

先日、10月30日に開催された瀬戸内しまなみ海道・国際サイクリング大会『サイクリングしまなみ』をテレビで目にした。6つの島を7つの橋がつなぎ、広島県本土と愛媛県本土を結ぶしまなみ海道には、日本で初めての海峡を横断する自転車道がある。サイクリングの聖地として有名で、アメリカCNNのトラベル情報サイトにおいて世界7大サイクリングロードにも選ばれ、ミシュラン社のガイド誌で一つ星を獲得。今では海外にも知られる人気のコースだという。

穏やかな海に数々の島が浮かぶ芸予諸島の景色を眺め、爽やかな潮風を浴びながら海上を疾走——想像するだけでわくわくしてくる。観客の声援を受けて手を振り、次々とゴーリインする人たちの達成感に満ちた笑顔を見ていたら「私も走つてみたい」という気持ちがどんどん高まつていった。

インターネットで調べてみると専用の自転車道が完備され、レンタサイクルなどのショッピングも充実しているので、初心者でも気軽にチャレンジできるそうだ。早速、芸予諸島の自然や歴史、グルメ情報を調べ、自転車旅の計画を立てた。



芸予諸島を爽快に走り、自然や歴史、食と出会う

しまなみ海道 島めぐり 自転車旅。



「箱庭」と言われる尾道のまち 狭い路地を迷いながら楽しむ

東京から新幹線のぞみを利用し、途中でJ.R山陽本線に乗り換えて尾道駅へ。駅に降り立つと目の前には海が広がり、対岸には向島を望む。どこか懐かしい雰囲気が漂う港町の景色に出迎えられ、一気にテンションが上がった。この本州と島を挟んだ東西に長い『海の川』は、尾道水道と呼ばれ、中世から今日まで重要な交通路としての役割を果たしている。

まずは尾道駅から15分ほど歩いて千光寺山の麓まで行き、ロープウェイに乗つた。アナウンスを聞きながら、ゆっくりとしたスピードで山頂に登ると、そこには尾道のまちの風景が広がつていた。耳を澄ますと対岸の造船所の音や尾道水道を渡る渡船の音、電車の踏切の音が聞こえてくる。夕方6時には千光寺の鐘の音が、日が暮れた尾道の

空の隅々に鳴り響いた。

坂道の石畳をコツコツと下つていくと、お寺や神社、昔ながらの家屋、今どきのおしゃれな店舗など、いろんな時代の建物があり、見ているだけでも楽しくなる。狭い路地に入つてずっと進んでいくと、突然に尾道水道を見渡す大きな道に出たり。「箱庭」と言われる迷路のようなまちを気の向くままに歩き、尾道の生活と文化を感じながら宿への道のりを楽しんだ。明日からサイクリングだと思うと目が冴えてしまうが、万全のコンディションで臨むために、早めに眠りについた。



▲尾道ラーメン
鶏といりごでとったダシが特徴の醤油味のスープに背脂でコクを出すスタイル。広島のご当地名物として親しまれてきた味が、今では全国で人気についた。



千光寺公園山頂からの景色

標高144.2メートルの千光寺山の山頂から中腹に広がる千光寺公園には、戦禍を免れた多くの古寺や尾道を愛した松尾芭蕉や正岡子規、林芙美子といった文学者の詩歌を刻んだ石碑が点在。天寧寺塔婆(てんねいじとうば)の三重塔は、尾道のランドマークとして風情を醸し出す。



▲尾道のまち

尾道水道と尾道三山に囲まれる限られた空間には、多くの寺社や家々が山の斜面に建ち並び、その間を縫うように路地や坂道が続く。この特徴的な景色は「箱庭」にたとえられ、映画撮影にもよく使われている。



しまなみ海道は自転車で海峡を横断できるサイクリストの聖地

今回の自転車旅では、しまなみ海

道と呼ばれる広島県尾道市から愛媛県今治市までを渡るが、本州と四国をつなぐルートは、全部で3つある。

橋ができる以前には数々の海難事故が起り、昭和30（1955）年の紫雲丸事故では、修学旅行生など168名が犠牲になった。この事故の後、架橋運動が高まり、本四架橋の構想が具体化したが、オイルショックの影響で橋の着工が無期延期になつたり、そう簡単に工事が進まなかつた。

最初に開通したのは昭和63（1988）年、瀬戸大橋と呼ばれる児島・坂出ルート。平成10（1998）年には神戸から明石海峡、淡路島を南下して鳴門海峡を渡る神戸・鳴門ルート、そして翌年には、今回巡るしまなみ海

