

# 『日本一周12,000km』自転車の旅

## 本州・北海道編

前編につづけて

いよいよ3年目、残された日本一周大半の本州・北海道への挑戦です。一昨年四国一周、昨年山口県・九州・沖縄を元気に有意義に走破できたので、今回の集大成となる本州・北海道一周も自信めいたものはありますが、何と云ってもこれまでにない所要日数と走行距離を考えると万全の体力づくりと旅の研究・準備、そして心構えが必要です。

まず、体力づくりですが、長距離走（ランニング）と自転車（ロードレーサーとマウンテンバイク）を大体毎日どちらかを実施しました。そして、5月3日「ツール・ド・国東」110kmに出場しました。標高500mを越える難コースですが、5時間02分08秒で完走しました。出場495名中88位で飛賞をもらいました。これで、登りと距離に対する不安も払拭されたように思います。

つぎに、自転車ですが、弘重さんにワイヤー・ブレーキ・チェーン等、十分メンテナンスをしていただきました。チェーンとタイヤは新しいものに取り替えました。なお、タイヤのサイズはこれまでは、26×1.75でしたが、少し太く重いようなので、26×1.5にしました。

また、九州では故障した時に専門店が必要だということが分かったので、全国の自転車専門店の一覧を弘重さんからいただきました。

用具では、少しでもコンパクトに軽くすることが肝要なので、地図のツーリングマップル6冊はばらして必要なページだけ持っていくことにしました。約半分になりました。輪行袋はかさ張るし、沖縄へのフェリーでも使用しなかったので持っていないことにしました。

このたびは、100日と数日の日数となりますので、梅雨と真夏の時期が含まれます。できるだけ梅雨に会わないように、真夏は涼しい北海道でと考えると、出発日を何日にするべきかよく考えました。その結果、通年中国地方が梅雨に入る2週間前の5月25日出発と決めました。予定通り進むと、日本海沿岸を北上し青森県が6月下旬となりおそらく梅雨には会わないだろうし、7月の暑い時期は一月余り涼しい北海道で過ごすことになり、快適であろうと考えたからです。また、礼文島の自然の花は7月がよいということもありました。

宿泊所とキャンプ地については、疲れが残らないように、また洗濯や電池の充電も考えて、宿とキャンプを1対1の割合でコースと走行距離を考えて宿泊計画を立てました。宿は、ユースホテル・ライガーハウス・民宿等を下調べ、キャンプはできるだけ温泉（お風呂）のあるキャンプ場・道の駅を下調べしました。また、学生時代の友人・教え子・知人・親戚の人たちにも会う予定を立てました。

3年目最終章の出発に当たって

由宇総合支所地域振興課・豊中令子課長補佐さんより、報道関係をぜひ取材にとのことがあり、今回は最終章でもあるし、完走の自信もあるので来ていただくことにしました。このことで、ますます安全に沈着冷静に、かつ気力・体力を充実させて果敢に完走めざして挑戦しようという気持ちになりました。また、楽しく走り、各地でなごやかな交流をしてきたいと考えたのは、言うまでもありません。

## 3年目 「本州・北海道」

(平成19年5月25日～9月10日)

第1日 5月25日(金) 雨

由宇〔自宅・由宇総合支所〕～島根県柿木村

柿木村〔柿木温泉〕

今日は朝から雨。6時起床。フロントバッグに常時必要なもの(カメラ・中国地方地図・小ノート等)を入れ、すべてのバッグに防水カバーを取り付ける。

6時45分朝食をとり、ユニホームを着用、雨合羽・帽子・ヘルメットを着用、スポーツドリンクをボトルに入れ、自転車にセット、フロントバッグ前面にゼッケンを取り付ける。7時35分出発。雨は降り続くが、気にはならない。

由宇総合支所で、約40名の見送りの方々より出発式を受ける。山川ゆうスポーツクラブ会長、榎本県議会議員さんより激励の言葉をいただく。中国新聞社等3社の報道機関より取材を受ける。“元気にマイペースで交流を深めてきます。”と挨拶し、午前8時、雨の中両側に並ぶみなさんの中を通過して出発する。雨で全員写真が撮れなくてとても残念に思う。



出発・中国新聞記事

雨の中を国道188号線を北上、快走して進む。南岩国の岩国市中央図書館前で浜崎康彦さんが車で追って来て、激励を受ける。平田を抜けて、錦帯橋、多田と通り、錦橋へ、平均21km/hで進む。国道187号線を錦川沿いに、谷合いを進む間、新緑の新鮮さを満喫する。錦川では、雨の中アユ釣りをしていた。雨はずっと降り続くが、錦町の道の駅「にしき」まで55km休まず続けて走る。10時40分に到着。ここまでの平均時速20.2km/h。

ここで、雨合羽を脱ぎしばらく休憩をする。雨合羽の胸のポケットに入れていた名刺・小タオル・銭別など水に濡れ、失敗だ。レストランのテーブルの上に並べて干す。昼食は、妻の作ってくれたおにぎりとおかずを食べる。注文はみそ汁のみ。妻と地域振興課、教育委員会に、ここまで快調に来たことをTEL.する。

12時15分再出発。県境の傍示ヶ峠まで7kmの上りはギヤをさげて登る。8km/hだ。腰から腿にかけてだるくなるが、「ツール・ド・国東」の頑張りを思い出して辛抱して登り切る。峠到着、13時05分。ここで水分をとり、一息つく。

ここからは、一路、柿木村へと快調に下って行く。六日市を過ぎて少し小降りになり、止むかなと思っていたら、しばらくしてまた降り始める。柿木村の3km手前で、県警の車(おまわりさん)に呼び止められる。日本一周について、興味深く色々聞かれる。一般人にとっては、すごいことのようなだ。

14時10分、柿木温泉に到着。予定より早く着いたが、女将さんは歓待してくれる。濡れた雨合羽と防水カバー・帽子を洗って倉庫に干す。ユニホームと小タオル・靴下・手袋を洗濯、脱水し干す。その後、柿木村の中心部を散策。一見ひなびた町のようなか、温泉がメインの村のようで、地域の特産物が道の駅や温泉で売ら



柿木温泉

22時30分就寝。

※ 今日のデータ	出発 8時00分	到着 14時10分
走行距離	83.5 km	走行時間 4時間30分29秒
平均時速	18.5 km/h	最高速度 ?
積算距離	83.5 km	総積算距離 3920.38 km

第2日 5月26日(土) 晴

島根県柿木村～島根県浜田市

浜田市 [石見海浜公園] テント泊

6時起床。洗面を済ませ、荷物を整理し自転車の各バッグに入れる。洗濯したユニホーム・手袋・ハンカチもよく乾いていたし、倉庫に干した雨合羽・バッグカバー・ゼッケンも乾いていた。

7時朝食。食欲あり、2膳いただく。そうしていると、斎藤正美先生ご夫妻が来られる。今回は私の方から宿泊をお断りしていたので、今朝帰られて激励に来られたのだ。ありがとう。

靴だけぐつぐつに濡れていて、新聞紙を挟むなどしておけばよかったが、気にならない。

8時05分出発。今日は下りなので快走するが、所々緩やかな上りもある。山合いの雨できれいになった新緑が美しい。高津川沿いに下る。川の流れも生気がみなぎっているように見える。田んぼには、田植えが済んだばかりで、若苗が碁盤の目のように並んでいる。益田市の手前のコンビニでリポビタミンDを飲む。若い店員さんに励まされる。

国道9号線に入ると、そんなにきつくはないけれどアップダウンが続く。標高70mの日の峠、64mの中道峠は丁度よい鍛錬になる。三隅町辺りのスーパーに寄った時、後輪の方で金属音がした。気にも留めなかったが、その後、進行中に時々何か当たるようなカチャカチャという音がする。しばらく走って、チェーンの油が昨夜の雨で流れたのかと思い、止まって油をさす。それから後、直ったかと思いきや、やはり時々同じ音がする。再度止まってよく見ると、後輪のスポークが1本折れている。これが原因だ。すぐに隣のスポークにひっかけて他の部分に当たらないようにガムテープで固定して、浜田市に向かう。途中、日本海ではサーフィンを楽

しむ若者たち風景も見られた。

13時10分、目的地の「しまねお魚センター」に到着。地の魚を自分で選んで食べられる食堂で、カンパチの刺身、ほうぼうの煮付け、野菜たっぷりの海鮮サラダ、ごはん(中)、生ビール(小)で昼食。妻にメールする。

ここで、自転車店を聞いて市役所近くの「栄輪商会」に行く。店主さんは自転車業40年のベテランさん。それでも、ギヤが固くはずすのに悪戦苦闘されたり、専門店でないので丁度合うスポークがなかなか見つからず、問屋に問い合わせ取りに行かれたり、修理に2時間かかってようやく完了する。その間、一生懸命取り組んでくださり、本当にありがとうございました。ともかく、修理できてほっとした。



栄輪商会の店主さん

ここから、石見海浜公園まで約30分で到着する。きれいな公園で、土曜日ということもあって多くの若者や家族の方々がキャンプに来ていた。キャビンの利用者も多い。適当なあずまやがあったので、その中にテントを設営する。設営中、美人の子連れの外の人さんに声をかけられる。インターナショナルの方で数家族が集まってバーベキューパーティーをするので来ませんか誘われる。この方お名前をデニーさんといわれる。



キャンプ中のインターナショナルの方々と

早速、テント設営、身辺整理を終えて出かける。大歓迎を受ける。皆さんと大いに交流する。デニーさんは原田さんという刃物研ぎ屋さんと結婚しておられ、浜田市に在住とのこと。それから、島根県立大学の先生のご家族や、岩国から来られている方とか、総勢20名位のパーティーだった。単語を並べる片言の英語で手振り身振りで話したが、半分位は通じたようでとても楽しかった。また、ビールを飲みながらの、焼肉・焼ジャガ・サラダ等も本当においしかった。あまり長居をしても

と思い21時失礼した。21時30分就寝。

※ 今日の日	出発	8時05分	到着	18時30分
走行距離	94.2 km	走行時間	4時間46分10秒	
平均時速	19.7 km/h	最高速度	48.5 km/h	
積算距離	177.7 km	総積算距離	4014.58 km	

第3日 5月27日(日) 晴

島根県浜田市～島根県大社町

大社町 [えびすやYH]

5時30分起床。洗面後、片付けに入る。荷物取り付け完了後デニーさんや皆さんにお礼に行き、写真撮影。その後、海を見に浜に向かっていて私と同じように自転車で日本一周をしている、まもなく81歳という原野亀三郎さんという人に出

会う。彼は、長野県を出発し、日本最北端の宗谷岬から最南端の波照間島、最西端の与那国島にも行き現在日本海を北上中、すでに13ヶ月を経過しているとのこと。南西諸島もすべて寄ったし、小豆島も巡ったという。戦友の弔問も目的の一つで平和を訴えて走っておられる。背中に「平和」と書いたTシャツを着ておられる。すごいと思う。食事を作るということで、荷物はすごく重たい。“私はゆっくり行くから先に行ってください。また、どこかで会いましょう。”と言われ別れる。



原野亀三郎さん

出雲までの国道9号線もアップダウンがいくつもあり結構きつかったが、走り切った。途中、温泉津温泉の温泉郷を見学する。なかなか来れない所なので見てよかった。その後は、仁摩のサンドミュージアムを外から眺め、写真を撮る。昼食は大田市でチャンポンを食べる。ここから、さらにアップダウンを越えて湖陵町に入る。神西湖は以外に大きい。



三吉章子さんご夫妻と

まもなく出雲市に入るが、この辺りから向かい風が強く14km/h前後の速度でしか走れない。三吉さん宅へ行く目標点、出雲市役所の遠かったこと。近くまで来て少し迷ったが、16時15分三吉さん宅に着く。小方中時代の同僚三吉章子さん、全然変わっておられない。主任児童委員や子育て支援などの活動をしておられ、本当に若々しい。妻としてもしっかりやっておられる。ご主人様も材木商で立派な方だ。懐かしく楽しく歓談する。息子さんに写真を撮ってもらい、

17時30分退出する。

ここから、「えびすやYH」までは約8km。少し寒く感じる。丁度開催中の「えびす・だいこく100kmマラソン」の選手を追い抜いて行く。“頑張って”と声をかける。出雲大社前200mの所に「えびすやYH」はあった。宿泊手続きをして荷物を部屋に置いて、少し散策して大社前の「とりいや」で夕食。帰ってから入浴。今日は99km走ったので、お風呂で筋肉を温めて癒す。

同室者は、三重県鈴鹿市の林明彦さん。今日、100kmマラソンを完走したとのこと。話しが合い、色々マラソンのこと自転車旅行のこと等時間も忘れて話しが弾んだ。洗濯も女将さんがしてくださりありがたかった。日誌を書いて、11時就寝する。

※ 今日のデータ	出発	8時00分	到着	18時00分
	走行距離	98.99 km	走行時間	5時間33分40秒
	平均時速	17.8 km/h	最高速度	?
	積算距離	276.69 km	総積算距離	4113.57 km

第4日 5月28日(月) 晴

島根県大社町～米子市皆生温泉

皆生温泉 [皆生海浜公園] テント泊

5時30分起床。洗面をし、荷物の整理をする。高広さんと豊中課長補佐さんに手紙を書き、携帯メールアドレスを知らせる。高広さんは、私の旅の情報をブログに掲載してくださるとのこと。恥ずかしいようでもあるが、ありがたいことだ。

玄関に「お国座」という屋根型の大看板が飾ってある。女将さんに聞くと、この場所に「出雲のお国」の「お国座」があったのだという。びっくり。でも、お国を身近に感ずることができた。妻、幸子さん、朝見さん、ゆうスポーツクラブへメールする。

7時前に朝食、宍道のしじみのみそ汁はいつものことながら、この地ならではのものだ。食欲あり。林さんは、日御碕を見学して帰るということで、YHの看板をバックに写真を撮る。色々支度をしていると、出発が8時05分になってしまった。

出発してすぐの出雲大社への上りで、チェーンがはずれる。ギヤ切り替えの失敗だ。大反省。出雲大社入口の鳥居で写真を撮り、ここでお参りし松江市に向かう。国道431号線を東進する。昨日と同じで、真正面から吹いてくる強い向かい風。これは大変、だが仕方ない。時間がかかることは覚悟して淡々とこいで行く。平均時速は15km/h、ひどい時には12km/hにも落ちる。右手に出雲ドームを見て進む。宍道湖は以前と同じで濁っていた。松江市に着いた時、走行距離38km、時間は2時間40分かかっていた。



出雲大社

京橋の堀に沿って進み、舟めぐりの風情を感じとる。ここから大根島までは宍道湖と中海をつなぐ水路を見ようと県道260号線を進む。途中、近道があったが通りかかった赤ちゃん連れの若いお母さんに聞くと、坂道だという。予定通り260号線を進む。車は極めて少ない。とにかく、出雲からずっと向かい風だ。ようやく大根島の堤にたどり着く。堤を渡り大根島を走ると、もうすぐ境港だ。



島根と鳥取・大根島を結ぶ堤

自分の走っている姿の写真はなかなか撮れない。堤を渡る途中その写真を撮りやすい所があったので、自動シャッターをセットし10秒間で自転車にもどりすばやく乗って進行中の体勢になる。4回目でようやく成功する。“ばんざい”、うれしい。

つづけて、強い向かい風の中を、江島大橋に進む。橋は大変な急坂で、しかも歩道兼自転車道は狭い。何とか乗って登り切つてやろうと、慎重に落ち着いてコンスタントにこいで登る。これも成功、境港市に入る。

水木しげるロードは、境港駅から約1kmはつづいており、妖怪のどれも本物と同じで楽しくなる。見物客も多い。自転車を押してゆっくりと散策する。みなと館で遅い昼食をとる。煮魚定食とビール。うまい。

ここから、皆生温泉までは弓ヶ浜浴いに15km。少々寒さを感じながら、追い風に乗ってどんどん走る。皆生温泉公園は、地元の親切なおじさんが分かり易く教

えてくれる。やはり、日本一周の表示は人を引きつけるものがあるようだ。屋根付きのホール下にテント設営をする。

明日到着予定の鳥取市に住む大学時代の友人井口壬生君に電話する。「おーゆーランド」で入浴、食事をし広間でゆっくりしていると、井口君から“泊まったら”と再び電話がある。サイクリングターミナル「砂丘の家」に1泊2食の予約をしているからと気持ちだけいただく。明日16時鳥取駅で会う約束をする。三吉さんにお礼の電話をする。ゆうスポーツクラブ会長の山川さんより電話あり。“石川のクラブレッツ、富山のスポーツセンターには連絡した。歓迎すること。”。ここで携帯電話の充電をする。一日の日記をつけ、22時テントに帰り就寝する。



弓ヶ浜

今日は、ずっと向かい風で苦しんだ。明日は止んでくれよ。風呂に入って気づいたこと、

腕は2日目・3日目とアームウォーマーを着用していたので日焼けしていないが、脚の腿は真っ赤、レグウォーマーを着けなかったからだ。明日はレグウォーマーを着用しよう。

※ 今日のデータ	出発	8時05分	到着	16時00分
走行距離	90.07 km	走行時間	5時間40分12秒	
平均時速	16.0 km/h	最高速度	?	
積算距離	366.76 km	総積算距離	4203.64 km	

第5日 5月29日(火) 晴  
米子市皆生温泉～鳥取市



大山

鳥取市・サイクリングターミナル [砂丘の家]

5時30分起床。洗面後、コンビニで朝食を購入し、浜に出て朝食。遠く左手に美保関半島が見える。

7時40分出発。今日もやや向かい風。国道9号線は羽合までは殆んど平坦。右手に大山、左手に日本海を見ながらどんどん進む。とは言っても多少向かい風だから早くは走れない。途中、琴浦町で「風の谷公園」があり見学・休憩をする。ここは、1800年代韓国の船が漂流し、それを地元の人々が救助したということで、今も交流

が続いているということだ。

北条市に入ると、左手は砂丘が長く続いておりくらっきょう>が栽培されていた。作業中のおばさんたちに色々話を聞いてみる。少し持っていくように言われたが荷物になるので遠慮した。国道9号線と平行して整備された農道があり、そこを走りながらくらっきょう>や<たばこ>畑を見て楽しんだ。この辺りは“風の谷”とか“風の街”という名で呼ば



らっきょうの栽培

れるように、風が強く風車が何本も立っていた。電力の供給や何かに役立っているのだろう。

休憩をかねて、道の駅「赤崎」と「北条」で地元の特産品を見物して、泊町の「海岸通り」という軽食喫茶で昼食をとる。ここで、地質の調査をして周っているという倉敷の方と出会い食事をしながら歓談する。



魚見台

ここを出立して長尾鼻の峠は今日一番の上りだった。汗をいっぱいにかいて登った。下りにさしかかり少し下った所に魚見台という展望台があった。この眺めは素晴らしく、浜村温泉方面の町や海が本当にきれいだった。ここで、熊本から関東まで帰るといふ自転車一人旅の社会人男性に会う。よい色に日焼けして元気そのものだ。私の年齢を聞いて、父より上だとびっくりしていた。ここで、「海岸通り」にボトルを忘れてきたことに気づく。すでに7kmもきつい上り坂

を登って来たので、もう戻る気にはなれずあきらめる。今後は、十分気をつけよう。

さらに走り、多少のアップダウンがあるも、快調に進む。白兔海岸の休憩所で井口君にTEL.する。16時に鳥取駅に着く予定と連絡。それからは、16時に遅れてはいけないと懸命に走る。鳥取市内に入ると、道は全く平坦で走り易い。大縮尺の地図を見ながら、鳥取駅まで最も近道のコースをとる。鳥取大橋から千代川沿いに千代橋まで2kmちょっとものすごい向かい風で閉口した。

鳥取駅前のホテルオータニで待ち合わせる。彼から声をかけられる。本当に卒業以来45年振り、面影は十分に残っており万感の再会だった。13階の喫茶店で学生時代の話、今の仕事の話、家族のことなど話す。彼も今は民生委員などで地域に貢献している。宿へ向かう時間もあるので、17時20分ここを出立する。



学生時代の友人・井口壬生君と

途中、教えてもらった自転車店でボトルを購入する。砂丘の家まで約7km。急な上りが続いてようやく到着する。入館手続きを済ませ、すぐに砂丘まで行き歩いて見る。広い砂丘の向こうにもっと広い日本海がひろがっていた。館に帰り、入浴、夕食。その後、洗濯をしようとする21時には自動的に切れるという。残念だが、あきらめる。今日は疲れていたもので、21時30分には休む。日誌は明日にする。

※ 今日のデータ	出発	7時40分	到着	18時20分
走行距離	93.8 km	走行時間	5時間19分37秒	
平均時速	17.6 km/h	最高速度	52.2 km/h	
積算距離	460.56 km	総積算距離	4297.44 km	

第6日 5月30日(水) 雨・雷のち曇・晴

## 鳥取市～兵庫県竹野

5時10分起床。雨だ。洗面の後、昨日の日記を書く。6時過ぎから荷物をまとめ、バッグに入れ自転車に取り付ける。7時から洗濯をする。全自動で脱水まで仕掛けておいて朝食に行く。食欲あり、全部いただいた。大雨・雷でとても出られるような状況ではないので、宿で待機する。井口君から心配の電話あり。

9時頃雨があがる。予報では天気は回復するとあり、空も明るくなってきたので出発と決める。荷物の残りを取り付け、上合羽を着て、上下ウォーマーを着ける。



鳥取砂丘・砂丘展望台より

かった。坂を下った居組で漁業に携わる方に話を聞いた。カニがよく獲れるとのこと。シーズンによって種類が違うそうだ。

海岸線を堪能しながら浜坂に至る。ここでも町内を巡り、駅前で年配のおじさん・おばさんに食事処を尋ねると親切に教えてくれた。「○○○○」というこぎっぱりしたきれいな店で、魚フライ定食を食べた。天気の方もこの辺りで晴れてきた。この店で合羽を脱ぐ。香住までのコースに海岸線か国道178号線か状況を探ねると、海岸線は景色はよいがアップダウンがとてもきびしい、自転車では大変、国道178号線がよいと教えてくれた。

国道178号線を進む。久斗橋までずっと平坦。ここから桃観峠への上り約3kmは大変だったが、頑張って登った。峠を越えて下って行くと余部鉄橋が見えてきた。「さくら会」の旅行を思い出し、会長の田中丈夫さんにTEL.する。ここから香住までも、鎧駅入口までの上りや大小のアップダウンがいくつかあったが、眼下に海が見える所もあって素晴らしい眺めを楽しめた。

今子浦を過ぎ、佐津から県道11号線に入る。海岸線はずっと美しい。安木浜から幕坂トンネルの中を上る坂も半端ではなかった。ジグザクのコースを登っていった。浜須井に下り、竹野までの今日最後のの上りと思われる坂は1kmもなかったが、特に急でどうにも登ることができず、初めて押して登った。汗ダクダクだった。

## 竹野 [弁天浜キャンプ場] テント泊

9時30分出発。すぐに、砂丘展望台に至り、しばし砂丘を展望する。つづいて、砂丘道路を走る。約4km気持ちよく走って国道9号線に入る。瓢箪山峠を越えて、国道178号線に入るところを、間違えて国道9号線に行ってしまう。少しして気づいて2km行った所の大岩駅で左折、国道178号線に迂回する。ここから浦富海岸までは殆んど平坦。浦富海岸・牧谷海岸はとてもきれいだった。東浜は海岸沿いに走る。ここからの七坂峠は曲がりくねった急坂でとてもきつ



浦富海岸の絶景



余部鉄橋

今日の目的地・休暇村竹野海岸に着いたが、食料の購入を忘れていたことに気づき竹野の町・竹野温泉まで行くことにする。かなり下って行ったので、もう戻るまいと決める。竹野観光センターで、風呂や食事・キャンプ場・スーパーなどを尋ねると、親切に地図をくださって教えてくれる。日本一周すごいと感心される。



弁天浜キャンプ場・中野さん

17時、弁天浜キャンプ場に到着。バイクの旅行者がテントを張っている。挨拶をして、私もテント設営をしていると、彼がやって来て会話が始まる。この人は福岡の社会人で中野さんという。これから私と同じコースで日本をぐるっと周る予定という。ただ、北海道にいい所があったら住みたいので、それを見つけるのが目的だということ。独身の30代の青年だ。風呂とスーパーのある所を教えてあげる。

私は、テント設営後北前館に入浴に行き、スーパーで<にぎり寿司>と<ビール>に朝食として<おむすび2個>と<牛乳>を買ってテントに帰る。日本海に沈む夕日を見ようと浜に出てみたが、水平線には雲がかかっていた。残念。ゆっくりと夕食をとり、日誌を書き、明日の予定を見る。21時就寝。

23時頃、眠っていたが雨の音で目が覚める。殆ど荷物はテントに入れていたが、フロントバッグだけ自転車に取り付けていたので、あわててはずしてテントに入れる。やんでくれればいいがと思いつつ眠る。24時頃止んだが、1時頃またやや強く降り出して、風も出てくる。これはやばいと思いつつ眠る。

※ 今日の日データ	出発	9時30分	到着	17時00分
	走行距離	72.09 km	走行時間	4時間36分53秒
	平均時速	15.8 km/h	最高速度	?
	積算距離	532.65 km	総積算距離	4369.53 km

第7日 5月31日(木) 曇

兵庫県竹野～京都府丹後

丹後[てんきてんき村]テント泊

夜明け前から雨は降っていないが、強風が吹き荒れる。このままでは出発できそうもないと思っていたが、バイク旅行中の中野さんは6時過ぎもう出発の体勢に入っておられた。名刺を交換し互いの健闘と再会を祈り合い見送る。強い風はそのままだったが、天気は徐々に回復すると聞いて出発することにする。

荷物をまとめ自転車にセットして、8時20分出発する。いきなりの竹野の上りは、頑張っで登る。断崖の上からの日本海の眺めは抜群だ。2回目の上りからは、急傾斜でとても乗っては登れない。歩いて押して登る。しばらく断崖上の道がつづくが、入り江に入るとせっかく登ってきたのにまた降りる。つづいて、また上り、今度も押して登る。田久日の断崖道だ。登った所の眼下に集落の跡が見えた。「オの神」といっ



徒歩日本縦断・村岡剛さん

て、平家の落武者が隠れ住んだ所とあった。こんな人の近づけないような所だから住めたのだろう。



日和山海岸・竜宮城が見える

龍宮城が見える。昔は、この島で＜竜宮の舞＞も行なわれていたそう。写真を撮っていただく。



城崎温泉

三原峠まで頑張る。峠の分かれ道で小天橋への近道があり、その道を一気に下って行った。

久美浜湾は珍しい円形の湾で景色もよい。いかだがいくつもある。聞いてみるとカキの養殖だそう。波が静かだからいいのだろう。小天橋というのは橋の名かと思っていると、そうではなく天橋立の小型のものだということだそう。日本海に面する久美浜は、長く弓形の砂浜で日本のハワイのようだと釣り客が言った。

国道178号線に入り平坦な田園地帯を走る。夕日ヶ浦は立派な温泉地だ。大きな豪華な温泉旅館がいくつもあった。

食事処がなかなかなくて、聞いてみると「カニはん」を教えてくれた。行ってみると、おみやげとレストラン併設の気持ちのよい店だった。日替わり定食（600円）を食べた。

ここからまた、丹後鉄道と平行した山間の大体平坦な道に行く。網野で食料を購入。ここで「てんきてんき村」までのコースを尋ねると、国道178号線を行くとアップダウンがきつい、それより県道683号の方が平坦で楽、距離も変わらない

