ちばりんりん/2021秋

2021.10.01 発行 千葉県サイクリング協会 (CCA) 第120号



自分らしく乗る、心地よいライドは健康維持にもおススメです。

自転車は行先も、距離も、過ごし方も自分カスタマイズ!今回はそんな場所や過ごし方をご紹介します!

【HEGURI HUB(平群ハブ)】

南房総を走るサイクリストにはもうお馴染み!廃校になった南房総市旧平群保育所を利活用した複合施設です。 従来のサイクリスト向けクラブハウスやレンタサイクルに加え、飲食・コワーキングスペース・簡易宿泊所・シャワーや キャンプスペースを新たに加え、本格稼働し始めました!自分流での楽しみ方で満喫してみてはいかがでしょうか?





ゆったりできる DELI&CAFÉ



クラブハウスは引き続き サイクリストをサポート

コワーキングスペースは広く明るい。 屋外アクティビティも一緒に使える



高南房総サイクルツーリズム協会

目黒事務局長のおススメ利用法品

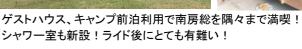
いきなりキャンプはハードルが高い…でも屋外で気持ちよく食事や少しでもキャンプ気分を味わいたい…そんな方にはこちら!デリ&カフェのメニューを購入しておき、タ方涼しくなったころに園庭に椅子を出して、丸太をテーブル代わりに、タ日に染まる伊予ヶ岳を眺めながら少し早めの夕ご飯!



最高の贅沢ですよ~!









所在地:南房総市平久里中 224-3

2:0470-58-0312



※営業日等、使用料等、直接ご確認ください

為 為「Bread & Ride」 お気に入りのパンと一緒に! ◆

(西部支部:鈴木 達彦)

グループライドでメンバーと一緒に食べるランチは楽しみのひとつ。グループライドが出来なくなってどれ位の月日が経ったでしょうか?仕方なく一人ぼっち、または友人と二人位で地元を走り、コンビニのサンドウィッチやお握り等でお昼をチャチャっと済ませるのにも飽きましたよね?そんな人にお勧めするのが・・・

「Bread & Ride」 ~「目的地近くのパン屋さんでパンを買って景色の良い場所でゆっくり食べる」というものです。 パン屋さんと言っても大変な数が有り、好みも人それぞれ違います。ご自身の目的にかなうパン屋を探し出すのも楽し みの一つに加え、色々チャレンジしてみてはいかがでしょうか?

今回は、自分好みでいくつかパン屋さんを選んでみましたので是非ご参考にしてみてください!

1. Bread's Plus Pasar 幕張上り店

(京葉道路幕張上り PA内:幕張の浜田川近の住宅地の道から PA一般道入口を通って PAに入れます)

店内またはPAのフードコートでも食べられますが、今回は稲毛海岸までちょっと走り海を眺めながら濃厚チーズドックと北海道小豆の粒あんパンを食べました。



稲毛海岸からは、晴れていれば 富士山やスカイツリーも見えます



2. Niki Bakery 南行徳店 (地下鉄東西線南行徳駅) 山手線駒込駅近くに姉妹店があり、時々そちらに行くの で売られているパンは馴染みが有りました。サンドウィッ チはボリュームたっぷり、そら豆パンやシラスパンも手作 り感一杯で好きです。



ボリュームたっぷり!



近くのディズニーリゾート周辺遊歩道で東京湾を眺めながら食べるのも良いですが、今回は江戸川沿いの「篠崎ポニーランド」で食べました。残念ながらポニーは休息中で一緒に写真は撮影できませんでしたが、景色ものん

びりしていてとても気持ち 良いものでした。休日には 家族連れも多く、近くでは 野球やサッカー、思い思い に楽しんでいます。



3. トイットみずき tiny bakery

(利根運河沿いの道から、みずき住宅地に入る)

店内はとても狭く入場制限があるのでパン選びに逡巡する時間がないのが残念!魅力的なパンが一杯揃っています。店外にイートインも有りますが、今回は利根運河を眺めながら、ゴロッと野菜のホットドッグを食べました。

利根運河は全長8.4キロメートル明治22年から2年がかりで開削されましたが鉄道道路の発展に伴い運河としての役割は昭和16年で廃止されました。ウオーキングや自転車で走るのにピッタリの道です。





今日はこれを チョイス!

