散歩の記録①

穴守稲荷神社、2015 年 10 月 19 日

散歩の記録①「穴守稲荷神社」

はじめに

以前から一人旅のときに旅先で長距離歩くことはあった。歩くのは嫌いじゃない。近場でも遠くに出かけてみようと思うことはあったが、いいきっかけがあった。

ひとつは6月初旬に公開されたAndroid用のアプリ「**セイカ歩数計**」だ。それまで旅先ではOMRONの歩数計を使っていたが、いつも持ち歩くスマートフォンだけで済むようになる。それまでも歩数計アプリはあったけれど精度がよくない、バッテリー消費量が大きいといった評判を聞いていた。だが、セイカ歩数計はそうした面が考慮されていた。以前から知っている技術者が作ったと聞いていて信頼感もあった。

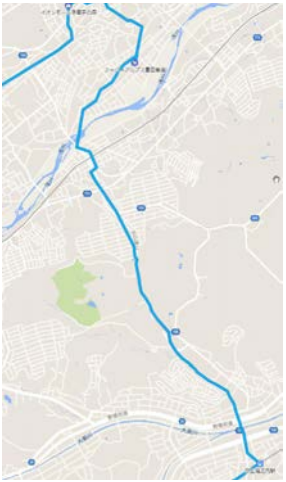
もうひとつは、7月下旬に「Googleマップ」へ追加された「**タイムライン**」だ。もともと経路探索は使っていたが、タイムラインによってスマートフォンで移動した履歴を記録できるようになった。それまではバッテリーをもたせるためにGPS設定はオフにしていたが、オンにして使うようになった。

最初に挑戦したのは7月27日。少し遠出をしてみようと、町田を目指すことにした。自宅からは16.8km。調子よく歩けば3時間半くらいの距離だ。ときどきスマホで写真を撮りながら歩いていたが、何しろ暑かった。結局、京王堀ノ内駅（自宅から5.5kmくらい）で諦め、電車で帰った。

京王堀之内駅

しばらく前から、疲れると足がつることも多くなっていたが、このときもそういう感じがあった。それでもタイムラインに歩いた記録が残るのはいいモチベーションになると思った。

健康診断で糖尿病の疑いが指摘されたのはその2日後だ。翌日に内科の検診を受け、すぐに入院が決まり、翌週の8月5日から入院した。



7月27日のタイムライン

糖尿病対策としてウォーキングを勧められたので、入院直後は病院内を歩いた。外出許可が出てからは、ほぼ毎日外に出た。病室では仕事もしていたし、雨で遠出はしにくいので毎日ではなかったが、よく出歩いた方だと思う。病院から八王子駅が4kmくらいで、入院中に2度ほど出かけた。12日に退院してからも、自宅から立川駅(5.5km)や八王子駅(5.1km）に行くようになった。片道1時間ちょっとの距離だ。

モリタウン

8月16日には、昭島にあるモリタウン(7.7km)まで出かけてみた。ただし、このときは帰り道の途中で雨に降られたため、小宮駅から電車で帰ることになった。

散歩の記録①「穴守稲荷神社」

少し戻るが、町田行きを途中で挫折した後「疲れると足がつる」対策のためにコムレケアという薬を買った。その直後に入院してしまったので飲むことはなかったが、またウォーキングで足がつるかもしれないから、退院するときに糖尿病の薬と競合しないか医師に尋ねた。「飲まない方がいい。でも**血糖値が下がったら、そもそも足がつらなくなりますよ**」と言われた。

本当にそうだった。モリタウンまで行ったときも、疲れることは疲れたのだが足がつることはなかった。関係ないが、それまで擦り傷みたいなものがなかなか治らないと思うことがあったが、そういう感じもなくなっていた。今までの不調は血糖値が高かったせいなのか！

8月22日のタイムライン

調子に乗って、少し長く歩いてみようと思い、8月22日に立川駅まで往復するだけじゃなく、昭和記念公園を一周してみようと思った。公園内じゃなく、外側だ。

なかなか大きな公園で、一周するだけで2時間ほどかかったが、このときも足がつることなく達成した。この日の歩数は4万5千歩を超えた。

翌日は「劇場版デート・ア・ライブ万由里ジャッジメント」の舞台挨拶に行った。そこで以前挫折した町田行きを思い立った。町田は「デート・ア・ライブ」の聖地で、以前にも訪れたことがあったのだ。

