



2005年3月27日(日)「関東シルクロード」を行いました。大陸のシルクロードを走りたいという海宝道義さんの夢がきっかけで始まり、17回目となりました。年2回、桜の春と紅葉の秋に行っています。大会でも練習会でもありません。その日集まった参加者が、海宝さんとともに時間と空間を共有して楽しむ“旅”のようなものです。その日のコースは下見でほぼ決定してありますが、参加者は詳細を知らず、下見をした海宝さんも忘れていることも…。走り方(?)も自由です。時間の都合で途中で帰る、途中から参加する。体調に合わせてちょっと電車・タクシーで先回り、あるいはゴールで待つ。あきらめて伴走車に乗る。などなど。

今回は、京王相模原線“多摩境駅”をスタートし、中央大学 高幡不動 聖蹟桜ヶ丘 関戸 小野路 野津田 図師 尾根緑道、いこいの湯をゴールとする約32キロのコースとしました。参加人数は、海宝さんを含めて11名。天候に恵まれ、楽しい走る1日となりました。



海宝さんのお膝元で

前回の「関東シルクロード 江ノ島から観音崎」を終えて、海宝さんと帰る車の中。「今度はどこを走りましょうか？」と町田が聞くと、「私の家の付近で、桜のきれいな尾根緑道を走って、いこいの湯で汗を流すというコースを考えて下さい」と。海宝さんは、2004年夏に、座間市ひばりが丘から、町田市下小山田町に越して来ました。そして、新しい家での走る環境がとても気に入っているのです。この環境でみんなにも走ってもらいたいということなのでした。

さて...？どこをスタートして尾根緑道につなごうか...？地図とにらめっこ。

2005年1月30日に、海宝さんと下見を行い、コースが決定しました。曲がり角が多くて、アップダウンも多く、どこに向かって走っているのかよくわからないうちに、尾根緑道に入るという不思議なコースができあがりました。これなら参加者の一体感も強くなりそう。

ビックリ旅行

2005年3月27日(日)9時、京王相模原線多摩境駅に参加者が集まります。土屋幸子さん、西永宣昭さん、千葉義則さん、黒沢佳文さん、清野広美さん、河内洋子さん、横山和明さん、篠塚三樹雄さん、高瀬章さん、石井純子さんの10名。女性は、



多摩境駅集合

土屋さん、河内さん、石井さんの3名。初めての参加は、土屋さん、千葉さん、清野さん3名です。

“1994年・1995年と2年連続で「トランス・アメリカ・フットレース」を完走した海宝さんと一緒に走りましょう”という呼びかけで1996年10月に「関東シルクロード」は始まりました。海宝さんの夢のシルクロードを関東で走ろうと。その後、桜の春・紅葉の秋の年2回、走る場所を変えて続けて17回目(2003年秋は町田の長男出産と重なったため行いませんでした)となりました。気が付けば10年目ですねえ～。いろいろなことがありました。海宝さんは、富士山で転倒して肉離れで走れない日々、ムーンパット解雇、海宝ロードランニングの立ち上げなど。町田も転職に伴い走らない人へ。「関東シルクロード」の参加者も変わります。でも、原点は“楽しく走ること”“一緒に走る楽しさ”なのです。高瀬章さんが「関東シルクロード 旧甲州街道」に初めて参加した時、「ビックリ旅行ですね」と言ったのが印象的です。何人参加するのかわからない。どんなレベルの人が参加するのかわからない。走り出してもコースの詳細はわからない。何キロ走ったのか、あと何キロ走るのかわからない。これが、シルクロードの旅です。ひとりで行ってもつまらない、じゃあ一緒にいかがですか？と、町田と海宝さんが、「関東シルクロード」の主旨を簡単に説明し、「それでは、簡単に自己紹介をお願いします」と言うと、「

××です」と名前だけの簡単な自己紹介になってしまいました。まあ、詳細は走りながらでも。9時10分、それでは、出発です。(土屋さんは、走り出してすぐに転倒というアクシデントに遭遇しましたが、その時は大丈夫なようでした。)



