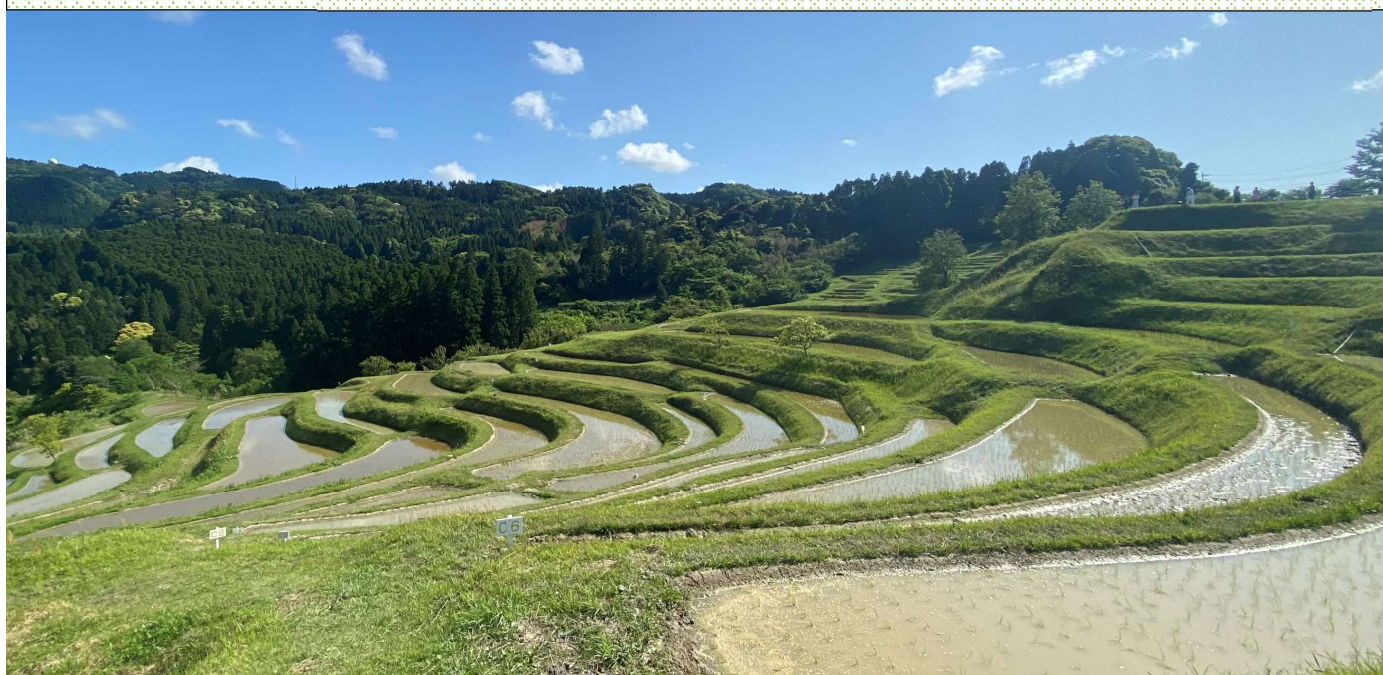


ちばりんりん／2026 春

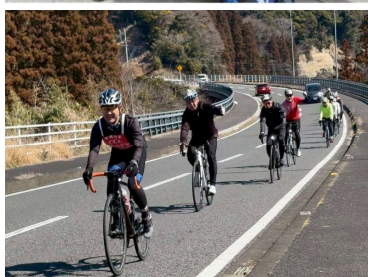
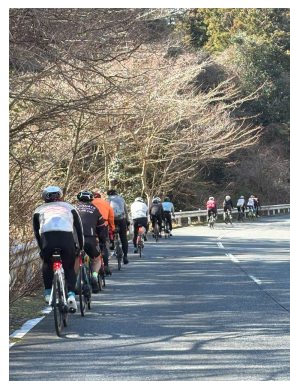
2026. 5. 20 発行 千葉県サイクリング協会 (CCA) 第 138 号