パン屋と思えないお洒落な外観。バイクラックも装備!

パンを持ち運びするのには、サコッシュがおススメ。折り畳んでジャージのポケットに入るのでとても便利です。 千葉県サイクリング協会のサコッシュは、絵柄も可愛くて 愛用しています。

お気に入りのお店でパンを買い、お気に入りのポイントまでサイクリング。食事のタイミングも、場所も自由自在。 美しい風景を見ながら、ゆっくり自分時間を過ごす贅沢。 そんな時間の過ごし方をして今を満喫してみませんか?





==DATA==

- •Bread's Plus Pasar 幕張上り店:
- 千葉市花見川区幕張町 2-2621 京葉道上り線幕張 PA 内
- •Niki Bakery 南行徳店:市川市相之川 4-17 南行徳駅
- •トイットみずき tiny bakery: 野田市みずき 4 丁目 19-4

る。ゆっくりと緑に癒されながら「コーヒータイム」 ⑤ (北部支部:佐々木 幸也)

サイクリングスポット「手賀沼」はサイクリングロードや遊歩道も完備されていて、多くのサイクリストやランナーが行き交います。ここを起点として各方面にツーリングに行かれる方も多いのではないかと思います。手賀沼周辺には、雰囲気の良いカフェやスポットが数多く点在しています。休日を水と緑に癒されながら、ゆ~っくり過ごすのもいいですよね。今回は手賀沼、そしてその中の一つ、「花小鳥 COFFEE STAND」をご紹介します。

北柏ふるさと公園内にあるカフェで、コンテナを改装した 明るい店内と外の広いウッドデッキが特徴的です。



公園入口の正面にあり、手賀沼からも公園の中を通ってお店に行くことができます。ガラス張りの店内には陽が差し込み、と

ても明るく清潔感があります。バイクラックも2ヶ所に設置されていて、停める所に困りませんのでご安心を。





先ずはお店の入口にある席札を空いてる席に置き、店内のカウンターで注文します。先に席を確保出来るので、何かと小物の多いローディには嬉しい。

デッキはペット同伴 OK! 寒い時期は膝掛けを貸して もらえます。食事メニューは プレートが4種類とシンプル。 「道の駅しょうなん」で仕入 れた地元野菜を使用して



いるのとのことで、水や食材にも拘りが見えます。今日は サラダプレートを注文しました。サーモンとエビが入った サラダもスープもバゲットも全部美味しく、あっという間に 完食しました。

オーナーの山口さんは、最近自転車を始めたとのこと。ローディ心を理解してくださるので心なしこれも嬉しい。

お店の方の接客もとても丁寧で、おすすめのお店です。

手賀沼に来た際は是非どうぞ!

DATA 🝇

柏市呼塚新田 204-23 北柏ふるさと公園内 **20**4-7196-6301





🚴 🔊 市原の里山で「はちみつに出会う」 🧉

サイクリングで市原を通ることもしばしば。その一歩山間に入ったところに「みつばち牧場」が有ります。今日の目的はその一角にあるミニショップの"はちみつソフト "。先ずは近辺の広大な土地に驚き、可愛らしいウッドデッキとここの

猫アグリちゃんがお出迎え。期待通りに美味しかったです!





牧場の一角にある mini shop



市原の里山再生の為、沢山のことに挑戦なさっている「豊増オーナー」

市原市の200haに及ぶ耕作放棄地だった森を再生しながら、ミツバチの住みやすい"蜜源植物"を 17ha(東京ドーム 3 個分)に育てているそうです。ミツバチ

が一所懸命集めてくれた蜜を、今日はほんの少しご馳走になりました!