▲▼尾道から今治まで続くブルーライン
ブルーラインに沿って走るサイクリング推奨コース。途中には道の駅や休憩所、トイレなども完備されている。



【※注】詳しくはPCプレス4号29ページを参照

サイクリングコースは、車道に引かれたブルーラインに沿つてしまなみ海道を渡る、約70キロの推奨コースがある。島から島へと橋上の景色を満喫でき、初心者でも安心してチャレンジできるそうだ。

朝起きると窓から朝日が差し込み、青空が広がっていた。最高のサイクリング日和だ。早速、飲み物や軽食、地図をリュックに入れて、尾道駅近くのショッピングで自転車をレンタルした。身長に合わせて自転車を調整してもらい準備完了。本州と向島にかかる橋は自動車専用道路のため、サイクリング推奨コースとなつている尾道渡船を利用。駅の近くにある尾道港に向かつた。

道が開通した。6つの島に7つの橋が架けられた海道は、美しい島々の景色を楽しめる、観光におすすめのルートだ。

▶生口橋

因島と生口島を結ぶ全長790.0メートルの橋。主径間を軽い鋼製の桁、側径間を重いコンクリートの桁(PC桁)にすることで力学的なバランスを保つ複合斜張橋を国内で初めて施工した。平成3年度土木学会田中賞作品部門受賞。



渡船で向島へ。のどかな街並み、
潮風がそよぐ海岸線を爽快に走る



尾道港に着くと自動車やバイク、自転車で通勤・通学する人たちがいた。地元の生活の足である渡船は、平日の朝には5分間隔で運行している。今回、利用したのは尾道（土堂）から向島（兼吉）の0・3キロ、4分の航路。大人100円、自転車は10円という運賃にはびっくり。自転車を押して渡船に乗り込み、そのまま向島に渡った。

島に着いてからは、のどかな街中を通つた。最初はスーパーや民家が建ち並んでいたが、だんだんと建物が少なくなり、信号もなく、とても走りやすかつた。車道にはブルーラインが引いてあり、サイクリングをする人たちの姿もあつたので迷うことなく、国道317号線に沿つてぐんぐんと進んでいった。

島に着いてからは、のどかな街中を通り、坂が見えてきた。この橋は2段式で車道の下を自転車道が通る。しかし、喜んだのもつかの間、橋まではヒルクライムが続き、坂がきつい。橋のたもとに着いてからは爽快に走り、因島に到着。のどかな街並みと海を眺めながら島をめぐり、国道317号線を経て大きな実をつけた果物畑に囲まれた上り坂を通り、生口橋を渡る。平坦な海岸線がずっと続く。生口島は、景観のいい人気のコース。サイクリストと挨拶を交わし、風を切りながら滑走した。

「最初の長大橋が見えた!」と思い、ペダルを強く踏みこみ、速度を上げる。しかし、ガイドブックで調べてみると向島と岩子島をつなぐ向島大橋（赤いアーチ橋）だと判明。勘違いに気づいてがっかりしたが、この先はずっと海沿いの道が続き、気持ちよくサイクリングを満喫した。

今度こそ、向島と因島をつなぐ因島大橋が見えてきた。この橋は2段式で車道



①



②



①尾道水道の渡船：尾道から向島までは、尾道渡船が3つの航路を運行。渡船はサイクリングの推奨コースになっている。

②岩子島と向島大橋(向島)：向島と岩子島をつなぐ向島大橋は、赤いコントラストが美しい。佐藤純彌監督の映画『男たちの大和』のロケ地にもなった。



▲ 多々羅大橋の塔頂から望む風景。主塔から海面へと放射状に伸びるケーブルが独特の風景を生み出している。

◆ 多々羅大橋

全長1480メートル、中央支間長890メートルの国内最長の複合斜張橋。側径間の一部にPC桁が採用されている。平成10年度土木学会田中賞作品部門受賞。



**海上226メートルの絶景
多々羅大橋でのドキハラ塔頂体験**

島と島をつなぐ大きな橋を渡り、空中走行できるしまなみ海道サイクリング。なかでも楽しみにしていたのが、生口島と大三島の間に架かる、建設当時世界最長（現在、国内最長）の斜張橋である多々羅大橋のライドだ。2つの主塔から伸びるケーブルは、鳥が羽を広げたような優雅なフォルムで、しまなみ海道唯一の美しさを誇る。遠くから橋が見えた瞬間、嬉しさのあまり、自然と自転車のスピードが速まつた。

橋の中間にある主塔に近づくと「多々羅鳴き龍」という看板を見つけた。備え付けてあつた拍子木を試しに打ち鳴らみると、空へと向かつて龍が登つていくように、乾いた音が反射しながら響き渡った。

