



3月24日(日)「関東シルクロード」を行いました。海宝道義さんと楽しくおしゃべりしながら走ろう！と始めて、12回目。毎年、さくらの咲く頃と紅葉の頃に走っています。大会でも練習会でもありません。その日集まった方々とランニングを通じて楽しく過ごせたら素敵、そして満足。

今回は、江ノ島から箱根湯本までの約40キロを走りました。参加者は海宝さんを含め14名。短いサイクルで変化する春の天候ですが、この日は“晴れ”、さらに、さくらもまさに見頃です。

小田急線片瀬江ノ島駅をスタートして、国道134号線を走り、途中からサイクリングロード(遊歩道)に侵入。ところどころ砂に埋もれて砂漠のような場所もありましたが、大磯あたりまで行くことができます。ここから国道1号線を走ります。皆さん、頭の中で、箱根駅伝で国道1号線を走る自分の姿をイメージしているのでしょうか？(海宝さんが遅れだしたこともあります)なんだかペースが上がってきて、集団は帯状に長くなっていきます。止めようにも止まらないまま、成り行き任せで箱根湯本駅にみなさん無事に到着します。

ところで、海宝さんは今どこを走っていることやら？最後に海宝さんを確認したのは、小田原駅の手前1キロくらいの場所で最後尾。かなり、離れてしまったような気がするのですが…。ところが、なぜか日帰り温泉「天山」での記念撮影にはその姿がありました(…？)。



出演者は主役・海宝道義他 13 名

3月24日(日)朝、小田急線片瀬江ノ島駅、穏やかな天候に誘われていくつかのグループの若者たちがところどころに集まっています。夏ほどガラガラしてはいませんが、なんとなくどこか開放的な雰囲気を感じます。でも、それは、彼らからというよりは、どうやら、湘南の海から漂って来るようです。集合時間の9時に近づくにつれ、今回の「関東シルクロード」の参加者が集まって来ます。主役の海宝道義さん、監督(？呼びかけ人です)の町田行弘、出演者(？申し込みされた参加者)13名。今回の舞台は湘南海岸と国道1号、最終目的地は箱根湯本、そして温泉、もちろんビール！です。

町田と海宝さんから簡単に「関東シルクロード」の趣旨を説明、要は、“みんなで楽しく一緒におしゃべりしながら箱根湯本まで走りましょう”ということ。開放的な雰囲気にまかせて、自己紹介なしでスタートします。まずは国道134号線を走ります。マリンスポーツのメッカのメインストリート、歩道も幅広く整備されていて快適です。松林に遮られて海は見えませんが海岸通りであることを肌で感じます。



石井純子さん



海宝道義さんと松村芳陽さん

母なる海につつまれて

15分ほどで鵠沼海岸、ここから海辺のサイクリングロードに入ります。このサイクリングロードは相模川を渡る湘南大橋の手前「柳島」まで8.4キロ続きます。ほどなくトイレがあり休憩。ウォーミングアップ完了、身体が暖まったところで、涼しいウェアへ着替え、身体が冷え

ないうちに出発します。このサイクリングロードも道幅は広いのですが、人口密度が高い。ランニングする人、ウォーキングする人、ママチャリサイクリングする人、ボードを抱えたサーファー、ぼんやりする人…。ごしゃごしゃしているのですが、なぜか不愉快ではありません。それぞれのやり方で海を感じているせいかな？



福井牧子さん、津村美穂子さん、高城恭子さん(手前左から)
高城満さん、田中郁代さん、細田進さん(後左から)

湘南砂漠

雲が無ければ正面に大きな富士山、振り返れば江ノ島、海に浮かぶ烏帽子岩、その手前には海を泳ぐカラス(サーファー)がたくさん。なんて素敵なランニング環境！と思うと、いき



田中郁代さん

なりサイクリングロードは砂に埋もれていて走りにくい場所があらわれます。たまたまここだけに違いがないと思うのですが、次々にあらわれ、茅ヶ崎を過ぎると、どん





どんひどくになって行きます。こりゃ面白い！と突き進むランナーもいれば、こりゃたまらんと国道134号線へ逃げ出すランナーも。細田さんは「いやあ、サハラマラソンのトレーニングまでさせてもらっちゃいました」今が初参加（前日に知って）の津村夫妻はかなり砂の盛り上がった場所でホームページ用にとデジタルカメラでお互いを撮影していました。（津村さんのホームページは<http://obasanobasan.hoops.ne.jp/>です）

行ける場所まで海沿いを

湘南大橋を渡り、しばらく国道を走り、再び海へ向かい海辺を走りますが、そこはサイクリングロードではなく、少し固めの砂浜。海宝さんはじめとする先頭グループは



ここを、ゆっくりランナーたちはあっさり国道へ逃げます。砂浜ランニングは1キロほどで終わり、金目川を国道で渡ります。橋を渡ると再びサイクリングロードらしきものがあり、侵入。15分ほどで大磯漁港に到着します。時刻は11時35分、そろそろお腹がすいてきたかも？ここで、トイレ&おやつ休憩です。おやつは海宝さんが仕入れて来ていました。もちろん、和菓子です。どうやら海宝ウルトラ・パワーの源はあんこのよう？ここからは「太平洋岸自転車道」を走ります。西湘バイ

パスと平行して、「大磯港」から「大磯西」まで約3キロ続いています。砂浜からは離れ、バイパスを左手に見下ろすように延びています。さらに左には美しい海が広がります。さらに、ここを利用する人はほとんどいないようで、最高のランニングコースです。もっと長ければいいのに。でも、たぶん、景色の単調さに飽きてしまうかもしれません。



