



うまい！  
でもとても  
全部食べき  
れない

エイドステーションで出たメニュー

サザエ壺焼き／豚汁／スティックようかん／かまぼこ串揚げ天  
／おしろこ／ちよぼ汁（郷土料理）／温そうめん／淡路島生ク  
リームブリュレ／菓子パン（8種類）／玉ねぎスープ／ちくわ  
／おにぎり（数種類）／チェロドーナッツ／いちごドーナッツ  
／オールドファッション／グリコ栄養飲料／バナナ ほか



●当日は出展メーカーによるサポート体制も充実してい  
た。こちらは青いクルマでおなじみのシマノ。サポート  
カーは出るが、しっかり整備したうえで参加しよう

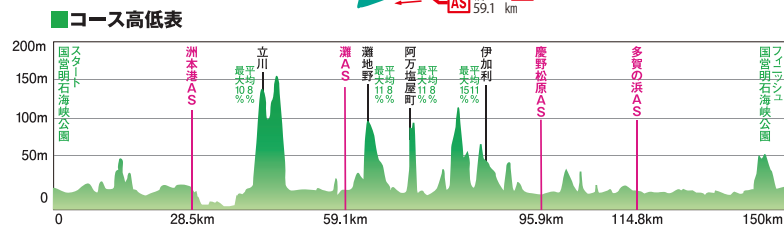
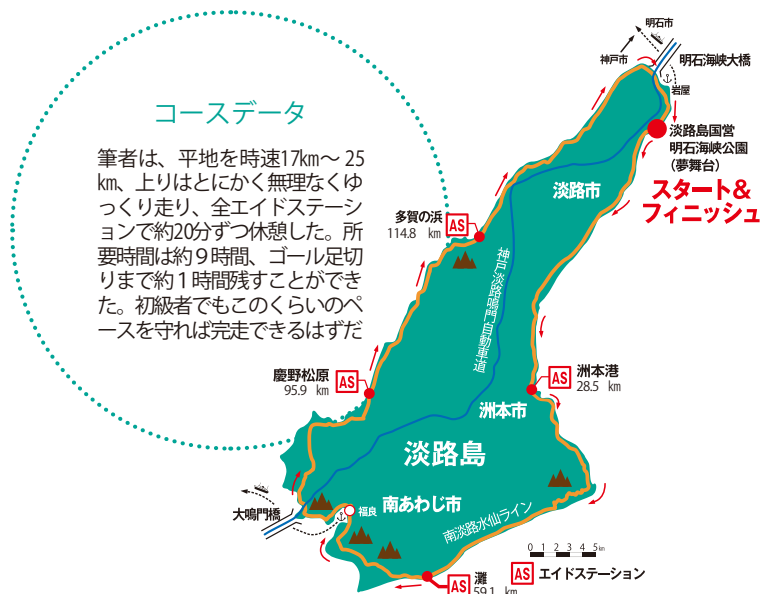


●大人気で参加したイオンバイク・ガノー・モーメンタ  
ム混成チーム。夜明け前に集合していたところを一枚撮  
らせてもらった。仲間に参加すれば楽しさも倍増だ



●東京からチームで参加した武内さんと末松さん。「今  
回が初参加です。坂道、向かい風はきつかったですが、  
景色もコースも全て最高でした。そして、ゴールできて  
最高です」

充  
実  
の  
グ  
ル  
メ  
！



●コース中、本格的な  
上り区間がいくつかあ  
る。足を着いてしま  
うほどの激坂もちらほ  
ら。しかし、海と坂とのコ  
ントラストはすばらし  
い。見ている余裕があ  
ればだけど

「ア  
ワイチ」  
走りきったぞ！



●ゴールゲートをくぐる参加者の表情は  
晴れやかだった。完走した感動から思わ  
ずガッツポーズも出てくる。こちら側か  
ら写真を撮ると「START」と写ってし  
まうのは可愛だ

交ぜられている。バラエティに富  
んでいるからこそ、海沿いの道が  
引き立ち、最後まで飽きることな  
く楽しめるのだらう。

150kmも走って  
満腹になる!!

もう一つの魅力はエイドステー  
ションで出される食べ物の充実つ  
ぶりだ。ページ左上に書き出して  
みたが、これだけ充実しているの  
は、ロングライドイベントの中  
でも珍しい。150kmも走って満腹  
になるといって、何ともぜいたくな  
気分を味わえる。エイドステーシ  
ョンの全メニューを制覇して完走  
する、なんていう楽しみ方もアリ  
かもしれない。

本大会は関西からの参加者が多  
いが、東日本の自転車乗りにもオス  
スメしたい。筆者もそうだが、な  
かなか淡路島を走る機会はないと  
思うので、せっかくならこの大会  
で「アワイチ」にチャレンジする  
と良いだらう。

# KEIRIN 「アワイチ」は景色・走り応え・食べ応えが見事にマッチ 2015 淡路島ロングライド150

約2000人も参加者が淡路島を一周する関西随一のロングライドが開催された。  
今年で6回目となり、名物イベントへと成長した本大会を本誌・大宅が実走。  
その魅力を改めて探り、紹介しよう。



開催日●2015年10月25日（日）  
開催地●兵庫県・淡路島  
主催者●2015淡路島ロングライド150実行委員会

text●本誌・大宅宏幸 photo●吉田悠太

「アワイチ」なり  
島周でも飽きない

「アワイチ」という言葉を聞いた  
ことがあるだろうか。淡路島を一  
周することを指している。本大会  
は、まさにその「アワイチ」をす  
るロングライドイベントだ。東日  
本最大の島一周ロングライドイ  
ベントとして「佐渡ロングライド」  
が有名だが、これはそれと並ぶ西  
日本最大級のものだ。

本誌では、これまで毎年実走取  
材を行ってきた。今回取材した筆  
者は、「佐渡ロングライド」や「ツ  
ール・ド・おきなわ」サイクリン  
グ部門など、島一周系のロングラ  
イドイベントにいくつか参加した  
ことがある。そこで、他の島一周



●朝6時からスタートするため、序盤は朝日が立ち昇る絶景の中を走ることができ  
る。当日は曇一つなく最高の天気にも恵まれた。気温も走るにはちょうど良かった



●晴天なのは良かったが、終始北西からの強風  
が吹いた。後半はすっと向かい風に。終盤は集  
団で走る人が多かった。大会を盛り上げるいい  
スパイスになったかも