(西部支部:綿貫 けい子)



市原市高倉 272-1 ☎:0436-63-3411



※営業時間や詳細は直接ご確認ください

為農産物直売所「もっこり農園」為お買い物ツーリング

(西部支部:鎌田 理恵子)

近頃 TV にも登場した、香取郡多古町にある無人野菜 直売所。初めて地図を頼りに訪ねて行くと…まずそのポッ プな外観にびっくり!鮮やかなペイントに何やら個性的な 小物や装飾がズラリ…名前が名前なだけに、もしかして違 う無人直売所?それが「もっこり農園」の第一印象でした。

すると畑から大きく手招きする人が! …そう、この方こ そ「もっこり農園」の菅澤園長さんです。自転車で来た私 にびっくりされながらも気さくに出迎えて下さいました。



「もっこり農園」と いう変わった名前 の由来は、2011年 の震災で被災され た方から掛けて貰 った温か方言が元 なのだとか。

(※もっこりとは、「一山超えよう」「頑張ろう」ということらしい です。この話はとっても深いので、菅澤さんご本人から聴 いてみられる事をお勧めします)

売り場に並ぶのは季節の朝採れ野菜。 どれも新鮮、 なのにあまりに安くてもう一度びっくり! 例えばなす、き ゅうり、トマト、ピーマン、オクラなどが一袋 100 円。 じゃが いも大袋300円。 ロードバイクなのについバックパックー 杯に買い込んでしまいます(笑)





新鮮な野菜で バッグー杯に・・・

そしてその美味しさがまた格別!あくまで個人の感想 ですが、身も心もほっこり包まれるような優しい味、とでも 言いますか…。これまでの"野菜の概念"が見事に覆され た感じです。私の母は戦後の食糧難のトラウマでサツマイ モが嫌いだったのですが、ここのサツマイモは目から鱗! と今や大ファンになっています。お野菜もさる事ながら、菅 澤さんの粋でユーモア溢れる温かいお人柄は最高です。 来ればきっと虜になります。

敷地に手作りブランコが有り、時に 腰掛け物思いに耽り、風に吹かれて 癒されに来る方も居られるとか。仕事 や都会の喧騒に疲れた時に訪ねて みてはいかがでしょうか?



もっこり農園 香取郡多古町飯笹 797

無人野菜販売所 ※時々園長がヒョッコリ 飛び出て来る時あり!





「多古米」に象徴される農業王国、多古町。その魅力は 長閑で自然豊かな田園風景。そして日本寺(にちほんじ) のような趣ある神社仏閣も点在しており、旧市街の昭和レ

トロな町並みもまた一見の価値ありです。





趣ある日本寺はあじさいでも有名です

栗山川に面した「道の駅多古あじさい館」は広くて開放 感があり、休日には多くの人が買い物、食事そして散策 に訪れる憩いの空間でもあります。ここを拠点にサイクリン グをし、町をゆっくり満喫するのも良いかもしれません。



近年、都市部か らこの町に移住し てくる人が増えて いるそうですが、 町を散策してみる とその理由がわか る気がします。

町も住む人もとっても温かい。皆様もぜひ、その温かさに 触れてみて下さい。

多古町は成田空港にも程近く、少し足を延ばせば色々 な場所で離着陸の飛行機を間近で見ることができます。 滑走路に面した公園から飛行機を眺めるのは圧巻! 自転車担いで何処に旅立うか、等と思いを馳せてみるの

もまた一興です!



「ひこうきの丘」の ハートモニュメント



為「地元×自転車」小さな冒険に毎回ワクワク! 為

(横芝光町在住:秋山 武保)



運動不足解消と身近な仲間が自転車に乗っていた事もあり、なんとなく乗り初めて行く中で、沢山の人と繋がり、ライドを共にしたり、今日はちょっと頑張ってあそこまで行ってみよう、あそこ気になってたけど行ってみようと、気が

付けば自転車の魅力にどっぷり!