イベント参加するなら断然お得！

2026 年度会員大募集！

私たちと一緒に走りませんか？みんなで走るとより楽しい♪
CCA 主催イベントも大変お得に参加いただけます！
入会するなら今！！





CCA センチュリーライド 栄～銚子～栄 2026



100 マイル（約 160km）走破に挑戦してみませんか！？

北総地域の景色を満喫できるよう利根川自転車道、佐原の歴史的街並み、銚子漁港や犬吠埼、屏風ヶ浦を走るドーバーライン、風力発電機が並ぶ台地、太平洋岸自転車道、成田空港、印旛沼を通るコースを設定しました。昨年より変化のあるコースです。

🚦 17 時迄にゴールした方には完走証を発行いたします！

エントリー受付中！！ ～6/6(日)まで！ お忘れなく！！

【開催日時】 2026 年 6 月 14 日(日) 6:40～17:00

【主催】千葉県サイクリング協会 【後援】栄町、栄町教育委員会、多古町

【会場】「ふれあいプラザさかえ」前広場 千葉県印旛郡栄町安食 938-1(無料駐車場有)

【受付】6:00～ (スタート6:40 ゴール予定:17:00)

【コース】栄町→道の駅水の郷さわら【CP1】→銚子港→地球の丸く見える丘展望館【CP2】→太平洋岸自転車道→多古あじさい公園(道の駅多古)【CP3】→(ひこうきの丘)→北印旛沼→栄町

【参加費】CCA 会員:4,000 円

一般:5,000 円

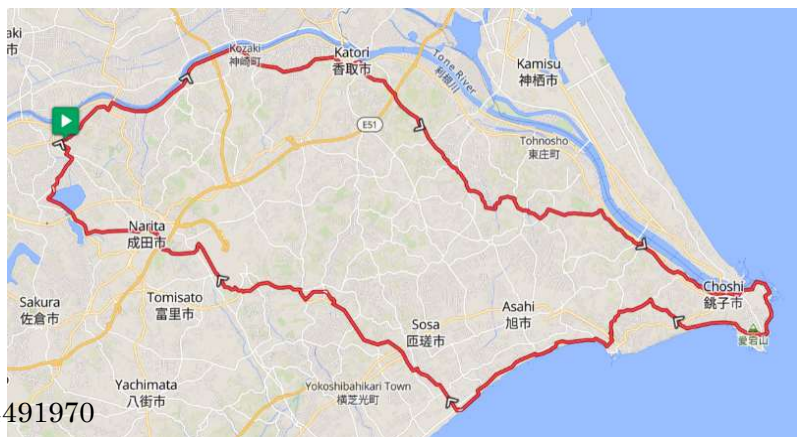
※昼食の提供はございません

【募集人数】先着 100 名

※定員になり次第締め切り



コース : <https://ridewithgps.com/routes/54491970>



- 【参加資格】 中学生以上の方 ※(18歳未満の方については保護者の承諾が必要です)
- ・道路交通法を順守し、マナー良く、自己責任で安全にサイクリングできる方。
 - ・コース図よく理解して走行できる方。(原則、コースに案内標識・立哨は配置なし)
 - ・1日に100km以上走ったことがある方。または、制限時間(10時間)以内に完走可能な方

【申込期間】 2026年5月10日(木)～6月6日(土)

【申込方法】 スポーツエントリー: <https://www.sportsentry.ne.jp/event/t/105421>

※申込時に大会規約に同意いただく必要があります。

【走行方法】 7時から順次スタート。コースデータ(前ページQRコード参照)を使用するか、配布するキューシート、コマ図(スマホ用PDFあり)を参照して走行してください。個人の時間計測致しません。

【補給・昼食】 チェックポイント(CP)では飲料、飴・チョコレート等を用意します。昼食は支給されません。

【完走証】 3か所のチェックポイント開設時間内に通過チェックを受け、17時迄に完走した方に完走証を発行します。通過チェックを受けていなかったり、時間内に完走できなかったりした場合は失格となります。特にCP2の開設時間に遅れないようご注意ください。

【その他】 エントリー時に注意事項等、必ず大会細則をご確認ください。



エントリーは
こちらから！



今年は昨年より変化に富んだコースです。利根川自転車道、佐原の歴史的街並み、銚子漁港や犬吠埼、屏風ヶ浦を走るドーバーライン、風力発電機が並ぶ台地、太平洋岸自転車道、成田空港、印旛沼を通る走りがいいのあるコースです