早速、次の日に出かけることにした。Googleマップがときどき「最短かもしれないがハード」な道を示してくれるということを思い知ったが、それでも前回のように挫折することもなく町田駅にたどり着いた。帰りは電車だったが、この日の歩数は3万5千歩になった。

町田天満宮

その後、入院するときに諦めていた北海道旅行に行ったり、愛知県に帰省する際、ついでに京都・宇治に立ち寄ったり、ドラゴンズ山本昌投手の最終登板を見に行くために広島にいったときにもけっこう歩いた。（これらの話は別の機会に）

とにかく、以前にもまして歩くようになった。そして「よく歩く」だけなら、別に旅にでる必要はないんじゃないか。もちろん、旅行は楽しいが、それとは別に自宅から歩いて遠出をしたらどうだろうと思うようになった。

これは、その記録である。

散歩の記録①「穴守稲荷神社」

浅川〜多摩川

最初の目的地には横浜・中華街（40kmくらい）を考えていた。遠いだけじゃなく、楽しめる場所だからだ。ただ、休みなしに歩いても8時間くらいかかるので、よほど朝早く出かけないと着いた頃には暗くなってしまう。それだと、せっかく中華街に着いても、そのままとんぼ返りするのが関の山だ。また、最短経路で行こうとすると、町田のときのように山道みたいなところを歩かされるかもしれない。それも大変そうだ。

そう思いながら地図を見ていたら、ふと**浅川から多摩川へ川沿いを歩いていけば、急な坂道はないのではないか**と気付いた。そして多摩川の河口近くを見ると羽田空港がある。ちょうど「歴史秘話ヒストリア」(NHK、10月14日放送)で伏見稲荷神社を取り上げていて、その最後で羽田空港近くの穴守稲荷神社が紹介されていた。

京都の伏見稲荷神社は「**いなり、こんこん、恋いろは。**」というアニメの舞台でもあり、実際に聖地巡礼に行ったこともある。こじつけっぽい気もするが、これもちょっとした縁だ。神社なら、遊びまわるための時間が必要なわけでもない。何より目的は歩くことだ。これで目的地は決まった。約40kmの道程である。

10月19日、8時20分頃に自宅を出た。もう少し早ければよかったが、決まった時刻に予定があるわけじゃないので、ぐずぐずしてしまった。後悔先に立たず。

だが、とにかく出発した。あとはひたすら歩くだけだ。

自宅近くの踏切

坂を下りて浅川に向かう

散歩の記録①「穴守稲荷神社」

浅川の手前

一番橋を渡って向こう岸へ

浅川

しばらく黒部分を歩いた後で見つけた

200mで7kcalなら、40kmで1400kcalの消費という計算に

ふれあい橋(万願橋歩道橋)

ここから多摩川

府中四谷橋

散歩の記録①「穴守稲荷神社」

多摩川

京王線

関戸橋を渡って反対側の川岸を歩く

ときどき「たまリバー」の案内板がある

道の名前にも風情が

とにかく素晴らしい天気

雨がしのげない屋根(?)

散歩の記録①「穴守稲荷神社」

河川敷も広い

南武線

是政橋

是政橋の下

散歩の記録①「穴守稲荷神社」

こういうところでは上の道か下の道か悩んだりする

ときどき見かける目印で歩くペースを確認

稲城大橋

多摩川原橋

散歩の記録①「穴守稲荷神社」

京王相模原線

釣りをする人々

多摩川

何か撮影していた

散歩の記録①「穴守稲荷神社」

多摩水道橋

小田急小田原線

東名高速道路

多摩川沿いを離れて野川

昼食

京王相模原線を過ぎたのが11時半頃だ。12時くらいにはコンビニで昼食を買おうと思っていたが、川沿いを進んでいるため、それらしい店がない。マップを検索すると20分ほど先にありそうなのでそれまでの我慢と思って歩いていたが、いっこうに見えてこない。ふと気が付いたら、その20分というのは車での移動時間だった。徒歩では1時間以上かかる。

今さら仕方がないので、そのまま進んだが川沿いの道が途切れるので、街中に移動。野川は、その途中の川だ。

行きどまりを戻ったりしていたこともあるが、1時半頃になって、やっとコンビニにたどり着いた。

川沿いに戻って落ち着いて昼御飯を食べようと思ったが、川沿いまで渡るすべがなく、しばらく街中を歩くことになった。二子玉川駅近くを通り過ぎたときには別のコンビニもあった。