今回は、自動車道を管理する本州四国連絡高速道路株のご厚意で、多々羅大橋の主塔に登らせてもらうことに。塔内のエレベーターでゆっくりと上がりしていくと、途中でガタンと大きな音を立てて止まってしまった。「こんな高い場所で故障？」と不安に思つてみると、今度は床が斜めに傾いてびっくり

り。主塔が逆Y型のため、主塔の形状に合わせて最初は床が斜めの状態で、途中から床が水平になり登つていくのだと笑顔で説明してくれた。私を驚かそうとしたようだ。

高さ226メートルからの眺めは、まさに絶景。主塔からピンと張った複数のケーブルは、海面へと向かつてシンメトリーを形成するが、何とも言えない不思議な造形美だつた。風が強くて少し怖かったが、陽光を浴びてきらめく海面や青空、壮大な橋の風景は本当に素晴らしい。何十回とシャッターを切つた。

▼「多々羅鳴き龍」
主塔の下で手を叩いたり、大きな声を上げると音が反射して不思議な現象が起こる。



▼「サイクリストの聖地」の記念碑

この記念碑は、瀬戸内しまなみ海道振興協議会と台湾サイクリスト協会が、2014年に瀬戸内しまなみ海道と日月潭(リュエタン)のサイクリングコースとの姉妹自転車道協定を締結したことと、同年に国際サイクリング大会が開催されたことを記念して建てられた。



武将たちが戦勝祈願に訪れた
大山祇神社がシンボルの神の島へ

多々羅大橋を渡り、道を下った先にある「道の駅 多々羅しまなみ公園」に立ち寄る。目の前に瀬戸内海を望む広い公園には、地元の新鮮な魚介類・農作物を味わえるレストラン

「ら」と話を弾ませながら、これまでのサイクリングについて歓談。初めて会うのに友人のように気軽に話せるのは、同じ趣味を共有しているから。そんな人との出会いも醍醐味だと感じた。

疲れも取れたところで、大三島が神の島と言われる所以になつてている大山祇神社に寄り道をした。1万社以上の分社の総本社である大山祇神社は、全国の国宝・重要文化



や特産品センターなどの施設が充実。敷地内には「サイクリストの聖地」の記念碑があり、多くのサイクリストたちが記念撮影をしていた。

缶コーヒーを飲みながら海を眺めていると、写真を撮つてほしいと声をかけられた。「今日は天気がよくて最高ですね」「日頃の行いがいいから」と話を弾ませながら、これまでのサイクリングについて歓談。初めて会うのに友人のように気軽に話せるのは、同じ趣味を共有しているから。そんな人との出会いも醍醐味だと感じた。

財の指定を受けた武具甲冑類の約8割を国宝館に有する神社として知られている。大三島は古くから瀬戸内海交通の要衝となつた地。瀬戸内海は源平合戦の主戦場となつたこともあり、武将たちが戦勝祈願と戦勝のお札にここを訪れたという。

国宝館に保存されている武具類は数万点に上り、なかには源義経が瀬戸内の合戦で勝利を収めて奉納した赤絲威鎧や、源頼朝奉納の紫綾威鎧など歴史の主要人物ゆかりの品も収蔵されている。ここで旅の無事を祈願してから伯方島、大島へと渡り、宿にチェックイン。夜は漁師から直接仕入れたという地元の魚介を中心にはれかつじま味わつた。



▲大島の宿では水軍船上戦食「炮烙(ほうろく)焼」という名物料理が出された。村上水軍などが使用した手投げ弾の炮烙球から名前がついている。

▲しまなみ海道の伯方・大島大橋の下をクルーズ。橋を下から見上げた景色は迫力満点。



▼大山祇神社

樹齢2600年ともいわれる大楠を始め、境内の楠群が天然記念物に指定されている。広い境内は静寂で厳かな神秘的な空間でパワースポットとしても有名。



渦巻く潮流を間近で感じながら 島々を縫うようにクルーズ

サイクリング2日目は、大島と伯方島の間に位置する能島周辺で潮流体験をするために朝早く宿を出発した。現在、能島は無人島だが、戦国時代に村上水軍が海城を築いた島として知られている。

村上水軍は、海の難所である芸予諸島を本拠地に活躍。2014年度本屋大賞を受賞した和田竜氏の小説『村上海賊の娘』で全国的に注目を浴びた。宣教師ルイス・フロイスに「日本最大の海賊」と言わしめた村上水軍のストーリーは、日本遺産にも認定されている。海賊と聞くと理不尽に船を奪い、金品を略奪する悪者のイメージが先行するが、急流が渦巻く芸予諸島の航海の安全を保障し、瀬戸内海の交易・流通を支えてきた。