9/6(日) 開催決定！

告知！！

「九十九里サンライズロングライド」～みんなで日の出を見よう！※

スタートは朝4時！まだまだ暑い時期、みんなで走れば夜道も楽しい！？九十九里の日の出を楽しもう！



朝日を見て！ホテルモーニングで満腹！ゆったりしてから、東金九十九里有料道路をびゅーん🚴！
お買い物して、温泉♨️にドボン！の満足イベント！

手賀沼～つくばロングライド レポート



千葉県サイクリング協会



4/12(日) 雨にズブ濡れた去年のリベンジ！ 今年は晴天の下、スタートを切りました！

【コース】約 112km 獲得標高 570m (不動峠:走行距離+約 9km、獲得標高+205m)

🚲 道の駅しょうなん→新利根大橋→小貝川 CR→吉野公園(CP1)→つくば研究都市→平沢官衙遺跡(昼食)
→[不動峠(オプション)]→福岡堰(CP2)→小貝川 CR→稲豊橋→新利根大橋→道の駅しょうなん

去年は6年ぶりの再開催でしたが、あいにくの大雨と寒さに震えるライドとなりました。今年は青空ものぞき、去年のリベンジに燃える参加者70名が走行スタッフと共に、「道の駅しょうなん」をスタートしました。

Aグループはヒルクライムの名所・不動峠を目指し、巡航速度30kmというハイスピードで走り出します。しかし強風に阻まれたのか、吉野公園(CP1)には10数分遅れて到着しました。Bグループも予定時刻には到着せず、Cグループが先に到着するというハプニングもありました。後に、途中コンビニで急遽トイレ休憩を取った為Cグループが先行したと分かりました。その後Bグループも無事到着。Aグループからライダーが数名加わっていました。強風でかなり遅れてしまったようでした。

第1エイドでは補給食の「あんぱん」で糖分補給、小休止をして頂き、昼食場所のつくば平沢官衙遺跡を目指して元気に出発して行きました。往路・復路共に強風だったためか、後半は脚を削られたライダーも見られ、次第に編成が崩れてグループが増え、ばらついていきました。後尾ライダーには走行スタッフが「必ず完走できます！」と励ましながら伴走していました。こうしたアクシデントがあっても、スタッフ間では常に連携しながら、皆さんを安全に誘導して行きました。

昼食は国史跡「平沢官衙遺跡」前の広場。風は少々強かったものの、ポイントに順調に入ってきました。筑波山のおもと、広々とした芝の上でゆっくり食べて頂き、十分な休憩をとって後半戦に臨みます。皆さん元気にスタートして行きました。がんばれ！これから復路です！



不動峠アタック者を先頭にスタート！



チェックポイント、補給食でパワー回復



青空の下でお弁当！



見渡す限りの芝でゆっくり昼食！



平沢官衙遺跡は千年以上前の奈良・平安時代の筑波郡の役所跡。国史跡に指定されている

第2エイドでは、つくば名物「かりんとう饅頭」を提供。「名物にうまい物なし」と言われますが、とても美味しいと大好評でした。そしてここでも再びアクシデントが発生。ライダー1名が行方不明になり、連絡も取れなくなっていました。このコースは獲得標高 500m 程度の比較的平坦なコースのため、問題なく走行できる設定でした。隊列から外れたことに気づいたため、直ぐにスタッフが捜索に向かうことに。並行して本部へ連絡を入れフォロー依頼、そしてまさに出発しようとしたその時、ご本人の姿が見えました。どうやら少し道に迷ってしまったようです。無事に自力で到着することが出来ました。本当に良かったです！そして最後尾グループは参加者同士で励まし合いながら走行。走行スタッフも「必ずゴールしましょうね！」と声を掛け続け、全員元気に CP2 を出発していきました。その後も互いに助け合いながら走り続け、参加者全員が途中棄権することなく、総距離 110.4km を見事に走り切りました。強風の中、大変お疲れ様でした！！