少し進んだ上りで徒歩の旅行者に出会う。福井県の人で宗谷岬から佐多岬まで歩いているという村岡剛さん、旅の話を交歓して、互いに激励し合う。この人はパソコンを持参しており、ブログに書き込んでいるとのこと。私のことも書き込んでくれるだろう。それにしてもお元気で気持ちのよい方だった。

しばらく、断崖上の平坦な道がつづき、徐々に下って行くと日和山海岸に出た。この海岸の沖には竜宮城が見え、本当に浦島太郎のおと

それから、円山川に沿って上り、城崎温泉のたたづまいを見る。川に柳と昔ながらの旅館、真に温泉街の風情だ。

ここからは、飯谷越えをやめて港大橋に引き返し、気比を通して迂回する。距離もそんなに違わなくて、楽なコースだった。畑上の分かれで地図を見ていると、軽トラのおじさんが止まって声をかけてくれる。“三原峠はどんな道ですか？”と聞くと、“しんどいと言えばしんどいな”と応えてくれた。“気をつけて”と気遣ってくだ



久美浜湾

と言われ、そのコースを取る。本当に楽でよかった。

「てんきてんき村」のキャンプ場にテント設営。丹後温泉に入り、夕食。この間携帯電話の充電を道の駅「てんきてんき丹後」にお願いすると気持ちよく応じてくださった。お礼に、ワンカップ<丹後鶴>と<子持ちかに>を買う。今日は、昨夜の寝不足と疲れで、日誌の記入も途中でやめて19時30分就寝する。

※ 今日のデータ 出発 8時20分 到着 16時00分  
走行距離 61.18 km 走行時間 4時間01分58秒  
平均時速 15.1 km/h 最高速度 49.9 km/h  
積算距離 593.83 km 総積算距離 4430.71 km

## 第8日 6月1日(金) 曇

京都府丹後～京都府天橋立

天橋立[天橋立YH]

5時30分起床。昨夜はぐすりとよく眠れた。洗面をし、道の駅の外にあるテーブルで昨日の日誌の続きを書く。少し寒い。ジャージを着ていても寒い。朝食をとり、荷物をまとめて出発準備をする。寒いので、アーム・レグウォーマーを着け、下着にユニホームそして上衣の雨合羽を着る。



丹後半島最北の町・袖志の風景

8時00分出発する。国道178号線、経ヶ岬まで多少のアップダウンのあるロードで海・畑がおだやかで表情豊かな風景だ。到る所でジャガイモの花が咲いている。丹後半島の最も北の町・袖志は漁業の町、純朴なおじさんと話した。経ヶ岬の長い上りを登る。灯台まではかなり歩くようなので割愛する。経ヶ岬トンネルを抜けると断崖の上を殆んど平坦に走る。下はカマヤ海岸で海を眺めて走る。浦入から長延までは曲がった急坂約1.2 km、はじめから押して登る。途中、畑作業のおじ

さんと話をする。ここは、風が強いようだ。

長延から下って行くと、宇良神社(浦嶋神社)・浦島公園があった。今日は、行程距離も短いのでゆっくりする。神社にお参りし朱印をもらう。この神社のいわれは、日本書紀に登場する浦嶋子を祭ってあるとのこと。浦島記念館で浦島太郎シアターを鑑賞する。楽しい。ここで、折りたたみの自転車に乗って旅行をしているという会社員に出会う。彼はJRで自転車を運び、この地方を自転車で走っているのだ。昨夜は私と同じ丹後に泊まり、今日は経ヶ岬、浦嶋神社、伊根、天橋立と私と同じ行程で見学して周ること。明日は京都へ行って帰るという。これもいいなあと思う。



北前船の模型

ゆるやかなアップダウンの峠井室を走り、伊根に下って行く。食事処を尋ねると「兵四楼」を教えてくれる。なかなかの古刹、品のよい店。海鮮丼を注文したところ具がたっぷりあって、とてもおいしかった。

ここで舟屋を見てみたいと尋ねると、親切に教えてくれた。舟屋を間近に見て感

動した。この町全体が舟屋のようだ。おばあさんの話を聞くと、“海に突き出た家の中に舟を入れて、漁に出るのは船外機で、近海沿岸に出ているいろいろな魚が獲れる。”とのこと。ここから、天橋立までは海沿いの海岸道路。平坦で、潮風が心地よく当たり、快走する。



伊根の舟屋

天橋立に到着し、元伊勢籠神社にお参りする。旅の安全を祈る。つづいて、傘松公園にケーブルカーで登る。天橋立は誠に絶景だ。さすが、日本三景の一つと言え。股のぞきで見ると、これはもっと美しい。この美しさの感動を伝えようと、7人の人<妻・朝見さん

・妹幸子・高広さん・ゆうスポーツクラブ・地域振興課豊中さん・松田君>にメールする。下りはリフトに乗り、絶景を十分堪能しつつ下っていった。

天橋立YHはすぐにわかった。電話で聞いていたのでよかった。入館後すぐに、いっぱいたまった着る物を全て一緒に洗濯、乾燥をする。入浴は立派な風呂で一番風呂、最高。夕食時、早大4年生の女学生と話しながら食事する。彼女は、今学校が<はしか>で1週間休講中なので1人で京都・丹後を旅しているのだそうだ。学校のこと、就職のことなど話した。環境情報学部で、昨日就職内定の電話があったとのこと。おめでとう。よい学生生活のしめくくりをと話す。



天橋立

デジカメと携帯電話の充電をし、20時～21時、この日誌を書く。明日の行程を調べ23時就寝する。

※ 今日の日データ	出発	8時00分	到着	16時00分
	走行距離	48.93 km	走行時間	3時間12分28秒
	平均時速	15.2 km/h	最高速度	?
	積算距離	642.76 km	総積算距離	4479.64 km

第9日 6月2日(土) 晴

京都府天橋立～福井県小浜市

6時起床。久々の晴天、うれしい。早めに荷物を整理して自転車バッグに入れ、朝食の時間7時30分を待つ。玄関で写真撮影。食欲旺盛。ごはん2膳食べる。

8時20分出発。楽しみにしていた天橋立の松並木を走る。早朝より、歩いて渡っておられる方々と“おはようございます”と挨拶を交わす。大天橋、廻旋橋で写真撮影。智恩寺にお参りし、

小浜市[小浜公園]テント泊



天橋立松並木

孫の佳穂と沙弥に智恵のお守りを買う。智恵の餅を食べるとよいというのでお店に入り、いただく。とてもいい感じのお店で、一緒に写真を撮ってもらう。

ここから国道187号線に入り、栗田トンネルを抜け由良に至る。丹後由良は伝説の町で、〈安寿〉と〈厨子王〉のいた山椒大夫の町である。森鷗外が、伝説を基にして現地を調べ執筆したという。山椒大夫の屋敷跡というのがあった。由良川はとてもおだやかで、ウェイクボードやウインドサーフィンを楽しむ若者の姿も多く見られた。



智恵の餅の店



安寿と厨子王の像

舞鶴市へは、八雲橋を渡り県道568号線を通った。これは、八雲橋のたもとのお店屋さんで聞いて選んだ道である。この店のご夫婦〈日本一周〉の表示を見て、とても感激されて、“それは568号線の方がよっぽど楽で近い”と言ってくれた。快調に走り、西舞鶴の大手町に来る。ここでも、ラーメン屋のお嬢さんに聞いて、県道565号線を進む。沿岸線なので、いくつかの部落があり山道と違って楽しい。

しばらく走り、国道27号線と合流する地点がわからず、車で仕事のおじさんに

聞くと、親切に合流点まで伴走してくださった。

まもなく左手に、停泊中の海上自衛艦を見て、舞鶴のシンボル赤レンガ倉庫群に至る。博物館に入ると、諸外国や古い歴史上の諸々のレンガが展示してあった。メソポタミヤやエジプトの楔形文字の入ったレンガや中国の古い造形の美術的価値の高いと思われるレンガの彫刻や、近年ではアウシュビッツ収容所のレンガやベルリンの壁のレンガも展示されていた。原爆ドームのレンガも寄贈展示されてあった。その他東京駅など、有名な建物の数々のレンガも展示されていた。



赤レンガ倉庫群

昼食は、できるだけ走ってからにしようと、さらに高浜市に向かう。地図で調べて、高浜市のレストラン〈源治〉にしようと決めた。午後2時〈源治〉に到着。スタミナをつけようと〈うなぎ御膳1380円〉を注文する。おいしかった。ここから、一気に小浜まで走る。小浜駅着16時丁度。



小浜公園よりの眺め

今日の行程は、大したアップダウンもなく快調に走れたし、天橋立・赤レンガ博物館等十分見学もできた。

小浜市観光案内所で、市内案内地図をもらい小浜公園に行く。海べりの静かな所で、近くは街並みなので、ここにテント泊することに決める。公

園で、くつろいでおられた2人のご婦人に明日の三方までのコースの状態を聞くと、“沿岸の国道162号線はとても自転車で通れる道ではない。車でもアップダウンが大変だ。海岸はきれいだが、とても厳しいと思うよ。国道27号線になさりなさい。”と言われ、明日は国道27号線を通ることに決めた。

小浜温泉<浜の湯>に入り、スーパーで夕食を購入に行くと、<かねぜん>というお店、閉店しかかかっており、<焼き飯>と<きゅうりとイカの酢の物・2個>をあげると言ってくれました。ありがたい。ビールと朝の朝食をコンビニで購入する。19時テントにもどり夕食をとる。夜、公園を少し歩く。何組かのカップルが夕涼みに出ている。日誌を書き、22時就寝する。



人魚姫の像

※ 小浜には人魚姫の伝説があった。黒潮に乗ってやってきたジュゴンがもとになっているそうで、ジュゴンは「マリモ」を食べて長寿で美しいことから、「マリモ」を食べた「八百比久尼」は800年も美しく生きたと伝えられ、宝印寺に祀られている。

※ 今日	のデータ	出発	8時20分	到着	16時00分
	走行距離	78.07 km		走行時間	4時間17分47秒
	平均時速	18.1 km/h		最高速度	39.7 km/h
	積算距離	720.83 km		総積算距離	4557.71 km

第10日 6月3日(日) 晴

福井県小浜市～福井県武生市糠

武生市糠[あお来旅館]

4時30分目が覚める。外は明るい。出て見ると、もう夜が明けている。びっくり。もう1時間眠ろうと寝袋に入る。つぎに目覚めたのが5時30分、外に出て見ると、もう太陽が少し昇り日が当たっている。洗面を済ませ、朝食をとる。荷物を整理してバッグに入れ、自転車に取り付ける。今日は早く出発できると思っていたら、京都から来た自転車旅行中の中年(青年)に声をかけられる。しばらく話しをする。この人はJRで輸行(自転車を運ぶ)して、目的地で自転車と見学を楽しんでいるという。高広さんよりメールあり、返事のTELをする。



美しい若狭湾

今朝の若者の話では、今日のコースは矢代で一箇所急坂があるが、あとは楽勝、国道27号線より国道162号線をすすめるという。この話で、国道162号線を経由することに決める。その人の言われた通り矢代の急坂を除いては、変化に富んだ若狭湾の海を眺める快適ロードだった。矢代の急坂も全部こいで登った。成出では、梅の里という程の梅の産地ということで道端にある作業所にも立ち寄ってみた。

この162号線も矢代トンネルができつつあり、これが完成すると素晴らしいツーリングロードになる。

三方では、鳥浜から近道の県道を走りきやまで国道27号線に合流した。国道27号線に入り敦賀市佐田までは殆んど平坦で快走する。途中、五木ひろし館のある

五木茶屋があり見学する。

ここから関峠（標高100m）までは、いい運動になった。敦賀市街に入り、若い父子連れに〈日本海さかな街〉を尋ねると、わざわざ近くまで案内してくれた。本当にありがたい。大きな活気のある〈おさかなセンター〉だった。ここで海鮮丼を食べたが、丹後の兵四楼の方がよほど良かった。しばし、街内をぶらぶら見て回り休憩を取ってから、気比の松原に向かう。唐津の松原に似ていた。

気比神社にお参りすると、四人の女性連れが日本一周に関心を持たれ、一緒に写真撮影を頼まれる。さらに、新卒の若い社会人の三人連れも同様で一緒に写真を撮った。いずれも、道中を励まされる。気比の町では、道路沿道の清掃活動がボランティアの方々によって行なわれていた。“ご苦労様です”と声をかける。



気比神社

敦賀市から国道8号線を北上する。大仁田までは快適ロードだったが、ここを過ぎて道の駅「河野」までの4Kmは上りの連続、長いトンネル1つと短いトンネル4つのすべて上りで、とてもきつかったが登り切る。暗いトンネルの続く断崖の上を登りながら走った。道の駅「河野」からの約5Kmはずっと下りで気持ちよかった。



16時も過ぎていたので、予定通り甲楽城の宿「ふじ万旅館」に泊まることにする。小さいスーパーの奥様に場所を尋ねると親切に教えてくれた。行ってみると今日は休みだ。「あお来旅館」を紹介してもらい行ってみると、1万円からということだ。時には奮発してもいい思い、1万円をお願いします。

とても感じのいい旅館で、料理は刺身・魚の煮付け・さぎえの壺焼き……豪華だ。風呂も素晴らしくよかった。夜は、洗濯とデジカメ電池の充電をして、佳穂と沙弥に智恵のお守りを送る準備をした。ゆっくりと日誌を書いて22時30分就寝する。



「あお来旅館」

今日は、国道162号線が走れたことと、敦賀市内をいくつか見学できてよかった。旅館「あお来」も豪勢に一夜が過ごせた。

※ 今日の日データ	出発	7時30分	到着	16時30分
走行距離	86.00 km	走行時間	5時間16分22秒	
平均時速	16.3 km/h	最高速度	? km/h	
積算距離	806.83 km	総積算距離	4643.71 km	

第11日 6月4日（月） 晴

福井県武生市糠～石川県小松市安宅 小松市安宅[ふれあい健康広場]テント泊  
5時30分起床。洗面をし、近くを散歩。洗濯物を片付け、荷物を整理してバッグに入れる。7時朝食、朝からあじの刺身がついている。食欲大いにあり、お櫃の

ごはんを全部たいらげる。おかずも勿論。元気の証だ。

7時50分出発。越前海岸のコースはずっと平坦だった。天気は晴れ、風もなし、日本海の波はなく、おだやか。快走しながら、景色の素晴らしさを十二分に堪能した。本当に美しい眺めだった。わかめ漁が最盛期で、ご婦人方がせっせと働いておられた。半日日干しにして出荷するのだそうだ。また、沿岸では船が定置網の側で作業をしていた。聞いてみると天然のぶりを獲っているところだということだった。越前岬からは、小舟で漁をしている姿も見られた。



わかめ漁

越前水仙の里公園の水仙ドームでは、温度を低く保って水仙をいっぱい咲かせていた。全国でも珍しいと思う。明日訪問するかほく市の「クラブレッツ」に、明日15時訪問予定である旨電話をする。

到る所で人々に会うが、殆んどの人が私に対して“感動する”“元気で行ってね”と声をかけてくれる。



東尋坊

昼食を東尋坊でしようと頑張っている。13時東尋坊到着。< >というお店

の人が親切で、自転車置き場も教えてくれたので、ここで昼食。○釜定食1300円とビール350mlをいただく。この店で携帯の充電をさせてもらう。14時30分まで見学する。ここでも東京の大学4年生の女子学生一人旅に出会う。

ここからは芦原を通って、加賀市上木キャンプ場に向かう。上木キャンプ場は行ってみると昨年末で閉鎖したとのこと。

近所の方に聞いてみると、手前2Kmの所

に瀬越キャンプ場があるという。スーパーは進行方向数Kmにあるとのこと、とりあえず走ることに4Km、朝日町のスーパーで夕食を購入する。ここからは、瀬越までもどる気にはなれず、地図をよく見てみると15Km先に安宅キャンプ場がある。17時を少し過ぎていたが、1時間もあれば行けると思うので、県道19号・20号線を走って安宅キャンプ場へ向かう。暗くならないうちにと全力でこいだ。日が長いのはありがたいことだ。明るいうちに到着した。

キャンプ場はまだ開設していなかったが、テントを設営する。このキャンプ場は広々としてよい。日本海に沈む夕日を見ようと海岸展望台に出てみたが、水平線より少し上で雲の中に沈んでいった。残念。夕食をとり、日誌をつけ、ゆっくりする。小松飛行場発着の飛行機の轟音が気になる。

※ 今日のデータ	出発	7時50分	到着	18時10分
走行距離	97.83 km	走行時間	5時間20分22秒	
平均時速	18.3 km/h	最高速度	? km/h	
積算距離	804.66 km	総積算距離	4741.54 km	

第12日 6月5日(火) 晴

石川県小松市安宅～石川県羽咋市 羽咋市[千里浜なぎさモミレージ]テント泊  
5時30分起床。ゆっくりと準備。炊事棟に電源があることに気づき携帯を充電する。明日着用予定のユニホーム等を水洗いして荷物に取り付ける。

7時40分出発。自転車道を通り、興味深い安宅関に行く。安宅住吉神社の禰宜様とても親切で本殿に上がり、勸進帳にまつわる話しをしてくださる。安宅関は義経を捕らえるための一時的なものだったということだ。安寿と厨子王といい、義経主従といい、どうしても感傷的な気持ちになる。

ここから先も、当初は日本海沿岸の自転車道を走ろうと思っていたが、ここまでの自転車道を見ても道が悪く、ただ海を見るだけなので、自転車道はやめて国道25号

線を通ることにする。この道なら、それぞれの地域の風景や情緒・文化も感じ取れると思う。幸いにも、今日はずっと追い風で道も平坦で、本当に気持ちよく走れた。手取川を渡り、石の木塚を見たいと思い、どこにあるのか地元の人に聞いてみたがわからないので、あきらめた。



安宅関・弁慶像



「クラブレッツ」を訪問

金石という所で、銭屋五兵衛という記念館があり、見学をする。この人は、江戸末期加賀藩の財政立て直しに尽力された人だ。晩年は妬まれて、不遇な末期だったということだが、今にその仁力が慕われているのだ。ここに、〈百楽天ラーメン〉という店が併設してあったので昼食をとる。ここから、かほく市の「クラブレッツ」にTEL. 13時30分～14時に訪問すると連絡する。

「クラブレッツ」は、話しの通り中学校体育館一階にあった。西村マネジャー

はじめ職員みんなに大歓迎されてうれしい。男性女性職員4人が常駐し、素晴らしいと思う。よくやれると思う。自主事業収入が予算の約7割を占めているということで、よい勉強になった。施設の見学や講座の見学をさせてもらう。

ここからは、県道59号線から国道159号線を通り、羽咋市へ向かう。ずっと平坦な道だったので、どんどん走れた。羽咋市のスーパーで夕食の買い物をして、地元のテレビ局が取材に来た。ジャンケンゲームも撮影される。きっと、地元で放映されるのだと思う。

今日は、千里浜なぎさモミレージにテント泊。受付を済ませテント設営。夕食をテントの中でとり、日本海に沈む夕日を見たい一心で浜辺に出る。晴天である



日本海の雲間に沈む夕日

が、今日も水平線すれすれにある雲の中に沈んでいった。今日も残念。今日の夕日は美しいようなので浜辺に見に来たという中年の女性の方と話しをする。

夕食後、温泉施設「ユーフォリア」に入浴に行き、大広間でゆっくりしながら、日誌を書く。

※ どこだったか。13時頃、敦賀発・小樽行のフェリーが日本海沖合いはるか進んで行くのが見えた。

※ 今日のデータ	出発	7時40分	到着	16時00分
	走行距離	75.03 km	走行時間	3時間55分38秒
	平均時速	19.0 km/h	最高速度	? km/h
	積算距離	879.69 km	総積算距離	4816.57 km

第13日 6月6日(水) 小雨→晴→一時雨→曇

石川県羽咋市～石川県輪島市 輪島市 [袖の浜キャンプ場]テント泊

夜中の1時30分雷鳴の音で目が覚める。遠くの方であるが、近づいてくるかと心配になる。その内に眠り、3時頃雨の音で再び目覚める。とうとう雨になったかと、覚悟を決める。その内にまた眠り、5時過ぎに目覚める。この時は雨はやんでいた。5時30分起床。空を見ると、雲はあるが何とか上がるような感じでもある。



能登金剛・巖門

雨具を着用し、荷物にレインカバーをセットして、7時40分出発する。国道249号線を北上する。すぐに能登一の宮「気多大社」があったが、今日は難道、遠距離なので通過する。柴田では黒瓦と板塀の風景を見るため町道を通る。つづいて、高浜南ではガソリンスタンドでこれから通ってみたい県道36号線の様子を聞いて見る。“いくらか巖しいアップダウンもあるが大丈夫。36号線を行きなさい。”という言葉で勇気一番、気持ちよく36号線を進む。今日も幸いなことに追い風で、自分に見方

してくれていると思う。

途中、「フォリア」というおとぎの国のような花園があった。寄って見る。草花に水をやっている店員に話しを聞くと、開園は9時30分からだということで、外だけ見る。少し行くと「志賀原子力発電所」があったが、入場はできなかった。松林に囲まれて中の様子は殆んど見えなかった。

福浦港から上り坂を登ると、千畳敷岩巖門に着いた。巖門という名にふさわしい風景だ。つづいて、国道249号線に入り機具岩に至る。二見が浦にそっくりだが巖しい感じだ。この辺りを能登金剛といい、激しさと優しさが交錯する雄大な自然を堪能した。

富来町には、世界一長いベンチがあるということで、どんなものだろうと思っていたが、驚くほど長い長いベンチでギ



世界一長いベンチ

ネスブックにも載るはずだと感心した。増穂浦方向を眺めるゆったりした場所といえる。

県道49号線に入るとすぐに長い急坂がつづく。頑張っ  
て登る。下り始めるとどんどん進み、最後の上りを登ると  
義経の船隠しに着いた。すごい自然の造った岩礁の狭間だ  
った。すぐにやせの断崖に到達。地震で崩壊、危険なので  
進入禁止となっていたが、せっかく来たので注意しながら  
入って見学する。本当に恐怖を感じず断崖だ。柵から出な  
いでくださいと表示があり、とても出てみる気にはなれな  
かった。



義経の船隠し

ここから再び国道249号線に出た所で雨が“ザー”と  
降ってきた。近くの小屋の軒下に入り、雨合羽を上のみ着  
て、ヘルメットの下に帽子をかむる。テント・銀マット・  
バッグにカバーを取り付けたところで雨が上がる。いまいましい雨だと思いながら、  
そのまま進む。



門前そば

昼食は、頑張っ  
て我慢して走って、門前町の「手し  
ごと屋」で門前そばを食べてみることにする。国道2  
49号線を少し行き過ぎて逆戻り。「手しごと屋」は総  
持寺のある町中で見つける。女将さんは明るく気持ち  
のよい人で、この女将さんの知人もお客でおられ、親  
しく会話をしながら門前そばをいただく。山で採れた  
ふきの佃煮もおいしかった。玄関で一緒に写真を撮る。

ここから長い上り坂を登り、中屋トンネルを抜け輪  
島市に入る。輪島市に入ると強い追い風で、歓喜して

快走する。

輪島市役所を訪れて、地震復興のボランティアを願い出たが、“すでに殆んど復  
興しており、明日のボランティアの予定はありません”、社協へ行ってみてくださ  
いと言われる。社協へ行ってみると同じことで、元気な朝市に行ってみてくださ  
いと言われる。

ここで教えてもらった輪島駅の観光セン  
ターへ行き、地図をもらい、キャンプ地・  
風呂・見学地・スーパー等を尋ねる。キャン  
プ地袖ヶ浜へ行くと輪島高校陸上部の男  
女生徒数名に会う。交流会話する。合宿中  
という。ここから見える岬の土砂崩れは地  
震の跡だと教えてくれた。地震にめげず、  
みんな元気に活動している。一緒に記念撮  
影をする。



輪島高校陸上部生徒のみなさん

キャンプ場はまだ開設されていなかった  
が、水や電気はついた。屋根のある物資置  
き場にテントを設営する。すぐ近くの国民宿舎「輪島荘」で入浴。テントに帰り夕  
食。身辺整理をし、明日の予定を朝市や仮設住宅、キリコ会館で交流しよう、泊ま  
りは「木の浦健民休暇村」と決める。明後日の宿泊「能登漁火YH」に予約をする。  
日誌と会計の記録は明日にして、21時就寝する。

※ 今日のデータ	出発	7時40分	到着	16時40分
	走行距離	80.44 km	走行時間	4時間27分33秒
	平均時速	18.0 km/h	最高速度	57.9 km/h
	積算距離	960.13 km	総積算距離	4897.01 km

第14日 6月7日(木) 曇  
石川県輪島市～石川県珠洲市

珠洲市木の浦[国民宿舎能登きのうら荘駐車場]テント泊

今日はゆっくり6時過ぎに起床。洗面後、普段着・ユニホーム類を洗濯。洗濯した普段着を乾くように荷物に取り付ける。



鳳至公民館の皆さんと

8時35分出発。出発した途端に降雨。輪島市鳳至(ふげし)公民館に寄り、お願いして雨宿りと防水カバーの取り付けをさせてもらう。事務員の女性の方がコーヒーを持ってきてくださり、“どうぞ中に入って休んで行ってください。”と言われる。遠慮せず、交流をしようと事務室にお邪魔して、しばし交歓をする。日本一周に驚嘆されるとともに励まされる。地震の被害の状況、人々の生活の様子について尋ねる。館長さん“進路の中の曾々木～大谷間は地震で通れなくなっている。”と言われ、確認のため電

話で聞いてくださる。やはり、歩行者・自転車も含め全面通行止めとのこと。迂回のための道を地図を示して教えてくださる。足湯も教えてもらう。とても親切にしていただき、出発時にはタオルも要るでしょうと2枚持たせただきだった。

朝市で、地元の商店の方々と交流する。明るいおばあさんの店で、〈ちりめん〉と〈わかめ〉をいただく。多くの方から“頑張って”と声をかけられる。輪島市の皆さん本当に元気に頑張っておられる。足湯に入り足を癒す。

つづいて、警察署近くの仮設住宅を訪問する。被災者を元気づけるとともに、私も元気をもらおう、心を通わせようという気持ちで臨む。集会所での交流を期待していたが、この日は集会所には集まっておられなかった。個々の住宅に外から声をかけさせていただく。“不自由はありませんか?”と聞くと、“あっても言えません。市長さんがよくやってくださり、ありがたいことです。”“ただ、ここへの入居は2年間が限度です。その先は見通しがなく不安です。”と言われ、私に元気で行くようにと逆に励まされる。

キリコ会館に寄る。大きな山車がたくさん収



輪島の朝市



輪島のキリコ

めてある。ビデオでの放映を見ると勇壮で華麗だ。輪島市の元気な姿が想像される。11時20分ここを出発する。

今日は、昨日と違って向かい風で15km/h位でしか走れない。おまけに霧で遠くは雨が降っているように見え、うっとおしい気分になる。曾々木まで適当なアップダウンがあり、12時を過ぎた。



千枚田

千枚田ポケットパークは、いろんな形の小さな田んぼが段々畑的に何百も集まっており本当に珍しい風景だった。稲はまだ小さく新鮮な感じの造形美そのものだ。また、高台からは変化に富んだ能登海岸を望むことができた。

曾々木食堂で、サザエのつぼ焼き定食とうどんを食べる。とにかくよく食べる。エネルギーが必要なのだろう。会計簿をつける。食後努めて書くようにしている。

ここからは、曾々木～真浦間で地震の際山が崩落し、今も全面通行止めになっているため、県道6号線→五里分→八太

郎峠（県道40号線）→黒丸→吉祥寺（県道272号線）→大谷町と迂回する。八太郎峠は、標高230m、大変苦しかったが全部こいで登る。吉祥寺越えは短いが急坂で、一部押して登る。峠からは一気に大谷町まで下って行った。ここからは、県道28号線を適度なアップダウンの中、気持ちよく進む。能登の奇岩ゴジラ岩があった。本当にゴジラそっくりだった。木の浦まで最後の上りは、ラケット道路と名がついている通り、とてもきつく少し押して登った。