そんな歴史の舞台をクルーズする潮流体験。9時前には乗船場に到着して朝一番に出港する船に乗り、島々を縫うようにクルーズする。能島に近づくとしぶきを上げてうねり、白く泡立ちながら渦巻く海を間近で見ることができた。さらに船が折れるほどの大潮流と言われる船折瀬戸、神秘的な伝説の残る鷲小島や鯛崎島などを約40分かけてめぐる。途中、自転車で渡ってきた伯方・大島大橋をくぐり、下から橋を見上げたり。この日は大潮ではなかったので海は比較的穏やかだったそうだ。

ここからは島の真ん中を貫く国道317号線を走つて最後の橋へと向かった。山道のアップダウンが続き、足はパンパンに。何度も休憩を取り、心が折れそうになつたが、それでも途中で見えてきた海の景色、すれ違つたサイクリストからの「がんばろう！」という声に勇気づけられ、ブルーラインを頼りに橋を目指した。

乗った。思った以上にスピードが速く、朝の風は冷たかつたが、太陽にきらめく青い空と海、水しぶきを浴び、全身で自然を感じる迫力があった。

能島に近づくとしぶきを上げてうねり、白く泡立ちながら渦巻く海を間近で見ることができた。さらに船が折れるほどの大潮流と言われる船折瀬戸、神秘的な伝説の残る鷲小島や鯛崎島などを約40分かけてめぐる。途中、自転車で渡ってきた伯方・大島大橋をくぐり、下から橋を見上げたり。この日は大潮ではなかったので海は比較的穏やかだったそうだ。