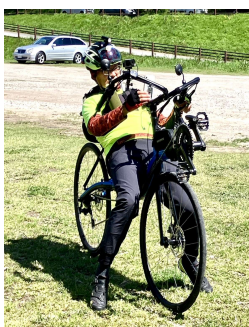
来年もコースを考え、楽しめるイベントにしていきたいと思います。

<レポート：北部支部 千明 宗則>

～ ご参加有難うございました！スタッフ一同 ～



元会長もお元気！



リカイベントでご参加



無事帰還！お疲れさまでした～



最終グループも無事帰還！パチリ！

🚲 メカニックサポートをしてくださった「べるサイクル」ご紹介 🚲



地元密着、ご夫婦で経営

今回メカ車で皆さんの安全をサポートして頂いた「べるサイクル」は、国道6号線沿いの南柏にある地域密着型の自転車専門店です。店長と奥様のお二人で経営されていて、地域の方々に長年親しまれています。一般的なシティサイクルから電動アシスト付自転車まで幅広く扱っていて、自転車選びから修理まで丁寧に対応。他店で購入した自転車の修理も引受けていただけます。また、購入者には乗り方や道の走り方、手信号等を教えていただける「朝練」を毎週日曜日に実施していて、不定期でグルメライド等も実施しているとのこと。アフターサービスも充実！お近くにお寄りの際には是非お寄り下さい！

〒277-0855 千葉県柏市南柏 1-14-7

TEL: 04-7107-3190 <http://www.bellcycle.jp>

定休日: 水曜日、年末年始

営業時間: ※直接店舗にご確認ください

月・火・木・金・土 11:00～19:00

日・祝日 12:00～18:00





復活!

2026 清和の森サイクリング レポート

3月15日(日)、2017年を最後に休止していた「清和の森サイクリング」を開催しました。
絶好のサイクリング日和! 春の訪れを感じられる清和の森を楽しんでいただきました!



まだまだ余裕...か...



鹿野山登ったど~!



【主催】 千葉県サイクリング協会

【協力】 君津市、大江戸温泉物語君津の森、房総クロスヴィレッジ、清和地域拠点複合施設「おらがわ」

【開催場所】 大江戸温泉物語 君津の森 (10:00 スタート~)

【コース】 走行距離 59km、獲得標高 1,315m 大江戸温泉物語 君津の森⇒ R410⇒房総クロスヴィレッジ(エイド)⇒清和の森(淵ヶ沢奥米線)⇒房総スカイライン⇒清和地域拠点複合施設「おらがわ」(昼食)⇒鹿野山九十九谷展望公園⇒君津「はちみつ工房(エイド)」⇒諏訪林道⇒ゴール 大江戸温泉物語 君津の森



晴天! サイクリング日和!



復活した清和の森サイクリング。今年は更に満足頂けるコースをご用意。

サイクリストの聖地とも言われている鹿野山にも立ち寄り、CPでは大人気のはちみつ工房に寄り、ボリューム満点なソフトクリームに名物「追いはちみつ」をたっぷりかけて楽しんで頂きました。昼食は郷土料理の花モチーフの太巻きを提供しました。



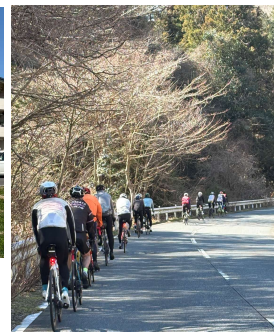
房総郷土料理 太巻き寿司



昼食会場の複合施設「おらがわ」



昼食後、元気に出発して行きました



ボリューム満点ソフトクリームに追いはちみつ!