木の浦健民休暇村キャンプ場は、国民宿舎能登きのうら荘が管理しており、手続きのためそちらへ下って行った。入浴、夕食は国民宿舎でOK、キャンプ場もOKということであったが、キャンプ場までは今下ってきた坂道を約1km登って行かなければならない。とてもその気にはなれず、急遽宿泊をお願いしたが、あいにくアメリカ・コロラド州少年少女合唱団百数十名が借りており、空室なしだった。やむなく、近くの敷地内にテント泊を依頼すると、駐車場に無料で許可して下さる。そして、トイレ・洗面も国民宿舎の中の設備を自由に使ってもらってよいということで、ありがたいやらうれしいやらで心をこめて感謝の気持ちを表す。

入浴は一番風呂で、日本海が一望できた。夕食も刺身他なかなかいい。仲居さんも感じのいい人だった。ここのロビーで22時までテレビを見たり、日誌をつけたりしてゆっくりした。テントにもどり、乾いていないユニホーム等を物干しにつるす。22時30分就寝。

夜、12時30分頃雷が鳴りはじめ、まもなく大雨になる。丁度この時、コロラド州少年少女合唱団のものと思われるバスが到着した。おそらくびっくりしたこと



国民宿舎「能登きのうら荘」

だろう。その後、うとうとしながら眠った。

※ 今日のデータ	出発	8時35分	到着	16時40分
走行距離	51.00 km	走行時間	3時間42分05秒	
平均時速	13.7 km/h	最高速度	48.6 km/h	
積算距離	1011.13 km	総積算距離	4948.01 km	

第15日 6月8日(金) 雨曇

石川県珠洲市～石川県能登町

能登町[能登漁火YH]

2時30分頃雨は止んでいた。また、うとうとと眠る。3時30分頃再び雨がしとしとしてきた。また、眠る。4時10分頃外が明るくなりかける。雨はやんでいた。また、眠る。

5時20分起床。きのうら荘で洗面。幸い雨は止んでおり、昨日乾いていなかった今日着用するユニホームを外の木と木にロープを張り干す。荷物を整理して自転車にセットする。きのうら荘の田畑支配人にお礼を言って7時40分出発する。雷が遠くで鳴っている。



禄剛崎

禄剛崎灯台までは殆んど下りで、一気に到着。雷がどんどん近づいてくるが、灯台まで約6分ということで坂を登って行ってみる。表示板に能登半島最北端とあった。白い灯台だ。雷と雨が心配なので自転車までもどると、雨が激しく降り始め、雷もひどくなった。観光センターに入り、しばらく雷が止むのを待つ。ここで、昨日の日記の残り半分を書き、今日の宿泊所「能登漁火YH」と明日お世話になる知人の永越さんにTEL.する。

ようやく雷が止み、雨も止んだので9時30分再出発する。観光センターのおばさん“ありがとう”。山伏山の峠まで少し上りが続いたが、ここからは殆んど下りと平坦で、途中須須神社にお参りする。この神社は日本海一帯の守護神だ。

今日は朝食を食べていないが、お腹がへったという感じはない。昼食と一緒にすることにする。

鉢ヶ崎を過ぎ、珠洲市観光センターに寄り、案内地図をもらい珠洲市の見所を尋ねる。吾妻橋は、恵比寿さんの人形のある面白く楽しい芸術的な橋だった。

12時30分見附公園に到着。見附島は軍艦島という名の通り、自然にできた島としては本当に勇壮な美しい島だ。陸続きの石畳でつながっていた。ここのレストハウスで昼食をとる。ゆっくりと会計簿をついたり、今後のコースや日程表を確認する。13時30分、まだ早すぎるので散策しながら見附島の写真などを撮っていると、雨が降り出した。15時までは雨が止むのを待とうと、お店の



見附島(軍艦島)

方をお願いします。快く“いいですよ”と言われ、コーヒーを注文する。ふと気がつくとも携帯の電池が減っている。この充電もお願いしたところ、これも気持ちよく“いいですよ”とやってくさる。ゆっくりさせてもらった上に親切にしてください感謝いっばいだ。15時になっても雨は止まず、雨具等完全装備をして、丁重にお礼を言って出発する。

恋路海岸に来た時には雨は止んでいた。ここもロマンチックなきれいな所だ。松波を過ぎ、[能登漁火YH]までは多少のアップダウンがあるものの、ゆったりと16時45分到着する。

[能登漁火YH]は小ぎれいで、いろんな面でよく行き届いた感じいいYHだった。すぐに風呂に入り、洗濯をしかけておいて夕食。夕食は、支配人が今朝釣ってきたいかの刺身、あじの焼き物などとても新鮮でおいしい。ベニズワイガニ一匹といかの子もおいしかった。多くて全部食べきれなかった。



能登漁火YH

妻美智子にメール、妹弘子からTEL.あり。高広さん・山川さんからもメールあり。朝見さんからは朝メールがあった。

今日は、乾燥器があったのですべて洗濯できてよかった。デジカメ充電、携帯も完全に充電した。夕方から大雨が降る。今夜は大雨、明日も雨の予報、いやだなー。

※ 今日の日データ	出発	7時45分	到着	16時45分
走行距離	53.03 km	走行時間	3時間42分05秒	
平均時速	17.4 km/h	最高速度	? km/h	
積算距離	1064.16 km	総積算距離	5001.04 km	

第16日 6月9日(土) 雨曇

石川県能登町～富山市

富山市[永越茂治さん宅]

5時15分起床。洗面後玄関で写真を撮る。つづいて、荷物を整理し自転車に取り付ける。朝から雨の予報なので荷物には完全防水装備をする。

朝食後、6時30分出発。能登町まで殆んど平坦で走りよいが、霧で展望がよくないのが残念。快調に進む。能登町を過ぎて、小田という所付近で雨が降り始める。自動車整備工場の軒下を借りて、合羽等を着用する。再出発するが雨はだんだんひどくなり、おまけに雷が鳴り始める。瑞穂を過ぎた辺りにくると、頭上で雷鳴がとどろき近くの屋根付きバス待合所に避難する。永越さんに予定通り行けないかも知れないというTEL.を入れる。無理をしないようにという返事。30分して雷が通り過ぎたので、ほっとして再出発。でも、雨は降り続く。曾山峠まではだらだらと長い上りだった。この峠を越えると、ずーと下って行く。この時の気持ちは何とも言えない。穴水町では街中に入ったので道を聞きながら進む。

曾山峠を登る時、後輪に異音がする。どうしたのだろうと思いながら数km進んで来たが、どうも気になるので、穴水町を少し過ぎた辺りで調べて見ると、なんと後輪のスポークが折れている。どうしてだろうと思いながら、折れた部分を隣のスポークにはずれないようにくっつける。自転車店を見つけて直そうと走り始める。音もなくなりシーサイドラインを快適に進む。雨は降っているが気にならない。1

2～13 km 走り小牧という所で自転車店はないか気をつけてみるが、その気配は全くない。

道の駅「なかじまロマン峠」で小休憩。ここで、スポークが2本折れていることに気づく。能登島を經由するかどうかわかったが、スポーク修理のこともあるので、そのまま国道249号線を行くことにする。大津のGSで、七尾市の自転車店さん



七尾市・食菜市場

について尋ねると、食菜市場から七尾駅にかけていくつもあると言われた。田鶴浜から県道1号線を通り和倉温泉が左手奥にあるのを確認して、さらに進み七尾市食菜市場に到着する。ここまで75 km。

雨はあがり2店程自転車店に行くが、専門店でないといけないと言われる。富山市の自転車専門店に修理することにして食菜市場にもどる。ここで、富山市のサイクルショップ「ブライドラー」にスポーク修理の予約をする。永越さんに予定通り行く旨TEL。昼食は、ステーキ

ライス（980円）を食べて元気をつける。

14時。あと52 km、17時には到着すると予測して張り切って再出発する。出発して殿町の峠を越えた辺りから、また雨が降り始める。まもなく富山湾に出る。庵町で合羽を着る。所々、岬でアップダウンのある国道160号線をひたすら南下する。雨で見通しが全くなく、景色を楽しむことも全くできず残念。途中、あと30 kmくらいだろうと思っていたところ、案内標識に富山まで52 kmと出ていて気持ちがガックリする。しかし、どうしても行かなくてはならないと気持ちを取り直して頑張る。氷見市に入り、海岸線を進む予定だったが、フロントバックの防水カバーで地図が見れないので、国道160号線・国道8号線を行くことにする。雨は相変わらず降り続く。これは、到着は19時前になると予想する。その旨を永越さんと「ブライドラー」にTEL。する。道は大体平坦な中に、ゆるやかな長いアップダウンも所々あったが、懸命にこいで進む。この辺りで雨は上がり、遠くの景色も眺めることができるようになる。

高岡市を過ぎ富山市に入る。遠く立山連峰を望むと山々は白い。あれは雲だろうか？雪だろうか？ガソリンスタンドで聞いてみる。“あれは雪ですよ。”“えっ？この時期に雪がふるのですか？”“あれは、冬に降った雪が残っているのですよ。”私は、びっくりすると同時に、この立山連峰の残雪の素晴らしい景色に感動のしっぱなしでした。悪天候の中、この風景が望めたこと本当にありがたく、天に感謝しました。何枚も写真に収める。



立山連峰の残雪

139kmを過ぎ八町という所で、またまた運悪く後輪がパンクする。もう日も暮れかかっているので、永越さんにTELして車で迎えに来ていただく。残り8km、自転車・荷物ごと車に積んで永越さん宅に到着する。奥様、温かく迎えてくださる。「ブライドラー」さんには、明日午後行くことにしてもらう。



永越さん宅にて、ご夫妻と

体の上から下までびしょ濡れで、すぐに入浴。ゆっくりと温まる。ご夫妻とともになごやかな夕食。飛び魚と鯛の刺身、さすの昆布しめ(カジキマグロを昆布で挟んだもの)、いかの黒造り(いかをいかの墨で黒く造っている)、富山湾にしかない白えびの揚げ物、等々。ビールとお酒をいただきながら、旅のこと、家族のこと、仕事のこと、等会話がはずむ。その後、奥様は洗濯をしてくださって、干して、乾燥機を朝までかけてくださる。食事・歓談後、就寝。ぐっすり眠る。

※ 今日、展望が悪くひたすら走り続ける。立山連峰の残雪は強烈な印象だった。永越さんご夫妻の心温まる歓迎に大感謝。久しぶりに家庭の味を満喫させていただいた。

※ 今日の日	出発	6時30分	到着	19時00分
	走行距離	139.66km	走行時間	8時間12分03秒
	平均時速	17.0km/h	最高速度	48.3km/h
	積算距離	1203.82km	総積算距離	5140.07km

第17日 6月10日(日) 曇

富山市～富山県朝日町

7時20分起床。洗面後、朝食をいただく。家の周りを散策。8時30分、ご夫妻とともに車で富山市内観光に出かける。

港の展望台に登る。四方が見渡せる。港には、ロシアの輸送船が数隻停泊している。材木はロシアから輸入し、自動車や金属はロシアへ輸出しているとのことだ。富山平野は、山が遠く、大変に広い。

つぎに、岩瀬地区の昔の町並みに入ってみる。森家の北前船で繁栄した足跡がわかる。越中瀬戸焼を手がけている新進陶芸家「岳」の作品を鑑賞して、お話を聞く。

つづいて、呉羽山に登り、軽食喫茶「青い空」で、ガラス張りの部屋から素晴らしい景色を見る。昼食には、牛と魚の料理をいただく。今日は曇っていて、立山連峰は見えなくて残念だった。

12時30分、永越さん自宅にもどり、荷物を整理、ご主人の車に自転車、荷物を乗せてもらって、13時

富山県朝日町[天泉寺 YH]



北前船回船問屋「森家」



呉羽山より富山市内を望む

過ぎ出発する。サイクルショップ「ブライドラー」でスポーク2本とパンクの修理をしてもらう。3,722円でできた。永越さんは、最後まで見届けて、自転車に荷物をセットするのを手伝ってくださり、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。



道の駅「生地」

予定していた富山県総合体育センターへの訪問は取りやめて、14時30分出発する。国道41号線から、海岸線の県道1号線に入り、海岸に近いこの道を北上していく。今にも雨が降りそうだが、何とか持てる。殆んど平坦な道で快走する。魚津市、ここでは5~6月の晴天で無風の午前中に蜃気楼が出現するとのことだが、全くその期待は当たらなかった。黒部市に入り、「生地名産の蒲鉾」というのがあった。今晚のビールのつまみに1本購入260円。ここでも出合った旅行者から驚嘆と喝采と激励をいただく。いつも聞かれることは、“何歳ですか?”ということだ。ここを出発してすぐに「黒部川扇状地湧水群」というのがあ

ったが、空模様がおかしいので見学は割愛する。

雨は今にも降りそうで、県道2号線ができる限り速い速度で走る。雨がぼつぼつし始める。入善に入り、少し雨足が強くなってきたので急ぐが、天泉寺 YH まであと3kmの地点で本格的な雨になってくる。コンビニに入り、夕食と朝食を購入する。ここで天泉寺 YH に電話して道順と目印を聞く。雨の中、聞いた通り進むとすぐに分かる。



黒部川

30代前後の若者がすでに到着されていた。今日は彼と2人同宿となる。宿の手続きをして部屋に落ち着く。彼は鍋澤充孝さんといい、富山市で介護の仕事をしている。土曜・日曜日を主として徒歩で富山県を巡っているという。好青年だ。

入浴後、食事、洗濯。鍋澤さんと話し、日誌をつけて、22時就寝する。

※ 今日のデータ 出発 8時30分 (13時10分) 到着 18時00分  
 走行距離 50.50 km 走行時間 2時間40分33秒  
 平均時速 18.8 km/h 最高速度 ? km/h  
 積算距離 1254.32 km 総積算距離 5190.57 km

第18日 6月11日(月) 曇・晴

富山県朝日町~新潟県上越市

新潟県上越市[大潟キャンプ場]テント泊



天香寺 YH・同宿の鍋澤さんと

5時30分起床。洗面後、荷物を整理、バッグに入れる。朝食をとり、出発準備をする。出発時、鍋澤さんと記念撮影、女将さんとともに見送ってもらい、7時15分出発する。

県道60号線(海浴い)から国道8号線に入り、無風の中を快走する。すぐにヒスイ海岸に至り、中学生やおじさんにヒスイ海岸のことを聞く。ヒスイ

は、よく探せば見つかるということで、しばし海岸の波打ち際を歩いて見たが見つからなかった。

市振という所で、名物「たら汁」を食べてみたいと「越後市振の関」という道の駅に寄ったが、時間が早すぎて開業前だった。少々残念。

ここから、「親知らず」の曲がりくねった上りの長い道を簡易トンネルをくぐりながら登っていった。追い抜いてくるトラックが通り過ぎる時とても恐かった。頂上のトンネルには、自転車と歩行者専用の道があったので助かったが、整備されていない悪い道で、曲がりくねった上り坂・下り坂だった。でも、断崖絶壁の上を通っているという実感がものすごくあった。下っていく途中に「親知らず」の展望所と説明板があった。ここは、昔はすごい難所であったことがよくわかった。見ただけでもすごい。「子知らず」のトンネルも3つばかりあったが、この方はたいしたことはなかった。



「親知らず」展望所

糸魚川市に入り、市街地を通った。大きな川は姫川という名だった。再び国道8号線に戻り、海岸沿いを走る。左は広々とした日本海、道は平坦で爽快だ。能生という所で白山神社に参った。安宅関の禰宜さんの知り合いということだったので社務所に挨拶に伺ったがあいにくお留守だった。



白山神社

昼食は「うみてらす名立」でとることにして、頑張って進む。今日は、「親知らず」の難所もあり、暑さも加わり、ビールを注文してネギトロ丼に半ラーメンを食べながらのどを潤す。何と気分のいいことか。そうしていると、旅行中のお年寄り夫婦が私のことをすごい人だ、一緒に写真を撮らせてと言われ、快く一緒に写真に収まる。奥様には握手してと言われて、これも快く笑顔で応じる。店から出ると、福島県相馬市から消防団OBの旅行で来られた鈴木良次さんという方が座って待

っておられて、私の旅のことなどをいろいろと話しを交歓する。こうしたことに興味関心がおありのようで、また名前も私と同じ“よしつぐ”ということで意気投合する。その内に、同行の方々も出て来られて、みなさんと一緒に笑顔で会話が進む。北海道を巡った後は太平洋側を帰るといって、その時にはぜひ寄ってください。歓待をするから、宿も大丈夫だからと、名前・住所・電話を手帳に書いてくださる。私も名刺を渡し寄る約束をする。みなさんに励まされて出発する。

直江津市に入り、ここも市街地を走る。ここからは、県道468号線・129号線を走る。海は見えないが、やや狭い町中の道という感じだ。もまなく、大瀧キャンプ場に到着する。

管理受付所で、料金1,200円を支払い、受付済という札とゴミ袋2個をもらい、テントを設営する。夕食は、スーパーに買いに行き、キャンプ場でとる。近く

に人魚館という湯館があり大広間もあるということで、お風呂に行こうとしていると、自転車旅行の人が一人キャンプ場にやってきた。札幌から来られた大嶋康平さん（30歳位）といわれる。なんと、40日間で日本一周をする予定だという。今日は新潟から140km走って来た。9時間かかったという。私が“それは無理でしょう。”と言うと、少し考えられて、“そうですね。修正しよう。”といわれる。とても、元気な、おおらかな人だ。炊事もするというので、荷物も多かったが、装備品はしっかりしていて、自転車のメンテナンスもよくされているようで、学ぶことも多かった。大嶋さんの進行方向は私と反対の時計逆周りで、明日は南北に分かれることになる。



大潟キャンプ場・大嶋さんと

コインランドリーで洗濯・乾燥をしてから、人魚館に入浴に行く。大広間で日誌を書き、21時30分テントに帰る。大嶋さんと2人で飲もうと買って来たビールを一緒に飲みながら、話しをする。22時30分就寝する。

※ 今日の日	出発	7時15分	到着	16時00分
	走行距離	88.37 km	走行時間	4時間41分25秒
	平均時速	18.8 km/h	最高速度	40.7 km/h
	積算距離	1342.69 km	総積算距離	5278.94 km

## 第19日 6月12日（火） 晴

新潟県上越市～新潟市角田浜 新潟市角田浜[角田浜キャンプ場]テント泊  
5時過ぎ起床。大嶋さんの朝食・鮭茶漬けをいただく。温かい家庭の味がして、



おいしい。お互いの健闘を誓って、彼は私より少し早く出発する。

出発準備をしているとヘアバンドがない。昨夜のコインランドリーに探しに行くがない。あきらめて、ヘアバンド無しでヘルメットを着用し、7時15分出発する。県道129号線、松林の中を快走する。今日も無風で走りよい。途中、「ナウマン象発掘の地」という表示があり見学する。このあたり、日本海沿いに高い所を走る場所もあり海辺の集落や美しい風景を撮影しながら走る。



日本海沿岸の美しい風景

柿崎市に至り市街地を走る。ここで、「サトウスポーツ店」というのがあったので、ヘアバンドを求めると、女性の店長さん“在庫はこれしかなくて、もう古いので、差し上げます。”とプレゼントしてくださった。ありがたくいただいて、激励を受けて再出発する。

国道8号線に入り、米山海岸を快走する。鯨

波で県道 389 号線に入る。つづいて、柏崎市から海岸線沿いの国道 352 号線を走る予定が、間違えて国道 8 号線に出てしまう。しばらくそのまま進み、国道 116 号線に入り刈羽の手前で左折、坂を登って国道 352 号線に入る。



良寛像

刈羽トンネルを抜け、平坦な海岸線を走り、出雲崎町の〈良寛記念館〉に寄る。この時、道を教えてもらった「ムラコシ衣料品店」の店長さんはとても親切で、いろいろ逸話などを話してくださった。〈良寛堂〉に行く時も案内・解説をしていただく。

解説を聞くと、遺跡も一段と重厚さを増すように感ずる。

昼食は〈寺泊アヤメ横丁〉でとろうと決めて、日本海沿いを頑張って北上する。晴れた日には佐渡が見えるということだが、今日は見えなかった。

アヤメ横丁に到着。横丁店頭のベンチに座り、ガニカマをつまみにビールでのどを潤す。とてもにぎやかな海産物屋や食事処で活気に満ちている。お客さんも多く、殆んどが外からの人だそうだ。食事処「〇〇〇〇」に入り、海鮮天ぷら定食をいただく。

ここからは、越後七浦シーサイドラインを快走し、傾斜の道を登り、角海トンネルと五ヶ浜トンネルを抜けて、今日の目的地の角田浜キャンプ場に到着する。まだ開設してなくて、洗面用建物の側にテントを設営する。つづけて、洗濯をしロープを張って干す。



アヤメ横丁

日本海に浮かぶ夕日を見ながら夕食をとる。同じように夕日を見に来ておられた霜鳥さんと話す。残念ながら、この日も遠く水平線上低く雲がかかり、夕日は雲に沈んでいった。

テントに帰って、日誌を書くが腹ばいでランプの光では書きにくく、明朝明るくなって書こうと思い横になる。その内に眠る。

※ 今日のデータ 出発 7時15分 到着 16時30分

走行距離	91.52 km	走行時間	5時間17分50秒
平均時速	17.2 km/h	最高速度	? km/h
積算距離	1434.21 km	総積算距離	5370.46 km

第20日 6月13日(水) 晴

新潟市角田浜～新潟県村上市

新潟県村上市[石田屋旅館]

5時20分起床。洗面後、浜で朝食。角田灯台をバックに写真撮影。昨夜の日誌の続きを浜で書く。

7時30分出発。国道402号線を北上。殆んど平坦で快走する。この道は真直ぐで、日本海に面する左手200mが防風林になっており、強い風をさえぎっているように思える。松の幹がみんな右に傾いている。しばら



すいかのビニールハウス

く行くと、右手に広い農地が見えてきた。ビニールハウスもたくさんある。近くに見えた時よく見ると、どうも〈すいか〉のようだ。ビニールハウスでないものには、〈たばこ〉があった。防風林に守られて、よく育つのだと思う。約10kmにわたって続いていた。



新潟市内を流れる信濃川

新潟市街手前で、防風林がなくなり海岸線に沿って走る。ここも快走。新潟市街に入り、車も人も増えてくる。国道116号線への道がわからなくなり、交差点で30代の男性の方に尋ねると、とても親切に入り方を教えてくれた。

いよいよ、市中心部に至り、花屋さんの外で水やりをしている奥様に白山神社への行き方を尋ねる。その方、山口から自転車で来たことにたいへん驚かれて、励ましをいただく。白山神社の禰宜さんは、安宅関の禰宜さんの知り合いということで訪ねる

と、出て来られて懇意を持って話をしてくださった。小林さんという人だ。

ここから、新潟駅前へは、昭和大橋を渡って行った。駅前の観光センターで豊栄方面への地理を尋ねると、地図をくださって行き方を教えてくださる。さらに、村上市で料金の安い民宿に泊まりたいと尋ねると、資料をくださって適切な宿を教えてください。早速、一泊二食6,300円の村上駅前「石田屋旅館」にTEL.するとOKということで、ひとまず安心する。

ここから、県道3号線を走って、泰平橋まで行き総合型スポーツクラブ「ハピスカとよさか」の橋本弘さんにTEL.する。すぐに迎えに来てくださる。ここから少し行き、福島潟からの遊水川をつたって約30分、豊栄町総合体育館に着く。

応接室に通されて、岡本理事長さんが迎えてくださる。冷たいお茶をいただきながら、しばし交歓する。つぎに、遊水館のプール施設や活動を見学する。つづいて、豊栄地域が

一望できる〇〇〇館に移動し、360°の展望を望む。福島潟は、野鳥と自然環境の宝庫なのだ。新潟米の田んぼも大きく広がっており家並みは遠くに見えた。橋本さんには終始、懇切丁寧に説明をいただきありがとうございました。



福島潟



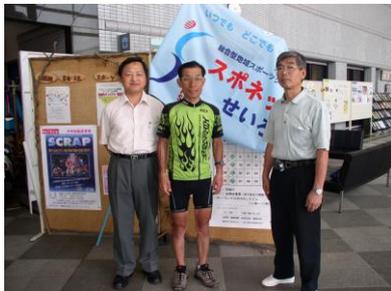
「ハピスカ豊栄」訪問

ここで、“聖籠町の「スポネットせいろう」と神林村の「希楽々」へぜひ寄ってあげてください。待ってられます。”と言われ、時間もないが折角待ってられるということで、寄ることにする。

〇〇〇館を出発し直ぐの用水路側の木陰でおにぎり昼食をとる。県道26号線に入るが、強い向かい風で15km/h平均でしか走れない。

「スポネットせいろう」では、中村事務局長さん他2名のスタッフの方が迎えに出て来てくだ

さる。10分ばかり懇談をしていると、小林純一理事長さんが帰って来られる。新潟豊栄の「さくらんぼ」は今が旬、大変おいしい、さくらんぼ園に案内されると言われる。少しだけということで、「新保さくらんぼ園」に車で案内していただく。大きい。500円玉位の大きさだ。手の届くところにたくさん実っている。新保さんの説明で、砂地がいい



「スポネットせいろう」訪問



「希楽々」訪問

ということ、十分に手をかけていること、などの話しを聞きながらもいで食べる。“甘い！”本当においしい。次々に採ってくださって、20個は食べたと思う。

出発時、小林（新保）さんより「さくらんぼ」1パック、中村さんよりチョコレート2缶をいただく。

ここからまた、約2時間、道は平坦だが向かい風の中を国道3号線を走る。荒川の旭橋では強烈な向かい風、ここから国道345号線になり、田んぼの中にあるスポーツクラブ「希楽々」に到着する。クラブマネージャーの渡邊優子さん歓待して下さる。約15分懇談し、写真撮影をして、18時過ぎ退出する。この時、渡辺さんからは、手造りのおにぎりとお名物饅頭をいただく。

国道345号線を約40分走り、村上駅前の「石田屋旅館」に到着する。安い旅館だが、お客への対応はとてもよい。入浴、食事、洗濯とする。その後、日誌をいくらかつけたが、23時になったので就寝する。

※ 今日のデータ	出発	7時30分	到着	18時30分
走行距離	93.29 km	走行時間	5時間27分36秒	
平均時速	17.0 km/h	最高速度	? km/h	
積算距離	1527.50 km	総積算距離	5463.75 km	

第21日 6月14日(木) 曇後雨

新潟県村上市～山形県酒田市

山形県酒田市日向川温泉[爽やかランド]

5時過ぎ起床。洗面後、洗濯物を取り入れ、荷物を整理しバックに入れる。日誌のつづきを書く。7時朝食、鮭が村上市の名物で期待していたが、旬は11月だそうで、今朝はブリの焼き物だった。でも、これもおいしかった。

7時45分出発。国道345号線に入り約1km 走った所で道なりに進んでいると国道からはずれて瀬波温泉に至り、約2km引き返して正規のルートに入る。

今日も道は平坦で、風も殆んどなく走りよかった。でも、天候は曇で今にも降り出しそうなので、気が気ではなかった。ずーと海沿いを走り、漁師町をいくつも通っていった。途中、2隻の船が網を渡してマイクで合図しながら漁をしていた。消防車のホースで大網を数人の漁師さんが洗