ようやく落ち着けそうな二子玉川公園に着いたのは2時頃だ。

やっと見つけたコンビニ

二子玉川公園

昼御飯

散歩の記録①「穴守稲荷神社」

ここにたどり着くまでに5時間半以上かかっている。最初のうちは、わりと元気に歩いていた。たぶん時速6kmくらいで歩けていたと思う（10分で1km）。だが、この頃には足がかなり痛くなっていて、明らかに歩く速度が遅くなっていた。もともと調子がよければ羽田空港まで行こうと考えていたのだが、この調子では4時間以上かかりそうだ。

ここまでよく頑張ったよ。二子玉川駅が近いのだから、そこから電車に乗ってもいいじゃないか、とも考えた。だが、せっかく歩いてきたのだ。そして歩くことが第一の目的なのだと思って、もう少し頑張ってみることにした。

二子玉川公園で30分くらい休んだ後、ふたたび出発した。

二子玉川公園にいたテントウムシ

第三京浜道路

東急東横線

散歩の記録①「穴守稲荷神社」

東海道新幹線（と横須賀線）

ふたたび休憩

休憩

1時間ほど歩き、ふたたび休憩。できれば明るい間に到着したいと考えていたが、この頃にはあきらめていた。暗くなってしまうかもしれないが、ゆっくり行けばいいと思っていた。

15分ほど休んで、念のために穴守稲荷神社までの道程を確認した。川沿いでない最短経路で8kmちょっと、かかる時間が1時間42分と表示された。それはいいが、合わせて「到着時には営業が終了している可能性があります（9:00〜17:00）」と表示されたのだ。神社の営業時間なんて考えていなかった。お守りが買えないくらいなら問題ないが、下鴨神社のように入口が閉じられてしまったら中に入れなくなってしまう。

これは最短経路で行くしかない。急いで出発した。

川沿いを離れて住宅街へ

散歩の記録①「穴守稲荷神社」

時間との戦い

すでに3時40分を過ぎていた。8kmを80分で歩いてギリギリの計算だ。この痛む足で歩き続けられるだろうか。だが、ここまで来たのに残りを電車に頼るのも嫌だった。羽田空港は捨てよう。とにかく穴守稲荷神社まで行くのだ。

力を振り絞って住宅街から最短経路で向かった。スマートフォンで残りの距離と経路を確認しつつ歩き続けた。しかし川沿いの道でないと信号がある。何度か赤信号に引っかかった。

それでも何とか時速6kmペースを維持していたが、京急蒲田近くの長い橋が難関だった。この長い上り坂を同じペースで歩ける気がしなかった。心が折れた。足も限界だった。ペースを落とし、たどり着くことだけを目指した。

京急蒲田駅近くの長い橋、上り坂が200mくらいある

途中で見かけたSEGAの社屋（セガ・インタラクティブ）

道路交通法違反っぽい立ち乗りセグウェイ(?)

散歩の記録①「穴守稲荷神社」

到着

5時15分頃に穴守稲荷神社に到着した。境内に入ることはできたし、お参りもできた。残念ながら日が沈んだ頃から急に暗くなってしまった。だから暗い写真しか撮れていない。さらに惜しいことに、最後の早足で疲れ切っていて、境内の中を十分に見て回らなかった。事前の下調べが足りなかった。せめて、もう1時間早く出発していれば、ずいぶん違っただろう。

それでも歩き切った満足感はあった。これで途中で挫折していたら、すごく残念な思いをしていたはずだ。このときは「もう二度とやらない」と思ったが、今は、いつかまたやってみてもいいな、と思っている。

穴守稲荷神社

奉献

散歩の記録①「穴守稲荷神社」

帰宅

この場にいたのは10分くらいで、すぐに近くの京浜急行・穴守稲荷駅から電車で帰宅した。ここまで歩くのに9時間かかったが、電車で帰るのは1時間半もかからない。

自宅に戻ってからの歩数も含むが、この日が終わるまでのセイカ歩数計の記録は、はじめて6万歩を超えた。いい記録だ。その後も、何度か遠出はしたが、この記録は超えられていない。

（2015年11月8日記す）

10月19日のタイムライン（明るい青が徒歩部分）

散歩の記録①
穴守稲荷神社、2015 年 10 月 19 日

散歩の記録①

穴守稲荷神社、2015 年 10 月 19 日