多摩境駅をスタート

はい、なるべく

走り出すと海宝さんは、いきなり下見ではないコースに入ります。おやおや...？そこは、車が進入できないコースです。でも、町田も海宝さんもこの辺りは庭のようなもの、どこを走り、どこに出てくるかは見当がつきます。“海宝さんは、尾根緑道から続く戦車道を走り、鍮水に出てくるに違いない”町田は、その出口で待つことにしました。車で先回りして待つ時間は長く感じられ、少々不安になったりします。“本当にここに出てきてくれるんだろうな？海宝さんのことだから、寄り道ついでに違うルートに行っちゃたりして...”スタートから30分、ようやく、集団が姿を現しました。ここでの休憩はなく、走り去りました。



桜の木の下で

国道16号線の鎌水から、野猿街道と合流する道を走ります。9時50分、約3キロ地点（多摩境駅から車の距離）のセブンイレブンで休憩とします。こうした休憩は、給水や、トイレなどのためにとるのですが、次第に縦長になっていく集団をまとめることが、最大の目的なのです。そして、海宝さんとコースの再確認をして出発するのです。「次は、“中央大学南”という交差点を左折して下さい。“多摩動物公園”への標識が出ています」「町田さんは、その辺りにいますよね」「はい、なるべく」交差点付近には、車は停車できません。適切な場所に駐車できるかどうかはわからないので“なるべく”なのです。



野猿街道を走る



（前列左から）石井さん、海宝さん
高瀬さん、清野さん

アップダウンの連続

集団を送り出し、車で先回りします。途中のコンビニへ車を入れて、集団の通過を確認して、約9キロ地点の左折ポイント角のファミリーマートに車を入れて待ちます。10時40分、集団が到着しました。ここで、河内さんが、差し入れてくれたゆ

で卵をいただきます。「ここから、しばらく住宅地を走りますから、トイレを済ませたほうがいいと思います」そして、海宝さんにコースの確認。「中央大学に突き当たったら右折です。次の突き当たりを左折して、道なりに走り、突き当たったら右折して、ふたつ目の信号を右折して川崎街道に入ります」



たまご休憩

中央大学を右折してトンネルを通過すると急な下り坂。下りきったところにモノレールの中央大学・明星大学駅があり、アップダウンを繰り返し、突き当たりを左折します。百草団地の中のメインストリートをやはりアップダウンを繰り返しながら走ります。最近、練習オーバー気味と言っていた河内さんが遅れがちになってきたので、“福祉センター”交差点の手前で休憩します。時刻は、11時15分。「あとひと山越えればフラットになりますから」



石井さん、黒沢さん

西永さん、河内さん



オアシスは、コンビニと車

ひと山越えて下りきると、上にモノレールが走るＴ字路が現れ、右折し、“高幡”交差点を右折して、川崎街道に入ります。約14キロ地点のサクスに車を入れます。ちょうど目の前に小さな公園があり、ここで昼食とすることに決めました。11時40分、集団が到着。「ここで昼食にします」サクスで、各々、食べたい物を購入して、公園に移動して、お昼ご飯です。どこで昼食になるかは、当日、走り出してみないと決められません。休憩場所も参加者の走りの流れの中で決まります。コンビニは、シルクロードのオアシス？みたいです。そして、伴走車は移動オアシスかな？



石井さん、河内さん、土屋さん、篠塚さん、黒沢さん、千葉さん、海宝さん

駐停車できずに

12時10分、再び走り出します。川崎街道は、道幅が広がり、賑やかな聖蹟桜ヶ丘駅を左手に進み、やがて鎌倉街道と交差します。ここで、右折して鎌倉街道に入り約1キロ（多摩境駅から約18キロ）地点の乞田川の横に駐車スペースをみつけ集団を待つことにしました。昼食場所からここまで駐車できる場所がないのです。車での伴走はこういうところが不便なのと参加者の会話に入れないのがさびしいところ。集団が見えるまでの時間が異常に長く感じられ孤独です。12時40分、集団が到着し休憩をとります。「この先、鎌倉街道を町田方面に左折して、“小野路”交差点に突き当たったら右折します。そして、“小野神社”交差点を左折して、野津田公園に行きます」地元町田