石田屋旅館

っている様子も見かける。栃木県から車で釣りに来たというおじさんもいた。



鵜の岩場

今川・寒川付近では、鵜が沖の岩場で羽を広げて休んでいたり、海に頭から飛び込んで魚を獲ったりしている光景も見られた。また、浜や近くの岩山には何百羽というかもめの群れが休んでいたり飛び回っていたりしていた。

勝木から国道7号線に入る。鼠ヶ関の手前で藻塩づくりの製造所がいくつかあった。日本海の海水から塩分100%の塩を造っている。製法を教えてください。薪で加熱して、水分を蒸発させて、20%→40%→

80%→と、塩分濃度を高めていくのだ。

鼠ヶ関マリンに寄り小休憩。地つづきの島、弁天島があった。

国道7号線を海沿いにどんどん進む。海岸線がとてもきれいだ。つぎつぎに小さい岬が出てくるが、国道を挟んで海側に高さ50m位の大きな山がいくつかあり壮観だった。

12時をかなり過ぎて、加茂に着く。加茂水産高校があった。ここから、国道112号線を酒田市方面に向かう。まもなく、日本海最大の温泉地といわれる湯野浜温泉に至る。広々とした砂浜に高層の温泉宿が林立していた。ここを少し過ぎた辺りにコンビニがあり、ここで、野菜サラダと鳥串を買い渡邊さんにいただいたおにぎりで昼食をとる。



藻塩の製造所



湯野浜温泉郷

少し休んでいると、徒歩で日本一周中の工藤さんがやってくる。彼は、20kgの荷物を背負って、毎日平均20km歩く、宿泊はすべて野宿という。互いに健康に気をつけて成功させようと交歓する。

この少し前、鼠ヶ関辺りから左ふくらはぎに痛みを感じはじめる。使い過ぎて、筋肉が疲労しているのだろうか？腱鞘炎になったら大変だが、などと考えながらペダルを足先で踏まず土踏まずの所で踏むようにして、ふくらはぎの負担を軽くするように

する。酒田市に入る頃からは、それでも痛みを強く感じるようになり、さらに脚を引き上げる時にも痛みを感じるようになる。薬局で湿布とサポーターを購入するか、整形外科へ行くか迷ったが、正解は整形外科で診てもらって適切な治療をしてもらうべきだと判断する。通行中の方に整形外科を尋ねると、親切に教えてくださったが、今日は木曜日で休みではないかと言われる。そうだ、今日は木曜日で休みだとあきらめる。

今日の目的施設、「酒田健康ランド」に急いでいると雨が降り出した。あと5km位だ。濡れては大変と薬局もあったが、寄らずに快走する。心なしか、痛みが和らいだように感ずる。到着、16時30分。

「酒田健康ランド」は、日向川温泉[爽やかランド]と名称を変えて、毎日24時間営業となっており、なんと温泉に入り一泊で2,900円。部屋はシングル・ペ

ッド。YHより安い位だ。入浴後、食堂でビールを飲みながらゆっくりと夕食。大広間でテレビを見ながら、日誌を書く。妻と高広さんにTELする。就寝前にもう一度入浴。ここの露天風呂は、源泉の自噴を少したいて、直接出しているとのこと。いい温泉だ。11時就寝。

※ 今日のデータ 出発 7時45分 到着 16時30分

走行距離	106.12 km	走行時間	5時間43分15秒
平均時速	18.5 km/h	最高速度	60.3 km/h
積算距離	1633.62 km	総積算距離	5569.87 km

第22日 6月15日(金) 小雨後曇

山形県酒田市～秋田市

5時過ぎ起床。昨夜はしとしとと雨が降ったようだ。今朝は霧雨が降っている。朝風呂に入る。今日は湯殿は男女入れ替わり、また違った感じの入浴ができる。片付け、準備、朝食をして、出発の時点では雨は止んでいた。

テントと銀マットはビニールで包み、雨合羽は上衣だけ着て出発する。3～4 km 走ったところで雨が降り出した。歩道橋階段の下でバッグにカバーを取り付け、帽子を着用する。国道7号線は大体平坦だが、今日は少々向かい風で小さなアップダウン

も多くあり、また左脚も強くこぐと痛むので15 km/h前後でしか進めない。鳥海山の威容が直接眼前に見えるはずだが、あいにくの天候で見ることができず、残念でならない。道の駅「鳥海」でパンフレットをもらう。鳥海山について話を聞く。左脚の具合は、こぐと痛みがあり心配だ。今日は秋田市で整形外科に診てもらおう。



干満珠寺

この辺りで雨が上がる。

さらに、進んでいると沖合いに平たい台形の島が見えた。地元の人に聞くと、飛島という。佐渡島以外に日本海に島があるとは知らなかった。こちら側だけ民家があるそうだ。金浦町で白瀬南極観測記念館があったが、今日はどうしても秋田市で

秋田市[ユースパルあきたYH]



日向川温泉「爽やかランド」

つづけて、国道7号線を進む。左手は見渡す限り雄大な日本海だ。心なしか、海の色が山陰、越前の海より青いような気がする。福良で、大物忌神社にお参りする。出羽の一の宮だ。さらに、海岸線の大小のアップダウンのある快走路を北へ向かう。

道の調査をしている人に、この辺りは岩がきが大きくて、今が旬でうまいから、遊佐という所で魚屋さんなどで天然物をいただいて食べたらよいと教えてもらう。

象潟は、奥の細道最北の地で松尾芭蕉の干満珠寺にお参りする。芭蕉の前で記念撮影。つづいて、道の駅「象潟」という所で、岩がきの天然物を食べさせていたので、生を注文する。瀬戸内海ではみられないような大きな身の天然物でとてもおいしかった。写真を撮ってもらう。

整形外科へ行かなければならないので割愛する。

相変わらず向かい風が強い。左手前方にうつすらとこんもりした島が見えてくる。何という島だろう。あの辺りに島があったかなと思うが、わからない。由利本荘市の道の駅「にしめ」で昼食にする。焼肉定食500円食べる。スタミナをつけないと。みそ汁とおかず



日本海の生きき

もついて500円は安い。食後、同じ自転車日本一周中の宮城遥さん(20歳)と柴原君

(19歳)に出会い、少し話す。宮城さん女性で日本一周とはすごいと思う。“テント泊は怖い。まだしていない”とのこと。……どうしたものか。柴原君は、“一日120km位進むが、バイトをしながら実行している。”とのこと。これもすごい。陸上少年団山本会長さんよりTEL.あり。

ここからは、見るところもあまりなさそうなので、ひたすら走ることにする。集落や街では、極力町中を走るようにする。街を見たいし、人にも接したいと思うし、距離としてもこの方が近い。



秋田市岩城より男鹿半島を望む

道の駅「岩城」で小休憩。あとは一気に秋田入りする。左脚はあまりよくない。かばいながらの運転と向かい風でスピードは上がらない。途中、左手前方の島のことを聞くと、“あれは、男鹿半島だ。”と教えてくれる。確かに、高い所を走る時見ると陸地につながっていた。

16時30分、「ユースパルあきた」に到着。県青少年センターでもあり、ホテル並みの立派な建物で、中もその通りでびっくりした。高広さんよりファックスあり。宿泊手続きの後、「つつみ整形外科」

を教えていただく。「つつみ整形外科」では、大分待たされたがきちんと診てくださる先生で、旅にも理解があり、本当に適切に対処してくださる。軽い肉離れと疲労だと診断される。明日の男鹿半島のコースを言うと、“こうがいいよ”とアドバイスもして下さった。

19時30分遅い夕食をする。焼肉定食だったが、飾りつけもよく、おいしく、ごはんのおかわりもした。入浴は大浴場で一人だった。のびのびとゆっくりつかった。洗濯は無料。これもよかった。洗いから乾燥まできっちり済ませる。日誌を書き、23時就寝。



夕食・焼肉定食

※ 今日のデータ 出発 7時30分 到着 16時30分  
走行距離 99.56 km 走行時間 5時間56分31秒  
平均時速 16.7 km/h 最高速度 60.0 km/h  
積算距離 1733.18 km 総積算距離 5669.43 km

第23日 6月16日(土) 晴

秋田市～能代市

5時起床。ぐっすり眠れた。日誌のつづきを書く。荷物を自転車に取り付け、玄関で写真撮影。天気予報を見ると、今日から一週間はよい天気が続くそう。うれしい。7時朝食。この施設は、さまざまなお客さんがおられて、色々な団体の研修にも利用されているようだ。

7時45分出発。国道7号線を北上。最初から強い向かい風。これは大変と思うが、こういうこともあるものと、マイペースで頑張らないで進む。平均15km/hだろうか。ひどい時には、やや上りで12km/hになることもある。

まもなく、北港入口に来る。左折して県道56号線に入る。秋田北港には、秋田製錬の製品を積み出す貨物船が数隻いた。日本海沿いに出て、ここからは真直ぐな海浜道路が続いている。左手前方に男鹿半島が張り出している。向かい風が強い。沿道でアイスクリームを売るおばさんがビーチパラソルを張って準備している。よく売れるようだ。



海浜道路の日本海沿岸

と思ったが、今日も向かい風で進みがよくないので、行くのをやめて予定通り国道101号線通り男鹿半島を横断する。途中、急な上り坂があったが、頑張っただけで登った。大瀧村まで食料にありつけないと困るので、商店はないか気をつけていると、寒風山入口に小さな酒店があった。パンと牛乳があったので1つずつ食べる。この店のおばさんに〈なまはげ〉のことを聞く。おばさん曰く。

「12月31日、独身の男性がなまはげの面をかぶり、各家を訪問して周る。これが厄除けになるという行事。この人のことを〈なまはげ〉という。」地域地域で面も多少異なるとのこと。

反対の海側に出て間口浜に至ると、風は横風または、追い風になり、坂道の上りも助かる。遠浅の海は、大きな白波がつぎつぎと押し寄せ、サー

能代市・道の駅[みねはま]テント泊



YH「ユースパルあきた」

道の駅「てんのう」で小休憩。この時、一昨日湯野浜温泉の「コンビニ」で出会った工藤さんが大声で私を呼ぶ。びっくりして振り向くと彼だ。“何で、ここにいるの?” “あの日、トラックの運ちゃんが車に乗せてくれて秋田まで来た”という。何にしても、互いに元気に再会を喜んだ。ここでも、インフォメーションの女性が日本一周に感動してくれた。

男鹿大橋を渡り生鼻崎辺りに来ると、やや追い風になった。男鹿市駅まで行こうか



なまはげ

フィンを楽しむ若者の一団もある。

大潟村に着き、干拓記念館を見学する。大した事業を敢行したものだをつくづく感歎する。最初の決断・実行もだが、途中のヘドロとの苦闘も並大抵のものではなかったことがわかる。工夫と努力を重ねて、今の肥沃な豊かな土地になったことに頭が下がる。特産物センターで昼食。めし付きラーメン。

干拓された農地を右手に見ながら、向かい風の中を北上する。県道42号線の左側に50kmもつづくと思われる大規模な開閉可能な風よけが設置してあった。アイスクリーム売りのおばさんに聞くと、雪よけだそう。



大潟村・干拓地



雪よけ設備

つづいて、国道101号線に入り、のどかな田園地帯を走る。浅内沼を左手に見て、能代市街地に入る。能代駅に近い所で、「さくら堂」というデジタルプリントショップがあったので、スマートメディア1枚目をCDに入れてもらう。約1時間かかるということで、丁度よいので能代駅の旅行代理店「びゅうプラザ能代駅」に行き、鱒ヶ沢の民宿案内と観光ガイドをいただく。おまけに日本一周の記念にと、特急「くまげら号」のミニ飾りをくださった。この方、渡部さん、ありがとうございました。

「さくら堂」でCDを受け取り、ここで聞いたスーパー「マックスバリュ」に寄って、夕食・朝食・自転車カバー・洗剤を購入し、道の駅「みねはま」に向かう。18時過ぎていたので少々肌寒かった。道の駅はすでに終了していた。建物の軒下にテント設営。夕食をとり、20時には就寝した。

※ 今日のデータ 出発 7時45分 到着 18時20分  
走行距離 92.23 km 走行時間 5時間50分53秒  
平均時速 15.7 km/h 最高速度 ? km/h  
積算距離 1825.41 km 総積算距離 5761.66 km

第24日 6月17日(日) 晴

能代市～青森県鱒ヶ沢

青森県鱒ヶ沢[尾野旅館]

5時20分起床。洗面後、荷物を片付け、自転車に取り付ける。6時から50分間日誌を書く。テント撤収し、自転車に取り付ける。

7時30分出発。今日は昨日と違って、無風またはやや追い風でよかった。快調に走る。思ったほどアップダウンもなく、前半は快走する。

白神山地の山並みを見たいと走りながら右側の山々を見ながら走るが、どの辺りを白神山地というのかわからない。八森という所で民家の外におられたご夫婦に聞くと、この辺りの山の奥の方一帯をいうのだが、もう25km位行くと展望所がある、と



日本海と変化に富んだ海岸

ということだった。走りながら左手後方を見るが、晴れているのに男鹿半島は見えなかった。日本海はずーと長い一直線に180°広がっている。どこにも島一つない。ハタハタ館で小休憩。ここから少し走った岩館から見た海浜の景色は変化に富んで美しかった。さらに走って行くと、籠に花を入れて歩いて帰ると思われるおばあさんに追いつく。“こんにちは、畑に行かれたのですか？”と声をかけると、“はい”と応える。“お家までどれ位歩かれるのですか？”と声をかけると、“すぐそこですよ”と応えられる。“お疲れ様です。お元気で”と言って別れる。



白神川と白神山地

さらに少し行くと、道の駅「お殿水」に着く。白神山地から湧き出る水ということで飲んでみる。冷たくておいしかった。

ここから1km進んだ所で青森県に入った。いよいよ本州最北端県に来たかと思う。この辺り、白神山地の山並みが大きく迫って断崖となり落ち込んでいる。大間越を過ぎ十二湖駅を通りかかったところで丁度特急「くまげら」が停まっていた。写真を撮りそこねて残念だった。

沢辺PAからの白神山地遠望は素晴ら

しかった。ただ、山々に大分雲がかかっている全容がよくつかめなかった。

少し行くと「みちのく温泉」というのがあり、日本一の大水車とあった。近づいて見ると、確かに大きかった。直径30m位。

深浦は、いか漁の港のようだ。漁師さんがおられたので、“何が獲れるのですか？”と聞くと、“さぎえ、ひじきなど”と言われる。“さぎえ大きいですね？”と言うと、“これは小さい方、本当はもっと大きい”“でも、獲れない”と言われる。今は、日本海でも魚介類は減っているのだろうか？



深浦の漁師さん

ここ深浦の海鮮市場で昼食。お店の人の勧めで、焼魚定食で〈ソイ〉という魚を食べた。店の人が言われたように、確かに黒い魚だったが、身はしっかりついておりおいしかった。



尾野旅館

ここからは、岬ごとにアップダウンがあり、少々厳しかった。二度押しして登った。道の駅「ふかうら」で小休憩。

千畳敷は、緑色の畳のような岩が広がっている。珍しい景観だ。200年前に地震で隆起したのだそうだ。この辺りは、いかの産地ということで、焼きイカ250円を食べてみる。

ここから鱒ヶ沢まで一気に走る。遠くに津軽半島が真直ぐにのびている。目前には岩木山が迫ってきた。きれいな富士山のような山だ。山頂付近に雪が残っていた。

尾野旅館は鱒ヶ沢駅のすぐ前にあった。感じのいい女将さんで、すぐに洗濯をさせてもらう。少し街内を散歩する。舞の海の出身地と聞いてびっくりした。子どもの

頃、駅の側の八幡神社で相撲を取っていたそうだ。散策から帰り入浴、夕食。

夜は、日誌と会計簿をつけて、22時40分就寝する。

※ この地方は典型的な東北弁で、会話の三分の一は正しく聞き取れない。でも、とても純朴で親切だ。現地の人同士の会話は半分以上わからない。

※ 今日のデータ 出発 7時30分 到着 16時45分

走行距離 97.19 km 走行時間 5時間24分55秒

平均時速 17.9 km/h 最高速度 52.7 km/h

積算距離 1922.60 km 総積算距離 5858.85 km

第25日 6月18日(月) 晴

青森県鱒ヶ沢～青森県竜飛崎

竜飛崎[シーサイドログハウス]

5時30分起床。洗面後、荷物を整理。昨日の日誌の続きを書く。7時朝食。明後日青森市の宿「いろは旅館」の予約をする。本日のコースを確認する。最後に、荷物を自転車に取り付けて8時20分出発する。



ベンゼ湿原・秋田美人のお二人と



ベンゼ湿原より岩木山を望む

今日のコースは終盤厳しいが、時間的には余裕があるので、ゆっくり出発する。国道101号線を約5km走り、津軽半島へのコースに左折する。この時、トラックの運転手さんに“五所川原へは、ここを左折ですか？”と聞くと、“まだ先に進んでからだ”と応えられる。おかしいなと思い、“屏風山広域農道を行きたいのですが？”と問うと、“この道だ。ここを左折するとよい”と言われ、ほっとする。間違っ、県道12号線を行っていると遠回りになり大変だったと思う。

この農道は最高だった。津軽の田園風景を見ながら、ほぼ真直ぐな、しかも平坦なコースで絶好の快走コースだった。途中、養豚場で働く人とその施設を目にし、立ち寄って話を聞く。サイロのような建物は餌(トウモロコシやわら等)の入っている施設、約2000頭飼っていて、この地方の殆どの需要をになっているとのこと。写真を撮らせてもらう。

少し行くと「ベンゼ湿原」という表示があった。左折して1200m入っていく。湿原入口で、秋田市と能代市から来たという二人の秋田美人のおばさんと話す。“これを食べて元気に行ってください。”と手造りのおにぎり2個をいただく。一緒に写真撮影。「ベンゼ湿原」には、紫色のしょうぶと黄色のゆりが咲き乱れていた。湿原の向こうに見える岩木山の威容も素晴らしかった。

この辺り大小の池がたくさんあった。まもなく、十三湖に至る。十三湖は十三湖大橋で海とつながっている。中の島ブリッジパークで小休憩。この辺りまでは殆んど平坦で気持ちよく走れた。十三湖の郵便局で5万円引き



出す。だいたい8日間で平均5万円使っている勘定だ。



十三湖

ここからは国道339号線に入り、集落(地区)ごとにアップダウンがあり厳しい。小泊の日本海漁火センターで昼食にしようと入館したが、ここは公共の施設で学習館のような所だった。ウニ漁のおじさん・おばさんの仕事場に寄り話しを聞く。ウニはヤスで突いて獲るのだそう。ウニを割って身を上手にほじくり出しておられた。昼食は、コンビニで野菜サラダといちごのヨーグルトを買い、ベンゼ湿原でいただいたおにぎりと一緒にいただく。夕食と朝食も

購入することにして、あまり荷物にならないようにエビの焼き飯とやきそば、サンドイッチと果物ジュースを買った。

ここから峠を越えて、道の駅「こどもり」に寄る。目前に遠いがはっきりと半島のように長く出ている陸地があったので、店員さんに“あれが竜飛崎ですか?”と聞くと、“あれは、北海道です。”と言われる。びっくりした。北海道があんなにはっきりと、割と近くに見えるとは。大いに感激した。つづいて、“右側のぐっと近くに見える陸地が竜飛崎ですか?”と聞くと、“今見えている所の向こう側がそうです。”と言われ、納得する。



鳥瞰台への長く急な上り

ここから6~7km進んでいよいよ竜飛崎へ向かう上りだ。これは想像通りだった。約7km、急な上り坂が何度もカーブしながら延々と続いている。はじめの1kmはこいで登ったが、あとは我慢できず約4分の3は押して登った。約1時間10分かかって鳥瞰台に着く。うれしかった。これこそ達成感というものだ。



竜飛崎・鳥瞰台、向かいには北海道

快晴で最高の展望だ。津軽海峡を挟んで、北海道が長く広く眼前に見えている。“ばんざい”と言いたくなる。妻・朝見さん・結城さん・楨本さん・馬杉さん・山川さん・森重さんにTELする。ここから竜飛崎まではずっと下り、約7km。強い向かい風を受けながら、下っていく。

竜飛崎に着くと、青函トンネル記念館があり、見学する。夕方になり、風が猛烈に強く、寒ささえ感じる。さらに下ってシーサイドパークに着き、管理人室に行くと、“風が強い、テント泊はどうする?”“ログハウスの方が安心ですよ。”と言われる。4000円の所、半額の2000円にしてあげると言われ、大助かり。ログハウスに泊まることにする。シャワーを浴び、ゆ



竜飛崎・ログハウス

っくりと夕食をとる。ビールも管理人室で買えた。つまみに漬物とせんべいをいただく。とても親切にいただいた。

日誌を書き、妻にTEL. 妹の弘子・幸子、ゆうスポーツクラブ、斎藤先生、地域振興課の豊中さん、朝見さん、陸上少年団の松田さんにメールを送る。明日の予定を確認し、22時40分就寝。風、依然強し。

※ 今日のデータ 出発 8時20分 到着 17時20分  
走行距離 77.53 km 走行時間 4時間57分08秒  
平均時速 15.6 km/h 最高速度 ? km/h  
積算距離 2000.13 km 総積算距離 5936.38 km

第26日 6月19日(火) 晴

青森県竜飛崎～青森市

青森市[いろは旅館]



竜飛崎・ログハウス

5時起床。洗面、会計簿整理。朝食後、荷物の整理。今日の行程の確認、部屋の掃除、管理人さんにお礼の一筆を書く。今日も強い風が吹いている。管理人室に手紙を置き、近くに配管工事の車に働く人がおられたので灯台への行き方を聞く。

7時08分出発。300mほど急な上り坂を押して登り、灯台入口に来る。ここから歩いて階段をかなり上り灯台に着く。北海道は目の前だ。灯台は白く大きい。丁度、電器保安協会の方3名が登ってこられたので、“東に見える半島は？”と聞くと、“下北半島の脇野沢で、大間はそのずっと向こうで見えない。”と言われた。

ここから一気に東側に下り、その後はほぼ平坦な道を快走する。左手に津軽半島を見ながら走る。少し行くと、小さな漁村で舟屋があった。その近くで舟屋から出たと思われる舟が一隻、一人の漁師が漁をしていた。何が獲れるのだろうか？

しばらく行くと、自転車に荷物を積んで行く一人のおじさんがいた。あいさつをして、しばらく並走

しながら聞くと、今朝獲れた魚を商売で運んでいるという。自転車で商売とはゆったりしたものだと感心する。

三厩という所に義経寺があった。お参りしながら、義経は北海道へ渡ったという伝説が事実であればなどと考えながら感慨にふけた。

今別市を過ぎ、もう一つの岬、高野岬に向かう。ここは断崖の上であり、道は急な上りだったがこいで登る。岬に立つと竜飛崎が遠くに長くのびていた。まだ20kmも来ていないのに、あんなに遠くになったのだと思った。

さらに進んで、いよいよ陸奥湾内に入って行く。ここも道は平坦で見える所もなく、下北半島・脇野沢を見ながら走る。平館(たいらがた)を通り快調に南下する。途中、塩越という所でほたての養殖をしている漁村があった。大小数軒あり、男の人・女の人がほたてを養殖する



津軽の漁師さん

青いかごの手入れをしたり、ほたての身を天日干しにしたりしていた。立ち寄って話しを聞く。すぐ沖にいくつも浮かんでいる球の下に例のかごが吊るしてあり、その中でほたての種は3度入れ替えて育てていくそうだ。干してあるほたてを、食べてごらんと10個ばかりくださった。少し塩味がかって、すごくおいしい。一気に全部食べた。日本一周に感心しておられ、気をつけて行くようにと話しかけられた。

まもなく、蟹田町に着く。展望タワー「トップマスト」がシンボルとなっている。陸奥湾を就航するフェリーが丁度入港するところだった。陸奥湾沿いの食事処「味楽」で昼食。ほたて入り手打ちラーメンを注文する。ほたても手打ちラーメンも上等だった。ここで、青森ベイブリッジは自転車で通れること、駅前の「いろは旅館」への行き方、ご主人さんとお客さん一緒になって親切に教えてくださる。

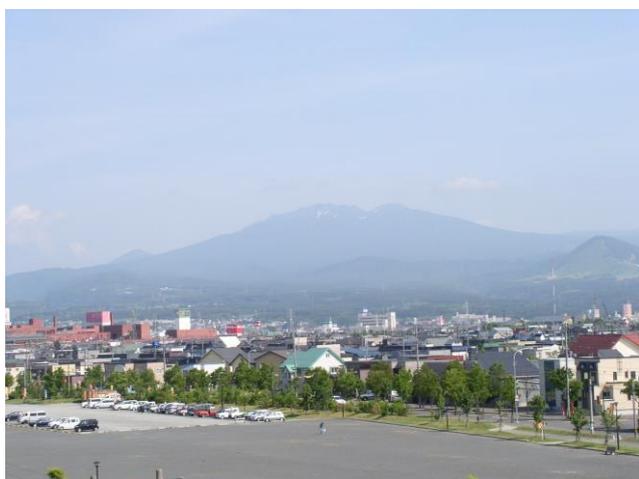


ほたて入り手打ちラーメン

青森市街に入り、「青森ベイブリッジ」を渡る。橋の上から青森市全景を見ることができた。写真撮影。

「味楽」で電話確認していた「サイクルショップたちやま」へ向かう。青森中央大橋を渡って300mの右手にあった。若い店主とてもいい方で、いろいろ話しをしながら、適切に前後タイヤを交換してくれる。前輪のチューブも取り替えた。金額10,430円は高くない。これで安心。ブレーキも調整してもらう。

青森駅観光センターで、大間の宿泊案内をもらう。つづいて、青森物産センターで妻に送るりんご入りお菓子をかう。



青森市・後方は岩木山

「いろは旅館」に到着する。入浴後、部屋食。テレビを見てみると、明日は夕方から雨のもよう。むつ市では、民宿にしなければと思い、宿のご主人に尋ね、早速電話をする。日の出旅館(一泊二食5,500円)に予約する。日誌を書こうと思ったがすごく眠くなり、日誌は明朝にと決め20時就寝する。ゆかたも着ない、短パン、Tシャツのまま、ぐっすり眠る。

※ 今日の日	データ	出発	7時08分	到着	17時20分
	走行距離	80.39 km		走行時間	4時間25分30秒
	平均時速	18.1 km/h		最高速度	? km/h
	積算距離	2080.52 km		総積算距離	6016.77 km

第27日 6月20日(水) 晴・曇・雨

青森市～青森県むつ市

青森県むつ市[日の出旅館]

4時目覚め、うとうととまた眠り、5時30分起床。洗面をし、日誌を書く。テレビを見ると、やはり夕方から雨のようだ。朝食6時30分～、鍋澤さんにメール、日誌完了まで時間がかかり、また荷物を自転車にセットしていると、8時となって

しまった。女将さんにお礼を言い出発する。

駅前通りを横断し、国道4号線に入る。幸いに風は無風かやや追い風で走り易い。陸奥湾を海岸線に沿って走る。野内付近で、小学生の体験学習遠足の子もたちに出会う。“おはよう”と声をかけると、元気な返事が返ってくる。先生方もご苦労さまです。これと同時に私と同じように自転車で日本一周している大学生に追いつく。彼は4年生で就職も決まったので、やっているとのこと。すぐに離されて後を進んでいくが、彼は浅虫温泉で休憩に入った様子。

私はそのまま進み、少し行った所で〈ほたて館〉というのがあったので見学に寄ってみる。陸奥湾は海が穏やかなので、全域でほたての養殖がなされているようだ。夏泊半島の付け根を国道4号線を通して横断する。今日の上りらしい上りはここだけだった。左手に遠く半島が見えるが、それぞれがどのあたりなのかわからない。平内町で〈ホタテの直売所〉という所で漁師さんに聞いてみた。野辺地はわかったが、むつ市は遠くて見えない。左手の山のようなのは下北半島だと言われる。