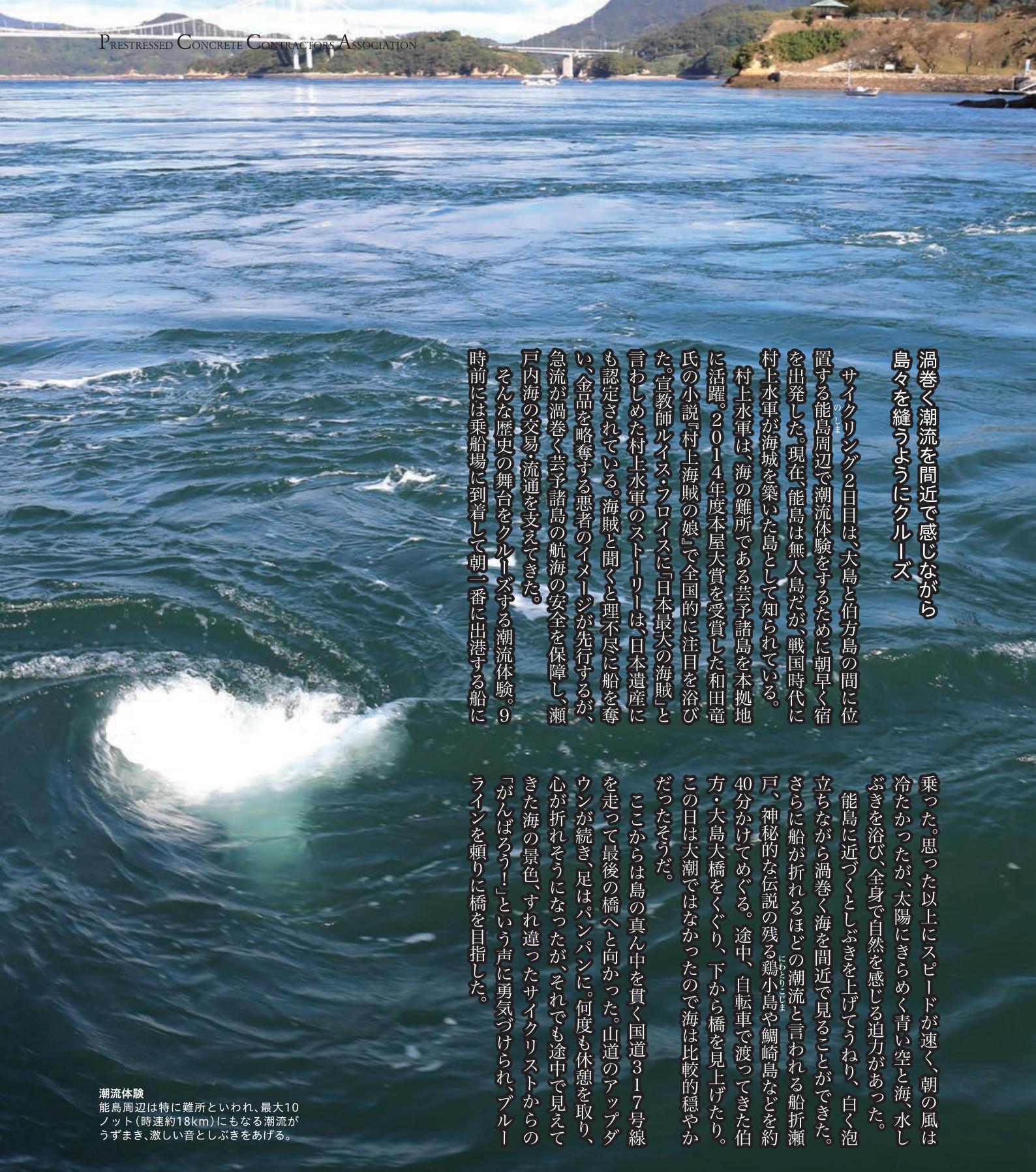
潮流体験

能島周辺は特に難所といわれ、最大10ノット（時速約18km）にもなる潮流がうずまき、激しい音としぶきをあげる。

▼ まんが日本昔ばなしで放送された民話『クジラのお礼参り』の舞台となった鯛崎島など、様々な島をめぐる。

今治市村上水軍博物館

水軍をテーマにした日本初の博物館。戦国時代に瀬戸内海を支配した村上水軍のひとつである能島村上氏に関する貴重な文献や出土品、映像をみながら楽しく見学できる。



しまなみ海道最長の来島海峡大橋 旅のフィナーレは壮大な空中走行



遂に最後の橋が視界に入ってきた。大島と本州の間に架かる来島海峡大橋は、全長約4キロを誇る世界初の3連吊り橋。今までに見たことのない迫力とスケール感に、近づくほどドキドキと胸が高鳴ってきた。

そして最後のヒルクライム。橋に行き着くまでは、この難関をクリアしなければならない。途中からは自転車を押し、自分を励ましながら登つていった。

遂に橋のたもとに。目の前に広がる壮大な景色は、感動という言葉では言い尽せないほどで、自然と涙が溢れ、その場から離れることができなかつた。

気持ちを落ち着かせて、サイクリングのフィナーレを走ろう。うねり上がる来島海峡の渦潮、橋の下にある馬島と澄んだ海、今治市の造船所……次々と目に飛び込んでくる景色を見ながら「しまなみサイコー！」と叫んだ。

橋を渡りきつてから大きなループを描く橋を下る。バテ気味の体に下り坂は嬉しい。ゴールの今治駅を目指す途中で昼食を取ることにした。

今治で食べたいと思っていたのが、B級ご当地グルメの焼豚玉子飯。もともとは中華料理店のまかないだったが、店で出したところ学生や若者の間で人気となつた。メニューには丁寧に食べ方まで書かれていた。まずは、全体を半分にわけて卵と



▲焼豚玉子飯は、甘辛いタレとコショウのパンチが効いたクセになる味わい。





▲今治駅直結のショップに自転車を返却。ロッカーやシャワールームも併設している。

焼豚、ご飯をすべて混ぜて食べ、もう半分も同じ要領で食べる。疲れた体にしみ入るおいしさだった。お腹も満たされたところで、今治駅近くのショッピングで自転車を返却した。

初めての自転車旅。最初は不安だったが、ブルーラインで道もわかりやすく、まち全体の受入れ体制も整っていたので、特にトラブルなく完走できた。自転車は自然を感じられるのはもちろん、自分のペースで自由に走れることが魅力だ。いいなと思った景色に立ち止まるなど、車では見過ごしてしまいがちな、まちの日常に触れることができ。地元の人たちから声援を受け、サイクリスト同士で挨拶をしたり、助け合つたり、人と人の繋がりを実感できた。

芸予諸島には、渡船にはじまり、道路・橋を利用した自動車や鉄道の交通手段がある。昔ながらの生活を残しつつ、本州と四国が結ばれたことで経済が発展し、国内外から多くの観光客が訪れるようになった。脈々と受け継がれてきたそれぞれの時代と文化が息づく地域の魅力をもっと多くの人に知つてほしいと感じる旅だった。



▲来島海峡大橋
大島の南端に位置する標高307.8mの鷲者山(きろうさん)展望公園のパノラマ展望台からは、来島海峡大橋と来島海峡の潮流を望むことができる。