横山和明さん（前） 滝口博義さん、高城満さん、高城恭子さん（後左から）

昼食は浮浪者スタイル

いよいよ国道1号線を走ります。これが「箱根駅伝」のコース。国道134号線を走っているときに、何人かの参加者から「ここが箱根駅伝のコースですか？」と聞かれました。「いえ違います。国道1号はもっと奥を走っています」

時刻は12時過ぎ、そろそろ昼食、コンビニを探します。道路の反対側にセブンイレブンがありましたが、現在走っている左側にコンビニがあったらそこで昼食ということにしました。



“コンビニくらいすぐあるさ”と思っていたのですが、運が悪いことに“探し物はなかなかみつからない”ことはよくある話で、次のコンビニはなんと約4キロも先（二宮駅入り口を越えてすぐ）でした。20分間のお預け、しかも、頭の中までお腹をすかせて走るのは辛かったのではないのでしょうか？

「関東シルクロード」の昼食はいつもこんな感じで、





コンビニでそれぞれ好きなものを買って公園や広場で食べます。しかし、今回は食する場所に恵まれず、コンビニ横の裏路地のようなところで浮浪者スタイル。これがなんと「シルクロード」らしかったりして…。

海宝さん、バスに乗る!?

約30分の昼食休憩の後、出発。箱根湯本までは16キロくらいではないでしょうか。これまでのように先頭集団を海宝さん中心に松村さん、鈴木さん、石井さん、篠塚さん、横山さんが作ります。その後を少し遅れて、滝口さん、高城さん夫妻、福井さん、細田さん、田中さん、津村さん夫妻がマイペースで続きます。これが絶妙のバランスだったのですが、昼食から約15分、海宝さんがトイレへ。主役のペースメーカーがいなくなると突然スピード



津村明彦さん、津村美穂子さん



が上がります。まして、ここは「箱根駅伝」のコース、気分が盛り上がります。まずは、松村、石井、篠塚のトップ争い、鈴木、横山がやや遅れました。おっと、松村がスパート、このまま逃げ切るのか？逃げ切られては困るので、どこかで集めようと適当な場所を探すのですが、さきほどのコンビ二同様なかなかないのです。そうこうしているうちに酒匂川に到着。ここでストップ。松村さん到着が13時45分、続いて篠塚さん、横山さん、鈴木さんと石井さんが13時53分でした。橋の上は風が強く、





これまでに到着したランナーが「身体が冷えてしまう」というので「小田原駅で集合して下さい」と先に行ってもらいます。参加者の最後は、細田さん、高城さん夫妻で14時04分。「海宝さんは？」と尋ねると「バスに乗って行ったよ」と細田さん。「えっ？」これは細田さんのジョークで、海宝さんはその2分後に現れました。

海宝さんは今どこに...

小田原駅への曲がり角に数名のランナーが待っていました。かまぼこの鈴廣でお土産を買いたいという方、箱根湯本でお土産を買いたいという方、それぞれの目的地が見えているようで、全員を集合させるのはむずかしそうです。いちおう、次の休憩ポイントを「鈴廣」、そして、集合は箱根湯本駅として、フリー・ランとします。昼食場所から、箱根湯本駅まではついに全員集合することなく、しかし、無事楽しく走り終えたようです。町田の写真の記録から判断すると、松村さん、横山さん、津村さん夫妻は早く着いてしまったようです。第2集団はそれほど差がありませんでした。海宝さんは、どこを走っているのかしら？なんでもありありの「関東シルクロード」ですから、これでも“良し”です。海宝さんとは日帰り温泉「天山」で合流することにして、「天山」へ向かって歩き出します。津村さん夫妻は用事があるということで、箱根湯本駅で別れます。お疲れさまでした。滝通りを歩いて温泉へ向かいます。ここを歩いていると



福井牧子さん、石井純子さん

高城満さん、高城恭子さん

「一泊したいなあ」とってしまうのは私だけでしょうか？

「天山」に到着したその時、海宝さんが追いつきました。さすが主演、なんだか映画みたいなそのタイミング...？入り口で記念撮影。これから温泉とビールが待っています。さて、疲れを癒す効果はどちらが上かな？



滝口博義さん

鈴木令子さん





海宝 道義	228-0003	神奈川県座間市ひばりが丘 2-761-88 046-255-4689
町田 行弘	229-1103	神奈川県相模原市橋本 5-29-12-201 042-773-7415
松村 芳陽	228-0828	神奈川県相模原市麻溝台 6-10-14 042-747-0206
石井 純子	206-0823	東京都稲城市平尾 1-52-22 042-331-5570
横山 和明	195-0062	東京都町田市大蔵町 2181-4 042-735-5662
田中 郁代	157-0071	東京都世田谷区千歳台 5-22-4-602 03-5490-1693
細田 進	182-0002	東京都調布市仙川町 2-4-20 03-3305-9266
篠塚 三樹雄	180-0001	東京都武蔵野市吉祥寺北町 4-13-17-201 0422-54-6850
高城 満	152-0021	東京都目黒区東が丘 2-9-18 03-3422-4097



高城 恭子	152-0021	東京都目黒区東が丘 2-9-18 03-3422-4097
滝口 博義	247-0026	神奈川県横浜市栄区犬山町 73-17 045-891-8050
福井 牧子	194-0004	東京都町田市鶴間 239-1-303 042-796-3339
鈴木 令子	183-0005	東京都府中市若松町 1-22-1 042-365-4832
津村 明彦	243-0401	神奈川県海老名市東柏ヶ谷 5-10-32-301 046-236-0253
津村 美穂子	243-0401	神奈川県海老名市東柏ヶ谷 5-10-32-301 046-236-0253