野辺地では、市街地を通る。常夜燈というのが海べりの公園にあり見に行く。公園で出会った人の話では、夜中灯っているのでもないようだ。

国道279号線に入り、むつ市に向かう。だいたい平坦なよい道だが、小さなアップダウンの連続で苦しくはないが、下っては上り、また下っては上り、それもずーと続いていた。アップダウンでその都度スピードは大きく変化するが、気持ちよく走る。



野辺地の常夜燈



下北半島・陸奥湾岸

横浜町の道の駅「よこはま」で昼食・休憩。ほたて井を食べる。ここで明日の宿泊予定の脇野沢YHにTEL. OKをもらう。横浜町の郵便局に行き、これまで集めた資料とCDを自宅に送る。小包1200円だった。局員さん、とても親切に対応してくださり、退出する時にタオルをいただく。外に出ると、中年のおばさんがこれを食べると元気にとポテトチップスをくださる。

さらに、平坦な道を走り、むつ市街地に入っていく。むつ市の中心部は通らず、県道179号線を真直ぐに走る。左手に釜臥山を見ながら大湊へ向かう。恐山は見えない。国道338号線に入り、まもなく日の出旅館に到着する。到着後まもなく雨が降り出し、この宿に手配していて本当によかったと思った。

部屋に入り、着替えてすぐに旅館の前にあるデジカメプリント店へ、写真を11枚プリントする。つづいてスーパーへ行き便箋と封筒を購入する。写真付きで便りを出すためだ。宿に帰り洗濯、部屋に干す。その後入浴、夕食。夕食は豪華だった。鯛・ほたて・いかの刺身、ほっけの焼き魚、焼肉、野菜、〈みず〉という山菜、ふきの料理等々、写真に撮影。ビールを飲みながらおいしくいただく。20数年ものの梅酒もいただいた。女将さん“あ



「日の出旅館・夕食」

りがとう”。妻と妹幸子に電話する。

女将さんからいただいた宿泊資料をもとに、22日（金）大間泊は港に近い民宿「北の宿」に一泊夕食6000円で予約する。安心する。

手紙を書き、つづいて日誌を書く。外は雨が降っている。22時30分就寝。

※ 今日のコース下北半島の道は、舗装が悪いのか自動車の車輪の通る所はへこんで固く、自転車の走る所はその逆に盛り上がり山になっており、走りにくいし、すべらないかととても心配だった。車輪を取られて転んだりすると命にかかわるとひやひやししながら、山でない所を走るように気をつけて走った。島根県の浜田市付近でも同様の道があった。

※ 今日のデータ 出発 8時00分 到着 17時10分

走行距離 103.14 km 走行時間 5時間39分16秒

平均時速 18.2 km/h 最高速度 ? km/h

積算距離 2183.66 km 総積算距離 6169.91 km

第28日 6月21日（木）曇

青森県むつ市～青森県脇野沢

脇野沢[脇野沢YH]

6時40分起床。こんなに遅くまで眠っていたのは初めてだ。でも十分に休めてよかった。朝食の時、薬の行商お二人と話す。行商といっても昔のように徒歩ではなく、車でお得意さん宅を訪問しておられる。本社は岩手にあり、東北地方が仕事の範囲だということだ。寒い地方ならではのことと思う。

今日の行程は短く十分にゆとりがあるのでゆっくりする。

8時30分出発。雨が上がっていたのでうれしい。出掛けに女将さんが〈あんバターパン〉を持たせてくださる。ありがたい。今日のコースも陸奥湾岸沿いに殆んど平坦な道だ。陸奥湾を目の中いっぱいに入れて走る。曇なので対岸は全く見えない。風が向かい風でゆっくりでしか走れない。でも今日の予定走行距離は40kmだからゆっくりと走る。

途中、海上自衛隊大湊補給所・大湊航空隊があった。田野沢PAからは、遠く脇野沢が望めた。

川内町は割合大きな町だった。ここの郵便局で切手を購入する。朱印帳を送るのに定形封筒には入らなかったところ、局員さんが定形外の封筒を1枚くださった。ありがたい。発送する。外に出て、地元の方に脇野沢方向にコンビニがあるかどうか尋ねると、1軒だけあるとその場所も丁寧に教えてくれる。再び進んで行く時に右折するところをうっかり直進していると、先程の方が後ろから車のブザーを鳴らして間違っていると教えてくれて、少しの間前をゆっくり走って案内してくれた。これも“ありがたい”。

砺崎という所で、小学校の側に〈錦帯城跡〉という表示があった。〈錦帯〉に興味があったので、この小学校に立ち寄って自分の身分を示して〈錦帯城〉について聞いて見る。女先生曰く“昔、この辺りに城があった”と話してくれる。この小学校も今は児童12名、来年は川内小学校に統合されるとのこと。学校の統廃合は全国的な動きなのだ



錦帯城跡

など思う。この碓崎には、男の川、女の川という珍しい名の川が2本あった。工務店のおじさんに聞いてみたが、錦帯城に関係があるらしかった。

殿崎という景色のいい所で、階段状の展望のできる場所があったので昼食にする。昼食は、日の出旅館の女将さんからいただいた〈あんバターパン〉とコンビニで買ったコーヒー、とてもおいしかった。風は強く吹いていたが寒くはなかった。約5 km先に脇野沢の岬と町並みが見えていた。

松ヶ崎という所で脇野沢と陸奥湾をバックに写真撮影。

13時40分、脇野沢YHに到着する。奥様、“チェックインは15時からということではあるが、いいよ”と受け付けてくださる。手続きを済ませ、部屋に案内される。今日はお客は私一人で、和室の一番いい部



脇野沢を望む



脇野沢YH

屋に案内してくれる。

早速、着替えて日誌を書く。15時に入浴。その後、町へ散策に行く。ここは、漁業の村のようだ。帰って、日誌の続きを書く。その後、自転車の手入れをする。

18時夕食。明日の行程は山間部がかなりあるので、奥様に聞いて見ると猿・熊とも国道は心配ないとのこと。夜、保木宏史さん(山崎ふれあいサロン)、東川智子さん、大竹中学校大石校長に写真を入れて手紙を書き明日発送するようにする。

※ 今日のデータ 出発 8時30分

到着 13時40分

走行距離 39.63 km

走行時間 2時間3分47秒

平均時速 15.5 km/h

最高速度 42.7 km/h

積算距離 2223.29 km

総積算距離 6209.54 km

第29日 6月22(金) 雨のち曇のち晴

青森県脇野沢～青森県大間

大間[民宿・北の宿]

夜中、12時30分頃、外のしとしとという音で目が覚める。雨だ、東北も梅雨入り宣言が昨日あったが、やはり本州の最終日に梅雨に会ったかと、雨の中を走ることを覚悟した。

5時起床。4時頃まで降っていた雨も止んでいた。服装や荷物をどういう装備にしようかと迷ったが、テントと銀マットは防水袋に入れるのと、合羽の上着は着て行くことにする。出発前に前町長さんが来られ、少し話す。元気に行ってくださいとあめ玉の袋をいただく。

6時40分出発。郵便局で手紙を投函。8 kmまではやや上りだが楽に進む。山の神神社を過ぎて少し行ってから徐々に上り勾配が高まる。何とかこいで登れる上り坂で左に右にカーブする。あのカーブを曲がるともう頂上かと思うとずっと先の高

い所に道がつながっているということが何度もあった。7 km 標高 500 m をずっとこいで登る。流汗台で汗をふく。この道は国道でよく整備された道だが、車は殆んど通らない。野平という所まで約 2 時間の間に会った車は 2 台だけだった。急坂の上りではジグザグ運行をしても心配がなかった。アンド山 645.7 m の近くが峠だった。

野平に下る途中、山間を走る寂しい所で、なんと熊に遭遇した。平坦なやや上り道の 100 m 先に熊が一頭いるのが見えた。心臓が止まりそうになった。生きた心地がし

なかったが自転車から降り、こちらの存在を知らせた方がよいと思い小さい声を発してみた。すると熊も気づきこちらを向いて立って目と目が合った。大きさは中くらいの黒い熊だ。これはまずいと思ったが、しばらくそのまま見合っていた。いつ向かって来るかと背筋が凍る思いだったが、向かって来る様子ではなかった。それで、私はそーと向きを変えて自転車に乗り一目散に 500 m ほど逃げた。そこはカーブ

しており熊は見えなくなっていた。でも、追って来はしないかと気が気ではなかった。どうしたらよいか、携帯で電話するが、どこも圏外でつながらない。車が来るのを待ったが全く来ない。約 20 分後、もう山に入って行ったのではないかと、自転車に乗り恐る恐る注意しながら熊のいた現場に近づいて行き、徐々にスピードを上げて熊がいなかったことを確認してその場を一気に走り抜けた。現場から 1 km 位通り過ぎて、やっと助かったと思った。



熊に遭遇

この間、携帯ラジオをつけたが、音が小さくあまり役に立たない。北海道では鈴を購入しよう。

野平で、ヒバ植えの仕事をしておられたおじさんに話すと、“熊はいるが地元の人でもそんなに遭遇するものではない。北海道の熊はもっと大きくどう猛だから気をつけるように”と言われた。

ここからまた、ずっと下って行って〈仏ヶ浦〉に近づくが、海岸に近い所でまた上りの曲がりくねった道がつづく。もう頑張るしかないと登って行く。約 200 m ~ 300 m 登って下りになる。ここを下るとまた上り。もう、やぶれかぶれだ。そうして、ようやく〈仏ヶ浦展望台〉に至る。

ここからの眺め奇岩の仏ヶ浦を見ると、息をのむ絶景で、また珍しい景色だった。アイスクリーム売りのおじさんが双眼鏡を持っていろいろと解説してくれる。ただ、東北弁で聞き取りにくい。



流汗台



ここから下って福浦に着く。11時45分だった。ここの仏ヶ浦ドライブインで昼食。野菜炒め定食を注文したら、天然のひらめとたこの刺身までついて出た。600円とは安い。この刺身、ご主人が漁師さんで今朝とってきた新鮮なものだということだ。ありがとうございます。

仏ヶ浦

ここから佐井へはまた上りがつづき、その後も小さなアップダウンがつづいた。佐井から大間へは、平坦と小さなアップダウンがあった。今日は一日中70キロメートル強烈なアップダウンの連続だった。

大間の風景を撮る所で、風で三脚が倒れカメラが故障する。もっと慎重にするべきだった。大間でカメラ店にみてもらうと、メーカーに出さないとだめですねと言われる。ないと記録に残せないで、仕方なく特価19800円の最新のオリンパスのデジカメを購入する。故障したカメラはオリンパスに送ることにする。



大間・民宿「北の宿」

民宿「北の宿」は、いい宿だった。ただ、マグロは時期はずれで無く、たこときぎえの刺身、タナゴの焼魚、わかめのみそ汁、みずのひたしなどの夕食だった。

※ 今日のデータ 出発 6時40分 到着 15時00分  
走行距離 71.24 km 走行時間 5時間20分42秒  
平均時速 13.3 km/h 最高速度 ? km/h  
積算距離 2294.53 km 総積算距離 6280.78 km

### 第30日 6月23(土) 曇のち晴

青森県大間…北海道函館市～松前町 松前町[松前温泉保養センター]テント泊  
5時起床。「北の宿」ご主人にお礼を言って、5時50分東日本フェリー大間港に行く。6時10分乗船する。



東日本フェリー・函館山

天候はどんよりとした曇空でいやな感じであったが、お客さんはたくさんだった。ラウンジという場所に座っていると、私より少し若い感じの男性の方から“自転車旅行ですか？”と声をかけられる。私の旅行のことや、その人の旅行のことを交歓する。この人は神奈川県小田原市の人で、今回は北海道の島々・温泉巡りと山登りにやってきたのだそうだ。車に自転車を積んで目的地に行き、自転車で散策したり走ったり、徒歩で登山したり、そして温泉に入る、とのこと。これまで冬はずっとスキーをやってきたが、冬季以外のシーズンに何をしようかと考えてやり始めた、とのことだ。どこかでまた会えることを期待し合う。

まもなく、函館山が見えてくる。子ども会引率の元気なお母さんに写真を撮って

もらう。標高333.2m、函館の象徴の一つと思われる。港に近づくにしたがって街並みがだんだんよく見えてくる。8時10分、北海道の玄関口に入っていった。

8時20分、函館に上陸。自転車の母子二人連れと“がんばってね”と声をかけ合う。天気は相変わらず曇。国道228号線を松前町に向かう。今日の行程は約90km、とにかくお昼までにできるだけ進んでおこうと積極的に走る。幸い風は無風か、やや追い風。時々、景色の写真を撮りながらどんどん走る。道もまったく平坦で快調に走れる。茂辺地、当別と過ぎ、〈咸臨丸終焉の地〉に立ち寄る。解説版や終焉の碑、船の模型などがあり、興味深く見学する。



咸臨丸終焉の地

木古内のホームセンターで熊防止用の鈴を購入する。郵便屋さんにも局の場所を聞き郵便局へ、5万円を引き出す。文具店でボールペンの芯を替える。どこに行っても、“どこから来られたの？”“どう周るの？”“何歳ですか？”“がんばってね”と声をかけられる。

木古内から山間部に入るが、しばらくは田園地帯で木古内川に沿って豊かな田畑が平らに広がっている。道の駅「しりうち」を過ぎて、本当の山間に入っていく。青函トンネルの北海道側のトンネル入口が見えた。ゆるやかな上りが続いて、標高160mの福島峠を越えて、福島町に下って行った。

福島町に入ったのが午後1時過ぎ、松前町までは20kmだからここでゆっくりしても余裕だった。郷土レストラン「たかお」で横綱ラーメンを食べる。イカやエビ、カニ、ワカメ、タケノコなど具がたっぷりだった。1000円。千代の山・千代の富士の横綱記念館を見学する。かって、千代の富士の大ファンで感慨深く見て回った。本物の土俵があり、8月には松前場所とあって、ここで本当の稽古を大相撲九重部屋のお相撲さんがするのだと聞いてびっくりした。所員さんが横綱をバックに写真を撮ってくれる。



千代の山・千代の富士の横綱

ここから白神岬までは横からの向かい風が強く、なかなか進めない。空は晴れてきていたが、遠くの海は厚く長く雲がかかっており、竜飛崎も下北半島も全く見えなかった。少々残念。竜飛崎からはきれいに見えたのに、天候とはこんなものかと思う。白神岬で若い夫婦と写真を撮り合った。ここでも“すごい”“頑張って”と励まされる。



白神岬へ向かう

白神岬から松前町までは、またものすごい向かい風で、どうしてこんなに強く吹くの？という感じだった。頑張ってこいでも平均時速10km/hだ。ようやく松前町に入り、数名の大工さんに「松前温泉休養センター」の場所を聞く。そして、“風の強いのに関口しました”というと、“こんなもんだよ、日本海だから”と平然と言われる。

いつもこんなに吹いて当たり前とは、信じられない。

「休養センター」の職員の方々は、みんな親切だった。テント設営後、松前町まで食料を購入に行き、入浴、大広間で食事をした。いい温泉だったので、食事後もう一度入浴させてもらう。20時過ぎ、テントに帰り就寝。日誌は明朝にする。

※ 今日のデータ 出発 5時40分 到着 16時40分

走行距離	87.40 km	走行時間	5時間15分50秒
平均時速	16.6 km/h	最高速度	47.3 km/h
積算距離	2381.93 km	総積算距離	6368.18 km

第31日 6月24(日) 曇時々晴

松前町～熊石町

熊石町[熊石青少年旅行村]テント泊

4時目覚める。4時30分頃から昨日の日誌を書き始める。1時間少しかかる。それから荷物をまとめ、自転車にセットする。朝食をとり、「休養センター」の職員さん宛礼状を書いて、7時30分出発する。



開運丸・ほっけ漁

松前町内を過ぎると、今日のコースは大小のアップダウンの連続だった。札前、赤神、静浦、茂草では国道228号線からはずれ、町内を見て走る。札前では、畑に行くおばあさんに奥尻島地震の時、津波の被害はどんなだったか聞くと、“ここは全くなかった。むしろ、去年の台風18号で大波による被害が大きかった。海べりなので。”ということだった。茂草では、漁からもどって港で収穫の作業をしておられる方々があり、寄って話を聞いて見ると、“今朝、第8海運丸で男たちが網を揚げに出た。〈ほっけ〉が大量に獲れた。今は、女たち7～8人が網から〈ほっけ〉をはずし、男たちは網を機械に整頓して巻きつけているところだ。”という。みなさん、私には興味津々で歓迎してくれて、色々話してくれた。

二越岬を過ぎると、漁村はなく、高台の見晴らしのよいコースをアップダウンしながら走り石崎に至った。続けて、アップダウンのコースを進む。木の子では、美しい砂浜が見れた。岬・大崎を越えて、北海道発祥の地といわれる上の国に至る。道の駅「上の国もんじゅ」から江差町がきれいに見えた。

江差町では、北海道一の宮の姥神大神宮にお参りし、魚屋さんで紹介された食事処「たんぼぼ」に行った。地元の魚料理を食べるつもりが、なぜか軽食・喫茶だった。やむなく「とん汁定食」を注文する。食後、向かいにあった「江差追分会館」に入館する。実演の2時30分までは待てないので、資料の見学だけにする。民謡は日本一になったことがあるそうだ。



江差の海岸

乙部町では、八幡さんの水をいただく。道の駅「ルート229元和台」で小休憩。

ここから長いトンネル(豊浜トンネル)を抜けて、いよいよ熊石町に入る。コンビ

二で江差高校・熊石高校の生徒が握手を求めてくる。互いに頑張ろうと握手する。

「青少年旅行村」は、国道229号線から右折し1km 入った所にあった。すぐに、テントを設営したが蚊が多いこと。早速、蚊取り線香を炊いた。「あわびの湯」で夕食（五目そば700円）、コンビニで買ったビールを飲みながら。それから入浴、いい温泉だった。その後、広間で日誌を書く。21時、閉館直前にテントにもどる。21時15分就寝。

※ 今日のデータ 出発 7時30分 到着 17時20分  
走行距離 107.53 km 走行時間 6時間11分47秒  
平均時速 17.3 km/h 最高速度 ? km/h  
積算距離 2489.46 km 総積算距離 6475.71 km

第32日 6月25(月) 晴時々曇

熊石町～島牧村

島牧村[島牧YH]

3時30分目覚める。もう明るい。4時30分起床。今日のコースを確認し、荷物を整理、自転車にセットする。



長磯岬～宮野の海岸

6時50分出発。出発して10分、コンビニでサンドイッチ・おにぎりと豆乳で朝食をとる。長磯岬を過ぎ、宮野まで走る。一ヶ所アップダウンがあったが、あとは平坦、やや向かい風であったが、この位は十分走れる。海岸の岩場には、〈こんぶ〉と〈わかめ〉がたくさん生えている海岸に降りて“たべられますか?”、と聞くと“固くて生では食べられない。ゆがいて下さい。”と言われ食べられなかった。

天気のいい時には奥尻島がよく見えるそうだが、今日は遠くがよく見えなかった。

宮野の郵便局で、8時50分過ぎ局員さんに“小包を送りたいのですが、少し早いのですが、取り扱っていただけますか?”と尋ねると、快く対応してくれた。故障したカメラを福岡市のオリンパスメーカーへ送るのだ。スポンジで包んで小包で送るのがよいということでそうする。1300円。



太櫓越峠・北檜山トンネル

ここから、自転車に鈴をつけて熊が出るという太櫓越峠に向かう。鈴を鳴らしながら標高180mの太櫓越峠に登って行く。峠に約1000mの北檜山トンネルがあったが、明るい立派なトンネルで、

長くても恐くはなかった。下北半島の熊に遭遇した山間の道より、車もひっきりなしに走っているし、よく開けた道で熊が出るとは思われない安心の道だった。



北檜山町のコンビニでお客さんに食事処を尋ねると、“お勧めは、ここから7～8km先に「漁師の店」というのがある。そこがいいよ。”と教えてくれた。そこは、新鮮な地元の魚が直に食べられるということだ。早速そこまで走ると、「ヤマヨ斎藤漁業」の「漁師の直売店」・「浜の母さんの食事処」という店があり、

瀬棚町の沖で今朝獲れた天然の新鮮な魚ばかりを直売・食事に出していた。海鮮丼1500円を注文する。ひらめ、ほたての身とえんがわ、いくらなどふんだんに盛り付けてあった。とてもおいしかった。

北檜山を過ぎて、海岸沿いに出てから強い向かい風で閉口した。瀬棚、島歌、茂津多岬、栄浜、島牧と約40kmの間ずーと苦しめられた。平均時速12km/hだった。おまけに、茂津多岬からは、1500m~2000mのトンネルが連続して4つもあり、これもいやだった。車は、トンネルに入るとすぐに“ゴー”という音になり、前から来るのも後ろから来るのも全く同じ音で、また遠くても近づいてからも同じ大きさの音で、いつ、どちらから来るのかわからないのでとても不安である。



島牧YH

「島牧YH」に着くと、自転車は玄関に入れ、必要なものだけ部屋に運ぶ。コンタクトレンズの洗浄をして、入浴。洗濯、脱水、乾燥をする。夕食は18時30分。刺身もあり、割合ごちそうだった。

北海道計量協会から仕事で来ておられる鈴木さんと色々話をする。他に、四国からバイクで北海道旅行中の男女、神奈川県からフェリーで来られて車で2週間の北海道旅行をしておられるご夫婦と一緒に歓談しながら食事をした。20時部屋に帰り、日誌を書く。

※ 今日のデータ	出発	6時50分	到着	15時45分
走行距離	91.10 km	走行時間	5時間50分57秒	
平均時速	15.5 km/h	最高速度	48.1 km/h	
積算距離	2580.56 km	総積算距離	6566.81 km	

### 第33日 6月26(火) 曇時々晴

島牧村~ニセコ町

ニセコ町[ニセコ高原YH]

今日はニセコ高原へ登るので、最初から早く出発する予定でいた。

6時20分出発する。10分ほど走って、コンビニで朝食を買い、その外で朝食をとる。天候は曇。雲か霧が山々を覆っている。この調子では、今日期待の羊蹄山は望めないかも知れない。

海岸線に沿って平坦な道、国道229号線を走る。本目を過ぎた海岸沖で数隻の漁船が集団で行ったり来たりしながら漁をしている。何の漁なのだろう？本目海水浴場は美しい風景だった。本目を過ぎて少し走ると大小のアップダウンがあり、やや高台を走って弁慶岬に至る。立派な弁慶像が北の海を背に毅然と立っている。岬には濃い紅色のハマナス、黄色のユリに似たエゾカンゾウが咲き乱れていた。

北作開から右折して、道道9号線に入る。道路工事のおじさんたちから“どこから来たの？”と声をかけられ、“タイヤはどれ位もつか？”“いつ出発したの”



弁慶岬

か？”“何歳ですか？”など色々質問を受ける。“気をつけて”と温かい言葉をいただいて再出発する。

黒松内まで平坦な道、時々やや上りを走る。雲・霧は相変わらず山々を覆っており、遠くは雨が降っているのかなと思えるような様子だ。道の駅「黒松内」で小休憩、時間は11時とまだ早かったので、設置してあるインターネットで調べると、次の道の駅にもレストランがあるとわかったので、続けて進むことにする。ここから国道5号線に入る。標高214mの目名峠までは約2km長い上りが続いた。鈴をつけたが、熊の心配はなさそうな風景だった。峠を越えると青空が見えてきた。羊蹄山を期待しながら下っていった。

道の駅「らんこし・ふるさとの丘」で昼食。レストランといっても軽食しかなかった。〈なんだりそば〉と〈ごはん〉を食べる。食後に、生牛乳で作ったというソフトクリームを食べる。店員さんに聞くと、“らんこしの手前大谷あたりから、羊蹄山が見えてくるよ”ということだった。

期待を膨らませてぐんぐん下っていった。確かに大谷で右手前方に大きな山が見えてきた。下三分の二は見えるのだが肝心の頂上三分の一は雲に覆われて見ることができない。道路工事・交通整理のおじさんに確認する。確かにそれが羊蹄山だった。の左側に連なっているのが、ニセコ連山だということも教えてもらった。コンビニで「ニセコ高原YH」に電話して、大体の位置と行き方を確認する。

国道5号線から昆布という所で左折して、道道207号線→343号線を走り高原YHへ向かう。最後の約2kmはきつい上り坂が続く。車が少なかったのでじぐじぐ進行で懸命に登って行った。



ニセコ高原YH

「ニセコ高原YH」は昭和50年代の初めまで小学校だった校舎を改修して開設したものだ。直ぐに入浴。その後、羊蹄山とニセコ連山がよく見える場所を教えてもらい、約1km先まで散策しながら望むことにする。羊蹄山は、さらに雲が深くかかり全く見えなくて本当に残念だった。ニセコ連山は、山の頂上に雲がかかっており全容は見えなかったが、雰囲気はよく感じられた。

農作業のご夫婦と話をする。カボチャ・メロンなどを作っておられた。札幌市の方で7年前に脱サラして、土地を借りて作ったおられるとのこと。このあたりは、こうした入植者が多いようだ。

宿にもとってから、洗濯器をかけて、18時から夕食。札幌から来られたご夫妻と同テーブル、明日一日、ニセコ連山の一つに登山されるとのこと。色々歓談する。その他に、工事の仕事で来ておられる方が数名別テーブルにおられた。

ここのオーナーご夫妻も、30年前に兵庫からこちらに来て経営しておられるとのこと。私の部屋は一人だつた。少し整理して、日誌は明朝書くことにし



農作業のご夫婦

て21時30分就寝する。

※ 今日のデータ 出発 6時20分 到着 15時30分  
走行距離 89.13 km 走行時間 5時間41分33秒  
平均時速 15.6 km/h 最高速度 60.2 km/h  
積算距離 2669.69 km 総積算距離 6655.94 km

第34日 6月27(水) 曇のち晴  
ニセコ町～小樽市

小樽市[小樽温泉オスパ]

4時30分起床。霧が深く立ち込めて、景色は全く見えない。とても残念。洗面をして、食堂で昨日の日記を書く。5時45分まで書き朝食をとる。



羊蹄山

6時45分、霧に覆われた高原を出発する。出発してすぐにじゃがいも畑でトラクターのような大型車に乗って野菜に水をやっている農作業者に会う。あいさつし聞いてみると、防虫防除の薬をまいているのだそうだ。明るい元気な対応だった。

道道343号線を下っていくと、雲の切れ目から羊蹄山の斜景が見えた。さらに走っていくと、どんどん雲が晴れていき徐々に全容が見えてきた。本当に富士山そっくりだ。見れてとてもうれしかった。

雲が切れるのを待っては、何ヶ所かで何枚も写真を撮った。ただ、逆光なのでいい写真になっているかどうか？山頂近くの谷間と思われる所には筋のように雪が残っていた。

国道5号線に出る手前に「サンモリッツ大橋」というきれいな橋があり、記念碑が立つっていた。ニセコ連邦がスイスのサンモリッツの姿と似ているということで、倶知安町とサンモリッツ市が提携したと書いてあった。

国道5号線に出てからは追い風で、とても走り易かった。倶知安峠(標高250m)、上りはきつい所もあったが簡単に登れた。峠手前で今度は左手に羊蹄山が見えお別れをした。ここからは、追い風に乗り快速でどんどん下って行った。国宮から、ゆるやかな上りが長く続き、最後約1.5kmの上りはかなりきつかった。標高266mの稲穂峠だ。今日一番の難所に登りつき、ほっと一安心。約1kmのトンネルを抜けて、再び快速で余市町に下って行った。今日の道も地図では山間部だったので熊の心配をしていたが、車が多く、割合開けた所も多く、その心配はしなくてよかった。