ベースは自宅(横芝光町)からが主で、ガツガツよりノン ビリマイペース。強風と坂が苦手なヘタレローディ―です が、ここ入って行ってみようかな?あそこ曲がるとどこに繋 がっているのかな?・・・たまに、坂あるけど登ってみようか な?と毎回小さな冒険に心ワクワクしています。



海で感じる潮風・田 んぼを渡ってくる柔らか い風・新緑の木々の中 で時間が止まったような 瞬間に地元×自転車を 楽しんでいます。

地元大好きで、仕事柄あちこち千葉県内の観光地等々、沢山の場所に行きましたが、「地元×自転車」は特別な掛け合わせです。"自転車は創造的で自由で幸福な乗り物なのだ。"と漫画「チャリと飯」で主人公が語っていた言葉は、まさにぴったり!

そんな、空港南側エリアに位置している地元横芝光町 と周辺をご紹介します。地形的には山エリア/平坦な田ん ぼエリア/海エリアを一度に楽しめる特徴があります。 サイクリストの為拠点となる場所も徐々に増えています。

拠点として一番のお勧めなのは、成田空港温泉すぐ脇 **自転車処「空輪」**。アクセスも良く、レンタサイクルも充実。 隣が温泉なので、疲れを癒して帰ることができます。





そして、ライドの楽しみは何といっても食事! 「とん亭九十九」は店主さんも何とローディーです! メニューは地元食材を中心とした新鮮な海の幸と、美味し



いとんかつを中心と したもので、ローディ ーの疲労回復にピッ タリ!お勧めはポー クソテーともつ煮。 「コミュニティカフェ&農家のキッチンラボ farm to」は、元パティシエの梨園カフェ。梨を中心としたメニューが沢山。農家さんのカフェなので野菜も勿論美味しい。おすすめは日本のソーセージの父、大木市蔵の復刻版ソーセージを使った「大木式ホットドッグ」と「スパイスたっぷり梨カレー」。坂田城跡の坂を攻めたい人におススメ!





「コテージ&ペンション NANJA MONJA」

宿泊ならここ! 広々とした芝生と横芝光町とは思えないリゾート感。テニス、フットサル、釣り、芝生遊び…などアウトドアで楽しむことができる場所です。フレンチレストランも併設し、ゆっくり美味しい食事も楽しめます。





そして・・・沢山の中でお気に入りの場所はここ!

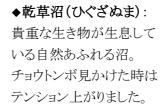
◆屋形海岸:

太平洋を一望できる。 日の出も素晴らしい! 展望台もあり自転車を 横づけできます。青い 海と青い空に魅了!



◆坂田城跡梅林:

春先には素敵な梅と菜の花の饗宴が見られます。 坂もそれなりにあります。 梅の時期にはバイクラックも設置されます。





いまだ回り切れない場所も沢山あり、私の小さな冒険 はまだまだこの先も留まらずに続きそうです! 「地元×自転車」皆さんも楽しんではいかがでしょうか?

為森林・田園・海「山武市を楽しむ!」(さんむサイクリストサポート: 廣田 徹)

九十九里浜沿いの中間辺りに位置する山武市は、海岸線から田園地帯、森林地帯と様々なロケーションを有しています。夏の九十九里浜、冬春の観光イチゴ狩り、そして近年サイクリストには馴染み深いJR東日本の運行する「B.B.BASE」銚子行き列車も市内の松尾駅に停車し、多数のサイクリストが下車し、ここから目的地へスタートしていきます。

しかし・・・悲しくも、サイクリストにとって山武市は「通り過ぎる街」なのです。 そこで!今回はそんな山武市の緑と海、自然豊かな風景をご紹介します!



感動!こんな風景が随所に楽しめます

《ロードバイク編》

市内に点在する勾配きつめの坂攻めから始まり、森林部~海まで約50kmを走ります。山武市の内陸には高度50m程の高台を登ると森林地帯が広がります。森林は目にも身体にも疲れた現代人の癒しにうってつけです。急坂に少しヘロヘロになりながらも、最後海が見えた瞬間、疲れは吹っ飛びました!

