



2006年3月26日(日)、海宝道義さんと走る「関東シルクロード」を行いました。19回目となった今回は、神奈川県相模原市の橋本駅から、秦野市の鶴巻温泉までの約30キロを旅しました。たかが30キロ、されど30キロで、3時間もあれば走りきってしまいそうな距離なのですが、海宝さんと走ると時を忘れて日没間際(スタートは9時過ぎ頃)。「なんでそんなに時間がかかるの? 歩いているの?」「いやいや、まじめに走っていますよ、特に前半は」だって、そんなに急いでどうするの? 許された時間いっぱい楽しみなきゃソンですよ。余裕があればいろいろなものが見えてくるし、会話も弾みます。

10年前、海宝さんにウルトラマラソンの練習方法を尋ねたら、「朝、家を飛び出したら夕方まで帰らないこと」と言っていたような気がします。そして、海宝ロードランニングのTシャツには ***"If you don't hurry your life is full of wonders and joy."*** とあります。海宝さんと走る関東シルクロードの原点もここに 있습니다。走っている場所は、たまたま、そこにしてみたということになります。でも、どんなコースだったかしら...



旅です

今年の1月、この関東シルクロードのコースを一緒に下見しましょうと海宝さんに電話をしました。その時考えていたのは、奥多摩湖に集合して、国道411号線で柳沢峠を越えて裂石温泉までのコースでした。しかし、「今年の冬は寒かったから雪が残っていて下見は無理でしょう。暖かい南（海）方面にしたほうがいいんじゃないですか」と却下されます。ということであれこれ考えた揚げ句、橋本から鶴巻温泉とするコースになりました。

3月26日（日）朝8時30分、JR横浜線橋本駅改札付近には、すでに河内洋子さん、後藤知子さん、吉田則明さんが待っていました。集合時間の9時前には参加者全員が集まり、準備をして9時10分には走り出しました。

参加者は上記3名の他に、土屋晋さん、高瀬章さん、安部勝昭さん、西永宣昭さん、加村雅枝さん、本橋裕一さん、土屋幸子さん、石井純子さん、日下部恵津子さんの12名です。そして、後藤さん、吉田さん、日下部さんが初めての参加で少々不安そうですが、大丈夫、ご心配無く！関東シルクロードは、個人の走力を競う大会ではありません。個人の走力を養う練習会でもありません。海宝さん中心に走ることを楽しみながらみんなで一緒に移動する旅なのです。コースの詳細を知っている参加者はいません（もちろん海宝さんと町田はわかっています。参加者と走る海宝さんはちょっと怪しいので困ったものですが、そこが面白い）。そして、町田は車でコースの誘導、休憩場所の設定（給水、ばらける参加者を集める）、荷物の運搬（時には人も）でみなさんの旅をサポートします。



卵焼き

橋本駅から県道63号線に入るまでの道がちょっと複雑なので、海宝さんに地図を渡し、町田は車で先回りして小刻みに停車して、道を間違えないように誘導します。橋本駅北口を出て、左方向八王子方面に向かい、一つ目の踏切でJR横浜線を渡り、そのまま進み国道16号線を地下道で横切り、さらに直進して右側のセブンイレブンで休憩します。ここまで約2キロ、ほどよいウォーミングアップでした。次の信号で左に曲がり、国道129号線の手前の交差点を右折して県道63号線に侵入します。この道は、相模原大磯線でその名の通り、大磯まで延びています。途中、伊勢原で国道246号線に乗り換えて、少し西へ走れば鶴巻温泉に到着します。つまり、これで一安心。休日の工場地帯を走り抜けると、視界が広がり、道は下を流れる相模川に向かって急降下を始めます。広々とした河原を長い橋で渡ります。この橋は、高田橋で、バーベキューのメッカ、ゴールデンウィークには川を渡して空に泳ぐ鯉のぼり、夏の花火大会で賑わう場所です。橋を越え、県道63号線を離れて直進して50メートルほどの場所に車を止めて休憩です。ここで、海宝さんが作ってくれた卵焼きを頬ばりました。材料は、河内さんが住む“新しき村”の新鮮な卵です。10時20分、スタートから1時間強、約8キロ。なかなかのハイペースで、“このまま行けば…午後2時頃には鶴巻温泉に到着”と思うのですが、さあどうでしょう？





ローラーすべり台

低い場所を流れる相模川に向かって下った分、今度は上り坂。集団が縦に広がったため、県道63号線に戻る交差点で再び休憩を取り、呼吸を整えます。

“箕輪”交差点を左折すると、しばらく商店街が続きます。5キロ近く続いた商店街は“桜台”交差点で終わり、県道63号線は、斜め右方向に下り始めました。目の前に川の土手が現れ、道路は土手沿いに走ります。しばらく進むと県道63号線は、右折して中津川を渡ります。すぐに現れたコンビニに車を止めて待っていると、海宝さんたちは手前の小さな公園に入っていきます。近づくるとローラーすべり台があり、河内さん、本橋さん、土屋さんが滑り降りていきました。町田も滑り降りて、みんなついてくると思ったのですが…。