まもなく、仁木町に入っていくと、さくらんぼ直売所がつぎつぎと道の両側に並ぶ。その後には、さくらんぼがたわわに実っている。一つの直売所に寄って試食させてもらって話を聞く。今が旬で、7月8日には「さくらんぼ祭」があるということだ。

余市町では駅の観光センターに行き、地



日本一周中の若者三人と

図をもらい見所を聞く。「かきぎき商店」で鮮魚類のにぎわいを見て、二階のレストラン「新鮮市場」に入る。大勢のお客さんがいっぱい、並んで食券を買っている。私は「ほっけ定食」の食券を買う。450円は安い。海鮮サラダも買った。ほっけ丸々一匹の焼き魚だ。ごはんが足りなくてもう一膳注文し平らげる。おいしかった。



小樽運河

ここを出て、「ニッカウキスキー」に向かっていると若者三人から呼び止められる。彼らはそれぞれ違う所から来て、それぞれ違う方法で日本を一周している。たまたま一緒になって昨日と今日余市の浜で一緒にキャンプする

という。意気投合する。

ニッカウキスキーを見学（無料）し、余市というウイスキーを試飲した。本当においしかった。宇宙記念館の売店で、再び三人の若者と一緒になり続けて色々話す。写真を撮り、名刺を交換して再会を期待して別れる。

小樽までも追い風に乗って快走する。最後の峠で大分汗をかいた。小樽ではまず運河を見学。今は生活ではなく、殆んど観光になっているということだ。人力車が多かった。小樽名物のようだ。若い女性の車力さんとツーショット。少し走って「裕次郎記念館」に入る。時間がないので、雰囲気だけにする。



裕次郎記念館

今日の宿泊所「小樽温泉オスパ」に入り散髪、カットだけしてもらう。1000円だがきれいに刈ってくれた。入浴をして、ジンギスカン定食とビールで夕食をする。妻に電話し、高橋先生に電話し、他の人にメールをしたりして22時就寝する。大広間で雑魚寝。日誌は明朝にする。宿泊客は8名だった。

※ 今日のデータ

出発	6時45分	到着	16時00分
走行距離	82.43 km	走行時間	4時間59分23秒
平均時速	16.5 km/h	最高速度	?
積算距離	2752.12 km	総積算距離	6738.37 km

第35日 6月28（木） 雨のち曇

小樽市～浜益村



小樽温泉オスパ

浜益村[浜益海浜公園キャンプ場]テント泊  
5時起床。6時過ぎまで日誌を書く。その後、朝風呂に入り朝食。朝食はサンドイッチ、赤飯むすび、牛乳。荷物をまとめ、7時00分出発しようとする

と雨がパラパラしはじめる。しばらくとどまって様子をみるが、ますます雨脚が強くなり、これは止みそうにないと思い、荷物に防水カバーを取り付け、身体にも上下雨合羽を着用する。メーターにも防水ラップを付ける。出発は7時50分になってしまっ

た。

雨の中、少し走ると上り坂、峠から下って少し走ると朝里町、ここを過ぎるとまた上り坂、合羽を着ているので汗で脚の方がベタベタしてむき苦しい。幸い、この辺りで雨も止んできたので、P地点で合羽を脱ぐ。荷物だけは防水カバーを取り付けたままで走ることにする。ここからまた約2.5 kmだらだらと登る坂が続いた。頂上のトンネルを過ぎると張碓へと下って行った。この間の国道5号線は相当にきつかった。

銭函から左折して国道337号線に入る。銭函からはずっと望来までは平坦で走り易かった。花畔ICから国道231号線に入る。この辺りから石狩市となり、右手を見るとずっと広く平野が広がっていて、遠くを見ても山が見えない。石狩平野は雄大だ。進んでいると「川の博物館」があった。立ち寄ってみる。入場は無料だった。石狩川の歴史や水害、その対策、治水のことなどが写真付きで解説してあった。すぐそばに大きな川が豊かに流れていたが、聞いて見ると、基は石狩川だが茨戸川と呼んでいて、石狩川はもう少し先にあるとのことだった。

ここから500m行くと、「サーモンファクトリー」(海鮮市場)があった。入って展望台に上り、四方を眺める。石狩平野は本当に広く広く広がっている。市場にはサーモンやニシン・昆布などの海産物がたくさん並んでいて、一つ一つ試食があった。ほとんど試食した。おいしかった。これを送ろうと思ったが、一つ送っても、まとめてたくさん送っても山口県まで送料1050円という。誰に何を送るか決めていないし、どうしようかと妻に電話すると、妻が配って歩くのはできることでも



サーモンファクトリー

ないし、結論として帰着予定の9月上旬にしたらどうかということになり、カタログをもらって電話で注文できるようにした。サーモンやニシンがこんなにおいしいとは、はじめて経験した。ここで旅行中の広島県世羅町のご夫婦に出会う。

石狩川は大きく、ゆったり・たっぷりと流れていた。

石狩市を過ぎて海岸に出ると、向い風が強くなってきた。なかなか進みにくい。平坦道で平均15 km/hだろうか。それと、アップダウンも多くなり



石狩川

りややきつかった。厚田村に着いたのが13時15分。ここで食事処を探し、港のそばの「前浜」にする。かすべの唐揚げ定食にする。はたはたの飯寿しというのが付いていて、どちらも珍しい食事だった。ごはんを追加する。

ここからはトンネルが多かった。1500mのトンネルと1901mの逆毛トンネルはさすがに長かった。一つ長さ400m位だが狭いトンネルで、入口に<壁へ

の接触に注意>と表示してあるのがあった。車が壁に接触する危険があるということは、自転車で走っているとどうなるのだろうかととても心配になったが、思い切って突入する。車が来ないようにと祈りながらできるだけ速く走る。車が来なかったのほっとする。逆毛トンネルへの曲がった上りもきつかった。約1km登り、1km下り、その後約2km登るという坂だった。

浜益村に着き、浜益海浜公園キャンプ場に入る。広々としたよく整備された芝生のキャンプ場だった。水場もトイレも二つずつある。コンビニが国道をはさんですぐ前にあるのもよかった。夕食は「元祖浜ラーメン」というのがあったので、1100円で食べる。テントに帰り多田理恵さん（旧姓高橋・美瑛町在住）に電話する。私の電話を待っておられたようで、とても元気に親しみを持ち合って話す。またいつか北海道中央部へ行くことを約す。19時45分就寝。日誌は明朝にする。



浜益海浜公園キャンプ場

※ 今日のデータ 出発 7時50分 到着 16時30分  
 走行距離 88.37 km 走行時間 5時間42分03秒  
 平均時速 15.4 km/h 最高速度 45.1 km/h  
 積算距離 2840.49 km 総積算距離 6826.74 km

### 第36日 6月29（金）曇

浜益村～小平町

小平町[望洋台キャンプ場]テント泊

5時起床。昨夜は早く寝たにもかかわらず、トイレも含めて3～4回目覚めた。それでも計9時間寝たことになる。洗面後、荷物を片付け、日誌を書く。

出発前に、少し雨がパラパラしていやな感じだったが、すぐに止んでテントと銀マットだけ防水カバーを取り付ける。コンビニで朝食（サンドイッチ・おにぎり・牛乳）をとり、7時35分出発する。



雄冬海岸

いきなり、中程度のアップダウンが2回出てくる。幸い、やや追い風で上りも平坦もいくらか後押しがもらえてうれしい。今日も日本海は穏やかだ。ただ、沿岸から200m以内の波を見ると波長が大きく、岸に打ち寄せる波のしぶきも大きい。やはり、瀬戸内海とはスケールが違うのだろう。

幌という所を過ぎてから、トンネルがつぎつぎと出てくる。それも長い。いきなり、ニツ岩トンネル1793m、いやではあったが明るく広いトンネルだから恐怖感はなかった。後方から大型車4台、普通乗用車

1台が走り抜けていった。いくつかトンネルを抜け、もうひとつ長いのがあった。雄冬岬で思い出にトンネルと一緒に写真を撮る。雄冬で小休憩。休憩所で、仕事で移動中の方数名と親しく話をする。

ここから増毛までトンネルの数を数えてみると、覆道を含めて14個あった。特に長いのが3個あり、最長は日方泊トンネルの2900mで、このトンネルは上りでもありとてもいやだった。車を数えてみると対向車は大型車4台・普通車26台、追抜車は大型車1台・普通車4台だった。いま一つはガマタトンネルの2060m、最後のもう一つのトンネルは1900m前後で下りだったので快速で走り抜けた。

トンネルを出てアップダウンを越えて増毛町に入る。コンビニで増毛町の見所を聞く。地図をくださって、国稀酒造と丸一商家を紹介される。「国稀酒造」を見学する。日本最北の酒造ということで、銘柄<国稀>を筆頭に由緒ある清酒が数々あった。試飲コーナーで数種試飲する。つぎに「丸一商家」を見学する。江戸時代以降、〇〇〇〇という人が呉服商をもとに、海運業・酒造業（現国稀）で名声をはせたということだ。



国稀酒造



増毛港・たこ漁漁師さん

#### 増毛港で漁か

ら戻ってきた漁船と漁師さんを見学する。たこ漁ということで、大きなかご2個にいっぱいいたこを収穫してきており、それを裁いていた。すべて長さ50cmはあるようだ。こんな大きいのは初めて見たと言うと、これはまだ中位だと言われる。今日は大漁ですか？と聞くと、まあまあだね。日によって違う、と言われる。

昼食は留萌市の「蛇の目寿司」と決めて、国道231号線をさらに走る。コンビニで「蛇の目寿司」とコインランドリーの場所を聞くと、地図を出して親切に教えてくれる。コインランドリーで洗濯器を動かして、「蛇の目寿司」に行く。<にぎり上>1030円を食べる。まずまずだった。コインランドリーの帰り、乾燥器にかける。きれいに乾き、小平町に向かう。

追い風で平坦な海岸線を走り小平町に着く。「ゆったりかん」温泉にはキャンプはできないと断られ、再度500m引き返してコンビニで夕食を購入する。そこから、さらに1km上った望洋台キャンプ場に登る。管理棟で受付をして、テントを設営する。明朝は雨の予報ということで、屋根付きのカマドの中に張らせてもらう。ここなら雨が降っても心配ない。管理人さんもOKしてくれた。高橋先生に電話する。牛丼・野菜サラダ・おにぎりビール・酒で夕食をする。管理人さんに、シャワーを使用できますか？と聞くと、「ゆったりかん」温泉まで車で送迎してあげると言われる。お言葉に甘えさせてもらう。ゆったりといい湯だった。入浴後、ロビーで日誌をつけていると、21時、管理人さんが迎えに来られる。キャンプ場に帰り、15分ほど管理人さんのロビーで続きを書かせていただく。“加藤管理人さん、ありがとうございました”。テントに帰り、22時就寝する。



望洋台キャンプ場

※ 今日のデータ 出発 7時35分 到着 16時55分  
 走行距離 72.17 km 走行時間 4時間16分23秒  
 平均時速 16.8 km/h 最高速度 61.7 km/h  
 積算距離 2912.66 km 総積算距離 6898.91 km

第37日 6月30(土) 曇やや寒い

小平町～天塩町

天塩町[鏡沼海浜公園]ライダーハウス泊

5時起床。望洋台を散策し、写真撮影。心配された雨は降らず、ほっとする。ゴミの後始末をし、管理人さんにお礼を言って、6時48分出発する。

今日は気温が低く寒い感じなので、アームウォーマー・レグウォーマーを着けて上着にはジャージを着て出発する。正解だった。とても短パン・半袖シャツでは寒くてやれなかったと思う。丁度よい温かさを保って国道232号線の平坦道を走る。ただ、向い風でスピードには乗れない。平坦な道が真直ぐにずーと続く。浜辺では、所々釣り客が釣りをしている。寄って聞いてみると、昨夜から来てカレイを釣っているとのこと。でも釣れないようだ。



オロロン鳥の群れ

海の100m沖合いに岩場があって、そこに黒い鳥がたくさん並ぶように休んでいた。珍しいので写真に撮る。後で、聞いてみるとオロロン鳥だった。鵜の仲間で北海道北部西海岸にしかいないようだ。

あびら鯨番屋を見学。明治時代の漁業文化で国の重要文化財になっている。

つづけて、ずーと平坦道で向い風が続く中を進む。まもなく、右手に上平グリーンヒル・ウィンドファームの長い丘が見えてくる。丘の上には数基の風力発電のプロペ

ラが見える。写真撮影。

ここの古丹別川を越えてからが大変だった。ここから遠別までの約56kmはアップダウンの連続だった。おまけに、向い風がだんだん強くなり、平均時速13km/h位だったと思う。それでも、こういうこともあると覚悟を決めて、マイペースで黙々と走る。沖合いに割合大きな島が二つ見えてくる。バス停におられた二人のおばさんに聞いてみると、天売島と焼尻島だそうだ。定期船も出ている。人口は1000人は居る。漁師の島ということだ。後で、地図で調べると20km～25km沖合いにある島だ。でも、きれいにはっきり見えた。



天売島と焼尻島

苫前町の道の駅「苫前温泉ふわっと」で小休憩。羽幌町の道の駅「はぼろサンセット」でも小休憩。ここで天塩までのコースの状況を聞く。遠別までは厳しい

という。実際に、登ったと思うと下り、また上り。またか、ということがつぎつぎと出てくる。でも天塩まで行くぞという強い気持で懸命にこいで登る。上りがある

と、ギヤを落としても力が必要で腰が痛くなるし、尻も痛くなる。脚のだるさや心臓の苦しきはない。時々、登り切った時に、前後屈や体のねじりをやって腰をほぐす。



日本海の荒波

初山別村の道の駅「岬の湯」で昼食〈うどんとカレー丼〉をとる。ここには天文台もあった。

ここから遠別までのはじめ半分歌越まではアップダウンの連続で、いやになった。それでも、あと30km未満と思い頑張る。遠別の道の駅「富士見」でソフトクリーム(250円)を食べる。のどが渇いていて、おいしかった。ここから

天塩までは、2~3回アップダウンがあったが、だいたい平坦で、強い向い風の中を頑張って進んだ。

鏡沼海浜公園に到着し、管理人室で手続きを済ませ、ライダーハウス(1泊1000円)に行き荷物を入れる。二人ほど先客がいる様子。「岬の湯」温泉(500円)に行き、入浴。浴場から、鏡沼海浜公園の全景が美しく見える。露天風呂から写真撮影をする。その後、温泉のレストランで夕食。〈夕映え定食〉に別にごはん大を注文し、全部おいしくいただく。リラクゼーションホールで日誌をつけ、22時ライダーハウスに帰る。同室には、浜松のお茶製造業の男性と米国高校留学中の高1生の二人がいた。いろいろ話をして、23時就寝する。寝具なし。寝袋で寝る。

※ 今日のデータ 出発 6時48分 到着 16時40分

走行距離	105.02 km	走行時間	7時間03分57秒
平均時速	14.8 km/h	最高速度	? km/h
積算距離	3017.68 km	総積算距離	7003.93 km

第38日 7月1(日) 曇のち晴

天塩町(しじみ祭り)

天塩町[鏡沼海浜公園]ライダーハウス泊

6時起床。今日は「しじみまつり」に参加し、一日休養をとることにする。連泊手続きをする。

今日は異常に寒い。15度を下回っていると思われる。Tシャツの上にはジャージを着ているだけでは寒い。コンビニに朝食を買いに行き、朝食。同宿の二人は各自携帯用コンロ等を持参していて、それぞれ自分で作って食べたようだ。8人にメールする。妻、朝見さん、弟靖夫、妹弘子・幸子、高広さん・地域振興課豊中さん・ゆうスポーツクラブ。県議榎本さんより電話あり。朝見さんにディアスロン大会激励の電話をする。



しじみまつり

午前10時からまつりが始まり、会場に出かける。もう人出は3000人という放送あり。たくさんの方々の屋台が出ている。長い行列ができていて、何かと思っ

で行って尋ねてみると、しじみの販売の行列という。販売所に行って見てみると、しじみといっても大きな貝だった。宍道湖のミニのしじみのイメージがあったので驚いた。一通り見て回り抽選券を買った。200円で5枚買うと500円の商品券があるので5枚買う。いい気持になって、500円の商品券でビール（400円）と串1本（100円）を買い、おいしく飲む。とてもいい気分だ。



鏡沼海浜公園

まもなく、しじみの放流が始まり、多くの子どもたち・大人が挑戦した。11時30分から演歌歌謡ショーが始まり、中村美津子・竹川美子の二人が招待されていた。どちらもとても上手だった。この頃には人出は5000人以上になって、すごく盛り上がってきた。北海道放送で放送される番組になっているとのことで、司会者も上手だった。竹川美子は広島県府中市出身と言われ、親しみを感じる。

この頃からすっかり晴れてくる。ハウスにもどり洗濯をして、13時30分から

の抽選会に臨んだ。5000人中50人に当たるということで、確率は低いが期待した。やはり、ダメだった。

その後、ハウスにもどると同宿の二人は寝ていた。私も寝ることにして3～4時間昼寝する。それから、洗濯物を取り入れ、「岬の湯」に入浴に行く。浴場から利尻島が見えてうれしい。夕方、雲一つないので夕日の水平線日没の期待が膨らむ。

「岬の湯」からもどり、海岸に出る。すでに、数人の人が夕日の水没を見ようと来ており、さらに何人か集まってきた。利尻島と水平線の接するあたりに太陽が降りていく。太陽が水平線に沈む光景を生まれて初めて見る。利尻島のすそに沈んでいく光景、とても感動的だった。写真を十数枚撮った。三脚で固定して撮ればよかったと後から思った。直ぐに、妻、ゆうスポーツクラブ会長山川さん、県議楨本さんにこの感動を電話した。



日本海の沈む夕日

その後、再び「岬の湯」に行きレストランで夕食、リラクゼーションホールで日誌を書く。その後、もう一度入浴し、ハウスにもどる。22時30分就寝。

※ 今日のデータ 起床 6時00分 就寝 22時30分  
一日 しじみまつりを楽しむ

第39日 7月2(月) 晴

天塩町～稚内市

稚内市・ライダーハウス[みつばちの家]

5時起床。快晴、もう太陽が輝いている。北海道の夜明けは本当に早い。無風。昨日・一昨日と違って絶好のコンディションだ。二人の同宿者とこれからの旅を激励し合って握手する。



広い原野の中を真直ぐに続く国道

5時45分出発する。天塩町のコンビニで朝食。道道106号線を北上する。追い風に乗って快走する。天塩川橋で天塩川を撮影。日本海に出ると、利尻島が凜とした姿できれいな二等辺三角形の全容を見せてくれる。まもなく、右手に風力発電のプロペラが28基並んでいるのが近づいてくる。と同時に、サロベツ原野の表示が設置されている。ここで写真撮影。この時、カメラの三脚の足場が金属製の網で倒れ、再びカメラを壊すところだった。一本の脚が網に

引っかかって完全に倒れずに助かった。細心の注意が必要と反省する。

右折して、道道972号線に入り約5km湿原ビジターセンターに着く。7時45分。開館は9時とあり、どうしようかと迷ったが、パンケ沼まで3kmの内、途中の展望テラスまで行くことにする。多くの植物があった。一つ一つ名前が記してあったが、とても覚えきれない。アヤメとエゾカンゾウはたくさん咲いていた。小さなピンク色のかわいい花が見られた。センター近くの長沼付近には、いろいろな種類のものが咲いていた。その中のトキソウを撮影。展望テラスでパンケ沼を遠望する。見えてほっとした。センターに戻ると、丁度9時。入館し、資料を見学。2階展望室より展望。本当に広い湿地だ。パンケ沼は見えなかった。



ここから広域農道を走り、パンケ沼に行く。入口から700m砂利道を慎重に進む。沼越しに利尻島がきれいに見えている。ここから国道40号線に入り名山台展望台でサロベツ原野を鳥瞰する。とにかく広い原野・湿地が広がっている。豊富町を通り、道道444号線にあるサロベツ原生花園に至る。黄色のじゅうたんを原野いっばいに敷いているように見える。エゾカンゾウが咲き誇っているのである。

再び、道道106号線に出て、海沿いの真直ぐにどこまでも続く道を、追い風に乗って北上する。左手遠方・海上に利尻岳、右はサロベツ原野、沿道にはハマナス・エゾカンゾウなど赤・黄・白の草花が美しく、心身を癒してくれる。何十kmも電柱もガードレールもない、勿論人家もない原野が続いた。こんな風景は生まれて初めて見た。原野の中を一本の道がどこまでも真直ぐにずーと続いている。本当に追い風でよかった。向い風だったら気の遠くなるどころだと思う。



サロベツ原生花園

高台スポットで昼食にしようとしていくと、高校生五人が食事をしていました。米国人と米国留学中の日本人の米国高校に在学中の学生たちである。現在、夏休みで

自転車旅行をしているという。彼らは私とは反対の方向に進んでおり向い風をととても気にしている。大体のコースを説明し、激励する。



キャラクターの交通安全

抜海を過ぎて、稚内半島が大きくなって来る。西稚内に入り走っていると、各家の前にミッキーマウスやドラエもんなどのキャラクターと一緒にカエルの人形が「交通安全、元気でかえる」との標語が表示されており、交通安全のアピールをしていた。この地区全体で取り組んでいるようだ。私も一緒に写真撮影させてもらった。

ノシャップ岬では、サハリンが見えないかと期待したが見えなかった。団体旅行の皆さんが寄って来られて、“すごい、すごい”、“強健だね”、“若い”と褒めちぎる。いろいろ質問されたが、事実のみ答える。

ここから5kmで稚内市の今日の宿泊所であるライダーハウス「みつばちの家」に到着する。例のギャラリー都の石井さんが、“おそかったねー”と迎えてくれる。もう一人の札幌から来たという若い丹尾さんともすぐに仲良くなり、一緒にスーパーに買出しに行く。久しぶりに刺身と豆腐を買う。「旭湯」で入浴。古いお風呂屋さんで、天井から明かりを取り、湯気を逃がすという格好だった。すごく熱い湯だったが、古風な趣がありよかった。



ノシャップ岬

その後、三人で食事をして、いろいろと話しをする。22時就寝。

※ 今日の日データ	出発	5時45分	到着	16時30分
走行距離	101.90km	走行時間	5時間21分20秒	
平均時速	19.0km/h	最高速度	43.4km/h	
積算距離	3119.58km	総積算距離	7105.83km	

#### 第40日 7月3(火) 晴

稚内市～利尻島～礼文島

礼文町[民宿・なかむら]

5時起床。5時45分出発。不要な荷物は「みつばちの家」に置いておく。バッグは、フロントバッグと後輪両サイドのパンニアバッグだけにする。出掛けに、同室の二人が礼文は寒いかもしれないので、防寒着を忘れないようにと気遣ってくれる。5時50分、稚内港に着き、乗船手続きをし乗船、3,190円(二等運賃、1,980円、自転車1,210円)は高いと思った。



ペシ岬と駕泊港

6時30分出港。今回、3回目の出会いとなる人と話す。ノシャップ岬を大きく回りながら利尻島へと向う。船中で、昨日の日記少し書く。だんだん利尻島に近づくに従って、利尻岳が大きくはっきり見えるようになる。8時10分駕泊港に到着。下船後すぐに観光案内所に行き、礼文の宿泊案内一覽をいただく。民宿「なかむら」へ電話するとOKとい

うことで、宿が取れてほっとする。一泊二食6,800円だ。昨夜同室の二人よりいただいた情報により、時計回りにポイントを見学しながら沓形港まで行くことにする。道道108号線を進む。

はじめに、出発後すぐベシ岬と駕泊港を写真に撮る。つづいて、道道から右折して、急な上り坂を登り、2kmで姫沼に至る。沼には、野鳥、水鳥がおり、水生植物が生え、周囲はトド松などの北方の植物・自然に囲まれておりきれいだ。沼と一体となった利尻岳もまた一段と映える。沼を一周する。ノシャップ岬で出会った団体の女性の方々写真を一緒にと言われ、快く一緒に写る。



姫沼・利尻富士

つづいて、追い風に乗って、小さいアップダウンの連続を楽しんで走る。左手には利尻水道があり、かすかに稚内半島の山並みなどが見える。このあたりは昆布漁が盛んなのだらう、海辺の浜には一面に昆布が天日干しされていた。



持金9,000円となったので鬼脇という所の郵便局で5万円を引き出す。石崎灯台を曲がると、急に向い風が強くなってきた。南からの風が吹いてくるのだ。強い時は、自転車の速度が14km/h位になる。

オタドリ沼に来る。咲いている花は、アヤメ・エゾカンゾウ位で、あまり面白くなかった。ただ、沼越しに見る利尻岳は勇壮な雰囲気だった。つづいて、南浜湿原。ここも、ワタボウシがが白く群生している位で面白くなかった。



昆布の天日干し

つづいて、向い風の中を仙法志に向う。上り坂を登っている時、沼津ナンバーの車が追い越して止まり、夫婦連れのようなだったが奥様が降りてこられみかんを一つくださり、“これを食べて頑張って”と言われた。うれしく、“ありがとう”といただく。仙法志公園では、海浜でうに・さぎえなどの海産物を、大きな岩場を囲んで水槽にして育てて（取ってきたものを入れる）いた。オタドリ沼で会った団体（バス旅行）の男性にまた出会い“早いですね”と言われる。

ここから沓形まで12km、途中艶峰湧水が出ておりボトルにいっぱい注ぐ。冷たい。沓形港で食事処の案内プリントをもらい、「凡天」で昼食をとる。ミックスフライ定食、1,100円+ごはん大盛100円。

15時20分のフェリー礼文島行の乗船。船中、昨日の日記の続きを書く。礼文島も近づいて見ると、高い所も結構ある長い形の大きな島だ。40分で礼文島に到着。礼文島からの利尻岳は大きく見える。民宿「なかむら」は港前にあった。ご主人は、小学三年生以下は宿代無料という、なかなかユニークな、かつ実直な方だ。

直ぐに入浴。ゆかたに着替え、夕食にする。ご主人手作りの料理で、タコ・サケ・ソイの刺身、ホッケの鉄板焼、ワカメと豚肉の煮物、その他山菜ほかたくさんのご馳走。生ビールを注文し、おいしくいただく。食後、礼文島のお花畑の徒歩での周

り方を教えてもらう。その後、昨日の日記の残りと今日の日記を書く。

※ 今日のデータ 出発 5時45分 到着 16時10分  
走行距離 48.70 km 走行時間 2時間53分37秒  
平均時速 16.8 km/h 最高速度 60.1 km/h  
積算距離 3168.28 km 総積算距離 7154.53 km

第41日 7月4(水) 晴

礼文島徒歩散策

礼文町[民宿・なかむら]

5時起床。出発準備。予定では午前9時30分まで散策、その後自転車で島を見て周り16時20分のフェリーで稚内へ戻るはずであったが、礼文の花々を探し見ていると、もっともっと歩きたくなって予定を変更する。



レブンシオガマ

出発6時30分。香深の宿を徒歩で出発、車道をカーブしながら、ゆるやかな坂を登って行く。1 kmも歩くと、山肌にレブンシオガマがたくさん自生している。生まれて初めて見る花だ。きれい。

2 km進んだ所から右手に入る礼文林道があり、その林道を行く。初めて見る花を見つけると、図鑑パンフを見ながら照らし合わせる。チシマフロウが、つぎつぎと見れるようになる。1 kmも進むとエゾスカシユリがあった。これも美しい。すべて写真に収める。センダイハギも黄色の可憐な花を咲かせていた。もう少し進んだ所で、ベテランらしい人と出会う。話を聞かせてもらう。もう少し行くとレブンウスユキソウの群生地があると教えてくれた。早く見てみたいと歩を進める。レブンウスユキソウは、想像していたのより小さい花だったが、エーデルワイスとも呼ばれる可憐な白い花びらが、心をなごませてくれる。そこら中に群生していた。