大勢のお客で賑わっています



小グループで安全に走ります



安全走行の「お守り」もお渡し

第12回サイクリングカレッジちば レポート

2月8日（日）、千葉市民会館にて「第12回サイクリングカレッジちば」を開催いたしました。

前日からの雪にもかかわらず、多くの皆様にご参加いただき誠に有難うございました。本講座では、道路交通法改正に伴う講習と、音楽に合わせた体幹運動・ストレッチを実施し、楽しく有意義な時間となりました。



■第一部：ペダルプッシャー代表 岩田淳雄氏による

「誰も知らなかった自転車のオキテ」

1-1 ヘルメット着用義務化の闇。ヘルメットってなんだ？

- ・2023年4月、自転車乗車時のヘルメット着用が努力義務化
- ・道路交通法上ヘルメット着用は記載あるが、種類については規定がない
- ・SGやJCF等安全規格に適合したものを推奨。着用時はしっかりあご紐を締めよう



安全なヘルメットとは？

1-2 もう自動車は自転車を追い越せない？！

4月の道路交通法改正を調べて分かった驚愕の事実！

- ・自動車で自転車を追い越す際の注意点
「原則として安全な間隔を空け、安全な速度で走行する」こと
- ・追越す際の安全な間隔や速度の規定
警察回答：道路状況や交通状況等で異なるため具体的な数値は規定していない。また、自動車が自転車を追越すために黄色実線をはみ出して走行してはならない



自転車を追越す際の安全な間隔は1.5mが目安

※自動車が気軽に追越せない状況が増えると思います。無理な追越をされ事故に巻き込まれない様、自転車側も集団を切って車間を多めに空けたり車を先に行かせる等、譲り合って走行していきたい。

また、4月の改正では16歳以上は自転車の左側通行違反等、一定の違反に対し反則金（青切符）が導入されます。今一度ルールを確認し違反の無いよう気を付けましょう。

■第2部：木村桂子ヘルシースタジオ主宰 木村桂子氏による「筋肉ほぐし&ストレッチ」

成人は運動する前の準備運動が不足しがちなので、簡単に出来る運動をご指導いただきました。

約40分、皆さん段々と汗をぬぐい始める…上着を脱ぎ…想像よりとてもハードなストレッチ体操でした。



①踵を床に付けて体を前に出しアキレス腱と腓脛を伸ばす



②つま先を上げ、膝を曲げ腰を引きもも裏を伸ばす



③両手を上に伸ばし、ゆっくり下ろす肩、首回りをほぐし自立神経を整える

新たな実技プログラムも好評で最後には全員で記念撮影を行い笑顔あふれるイベントとなりました。

来年もさらに充実した内容を目指して準備を進めてまいります。

<レポート：中部支部 岡林 大司>

CCA は千葉県内の自治体や施設のご協力を得ながら、イベントを開催しています

<今後のイベントご案内>

月	日	曜	イベント名	募集予定	募集人員	開催地（発着）
6	14	日	CCA センチュリーライド 栄～銚子～栄 チャレンジ！100 マイル！	受付中	100	印旛郡栄町 ふれあいプラザさかえ
9	6	日	九十九里サンライズロングライド 皆で日の出を見て、ホテルモーニング！ お買い物して、お風呂にドボン！	8 月上旬 予定	未定	成田空港温泉 空の湯内「空輪」
他、10 月以降も CCA 主催によるイベントを追加予定です。決定次第ホームページに掲載いたします						

支部活動報告 西部支部



西部支部では、毎月第三日曜に「おはよーサイクリング」を実施しています。初心者でも無理のない距離、スピードで走ります。お節介おじさん多数居ますのでトラブル有ってもほとんど解決してくれますので、初心者でも安心です。集合場所は主に「船橋市役所 駐輪場」ですが、行先により集合場所が変わる場合が有ります。毎月の行先、集合場所等は随時更新していますので、是非一度西部支部サイトをのぞいてみてください！一人よりみんなで走るのが楽しいですよ～！

4 月 19 日（日）。4 月とは思えないほどの暖かな（暑い？）日の中、藤棚を楽しみました。その後に、スポーツの神（香取神社）にもお参り。近くの中華店にて昼食をゆっくりいただき、皆さんと一緒に楽しい時間を過ごしました！



お待ちしております！



発行者 : 〒284-0005 千葉県四街道市四街道 2-25-10

千葉県サイクリング協会

理事長 森 浩文

編集委員会：編集長 綿貫 けい子

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



～ 会員の皆様へ ～

自転車で行く「とっておきの場所」を教えてくださいませんか？！

下記メール迄、是非お寄せください！

E メール : rinrin@chiba-cycling.org

<お問合せ等も上記アドレスまで>