横山さん、海宝さん
千葉さん

市の横山さんと稲城市の石井さんは、このあたりは庭のようなもの、道に迷う心配はなさそうです。乞田川脇の遊歩道を走り始めました。



乞田川脇で休憩



乞田川の遊歩道

車だから言える？

町田は、小野路交差点の手前でランナーを見送りながら「突き当たりを右です」と案内して、車で再びランナーを追い越し、小野路交差点に着いてビックリ！新しい道が完成して、突き当たりではなく十字路となっていたのです。あわてて駐車スペースを探し、交差点でランナーを誘導し、移動オアシスで休憩しました。「次は、野津田公園で」途中、ところどころで車を停車して集団の動きを確認している



清野さん



土屋さん



と、集団から遅れがちだった土屋さんが「乗せてもらえますか？」「どうぞ。どうしました？」「足首が痛くなって」朝、走り出してすぐにつまずいて転倒し、その時、痛めたということ。

14時過ぎ、野津田公園。西永さんが土屋さんのいないことに気付き探しているということ。土屋さんが、西永さんを探しに行きます。無事みつかり休憩。「走れば走れそうですけど」「いや無理することはありませんよ。完走賞があるわけじゃないし」車で伴走しているから言える言葉（かもしれません）。キセル自由で公共の交通機関を利用して最終目的地へ行って下さいといっても、場所によってはなかなかそうもいかないこともありますから。



千葉さん、横山さん、西永さん、清野さん、海宝さん、黒沢さん、高瀬さん、篠塚さん

あとのどのくらい？

野津田公園を出て、“並木”交差点を左折し、“図師大橋”を右折し、“日大三高入口”のコンビニで待機します。14時40分、集団が到着。海宝さんが人数分のアイスクリームを購入して配りました。このあたりから「あとのどのくらい？」という声が...。「3～4キロかな？」

町田市リサイクルセンターを越えて、桜のきれいな“尾根緑道”の遊歩道を走ります。咲いていて欲しかった桜は、つぼみでした（2週間後満開となりました。残念！）。



篠塚さん、高瀬さん、石井さん、西永さん、黒沢さん

15時45分、“いこいの湯”に無事到着。温泉で汗を流し、ささやかな打ちあげをして18時解散しました。お疲れ様でした。秋は、どこを彷徨いましょう。



いこいの湯に到着





海宝 道義	194-0202	東京都町田市下小山田町 2731-4 042-797-5383
町田 行弘	229-1103	神奈川県相模原市橋本 5-29-12-201 042-773-7415
土屋 幸子	115-0056	東京都北区西が丘 1-32-7 03-3909-2276
西永 宣昭	207-0032	東京都東大和市蔵敷 2-97-14 042-563-1700
千葉 義則	245-0062	神奈川県横浜市戸塚区汲沢町 547-4-1302 045-864-5698
黒沢 佳文	338-0001	埼玉県さいたま市中央区上落合 3-3-2 048-859-3341
清野 広美	245-0016	神奈川県横浜市泉区和泉町 7315-1-1-407 045-303-0800
河内 洋子	350-0445	埼玉県入間郡毛呂山町新しき村 049-295-0991
横山 和明	195-0062	東京都町田市大蔵町 2181-4 042-735-5662
篠塚 三樹雄	185-0012	東京都国分寺市本町 2-20-3-301 042-326-9077
高瀬 章	241-0001	神奈川県横浜市旭区上白根町 956-3 045-953-8343
石井 純子	206-0823	東京都稲城市平尾 1-52-22 042-331-5570