エゾスカシユリ

管理人小屋で小休憩し、管理人さんと話す。帰路は言われたように小山を越えてみた。イブキトラノオはややピンク色の虎の尾のようだ。中でも、エゾカンゾウ、レブンシオガマはたくさん咲いていた。それから、同じ道を引き返し車道に戻る。



センダイハギ

ここから、車道を500 m進んで桃岩展望台コースに入る。ここから、バスで上って来た観光ツアーの団体さんが数グループ歩いて登っておられる。いずれもガイドさん付きだ。すれ違ったり、追い抜いたりする団体や個人の方々とあいさつを交わしながら登って行く。



レブンウスユキソウ

桃岩展望台は、四方が見渡せて、近くの花々、遠くの風景いずれもきれいで絶景だ。利尻富士も時々雲がたなびいて、その美しさを倍増している。ここからは、桃岩台や猫岩が見えたり、元地方面の断崖も美しく眺めることができた。

さらに、元地灯台へ向ったが、思い直して、午後知床から登って来ることにして

途中で引き返し元地へ行くことにする。元地へ下っていったが、こちらは何のことはなかった。元地では、丁度よい定期バスがあったので、それに乗り香深まで帰った。12時30分だった。バス代410円。



礼文島風景

このコースでは、桃岩コースの特にフラワーロードは真にお花畑で最高だった。

民宿「なかむら」に帰り、昼食。元気づけにカツ丼を食べる。

午後14時、自転車で出発。知床に自転車を置き、元地灯台を目指す。1km登った辺りから花々が見えてくるが、大体午前と同じような花々だ。灯台からさらに1km進んだ所で引き返す。再びお花畑を楽しめたのでよかった。

利尻富士が西日に照らされて、礼文の花々と溶け合ってすごくきれいな風景だった。

17時30分帰着。すぐに入浴。洗濯を依頼する。夕食は、今日はニシンの煮付けがメインだった。食後、日誌を書いたり、メールを打ったりして過ごす。22時30分就寝。

※ 今日のデータ	出発	6時30分	到着	17時30分
走行距離	9.64 km	走行時間	30分34秒	
平均時速	18.9 km/h	最高速度	24.5 km/h	
積算距離	3177.92 km	総積算距離	7164.17 km	

#### 第42日 7月5日(木) 曇

礼文島周走～稚内市

稚内市・ライダーハウス[みつばちの家]

5時起床。荷物を置いて6時50分出发。少し寒いので上のジャージを着る。上泊までずっと平坦な道だが、左手山が切り立ったおり雪崩注意の標識が立っている。急な山の肌が所々崩れていたり、山の斜面に大きな網が張られていたり、いくつもの柵が設けられたりしており、いつ崩れてくるかわからないという思いで恐かった。

香深井に見内神社が祀られていた。今は安産の神社。かつては、アイヌの人々が恐れていた祀。内路からは、礼文岳(490m)の登山口があり、5～6人の壮年の男女が登山を始めるところだった。言葉を交わす。

上泊から峠を越えて船泊へ向う。左手に久種湖があり立派なキャンプ場があった。ここから8kmでスコトン岬だ。この道も平坦で走り易い。海では昆布の養殖をしている。須古頓漁港ではウニの水揚げが終わったところだった。ウニは全部天然だそうだ。



スコトン岬

スコトン岬に至る。少し高台にあり、正面沖にトド島がある。この島は無人島で、不定期に観光船が出ている。景色はよい。岬周辺には草花が咲いていた。

帰りに昆布漁の漁師さんに話を聞く。直径30cm位の球の浮きをつなげて、そのつないだ縄に昆布がぶら下がって育っていく。5m位まで伸びるそうだ。

上泊で高山植物園（高山植物培養センター）に入館。昨日、山では見ることでできなかった（特に、花の時期が終わっているもの）花を見ることができた。レブソウ、アツユキソウ、ハクサンケドリ、タカネナデシコ、エゾツツジ、レブソウなどだ。

内路と香深井の間に、ウニ割り体験・ウニ直売所があり寄ってみる。ウニ一匹から塊が五つ取れるそうだ。

香深に戻り、朝から決めていたレストラン「酒壺」に入り、ウニ丼を食べることにする。3,300円は確かに高いが、やはり食べてみないと話しにならない。丼のごはんの上に、ウニの塊が30個位は乗っていたと思う。写真を撮る。しょうゆにわさびを入れて混ぜウニ丼にかけて食べる。美味しかった。



ウニ丼

民宿「なかむら」に寄り、荷物を自転車に取り付け、お礼を言って出発する。



フェリー「宗谷」にて

香深港発13時05分のフェリー「宗谷」に乗船。日誌を書き始めると、とたんにすごく眠たくなる。座敷に入って約1時間眠る。14時過ぎ目覚め甲板に出てみると、利尻島、礼文島が遠くなっていた。何やら寂しく、別れ難い気がした。かもめが数羽船と一緒に飛んでいる。

15時、稚内港到着。日本最北のJR稚内駅に行ってみる。駅前通りを見ると何やら交通規制がしてあり、人々が多く集まっているし、法被や浴衣を着た人もいる。屋台もたくさん出ている。お祭りかなと思い、来ている人に聞いて

見ると、“稚内のお祭り・北門神社のお祭りで、もう15分もすると御神輿が来るよ”と言われる。これは、見ていこうと思ひ、自転車を塀に立てかけてメイン通りを見ていると、すぐに天狗さんやカッパさんや武士の服装をした者などが通り、しばらくして御神輿が大勢の若者に担がれてやってきた。御神輿は二基あった。「北門」の法被と「翼」の法被の神輿の二基だった。威勢よく、走りながら、上げたり下げたり回したりしながら、元気いっぱいだ。観客は、ひしゃくで水をかける。人々と一体になった神輿の舞だ。大小の太鼓を打つ人5~6人も威勢がよかった。



稚内のお祭り

「みつばちの家」に戻ると、石井さんと若い丹尾さんが“やっぱり一日伸びたね”と、温かく迎えてくれる。

スーパーに夕食・朝食を購入に行き、旭湯に入った後、支配人さんも含めて4人で夕食会兼宴会をする。支配人からは清酒「男山」、石井さんからは「酔心」、私は「ししゃもの唐揚げ」など、それぞれ出し合って、楽しく飲み、語り合った。

そのうちに、私はいつの間にか寝ていた。23時、目が覚めたら毛布が掛けてあ

った。あらためて、寝袋に入り、寝袋カバーで包んで寝た。翌朝聞くと、石井さんが掛けてくださったそうだ。北海道北部の夜は夏でも寒い。本当にありがたく、お陰で風邪を引かなくて済んだ。

※ 今日のデータ 出発 6時50分 到着 16時30分  
走行距離 55.32 km 走行時間 3時間00分18秒  
平均時速 18.9 km/h 最高速度 47.0 km/h  
積算距離 3233.24 km 総積算距離 7219.49 km

第43日 7月6(金) 晴

稚内市～浜頓別町

浜頓別町[クッチャロ湖畔キャンプ場]テント泊

5時起床。天気は良さそう。風は少しあるが、あまり問題はなさそうだ。札幌の若者は早く出発する。石井さんと再会を誓って6時30分出発する。



日本最北端の地・宗谷岬

国道40号線から潮見5丁目で国道238号線に入る。平坦な走りよい道だ。徐々に弓形に左にカーブしていくに従って向い風になる。右手に稚内空港、左手に宗谷湾、海岸は砂浜に草花の咲く地帯できれいだ。宗谷丘陵が正面から左側に突き出て勇壮に見える。丘には風車がたくさん立っている。向い風の中をコンスタントに着実に進む。左手後方に稚内市と利尻富士が絵になるように見える。

まもなく、宗谷岬が見えてくる。小さい漁舟が岸に近づいてきた。漁師さんに

話しかける。なまこや昆布を採っているようだ。

遂に、日本最北端の地、宗谷岬に立つ。8時45分だった。天気晴れ、海岸は静か、270°の視界で最北の海は広がっている。遠くにサハリン(樺太)の島並みがかすかに見える。日本最北端のモニュメントと間宮林蔵の碑が立つ。写真撮影。感激の気持ちを、妻に電話する。有田先生に電話する。お世話になっている7の人にメールする。約50分間滞在する。

9時35分出発する。左手にオホーツク海を見ながら南下していく。大岬という所に漁港があった。日本最北の漁港と思う。

オホーツク海は、遠くどこまでも広がっている。冬には流氷がやってくるのだろうと想像しながら眺める。2つの岬を越えて東浦に降りる。ここからはずっと平坦な道だった。左手は、広々とした浜がずーと続いており、オホーツク海が180°広がっている。右手は、これも広々



オホーツク海

とした牧草地で、山々は遙か遠くによりやく見える位だ。道の駅「さるふつ公園」で昼食にする。ここでも北海道に来たのだからと、「いくら丼とそばのセット」を注文。「いくら丼」おいしかった。1260円。この道の駅は、広々とした敷地の

中にあり、牛乳製造の施設やその管理棟もあって、牧場と一体になっているようだった。ここで、昨日の日記を書き、会計簿も記入する。

広々とした草原を走る。乳牛牧場では、牛が珍しそうに私を見ている。牧草地帯や浅茅野の台地を楽しく走り、今日の目的地浜頓別に到着する。ライダーハウス「ツーリング避難小屋」の場所を聞くがGSの人も知らない。役場に寄って聞いて見ると、以前はあったが今はないということで、クッチャロ湖畔キャンプ場を教えてくれて、地図付き案内パンフレットをくださった。コンビニも教えてもらい食料を購入に行くと、「みつばちの家」で一緒だった丹尾さんがいた。お互いに“早かったね”“来たんだね”と再会を喜び合い、“今日はキャンプ場に泊まるよ”ということで一緒にキャンプ場に向う。



乳牛牧場



クッチャロ湖畔キャンプ場

よく整備されたキャンプ場で、コインランドリーもあるし、温泉もあり、何ととってもクッチャロ湖畔にあり、とても風景の美しい所だ。丹尾さんのそばにテントを設営し、夕食。クッチャロ湖に映える夕日がとても美しかった。

コインランドリーで洗濯器をかけておいて、キャンプ場のすぐそばにある浜頓別温泉に入る。すべすべしたいいい湯だった。その後、洗濯器の洗濯物を取り出し、温泉の乾燥機にかけて、広間で今日の日記を書く。デジカメの電池の充電もする。

21時閉館で、テントに帰り、21時30分就寝する。低温注意報が出ているようなので、寝袋を寝袋カバーで包み、安心して就寝する。

※ 今日のデータ 出発 6時30分 到着 17時00分

走行距離	94.32 km	走行時間	5時間33分42秒
平均時速	17.0 km/h	最高速度	44.2 km/h
積算距離	3327.56 km	総積算距離	7313.81 km

第44日 7月7(土) 晴

浜頓別町～興部町

興部町・道の駅[おこっぺ・列車無料宿泊所]

5時起床。クッチャロ湖を自転車で散策。写真撮影。自転車で北海道旅行をしている人と話をする。テントに帰り日記の続きを書く。丹尾さんは、明日8日(日)が「クッチャロ湖祭り」なので、今日はウソタンナイの砂金採掘場で砂金掘りに挑戦し、明日祭りに参加して、つづいて枝幸町の「かに祭り」でかにを食べるそう。私は、予定通り興部に向うことにする。

7時30分出発。幸いなことに、風はオホーツク



北海道東部の草原

海からの北風で追い風になり、快走できてうれしい。平坦な真直ぐな道で、左は青い海オホーツク海、どこまでも広がっている。右は牧草地帯、これも遠くまで広々としている。池や川があったりだが、大体は草原で所々に乳牛牧場がある。山ははるか遠くに低くかすんで見える位。道端には、赤・桃・橙・黄・白色のさまざまな花が咲き、楽しませてくれる。これらの花の中で名前がわかるのは、ハマナス・エゾカンゾウ・ヒメジオン・センダイハギ・スカシユリ位だが、その他種々咲いている。

オホーツク海では、早朝から漁に出た漁船が数隻漁をしている。何を獲っているのだろうか？行ったり来たりしている。漁が終わった船は速度を上げて浜頓別に向かって帰っていく。



北海道一周マラソンに挑戦中の皆さんと

神威岬のたもと斜内で、7～8人のランニング姿の男女のグループが何やら始めようとしている。寄って行って、“こんにちわ”“何をしておられるのですか？”と挨拶すると、私の自転車の表示を見て、“日本一周すごい”と親しく問いかけてこられる。問いに答えながら、彼等のことを聞くと、皆さんは札幌の方々にマラソンで北海道一周に挑戦しているという。一日80km、3日間連続で240km走り、10年間で2,400km完全走破する予定だという。今年はその3年目だそうだ。私もすごいかも知れないが、

彼等もすごいと思った。記念写真を一緒に撮り、健闘を祈り合う。

カムイ岬公園で少し休憩。神威岬をバックに写真を撮ってもらう。この人、横浜からバイクで来た二人連れで、写真を撮ってくださった方はカメラマンということだ。

出発してまもなく先程のマラソン北海道一周の皆さんに追いつき、声をかけ合う。追い越して少し行くと、北緯45°の標識があった。北半球の丁度中間の緯度ということで、記念写真を撮る。

枝幸町に入り、市街地手前で「枝幸カニまつり」の会場があり、準備をしていた。どんなものなのかと寄ってみると、広場にテントが立ち並び、カニの販売やカニ料理その他の店の準備が進んでいた。その中の一つに<カニ汁500円>というのがあった。後学のために食べておくべきだし、実際に本場のカニを食べてみたかったので、“もう食べられますか？”と聞いてみると、“いいよ”と言われ、注文する。毛ガニ一匹が丸々丼にいっぱいに入ったみそ汁だ。500円は本当に安いと思う。腹も脚も全部食べた。とてもおいしかった。店の主人とお嬢さんと一緒にツーショット。



枝幸カニまつり

少し走り、道の駅「マリーランド岡島」を過ぎ、乙忠部のコンビニで、巻寿司とパンと野菜ジュースで昼食をとる。ここからは、ひたすら追い風に乗って走る。海の色がとてもきれいだ。幌内の野原で、何か採っている人があり、“何を採ってお

られるのですか？”と聞くと、「わらび」だといい、すごく立派なわらびの束を見せてくれた。北海道では「わらび」は7月と初めて知った。

さらに進んでいくと、海の見える林に白樺の林があった。北海道では低地、海そばにも白樺はあるのだ。また、少し行くと海辺の木々がすべて山側に傾いている。オホーツク海からの風が強いのだと思う。



列車の無料宿泊所

日の出岬を越えて、道の駅「おこっぺ」に到着。ここに、列車を利用した無料宿泊所がある。中に入ると、座席は取り除いてあり、畳が敷いてある。12畳位かと思う。今夜は私も含めて5人の宿泊者で、十分ゆとりがあった。北海道33観音を巡っているおじさんと二十代の若者男二人と女一人だ。私以外はみんなバイクだ。夕食は外のテーブルで、男4人話をしながらとる。食後、すぐ近くの銭湯に入りに行く。さっぱりして列車に帰り、日誌を書く。妻と柳井

のサイリング仲間升井さんに電話する。山口は、このところ連日梅雨の雨のようだ。「サロマ湖畔YH」に電話し、明日の宿泊の予約をする。

それにしても、若い人はざっくばらんで気持ちいい。一人は広島市安佐北区の吉川君、若い女性は仙台の人、かっこいい。外は霧雨模様。

※ 今日のデータ 出発 7時30分 到着 16時10分  
走行距離 106.67 km 走行時間 5時間31分23秒  
平均時速 19.3 km/h 最高速度 46.6 km/h  
積算距離 3434.23 km 総積算距離 7420.48 km

#### 第45日 7月8日(日) 小雨後曇

興部町～サロマ湖

サロマ湖[サロマ湖畔YH]

5時起床。霧雨が降ったり止んだりの天候。テントと銀マットは防水カバーで包み、身体は上半身アームウォーマーに雨合羽、下半身はレグウォーマーをはき、帽子の上にヘルメットを着用する。出発が近づくにつれて霧雨もよく降るようになり、バイクの4人は出発をしばらく待つという。

私は上記の態勢をとり、7時20分出発する。238号線、道は長めの小さなアップダウンはあるもののおおむね平坦、霧雨が降っているので視界が悪く1,500m四方位までしか見えない。したがって、風景を見ることはできない。おまけに、眼鏡に雨がかかって、前方がかすんでくる。時々、止まって眼鏡を拭く。約1時間走ると、流水岬とオム口原生園があった。この頃には霧雨も止んできた。流水岬で写真を撮って



流水岬

くださった方に聞くと、この沖は1月～3月にかけて毎年流水が流れてきて、海は流水でいっぱいになるのだそうだ。人が歩いて渡ることもできるということだ。壮観なことだろうと想像する。記念に流水海岸の石を3個と小さな流木1本を拾う。

オムロ原生園では、ハマナス・エゾカンゾウ・ハマエンドウなどがしきりに咲いていた。



クリオネ・流水科学センター

紋別市では、国道からはずれて市街地を走った。割合大きな町であるが、坂が多いという特徴があった。町のはずれの国道と交わる所に、道の駅「オホーツク紋別」があり、大きな公園施設の中に「砕氷船ガリンコ号」の展示や「流水科学センター」など種々の楽しめる施設があった。ガリンコ号を見て、流水科学センターを見学した。流水科学センターではマイナス20°の世界の体験をし、北海のかわいいクリオネを見ることができた。

外は雨もすっかり上がり、明るくなってきて少しずつ遠くも見えるようになってきた。オホーツク紋別空港の入口を右手に見て、さらに景色を見ながら黙々と走る。大型機械による大規模な野菜の栽培もおこなわれている。まもなく、左手にコムケ湖が見えた。この湖は海岸が砂州になっている。つづいてシブノツナイ湖が見えてきた。こちらは、砂州だとはっきりわかる。遠く海岸べりが陸でつながっているのがよく見えた。



大型機械による野菜の栽培

湧別町に入り、「ドライブイン錦」で昼食をとる。豚丼とラーメンセットを食べる。ここの店員に聞くと、コンビニはこの町の中央交差点の所にあるだけで、あとはサロマ湖YHまではないということ

だったので、そのコンビニに寄る。ここに、地元のサイクリストの男女7~8人の方々がサイクリング中で、ここが折り返し点で休憩しているところだった。紋別市から湧別町まで40kmを往復するのだそうだ。ひとしきり、私の旅の話やサイクリングの話をする。こういう仲間はいいものだとつくづく思う。今夜のビールとお酒、明日の朝食・サンドイッチと牛乳・おにぎりを購入する。

国道238号線をサロマ湖に向う。平坦な道を走り、サロマ湖が見えてくる所に〈しょうぶ群生地〉があった。花はもう咲いていないがどんな様子か見てみよう、



サロマ湖・ギムアネツ岬

きれいな長い橋でできた観察場所を歩いてみると、大きなしょうぶの葉がびっしりと生えていた。これは見事だ。花の時期に見てみたいものだと思う。

サロマ湖は大きかった。遠く、砂州の長く引いた陸地が左右から伸びていて、丁度中央の部分が切れている。そこが海と湖のつながっている所だとわかる。サロマ湖周辺、山側の道はアップダウンが結構あった。道の駅「愛ランド湧別」は子どもの喜ぶ遊

園地併設だ。さらに、アップダウンの道を走り道の駅「サロマ湖」は林の中にあり、湖が見えない。少し走って、国道からはずれギムアネツ岬でサロマ湖の風景を実感する。ここから、道道を走っていると狐を見かける。止まって写真を撮ろうとしたが、森の中へ入っていった。

「サロマ湖畔YH」では、自転車旅行の男性二人と同部屋だった。いろいろ旅の話を交歓する。その一人はクッチャロ湖で話をした人だった。私と大体同じコースをこれからも走る。入浴後、夕食。刺身・煮つけなどホタテづくしだった。その後、洗濯、デジカメ充電等忙しかった。迫口さんに電話する。22時就寝。

※ 今日のデータ 出発 7時20分 到着 17時10分  
走行距離 94.45 km 走行時間 5時間26分54秒  
平均時速 17.3 km/h 最高速度 ? km/h  
積算距離 3528.68 km 総積算距離 7514.93 km

第46日 7月9日(月) 小雨後曇

サロマ湖～斜里町

斜里町・ライダーハウス[クリオネ]

4時20分起床。5時30分まで昨日の日誌を書く。6時頃、部屋から外を眺めるとサロマ湖畔にキツネが一匹遊びに出ている。たちこちと何やら探しているようだが、まもなく姿を消した。尾が長く太かった。キタキツネに違いない。

朝食後、出発準備をし、6時45分出発。天候は曇、オホーツク海からの風、少し寒いので、上着に雨合羽、下はレグウォーマーを着用する。国道238号線から道道442号線に入り、サロマ湖を左手に見ながら走る。この頃から霧雨が降り始める。サロマ湖畔で写真撮影。遠くは霧でかすんで、よく見えない。砂州の切れた所が確認できなかった。「ところ遺跡館」を見てみたかったが、朝早くまだ閉まっていた。

442号線の右折する所を、左に入り「ワッカ原生花園」に行く。職員さん方が歓迎してくれて、ネイチャーセンター事務室で、いろいろな花の今開花しているものを教えてくれて、コーヒーまで入れてくださる。資料のカラープリントをいただいて、近くを散策する。

サロマ湖には、漁港があり養殖などの産業があることがわかる。霧雨はまだつづいている。道道442号線から再び国道238号線に入る。広いじゃがいも畑、一面に白い花が咲いている。北海道の豊かな農業を髣髴する。多少のアップダウンを越えて能取湖に出る。ここでも漁業は盛んなようで能取PA近くの漁港に寄ってみると、漁の入札をしていた。主にホタテの養殖と北海シマエビというエビ(赤い)の漁をしているとのこと。競り場に北海シマエビのトロ箱いっぱいに入ったものが、100個位あって、競り落とされていた。

ここから、網走市には小さな峠を越えて入っていった。網走湖の右手に見える所で、少し自転車道を走ってみた。よく整備され



広いじゃがいも畑



能取漁港

ていて、走り易かった。車止めもあまりたくさんはなかった。車道とは完全に分かれていて、車道との合流点はずっと走らないとなかった。



網走刑務所

網走市街に入り、「北方民族資料館」を見たかったが、山の上であり少し国道から離れているということで割愛する。網走刑務所に寄る。壁は赤レンガ、正門はアーチ型でがっしりしていた。門には鍵がかかっていたが、中はよく見えた。人の姿は見えなかった。受刑者は、昔は北海道の開墾の労働にすごく貢献したのだそうだが、今は刑期2～3年の人を収容しているとのこと。正面前に作業作品展示館があり、木工や陶芸など素晴らしくきれいに作製していた。「涙みせ、母のやってくる

夏まつり」の俳句が涙をさそう。

大曲の郵便局で、集まった資料・朱印帳・オホーツク海の石などをゆうパック（500円）で自宅に送る。つづいて、網走市のアーケード街を自転車を押して進みながら見学する。途中、カメラ店でズームのことを尋ね、電気店で自転車ライトの電池を購入してセットする。明るく点くようになった。



エゾモスゲ

再び、オホーツク海沿岸に出て南東に走る。レストラン「カニ市場」に寄り昼食。「カニめし」を食べる。これもおいしかった。

少し走り、約8kmつづく小清水原生花園に沿って走る。黄色いユリ科のエゾモスゲが満開に咲いて、黄色のじゅうたんを敷いたようだ。「小清水原生花園」に入ると、カメラマンかと思われる人と女性のボランティアの方が“案内してあげましょう”と言われる。喜んで同行して

もらい、花の案内をしてもらう。エゾスカシユリもよく咲いていたし、野草も説明を受けたが名は覚えられない。一番景色のいい所で写真を撮ってもらう。本当にボランティアに徹しておられ、感謝いっぱいだった。

道の駅「はなやか小清水」に寄り、斜里町のことを聞く。今日の目的宿泊所ライダーハウス「かぼちゃ苑」に着き、ほっとしたのもつかの間、何と“今はやっていません、もうしばらく準備中です。”と言われる。とても残念に思ったが、やむなくもう4km走って、ライダーハウス「クリオネ」に着く。

こちらは、1階に机やイスが設置されており広い団欒の場所となっており、寝所は屋根裏だ。屋根裏といっても、とても広くふとんもあり、快適だ。さらに、

別棟は温泉となっており、ゆったりできる。食事、入浴、洗濯をする。宿泊者は若い人ばかりだ。みんなバイクで、それぞれ数日間かけて北海道内を走るという。22時就寝。



小清水原生花園

※ 今日のデータ 出発 6時45分 到着 17時20分  
 走行距離 92.81 km 走行時間 5時間08分43秒  
 平均時速 18.0 km/h 最高速度 37.4 km/h  
 積算距離 3621.49 km 総積算距離 7607.74 km

第47日 7月10日(火) 小雨後雨・時々曇

斜里町～羅臼町

羅臼町・ライダーハウス[白樺]

4時30分起床。外は小雨が降っている。とてもいやな感じだ。昨日の日記を書く。5時45分朝食をとり、荷物を片付け、自転車にセットする。空は相変わらず雲が低く垂れ込めて小雨が降り続けている。少し様子を見てみると、雨が止み霧のようになってきた。昨日・一昨日と同じように雨は上がっていくだろうと思い、テントと銀マットを防水袋で包んだ以外は、防水カバーを取り付けなかった。

6時30分、身体も上衣だけ雨合羽を着て、下はレグウォーマーで出発した。出発してすぐに霧雨がひどくなってきた。斜里市街を通過して、農作地帯の道道の真直ぐな道を走っていく。一時は霧雨も止んでいたが、この農作地帯の途中で、殆んど民家が無く農作舎が所々に点在する状況の頃、霧雨が再び強くなり雨になってきた。雨宿りの場所も防水カバーを取り付ける場所もなく、早く軒下のある家が見つかるようにと願いながら雨の中を懸命に進む。まもなく、人のいる農作舎で入口の大きく開いている所があったので、“雨宿りをさせてください”と言って、入らせてもらう。



オシンコシンの滝

そこにおられた方は、親切なおばさんで、すぐに防水カバーを取り付けさせてもらう。このおばさんのお話によると、先祖は広島の三次から来たということだ。ご主人と息子さんも、いろいろ話をしてくれる。作っているものは、砂糖大根・じゃがいも・小麦・玉ねぎなどで、耕作地も広い。農舎には、一台数百万円～一千万円もする種々の農作機が十台位はあった。これだけで家が立つと言っておられた。合羽の下をはこうと思って出していたが、小降りになったの

でそのまま出発したのはいいが、1 km走ってその合羽を農舎に忘れたことに気づき引き返した。こういう無駄があってはいけない。

国道334号線に入り、アップダウンのある道を越えて海岸に出る。海岸は風が強く、今日は波も荒い。雨も徐々に強くなり、辺りも何となく暗く、恐い感じだ。その中を黙々と進む。難儀をしながら約25 km走りオシンコシンの滝に着く。ほっとする。この頃に、雨も小さくなり止むのかなという感じになる。

オシンコシンの滝は、断崖から水しぶきをあげて60 m流れ落ちる迫力ある滝だ。雨はいよいよ小さくなり、何とか写真撮影できる。ここから、5 km走りウトロの道の駅に着く。雨は上がっている。ここで、知床峠越えに備えてゆっくり休憩・昼食をとることにする。く



