で闊歩する美女もたくさん見かけました。初めて遭遇したときはびっくりしてドキドキしましたが、数日で慣れて気にならなくなりました。ワイキキビーチには、シャワーはありますが着替える設備がなく、ビーチに近い街中のマンションの自宅で水着に着替えてから歩いて行くそうです。今回我々の仲間もホテルの部屋で水着に着替えて泳ぎに行ってきたとのこと納得した次第です。ホテルの廊下やエレベータやフロントでも水着姿の人をよく見かけます。これもハワイの文化の一つであり、安全な街なので可能なのだと思いました。

最終日の前日、倉持さんが8人全員乗れるレンタカーを借りて、有名なダイヤモンドヘッドやパールハーバー（真珠湾）を案内してくれました。ダイヤモンドヘッドの頂上へは歩いて登るしかありませんが、頂上から見る景色はとても素晴らしく、ホノルルの街並みや海や空の景色を堪能しました。ハワイの車のナンバープレートには必ず綺麗な虹がデザインされていますが、レンタカーで移動中なんとその虹を1時間近くも見ることができました。ハワイは虹の国でナンバープレートに描くのも納得しました。また、「日立世界不思議発見」のテーマソングの中で、「この一木なんの木不思議な木…」と歌われている木にも出会うことができました。まさかあの木がホノルルにあるとは知りませんでした。これも素晴らしい縁で感動しました！ああ本当にハワイに来て良かったなあ、と生まれて初めて訪れたハワイの素晴らしさを実感しました。

## 東京いっとこ自転車散歩「山手線一周」

TCA副会長 小川 和也

11月17日(日)快晴、久しぶりにTCA行事が晴れました。東京駅丸の内北口に20名が参加です。自己紹介、記念撮影後今回担当の鹿児島さんの先導にて、時計回りでスタート。

東京駅	駅舎、KITTE、新丸ビル等新名所、はとバスがずらりと並んで観光客を待っている。	
有楽町駅	インターナショナル・アーケード 高架下を走る。	
新橋駅	サラリーマンの街も休日は一変する。	
浜松町駅	駅前を左に行くと、東海汽船就航の竹芝埠頭、右に行くと増上寺。	
田町駅	落語「芝浜」の由来地で小休止。ガードをくぐり、線路に沿って南下する。	
品川駅	山手線で1番古い駅、開業明治5年(1872年)5月5日で、新橋駅より4か月早い。	
大崎駅	山手線の車庫があり、実質的な始発駅、終着駅でもある。	
五反田駅	江戸時代に大名屋敷があった名残で、今でも高級住宅地である。	
目黒駅	前日に引っ越したJCA事務所(自転車総合ビル)を見学、ビルの下にある公園で昼食。	
恵比寿駅	恵比寿麦酒記念館前を走る。山手線一周ウォーキングで休憩したことを思い出す。	
渋谷駅	ホーム変更になり、人の流れが変わったとか? 宮下公園を走る。	
原宿駅	駅前が長蛇の列、ポップコーンを購入する人達との事、私もテレビで見ました。	
代々木駅	クリスマスを控えて、モミの木がよく育ったことから(代々よく伸びる木)の定説が有る。	
新宿駅	東口から自転車を押して、歌舞伎町を歩き西武新宿線駅まで歩く。さすが人出が多い。	
新大久保駅	韓国の料理食材店が多い。	
高田馬場駅	学生の街をスムーズに走る。	
目白駅	山サイクリングではないが、自転車を担いで階段をのぼる。	



【ヤッター 山手線一周完走】

**神田駅** 「江戸っ子よ〜神田の生まれよ〜」私は荒川の生まれよ〜 飲食店が多いですね。

**秋葉原駅** 駅前を左折昭和通りへ、「サイクリストのタベ」の会場を確認して最終駅へ

**御徒町駅** 自転車卸組合事務所に寄る、以前ここにTCA事務所がありましたとの事。

**上野駅** 駅前及町中が混んでいるので中央通りを走り、松坂屋を通過して左折。

**鶯谷駅** 根岸の里、ラブ・ホテル街を何台もの自転車で走りまわり、アベックはびっくりしてます。山手線状の中で、一日の平均利用者数が最も少ないそうです。

**日暮里駅** 客人ライナーをくぐり駅前を通過、羽二重団子店前で丁度3時のおやつ、ですが何人が並んでいたため前に進む。

**西日暮里駅** 坂を下ると遷善山通りへ、突き当りを上ると諏訪神社、富士見坂、右は開成高校なので、我々は左折してすぐ右折して常磐線踏切を渡ります。

**田端駅** 田端文土村記念館、田端駅、操車場を眼下に、高架橋を通過。

**駒込駅** (第二中里踏切) 山手線に残る唯一の踏切を渡る。

**巣鴨駅** 白山通りを横切り、山手線外側沿い小道を走る。

**大塚駅** 都電荒川線を横断する。大塚角踊はいすこへ、

**池袋駅** 池袋の地名は古くは池が沢山あったためとの事。なぜ東口に西武デパート、西口に東武デパート？



入谷尾山神社と御蔵町



富士見坂



田端操車場



第二中里踏切



池袋駅



【11月末現在 会員342数名】