

## 静岡県東部地域 × スポーツ

## 自転車編

## レバンテフジ静岡

たかなし まりお  
高梨万里王選手が紹介する

## 「まりおのお気に入り(富士・富士宮)コース」



高梨万里王選手 レバンテフジ静岡所属。富士宮市在住。



高梨万里王選手が普段から練習している富士・富士宮地域。高梨選手に、「まりおのお気に入り」コースを紹介してもらいました。このコースはチームの拠点「富士市サイクルステーション」を発着とする、上り、下りありのなかなかハードな総距離約60 kmのコースです。途中、富士山の絶景ポイントも多数あり景色も楽しめそうです。体力に自信のある方、走り慣れている方は是非お試しを。

## 富士市サイクルステーション出発

スタートは「富士市サイクルステーション」。「富士市サイクルステーション」を出発した後は、県道396号をひたすら静岡市方面に向けて走る。交通量の多い道路なので、車や歩行者に注意をしながら走ろう。約7 km走ると富士川が見えてくる。「富士川橋」を越えたら「富士川楽座」は目の前だ。



富士市サイクルステーション

## ＜まりお選手のアドバイス＞

「結構車通りが激しくて、狭い道路になりますので、車には気をつけてください。この辺りは、富士市の中心となる所です。」

## 今回のコース



## 富士川楽座から白糸の滝辺りまで



富士川沿い

富士川楽座から、富士川に沿って県道10号を走り、1 km弱走った後、木島辺りで県道10号から外れて一つ山沿いの道路に入る。この道は県道10号より少し車の通行が少ない。富士川を眺めつつ、新東名高速道路の橋を背景に撮影できる景色の良いルートだ。その後、県道10号に戻り道なりに進み、JR芝川駅方面に向かう。

芝川駅からは、県道75号を走り続ける。「柚野」エリアに来たら国道469号に。県道184号を進んで行くと、白糸の滝周辺に到着する。「お気に入りコース」から少し外れるが、白糸の滝でランチや小休憩も良さそうだ。

## ＜まりお選手のアドバイス＞

富士川楽座のあたりに来たら、富士川沿いを北上していくことになります。富士川沿いは斜度2～3%の上りになります。緩いのでそんなにきつくはないです。芝川駅までいくと今度は芝川沿いを上がっていきます。芝川沿いから白糸の滝までは結構上っていて斜度4%から5%の坂が続いています。10km位あるので大変ですが、いい汗をかけると思います。芝川を上ると、「柚野」という場所があり、田舎の雰囲気を楽しめるので、写真を撮るにも良いところだと思います。

## 白糸の滝から 大淵笹場まで

白糸の滝からは、県道72号を走りながら次の目的地に。この辺りでは、目の前に雄大な富士山を眺められる。途中、林の中を走るなど、穏やかな雰囲気のコースだ。

県道72号をしばらく走ると国道469号と合流する。この辺りに、世界遺産の構成資産の一つである村山浅間神社がある。今回は村山浅間神社近くを通り抜け、大淵笹場に向かうこととした。大淵笹場はサイクリングコースから少し外れてしまうが、せつかくなので、案内看板に従い、是非立寄ってほしい場所だ。広大な茶畑の眺めは見事！大淵笹場に立寄った後は、県道72号に戻り、ひたすら海方向に向けて走る。



白糸の滝周辺

### ＜まりお選手のアドバイス＞

アップダウンの連続ですが、森の中なので、本当に空気が良くサイクリングにはちょうど良い場所です。大淵笹場はお茶畑がとても綺麗で、富士山とお茶をバックに写真を撮ることができとても良いと思います。静岡はお茶が有名なので、この場所はとても絵になる場所です。

今日は、富士山が雲を被ってしまっていますが、晴れていればいい絵がとれると思うので、是非来てください！（まりお）

## 大淵笹場から 富士市サイクルステーション（ゴール）まで



＜まりお選手のアドバイス＞  
下り坂が続くので車やスピードの出し過ぎに気をつけてください。

大淵笹場周辺は、富士市の市街地を一望出来る場所があるので、そこでも景色を楽しんでもらいたい。コースを走っていると、次第に景色が茶畑から町の雰囲気に変わる。この辺りは車の通りも多いので、注意が必要だ。



大淵笹場：撮影時は、ビニール傘の装飾がありました

県道72号を走り、富士市総合運動公園近くから県道88号経由で大淵街道へ。そこから富士市の市街地へ向かう。青葉通りを走抜けると、富士市サイクルステーションに到着する。

今回紹介した「まりおのお気に入り」コースは、総距離およそ60km、獲得標高も849mを越えるコース。自信のある方は挑戦してみてください。



ぜひ、「まりおのお気に入りコース」でサイクリングしてください！

レバンテフジ静岡の応援もよろしくお願いします！（まりお）



発行



「レバンテフジ静岡」は、静岡県の「ふじのくにスポーツサポーター」です。

取材日：令和4年11月

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](#) / Instagram [shizuoka.pref\\_toubu](#)