第一の坂)まずはネットマップで妙国寺を検索。田越浅間神社を右に見ながら妙国寺に向かうと出現する高度 50 mを上るスイッチバックの急勾配の坂が現れます。(画像1)





(画像 1)

(画像2)

第二の坂)大高善兵衛公園を検索。R126 の内陸側に 平行に通る旧道にその公園の入り口があります。(画像2) 道標通りに進むと徐々に急勾配スイッチバックの急坂に。 是非、癒しと心地よい疲労感を体験してください。

《マウンテンバイク編》

山武市には関東ふれあいの道とて「山武杉のみち」のコースが市内に設定されています。マウンテンバイクにうってつけのダート道を含む 10km 程度のコースです。順路は逆ですが、JR 成東駅からスタートし、50m の高低差を登板。頑張って登り切った後は緩いアップダウンが続く深い杉林の森に入ります。



どこまでも続く杉林を走る!

急坂に一行はグタグタ··· この先もアップダウンは続く・・



杉林の中はほぼダート道。薄暗く涼しげで時より日差しが注ぐ幻想的な景色を下っていくと、谷津田にたどり着きます。閉鎖感のある森林から一気開けた景色に、しばし感動すること間違えなし!

ここからは、森林ダート→農村集落→ゴールとなります。さらに市内の森林部からは九十九里の海岸線まで、ゆっくり走っても30分程度。つい今森林や田園を駆け抜けていたのにあっという間に今度は海へ・・・。

杉林を抜けると、山の挟間、 谷津田に辿り着きます。 森林や田園を駆け抜ける爽 快さは何とも言えない心地よ さと感動を味わえます!





森林地帯から九 九里の海へ。 海と空の青さと! 感動!市は、海 も、田園も、海 ります! と非一度、い!

サイクリストにやさしい【川島食堂】

山武市の海岸線沿いにある「川島食堂」は地元に愛される 王道の町中華です。汗まみれのサイクリストも気兼ねなく 使えるテーブル席充実。お勧めは手作り餃子やサンマー 麺。是非エネルギー補給の目的地としてご利用ください!

赤い看板、緑の屋根が目印!





おススメ! ゴマ風味の特製餃子

◆山武市蓮沼口 2212-6 ☎0475-86-2249



🚵 🚵 秋の夜長はやっぱ「読書」でしょ?! 📙

(南部支部:網代 真)

なかなか思うように外で思いっきりライド!とはいかない毎日が続いています。ピークは越えたとはいえ、まだまだ先 行き油断ならない。そろそろ痺れも切れ始め、そして早くなる日没にも寂しさを感じる今日この頃ですね。

秋と言えば、読書!スマホばかり見ていないでたまには生きた活字を読みなさい!ということで、今回は自転車(特 にロードバイク)を題材とした書籍を2冊ご紹介いたします。





まず1冊目は数々の賞を受賞した、皆さんご存知の"サクリファイス"です。ロ ードバイクを題材とした書籍は大まかにいうと多くがレースシーンで次にドーピ ング絡みと二分されますが、サクリファイスのストーリーはそう単純ではなく、日 本のライダーがグランツールに出場することがいかに難しいか、、それをいやと いうほど知り尽くしたチームのエースが、可能性を持った若いチームメイトに自 らを犠牲にしてまで夢を託すという奥の深いストーリーとなっています。なんとコ ミックバージョンもあり!(全3巻)これがまた良くできていて大変お勧めです。



次なる 1 冊は全く方向性が異なる青春小説、"走ル"です。誰でも幾度となく電車通学や通勤で 降りるべき駅をやり過ごし、知らない街で嫌なことは忘れて何も考えずにあてもなく歩いてみたいと 考えたことはあるでしょ?この小説はまさにそんな感じでしょうか。部活中に買い出しで乗り出したロ ードバイクでなぜかそのまま何日も走り続けてしまいます。仲間や家族とはメールでのやり取りはあ るものの、離れれば離れるほど近く感じる仲間や逆に遠く感じてしまう仲間もいて、、最後には何が 大切で誰を一番いとおしく思うかを感じ取ることになります。ストーリーはとても単調なのですが、走 行中の描写が優れているので、まるで自分が走っている感覚に陥ります。これを読んだ後は自分 も、、なんて気になります。私には無理ですが、、、。

ビブリオバトルは誰でも参加できる本の紹介コ ミュニケーションゲームです。

ルールは簡単!1人5分間でお薦めの本の魅 力を語り、最後に「どの本が一番読みたくなっ たか」を投票し「チャンプ本」を決めます。

~「人を通して本を知る、

本を通して人を知る」~

より多くの方に知って欲しいという思いから始 めて丸3年、今回で30回目だそうです。 飛び込み OK!とのこと。お気に入りの本を

紹介しに行ってはいかがでしょうか?!