実は、海宝さんが「コースはこっちです」と騙したということでした。川沿いに咲く桜見物に行くと思ったのに。そんなことをしている間に、時刻は12時になるうとしていました。そして、ここがほぼ中間地点、車を停めたコンビニで昼食とすることにしました。それぞれ、好みのものを買い求めて食べるというスタイルです。

あんみつ

約30分で食事を終え、再び走り始めます。中津川から離れ、少し上ると、通りは活気を帯びてきます。神奈川リコー、神奈川県工科大学を左に走り、国道412号線の旧道を越え、新しい412号線を渡り、さらに宮ヶ瀬ダム方面からの県道60号線と交わります。これらの道路は橋本方面からの国道129号線とともに、厚木市の中心で国道246号線に流れ込んで行きます。おまけに、東名高速、小田原厚木道路といった高速道路の合流地点でもありますから大変！でも、私たちは、ちょっと山の田舎道(?)を進みます。賑やかな道路から離れ、上り坂の途中に本厚木カントリークラブの入口があり、休憩をして呼吸を整えてから、もうひと上り。ゴルフ場の山を越えて今度は下り



坂。かつて青山学院大学があった(古淵に移転)森の里への分岐を越えたコンビニで休憩します。

「もう少し行くと“愛名入口”というT字路がありますから右折して、次の信号を右折し、その次の信号を左折して下さい」ちょっと変則的なクランク状の交差点を無事クリアして、最後のひと山(丘)の横をかすめて走ります。緩やかに上りながら、右に伊勢原市の総合運動公園への入口が現れた上り坂の終わりでおよつ休憩。高田橋での卵焼きに続く海宝シェフの二品目は“あんみつ”でした。材料は、天草から作った寒天、特製あん





こ、特製(?)ギョウヒ、特製黒蜜でいただきます。終盤に入り、それでもあと5キロ以上あると頭の中にビールはまだありません。こんな時、あんみつとはなかなか素晴らしいご馳走でした。

たぶん、急な坂はこれで終わりとみんなで下り、国道246号線目指して走ります。東名高速をくぐる手前のコンビニで集団の通過を見送り、町田は、そのまま国道246号線に入りました。ところが、適当な駐車スペースがないまま走り、ようやくみつけたコンビニは鶴巻温泉へ左折するちょっと手前。あんみつ休憩から5キロ以上離れてしまいました。“...、それにしてもおそいなあ？何かあったのかな？”



10年

ようやく、集団が到着し「遅かったでしょ。JA伊勢原で物色してました」と海宝さん。なるほど納得。ちょっと休憩して「あと2キロくらいです」

走り出すと、先程くぐった東名高速が迫ってきて、その手前の“桜坂”交差点を左に曲がります。横には“鶴巻温泉”の大きな看板が立っています。狭くなった道を走っていくと小田急線の踏切が見えてきます。右を見ると鶴巻温泉駅があり、駅に向かいふたつ目の路地を右に入ると最終目的地“弘法の里湯”があります。ここの駐車場に入る車の列に並び、入場したのと同時に集団が到着しました。午後3時50分、無事終了。最初は

ハイペースかと思いましたが、やっぱり関東シルクロードのペースで楽しく遊んだ1日となりました。あとは温泉につかって疲れを癒し、ビールを流し込むだけ。

貸切休憩室で乾杯して、海宝さんからこの日の参加記念品が配られました。これまではムーンバット時代のシルクのスカーフでしたが、今回は、海宝ロードランニングのバスタオルと“宮古島100kmウルトラ遠足10回大会”のフェスタオルでした。気が付けば10年ですね。飲みながらの話題は、海宝さんの企画・運営する大会の裏話。いろいろな参加者の面白いお話です。我が儘な人って本人はかなり真面目で本気なんですよね。この常識の食い違いをどう料理するかはシェフ次第です。10年の貫禄と余裕を感じますが、この先どんなウィルス(?)が出てくるか楽しみ...

さて、「関東シルクロード」も10年。そして、次は20回目。回数はあまり気にはしていないのですが...、どこに行きましょうか？





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
土屋晋	196-0025	東京都昭島市朝日町 3-3-7 042-545-5580
高瀬章	241-0001	神奈川県横浜市旭区上白根町 956-3 045-953-8343
安部勝昭	235-0016	神奈川県横浜市磯子区磯子 7-18-23 045-753-5797
西永宣昭	207-0032	東京都東大和市蔵敷 2-597-14 042-563-1700
加村雅枝	167-0043	東京都杉並区上荻 4-17-19 03-5930-9394
本橋裕一	337-0052	埼玉県さいたま市見沼区堀崎町 309 048-688-4076
土屋幸子	115-0056	東京都北区西が丘 1-32-7 03-3909-2276
河内洋子	350-0445	埼玉県入間郡毛呂山町新しき村 049-295-0991
後藤知子	350-0247	埼玉県坂戸市西坂戸 5-18-21 049-286-0298
吉田則明	192-0917	東京都八王子市西片倉 3-6-8 0426-35-5529
石井純子	206-0823	東京都稲城市平尾 1-52-22 042-331-5570
日下部恵津子	167-0041	東京都杉並区善福寺 2-38-13 03-3394-3059