

試走報告

AJ 西東京 本郷

実施日 2025年6月21日

スタート 06:00

PC1 09:29

PC2 12:48

GOAL 16:39

暑さの厳しい季節です。熱中症に十分な対策をしてください。4月に怪我をして、ほとんど走っていなかったのが、走れるか不安でしたが、どうにか帰ってこれることができました。

スタート～PC1

アリーナを背にして、ぬく森通りを走り始めます。少し下ると水田の広がるエリアになります。亀が道路へ出てくることがあります。大きな亀なら自転車が吹っ飛ばされるので気をつけてください。しばらく進むと、利根川土手と並走になります。ここで、土手の上へ移動するのがおすすめです。自動車のストレスから解放されますし、右に利根川の流れ、左に水田の風景が広がります。土手の草は少し伸びかけていましたが、28日の走行に支障が出るほどではなさそうでした。河川敷には多くの生き物がいて、オオヨシキリの声が賑やかでした。

銚子のエリアに入ると、漁港の活気が伝わってきます。PCまで1kmくらいのところに、朝から行列の食堂があります。9時Openで、9時過ぎに通ったら、満席で待ってる人の行列ができていました。

PC1～PC2

PCでは、ちょっとお昼には早いかもしれません。私は、巻き寿司とお茶を持って走ることにしました。PCを出てまもなく、ビーチへ出ます。こ

こちらから、犬吠埼灯台がよく見えます。灯台の前はお弁当向きの場所です。灯台を過ぎたら、左へ左へまわって、海岸に沿って進んでください。



Photoポイントに到着します。その先、左へ左へ進むと、外川漁港へ出ます。ここには、犬岩など面白い形の岩が見どころです。食事処もありますが、通過するころは、まだOpenしていないかもしれません。その先、大学キャンパスのところで、コースをそれたところの屏風浦がよく見える公園はお弁当に良いでしょう。その先、お弁当に適した場所はあまりなかつ

た気がします。この後、飯岡漁港までは軽いアップダウンが続きます。暑い季節なので、体に熱を溜めないようにしましょう。飯岡漁港へ近づくと、煮付けの良い匂いに襲われました。お昼時にちょっと早いですが、休憩には良さそうです。私は、少し先で木陰でPCで購入した巻き寿司とお茶で休憩しました。飯岡からPCまでは、フラットな道が続きます。沿道には、蛤を扱うお店が多く、九十九里浜の恵みを感じられます。

PC2～GOAL

PCの近くには食事処も多いので、この辺りでゆっくり休んでいくと良いでしょう。ここまでの、フラットな道で飛ばし過ぎたら、この先軽い後悔が待っています。東金から印西までは、厳しい登りはありませんが、軽いアップダウンがあります。午後の気温の高くなる時間ですので、体に水をかけながら走りました。#34滝台では、交差点が見えた時に、直進するように見える道があります。その真っ直ぐな道へ進みます。ちょっとややこしいのが、#40、#41上本佐倉S、すぐにわかると思いますが、麵場田所商店を右に見て進みます。わずかな距離ですが、#42から#43まで、渋滞します。#44を過ぎると、疲れが出てくる頃です。私は、ハンガーノックに襲われて、道端で休憩しました。補給ポイントもあまりないので、早めの休憩をお勧めします。時間帯によりますが、#46栄橋南詰Sは渋滞していることがあります。

GOAL～

ゴール後、速やかに受付をすませてください。受付の市民交流プラザまでは、車の少ないルートを案内しています。住宅地を通りますし、市民交流プラザでは子ども向けのイベントが予定されているので、安全への配慮をお忘れなく願います。

以上