

## 静岡県東部地域 × スポーツ

## 自転車編

パラサイクリング(楽天ソシオビジネス所属)

藤井美穂選手が紹介する  
「伊豆のトレーニングコース」

藤井美穂(ふじいみほ)選手 楽天ソシオビジネス所属 東京2020パラリンピックトラック500mタイムトライアル7位

静岡県がパラサイクリング選手のトレーニングの様子を取材させていただいた時に走っていたコースがこの伊豆のコース。車の通りも比較的少なく、ちょっと回り道をすれば、狩野川沿いも走れ、眺めも楽しめるコースだ。ゴールを伊豆ペロドローム(伊豆市)に設定して、藤井選手に実際に紹介してもらった。

## オリーブの木から伊豆総合高校付近まで

パラサイクリング選手が拠点にしている「ホテルオリーブの木(伊豆市)」駐車場をスタートに設定。駐車場からは、県道80号への上り坂を上り本格的にトレーニングコースに入る。まずは、城山を正面に見ながら大仁橋を越えていく。



大仁橋



伊豆箱根鉄道の線路を越えた後、Y字路を右折し、県道80号を進む。県道80号を走り続けてもよいが、脇道から入ると狩野川の河川敷を走ることができる。河川敷は眺めも良く、気持ち良く自転車で走ることができる。狩野川沿いは1.8km程。修善寺駅の手前で、県道80号に戻る。

## Point

伊豆市の看板と橋を越え、右折すると狩野川河川敷に行ける!



狩野川沿いを走って、修善寺駅を通り越した後、伊豆総合高校の方面に曲がり、ここからずっとまっすぐな上りが始まります。上り切ると、オリンピック・パラリンピックが開催されたトラックの会場(伊豆ペロドローム)が見えてくるので、そこが最後のゴールポイントです。道幅が狭いので注意してほしいです。川沿いから修善寺駅に出るとき、踏切では、必ず一時停止してください。

## 狩野川の反対岸

「帰りは反対側を通過して帰ります」という藤井選手。今回撮影した側とは反対の河川敷も自転車で走りやすそう。是非、狩野川や城山などを楽しみつつ走ってほしい。



狩野川沿い

## 伊豆総合高校付近から伊豆ベロドロームまで



修善寺駅近くの交差点を左折し、伊豆総合高校辺りから上りが始まる。ここからは、ひたすら県道80号を上り続ける。急な坂ではないが、緩やかに上り続けるイメージだ。パラサイクリングの選手達は、この上り区間でタイム測定など行っていることもある。

急激な上りはないが、コース全体では、実際300m以上の上りがある。県道80号を上り進めると、次第に民家も減っていき、自然の豊かな雰囲気が出てくる。サイクルスポーツセンターと日本競輪選手養成所の看板が見えたらもう後半だ。

日本競輪選手養成所前の坂を上っていくと、伊豆ベロドロームまであと1km程度となる。この日の撮影中も、自転車競技の日本代表選手とすれ違った。パラサイクリングの日本代表選手はもちろん、国内外の一流の自転車競技選手が日常的に通っている場所とも言えるエリアだ。

日本競輪選手養成所を通り過ぎ、最後の伊豆ベロドローム駐車場手前でもちょっとした上り坂がある。藤井選手にとって「(このコースで)ここが一番辛い場所」とのこと。そこを上りきって、次第に伊豆ベロドロームが大きく見えるようになれば到着だ。伊豆ベロドローム(サイクルスポーツセンター)の駐車場は、走行案内に従い注意しながら走ろう。



日本競輪選手養成所前

### 今回のコース (オリーブの木から伊豆ベロドロームまで)

上りがあっても、そこまで長すぎる上りではないです。楽しんでほしいポイントは、景色や紅葉など。楽しみながら、安全に伊豆ベロドロームまで来てください。

伊豆ベロドローム↓



発行



静岡県東部地域局

〒410-0055 沼津市高島本町1-3  
TEL 055-920-2139  
MAIL [toubu-chiiki@pref.shizuoka.lg.jp](mailto:toubu-chiiki@pref.shizuoka.lg.jp)  
<https://www.pref.shizuoka.jp/soumu/so-440/index.html>

Twitter [Toubu\\_shizuoka](https://twitter.com/Toubu_shizuoka) / Instagram [shizuoka.pref\\_toubu](https://www.instagram.com/shizuoka.pref_toubu)



[https://www.youtube.com/channel/UC80ZFqev3XatKP3gMMtf\\_9w](https://www.youtube.com/channel/UC80ZFqev3XatKP3gMMtf_9w)