長南町佐坪 1348-1 長南町西小学校図書室 毎月最終土曜日/13:30~

八兵衛珈琲焙煎工房

営業日は金土日。その理由は 実は本業は放射線技師さん。 好きが高じ、実家酒屋のスペ ースを利用してコーヒー焙煎 店を開いちゃったそうです。 豆を注文すると、その場で特



笑顔が素敵な古市オー

注焙煎機が"シュッシュッ"と機関車の様に音を立て焙煎 が始まります。煎る香りにはテンションが上がります! 古市さんに会いがてら遠くから訪れるお客様が絶えません。 バイクラック・工具も装備しています!



特注の焙煎機



オレンジののぼりが目印





長生郡長南町山内 973-1 **☎**0475−46−1500

営業日は事前にご確認ください

& ぬサイクリングお役立ち情報ボックス & &

圧巻!「清澄山道ループ橋」完成!!20年掛けた整備が完了!

9月13日、待望の「清澄山道ループ橋」が開通しました!

市原市牛久と鴨川市天津を結ぶ幹線道路で、サイクリストの皆さんも度々訪れ、この 坂道に悶え苦しんでいたと思います。豊かな自然に恵まれたこの道路は、平成3年 に全区間 2・7 キロの改良事業に取り掛かり、13 年からループ橋の建設に着手。20 年かけ 700m(うちループ橋は 192m)の整備が完了。 走って悶絶は変わりません が、そのご褒美はそれ以上!壮大な景観に魅了されます。





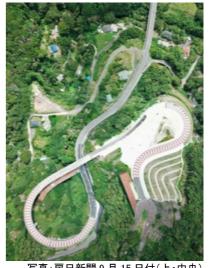


写真:房日新聞9月15日付(上•中央)







が出家、日蓮宗田 後に日蓮宗の開宗官



[蓮宗大本山 清澄寺(せいちょうじ

歌川広重が清澄 から見た景色を 描いています。寺 迄は更に坂道が ありますが、来て 良かった!と思う はず。必見!



~会員の皆様へ~

この度の新型コロナウィルス感染症の影響により、会員の皆様には多大なご迷惑をお掛け致しました。 まだまだ油断ならぬ状況ではございますが、状況を良く把握しながら、健康増進のためにも、皆様へのイベント提供 等は、今まで以上に楽しんで頂けますよう、理事会一同努力をしてまいる所存でございます。

また開催に漕ぎつけた折には、引き続き感染防止対策をしっかりと行い、皆様が安心してご参加できるように注 意を払います。最新情報は千葉県サイクリング協会ホームページにて随時公開しております。是非ご覧ください。 今後共、皆様方のご協力、ご鞭撻の程、宜しくお願い申し上げます。 **千葉県サイクリング協会** 理事長 地引 弘

高千葉県サイクリング協会では「一緒に走る仲間を募集中!」です。詳しくは下記 HP ヘアクセスください! 高

<u>また、「県内のおススメポイントやお店・施設等も募集中!」です。お気軽に下記メール宛へお知らせください!</u>

編集委員会:編集長 綿貫 けい子 副編集長 新井 千之 鈴木 達彦(西部) 高木 浩行(東部) 佐々木 幸也(北部) 櫻井 智明(南部)

山崎 和也 (中部)

千葉県サイクリング協会:

https://www.chiba-cycling.org/cca



発行者 : 〒299-1163 君津市杢師 3-12-6

千葉県サイクリング協会

理事長 地引 弘

編集責任者:綿貫 けい子

E メール : rinrin@chiba-cycling.org <お問合せ等は上記アドレスまで>