知床の海

知床膳を注文する。刺身とホッケの煮付けだ。その後、海鮮市場を見学する。

13時30分出発。いよいよここから13km、標高740mの知床峠の登りにかかる。3kmほど登り、「知床自然センター」に着く。ここが、知床五湖と知床峠の分かれ道だ。この自然センターを少し見学して、14時00分再出発する。

ここから峠まで10kmだ。雨が降り始める。本当にいやな雨だ。出発してすぐ鹿に出会う。とっさに自転車から降りて写真撮影するが、あわてていたので、ピンボケになってしまった。自然の動物はなかなか撮るのが難しい。

延々と緩やかな上りがつづく。きつい。ギヤを最下段に落として、我慢しながら登っていく。5km登り小休憩。ここからまた同様に辛抱してこいで登っていく。雨は少しずつ強くなってくる。8kmで小休憩。ここでメーターが表示しなくなる。



知床峠

何度も調整してみたがだめで、あきらめて取り外す。再出発して9km登ったあたりから、やや傾斜が緩やかになったかと思うと、強い風が吹き、強い雨が降りだして山は大荒れだ。おまけに寒い。嵐かと思われる天候になってくる。道の側の谷間には、厚さ50cm位の雪が残っていた。泣きそうな思いで峠をめざす。1km登って〈知床峠〉の石碑が見えた。ようやく登ったと満足感が漂ったが、写真を撮れる状況ではない。峠には広い駐車場があり休憩できるようになっているが、人っ子一人いない。車が時々ライ

トを点けて走り抜けていく。石碑に自転車を持たれかけて何とか写真を撮る。時計を見ると、16時00分だった。

ここから羅臼まで18kmを30分で、一気に下っていった。ふもとにおりるまで、雨と風でとても寒かった。震えながら下って行った。羅臼に下りると晴れ間が見えて、雨も止んでいた。先ほどまでの雨と風と寒さは何だったんだろうと思う。ライダーハウス「白樺」に着く。

白樺のマスター曰く、“知床峠と羅臼の天候は全く違う”のだそうだ。夕食に〈ちゃんちゃん焼き〉を期待していたが、人数が足りなくてできず残念。札幌から来た天野さんは、チャリンコで北海道を一周している。頭が下がる。いろいろ話す。知床峠の天候は刻々変わり、峠越えに挑戦してすでに2日引き返したということだ。彼もマラソン選手ということだ。21時就寝。



羅臼から見た知床峠

※ 今日のデータ 出発 6時30分 到着 16時30分

走行距離 56.07km 走行時間 4時間20分42秒

(実際は、これに約20km, 50分加える)

平均時速 12.8km/h 最高速度 34.7km/h

積算距離 3677.56km 総積算距離 7663.81km

第48日 7月11日(水) 曇

羅臼町～根室市厚床

根室市厚床[早坂旅館]

4時20分起床。すぐに、自転車を逆さにしてメーターの受信するところを合わせて車輪を回して見ると、メーターが正しく作動した。ほっとする。昨日は、なぜうまく合わせることができなかつたのだろうか。5時50分まで昨日の日記を書く。天野さんは、4時30分、知床峠越えに出発した。

2km上った所にある無料温泉「熊の湯」に入湯。すごく熱い湯だったが、本当に自然の露天風呂だ。カメラを忘れたが、同宿の浅見さんが入湯中の写真を撮ってくれて、メールで「ゆう文化スポーツセンター」(ゆうたん)に送ってくれる。彼は会社員(富士通)で一週間休暇をとって北海道をバイクで旅行中。もう一人埼玉の郵便局員(30歳前後の男性)の方も一週間の休暇をもらって自動車で北海道を旅行中。今年で4回目、北海道がいいからとのこと。



国後島・うっすらと見える

7時55分出発。今日は寒い。ジャージを着て、レグウォーマーを着ける。知床峠を見ると晴れているところもあるが、黒い雲も見える。谷間に厚そうな雪も見える。国後島は、雲がかかっていて裾の方がかすかに見えるという状況で少し残念だ。

道の駅「知床らうす」に寄る。ご主人がタラバガニやウニの試食を勧められる。ここを出発して500m行った所でヘルメットを着けてい

ないことに気づき、引き返す。ご主人がヘルメットを持って待っておられた。その後、少し走って「世界遺産・知床」の看板があったので、自転車をそのネットに立てかけて三脚で写真撮影をする。そして、1km進んだ所でメーターがついていないことに気づく。写真撮影の時、自転車をネットに立てかけたときにはずれたのだと思い、再び引き返す。あった。ほっとするが、こんなにうっかりが続き気を付けないといけない。

天候は曇りで、少し寒い、風は無風か追い風で走りよく助かった。道路標示には気温13°、風0mとあった。左手に根室海峡、少し遠くに雲におおわれた国後島を見ながら快走する。大体平坦な道。標高80mの羅臼峠を越えて、国道335号線国後国道を標津町に向かう。海岸のすぐそばに白樺などの北方・高山の樹木の林があり、その樹木の隙間から海が見える。



道の駅「知床・らうす」



標津町・カリカリエス遺跡

「標津遺跡群・カリカリエス遺跡」を見学。アイヌの住居跡(竪穴式)を見て、古代の生活様式を想像する。発掘された生活用具の解説板もあった。このあたりは湿原でもあり、湿原の中にある小高い山にこれらの遺跡があった。

標津町の「福住」という日本式レストランで昼食。〈鴨そば〉を食べる。北海あいがもを使っている。

コンビニで、今日の宿泊予定の本別海や奥行に宿はないか、コンビニはあるか尋ねると、どちらも厚

床までない。キャンプ場もない。ということで、念のために夕食分のおにぎり・パン・バナナ・コーヒーを購入して、厚床まで110kmの行程になるが行くことに決める。

野付半島は、標津町から野付水道に伸びた日本最大級の長い砂嘴で、遠くに低い陸地が伸びているのが見えた。ここから厚床までは、特に見る所もないので追い風に乗ってひたすら走っていった。

本別海も奥行も家も人も少ないような部落だった。奥行までは平坦な道であったが、奥行から厚床までの10kmはアップダウンの連続だった。厚床に近づく頃には17時を過ぎて、周囲が少し暗くなってきたような感じで、気温も下がってきた。おそらく12°を下回ってきていると思う。北海道の日没は早いのだとわかった。

17時30分、ようやく厚床に着く。厚床駅で宿を聞くと、すぐ駅前に「早坂旅館」がある。ここでは一軒だけだと、電話も教えてくれる。早速、連絡を取ると、現在は素泊まりだけ、3,800円という。即決する。

宿に入り、コンビニを教えてもらい夕食・昼食を購入に行く。宿にもどり、入浴、夕食、洗濯をし、洗濯物は部屋のロープに干す。妻に電話する。22時30分就寝。

※ 今日のデータ 出発 7時55分 到着 17時30分

走行距離	110.26km	走行時間	6時間13分24秒
平均時速	17.7km/h	最高速度	? km/h
積算距離	3787.82km	総積算距離	7774.07km

#### 第49日 7月12日(木) 曇

厚床～根室市 根室市・ライダーハウス[インディアンサマーカンパニー]

3時30分目覚める。外はもう明るい。やはり東の地に来ているのだなと実感する。物干し竿が濡れている。雨が降ったのだと思う。再び眠り5時30分起床する。昨日の日誌を書く。洗濯物を取り入れたり、朝食をとったり、準備をしていると時間が経ち、出発が8時になる。

雨は上がったが、気温は低く寒い。その内に気温も上がるだろうと、上にはジャージの上に合羽を着たが、下はレグウォーマーだけで出発する。

国道44号線は大体平坦だったが、今日はやや向い風で速度は遅く進んでいく。気温表示は9°と出ていた。手袋は指の出ているものなので指先が寒い。それでも、手や下半身、我慢できない程ではないのでそのまま走る。途中、酪農地展望台があったので、登って周囲を鳥瞰する。山という山はなく、平たく広い酪農地で所々池もあった。

酪陽の手前あたりで、さすがに下りになるとスピードが出て、風で寒さがこたえるので、下にも合羽ズボン、手には軍手を着用する。これで、大分寒さを感じなくなった。道辺には、青色のかわいい花が咲いていた。道の駅「スワン44ねむろ」で小休憩。風蓮湖をバックに写真を撮る。ここで、山川さんと高広さんに電話する。



風蓮湖

温根沼橋を渡り根室市に入る。根室市は市街に入ってから国道44号線も、アップダウンがつぎつぎとあり困惑した。また、道の脇に「返せ、北方領土 根室市」と書いた大きな看板が目立つようになった。

た。北方領土には、歴史的にも根室市及びその周辺の方々の直接のかかわりが深く、また現在の漁業を中心とする生活にも大きな影響があるということで、市民の関心も願いもとても大きいものがあるように思われる。そうした意味からも市役所の大看板の前で写真を撮る。

今日の宿泊所「インディアンサマー・カンパニー」に荷物を置き、根室半島を一周する。道道35号線を時計回りにすることに。北方漁業のメッカということで根室港に寄る。作業中のおじさん・おばさんに話を聞く。“今日は、早朝に定置網でカレイの漁をし、出荷した。まずまずの収穫量だった。今は、網についたヒトデを取っているところだ。”ということだった。“今日は、寒いので大変だ。”とも言われた。仕事場には、たくさんのカモメが餌をあさりにやってくる。

納沙布岬までの根室半島は牧場が多かった。山はなく、広々とした草原と牧場という感じ。大小のアップダウンがある平坦路だ。途中、北方原生園があり小休憩と小見学。エゾキスゲ・アヤメ・ハマナスなどがよく咲いてきれいだ。ミズナラの風衝林は天然記念物だ。



平和の塔より・北方領土を望む

納沙布岬に到着し、早速平和の塔でエレベータに乗り展望台に立った。天候は曇だが、海面上は遠くまでよく見える。水晶島は、横に長く緑に輝いていた。その右手前に灯台のある小さな貝殻島、さらに右手には、勇留島、萌茂尻島、秋勇留島とはっきり見える。北方領土は近いと感じた。反対側の根室半島側を見ると、平らな牧草地が大きく広がり、左手が太平洋、右手がオホーツク海と、これも絶景だった。

日本最東端の食堂「鈴木食堂」で海鮮丼フルセットを食べる。花咲ガニはここだけでしか獲れない珍しいおいしいカニだそう。ゆでると花が咲いたようになる。

納沙布岬灯台に行く。日本最東端の海には、ロシアの難破船の残骸があった。北方館見学をして、四島返還祈念碑を見て、こんどは太平洋側を走り宿舎まで帰る。

宿舎は、海産物販売店「ノサップ産商」でもあり、ここから村田豊和さん・田中節子さんに花咲ガニを送る。

今日の宿泊者は、北海道をバイクで十日間旅行する大学4年生の堀内君（NHKに入社内定）と私の二人。近くの銭湯「あけぼの湯」に入湯、スーパーとコンビニで夕食を購入、宿の奥様から差し入れていただいた花咲ガニ一匹とともに、二人でいろいろ話をしながら夕食をとる。

21時頃、宿の奥様が来られ三人で話が弾む。22時30分就寝。

※ 今日のデータ 出発 8時00分 到着 16時40分

走行距離 82.38 km 走行時間 4時間57分46秒

平均時速 16.5 km/h 最高速度 ? km/h

積算距離 3870.20 km 総積算距離 7856.45 km



日本最東端・納沙布岬に立つ

第50日 7月13日（金）曇

## 根室市～厚岸町

4時30分起床。外は時折小雨が降り寒い。丹前を着て、昨日の日記を書く。5時50分書き終えて朝食、荷物の片付けをして、奥様が焼いてくださった氷下魚を食べる。おいしい。小さいので食べ易い。妻に一箱送る手続きをする。



ライダーハウス「サマーカンパニー」

## 厚岸町[厚岸グルメパーク]テント泊

荷物を自転車に取り付け、建物をバックに記念撮影後、7時50分出発する。幸い雨は止み、空は少し明るくなってきた。ユニホームの上に、上は合羽、下はレグウォーマーを着ける。道道35号線から市役所前を通り、道道142号線に行く。ここで、やはり寒いので上にジャージを着て、下に合羽をはく。道道142号線、多少のアップダウンはあるが、根室半島自体平らに広く広がっている。根室半島を縦断して走る。道は根室本線と平行しており、牧場、牧草地帯を走る。駅の近くに

なると民家が現われる。落石市の浜松海岸PAで小休憩。

落石市で右折して、山間部に入るとやや大きなアップダウンとなる。この頃は気温も上がり、上り坂で暑くなってきたので、止まってジャージ(上)と合羽(下)を脱ぐ。この時、同方向に進む同じような自転車旅行の若者から“どうしましたか?”と声がかかる。少し話して、“じゃあ、一緒に行きましょう”ということになり、二人で並走する。その間、旅行のことや、自転車のこと、これまでのことなどを話しながら行く。彼は、神奈川県の人で、現在無職、4月から四国、九州、中国山陰と走り、舞鶴からフェリーで北海道へ、北海道を大体右回りに走っており、内陸にも入っているとのこと。予定などは立ててなくて、お金がなくなれば帰るそうだ。お金はないのですべてテント泊でやっているとのこと。すごい精神力と思う。

初田牛で太平洋シーサイドラインを避け、国道44号線に入り厚床に至り、休憩もせずそのまま国道44号線を進む。この道は殆んど平坦だった。道路標示の気温は12°と出していた。二人で話しながら走っていたが、昼食のことを考えなくてはいけないということで、地図を見ながら、私は丁度12時過ぎになるレストラン「ファームデザインズ」にする。彼は、もう少し進みコンビ二にする。ということで、レストラン「ファームデザインズ」に到着。ここで、感謝と激励をし合って、名前と住所を交換して別れる。彼の名は長澤君。家は神奈川県の高橋(私の長男)の近く。長男の所へ来た時には電話をください、とのことであった。

このレストランは、すぐそばの牧場の直営である。乳製品のすべて、ここの製品を使っているとのことだ。ビーフカレーを注文する。肉が三切れしかなかった。少し残念。でもカレーが食べたかったのでおいしかった。寒いので、また合羽(下)とジャージ(上)を着る。国道44号線を走って行く。ずっと平らな草原、牧草地帯だ。家は街までまったくない。

まもなく、別寒辺牛湿原に入っていく。ここに、水鳥観察館があり立ち寄る。受付



水鳥観察館

名簿の最後に長澤君の名があった。聞いて見ると30分前に出たということだった。ひよとしたらまた会えるかも知れないと思う。ここでは、湿原内に観察カメラが設置してあり、館内で操作して自在に観察し、大画面でその映像を見ることができる。すなわち、今現在の野鳥の姿を大写真で（ズームによって）見ることができる。この日も〇〇〇〇のヒナの巣立ち前の様子やタンチョウヅルの湿地を歩く様子が手に取るように見ることができた。



厚岸市風景

ここから5kmで厚岸市に到着。道の駅「厚岸グルメパーク」でテント泊のお願いをすると、気持ちよく承諾してくれた。すぐに建物裏の大きな軒の下にテント設営、スーパーで夕食用ビール・酒と朝食を購入して、「グルメパーク」のレストラン「コンキリエ・エスカル」で夕食。カキ弁天島井（通称・カキの駅弁）980円を食べてみる。おいしい。レストランで、本日のデータ書きや明日の地図確認などをしてテントに帰り、晩酌をする。食後、服装を着替えて寝

袋を出し、周りを整頓して、床につく。20時就寝。23時目覚めた時は霧雨が降っていた。

※ 今日のデータ 出発 7時50分 到着 15時55分  
 走行距離 92.17km 走行時間 5時間23分50秒  
 平均時速 17.0km/h 最高速度 ? km/h  
 積算距離 3962.37km 総積算距離 7948.62km

第51日 7月14日（土） 曇  
 厚岸町～釧路市

釧路市・ライダーハウス[HISTORY]

4時20分起床。雨は降っていないが寒そう。洗面後、朝食をとり、6時15分まで昨日の日誌を書く。その後、荷物を整理し、自転車に取り付ける。この道の駅には、幾人かの自動車旅行客が自動車内にて宿泊していた。数人の方々と挨拶、言葉を交わす。天候は相変わらずどんよりして回復しそうにない。今日は、防寒のため、スタートから上はジャージに合羽、下も合羽を着て出発する。

出発7時50分。国道44号線に行く。風が冷たい。11°～12°だろうか。いきなり、長い上り坂を登ると厚岸湾の向こうに尻羽岬の断崖が見えた。ここを下ると、JR根室本線と平行して走る平坦路だ。左右に開けた牧草地帯で、馬の牧場もあった。牧場以外に民家はない。尾幌を過ぎて徐々に山間に入って行く。標津町を過ぎてから山間を走るのははじめてだ。熊よけ鈴を着け、寒さもあるので手袋を軍手に換える。まもなく、長～い上り坂に入る。登っても登っても峠にならない。ゆるい上り坂だが峠まで2.7km登る。ここから、別保までは多少のアップダウンがあるも快適に走る。山間を出て別保に至る。



厚岸湾・遠く尻羽岬

別保の支所に寄ると、市議会選挙の期日前投票がおこなわれていて、選挙管理委員会の方々がおられた。日本一周している者だがと言って挨拶をして、釧路湿原の見学場所・その行き方を尋ねると、男性の職員の方二人が、とても親切に教えてくださった。その話から、ベストはJR釧網本線で釧路駅から釧路湿原駅へ行って、駅から数分登った所にある細岡展望台から見学するのがよいと判断した。車内からも湿原が見れるし…。湿原の中を歩いてみたいとも思ったが、それはバスで鶴見台まで行かなくてはできないと聞いて、あきらめた。ありがとうございました。

釧路駅に近いライダーハウス「HISTORY」に宿を決め、電話する。OKの返事。ここに自転車・荷物を置いて、JRで見学に行くことに決める。



大親切をいただいた金田さんご夫妻

国道44号線と国道391号線の交叉する所・木場三丁目交差点で左折、「HISTORY」をめざす。材木町の交差点で右折するために止まって信号の変わるのを待っていると、年配のおじさんに声をかけられる。和服リサイクルショップ「市松」のご主人で、金田道夫さんという。すぐ近くにある店に招かれて、コーヒーをいただいて、これからの予定を話すと、ライダーハウス「HISTORY」への行き方、釧路湿原見学のJR「ノロッコ号」の時刻を駅に電話して調べてくださる。とても

とても親切で大感謝。奥様も一緒に写真を撮らせていただく。記念にと、絹の扇子をいただく。丁重にお礼を言って失礼する。

「HISTORY」に荷物を置き、食事処を聞いて、釧路駅に向かう。丁度、巖島神社のお祭りで、山車や御輿が出ていた。教えてもらった食事処が休業日で、通行中の中年の女性にカメラ店もあわせて尋ねると、丁度釧路駅に行くところだからと、同行して話をしながら、食事処・カメラ店を教えてくれる。光画堂でカードの写真をCDに取り込み、和商市場で秋刀魚の焼魚定食を食べ、「ノロッコ号」に乗車する。



ノロッコ号



釧路湿原

車中から湿原が見えてくる。水門も見える。釧路湿原駅で写真を撮り合った二十代の女性・新井めぐみさんと、ずっと一緒に話しながら見学した。釧路湿原は、東西16km、南北34kmの広さ、日本の湿原の60%を占めるそうだ。湿原は広く広く緑色に広がり、釧路川がゆっくりと蛇行して流れていた。カヌーで川下りしている舟も見えた。新井さんは、学生時代



新井めぐみさん

フランス語を専攻していて、現在銀行に勤めている社会人三年目の方。フランスに一年間留学していて、旅行は社会人になってから好きになり、今回は五日間の休暇をもらって、旭川の友人宅に行き、旭川・富良野・釧路と

見学、明日小樽を見て埼玉に帰るということだ。よい出会いができて感謝。釧路駅でよい旅を祈り合い別れる。

和商市場を見学、閉店前で刺身100円を買い、コンビニで夕食・朝食を購入し「HISTORY」に帰る。宿泊者は私ほか三名。みんなバイクで北海道旅行をしている。京都・東京・もう一人京都の人。夕食後、近くの銭湯「福寿湯」に入り、帰着後洗濯・乾燥。しばらく三人でいろいろと宿の紹介等話す。高広さんに電話、妻に電話、山口には台風が接近しつつあるとのこと。注意を。22時就寝。

※ 今日のデータ 出発 7時50分 到着 12時30分 (17時50分)

走行距離 49.08 km 走行時間 3時間01分01秒

平均時速 16.2 km/h 最高速度 54.3 km/h

積算距離 4011.45 km 総積算距離 7997.70 km

第52日 7月15日(日) 雨

釧路市～音別町

音別町・ライダーハウス[ミッキーハウス]

4時起床。洗面後、昨日の日記を書く。5時30分まで。天気は曇、今にも降り出しそう。気温も低い。山口では、台風の影響はどうだっただろうか。妻・朝見さん・妹弘子・幸子・弟靖夫・斎藤さん・松田君・豊中さん・ゆうスポーツクラブにメールを打つ。

7時頃から小雨が降り始める。出発準備をして朝食をとり、上下合羽を着て、荷物も全て防水カバーをとりつける。

8時00分出発する。国道38号線を浦幌へ向かう。平坦な道、やや追い風、雨はだんだんひどくなる。視界は2km位、市街地から草原地帯へと出て行く。左は太平洋、岸には激しく波が打ち寄せ、白いしぶきを上げている。雨合羽を透してジャージが濡れると困ると思い、長袖下着を購入しようと思うが時間的にも店が開いていないし、市街地を出ると店もない。

雨は降り続く。道の駅「しらぬか恋間」で小休憩。本日、交歓予定の帯広市「北の屋台」の坂本さんに電話するが出ない。山川さんに電話して連絡方法を調べてもらう。その結果、坂本さんは14日(土)・15日(日)と県外へ出張とのこと。ご自宅奥様の電話を覚えてもらう。奥様と電話で挨拶、お話しを伺う。その内容は“北の屋台は、坂本さんから他の方々に経営を引渡しており、今は関わっていない。立ち上げた時のスタッフも今は関わっていない。”とのこと。“ご主人様によろしく伝えてください。北の屋台に出向き、コミュニケーションの雰囲気を読んで帰ります。”と申し上げる。”



ミッキーハウス

雨は相変わらず降り続けている。庶路のあたりから山が近づいてくる。白糠を過ぎて道はアップダウンとなってくる。大小のいくつかのアップダウンを走り音別町に到着する。食事処「味閣」で昼食。五日ラーメン大盛を食べる。具がいろいろたくさん入っており、ボリュームもありおいしかった。

北の屋台・坂本さんや事務所への訪問がなくなったので、明日午後に帯広に到着しなければならないということもなくなり、したがって、浦幌まで行きキャンプする必要もなく

なり、また、雨も降り続けているので、直別にあるライダーハウスに泊まることにする。

夕食・朝食をコンビニで購入し、雨の中を直別に向かう。二つのアップダウンを越えて、直別に到着する。

ライダーハウス「ミッキーハウス」は国道38号線沿いにあった。宿泊OKということで、ほっとする。宿泊客は私一人だった。シャワーで入浴。個室で大相撲を見ながら夕食をとる。奥様は相当な年配だが若々しい。ビールつまみに大根煮をいただいたり、コーヒーをよばれたりする。いろいろ気を遣ってくださり、寒いのでストーブも用意してくださる。大河ドラマ「山本勘助」も久し振りに見る。ゆっくりして22時就寝する。夜も小雨が降り続いていた。

今日は、「ミッキーハウス」のおばさんに大変よくしてもらった。暖房・コーヒー・お茶・シャワー・昆布と大根の煮付けなど、心のこもった接待をしていただき、本当にありがとうございました。

※ 今日のデータ 出発 7時58分 到着 15時30分  
走行距離 52.79 km 走行時間 3時間01分58秒  
平均時速 17.3 km/h 最高速度 ? km/h  
積算距離 4064.24 km 総積算距離 8059.49 km

第53日 7月16日(月) 曇

音別町～帯広市

4時30分起床。5時50分まで昨日の日記を書く。天気は曇で、雨はやんでいる。朝食をとり、出発準備をする。上はユニホームの上にジャージなしで合羽のみ、下も短パンツにレグウォーマーのみで行くことにする。おばさんにお礼を言って、7時45分出発する。

国道38号線を進む。すぐに山間部に入っていく。緩やかな長い上り坂が二つあった。トンネルも二つ抜けて、根室本線と平行して走る。まもなく、浦幌に着く。割合大きな町だ。この

町を過ぎると、十勝川沿いに農作地帯が広がっている。豊かな田園風景だ。砂糖大根・じゃがいも・小麦の畑が目立つ。とにかく広い。十勝平野という。

豊頃でライダーハウス[にしな]に電話する。宿泊OK。追い風に乗って平坦な道を快走する。途中、「自然体験学校・森の学校」という表示があり立ち寄る。スタッフの金子さんに歓迎を受け、いろいろと自然体験の内容を説明してくださる。また、コーヒーをいただきながら、「挽馬競馬」の話聞く。今やっつていればぜひ見てみたいと思う。入場料は100円だそう。



自然体験学校「森の学校」

帯広市・ライダーハウス[にしな]



十勝川

つづいて、風に乗って幕別を通り帯広市に向かう。農園地帯がずーと広がっており写真に収める。札内から帯広市街に入る。帯広市は地方の都会という感じ。JR帯広駅前には、大きなビル・百貨店などが立ち並んでいる。駅の観光



帯広平野の農園風景

案内所で地図をもらい、13時30分、ライダーハウス[にしな]に到着する。

宿の方に「挽馬競馬」のことを聞くと、競馬場に電話して下さって、14時30分から始まることがわかる。早速行って見学することにする。コンビニでビールと昼食を購入し、帯広競馬場へ向かう。入場料100円で入場。間近に挽馬競馬を見る。1レース6頭でソリを挽く競走だ。直線200mのコースに2mと3mの高さの山が2つある。騎手の鞭で馬は懸命に走る。坂ではあえぎなが

らカ

一杯ソリを挽き登る。すごい迫力だ。30分おきに1日12レースを行なう。4レースほど見る。優勝馬はその都度調教師・騎手とともに表彰される。晴れがましい。

17時50分からイベントレースの予想券があり、3番の麒麟オーにかけて抽選箱に入れる。16時30分頃一旦宿に帰り、近くの温泉「たぬきの里」に入浴、コインランドリーで洗濯をする。

18時過ぎ、再びレース結果を見に行くと、麒麟オーが1着になっていた。“当たった”ということで、インフォメーションに行くと、さらに抽選があってA賞、B賞からはもれて、残りのC賞となりがっくり。お茶をもらう。

自転車を宿に置き、「北の屋台」へ徒歩で行く。閉まっている店もあり、開いている店は殆んどいっぱい、どうしようかと迷



大迫力の挽馬競馬



菊地さんと交歓・北の屋台にて

っていると、同宿者・バイク旅行中の菊地さんがやって来て、声をかけられる。一緒に串揚げ屋さん「かめちゃん」に入る。この奥さんが、お客さんでいっぱいにも拘らず、入れて下さったのだ。一緒に飲みながら、楽しく旅の話などする。ご主人と奥様には、北の屋台立ち上げのことを聞く。坂本さんをよく知っておられた。記念写真を撮る。

帰りにコンビニで夕食・朝食を買い、宿で食べながら、また菊地さんと話しが弾む。

22時頃、震度3くらいの地震の揺れを感ずる。23時就寝。

【ニュース】「今日、午後10時頃新潟県中越沖地震（震度6強）があり、死者5名、けが人3000名」との報道あり。柏崎市を中心に甚大な被害が出ている模様。

※ 今日のデータ 出発 7時45分 到着 13時30分

走行距離	70.75 km	走行時間	3時間43分49秒
平均時速	18.9 km/h	最高速度	43.9 km/h
積算距離	4134.99 km	総積算距離	8130.24 km