

第2回 富山湾岸ウルトラマラニック

コース解説・資料

この資料では、100kmコースをメインに「チェックポイント、道迷いしやすい場所、補給やトイレに便利なコンビニの場所」を図説します。50・30・15kmコースについては100kmコースとの合流点まで簡述します。コース設定にあたっては、1) 自動車が通行できない道、2) 交通量の少ない道、3) 歩道が多い道を優先したつもりですが、どうしても歩道の無い一般道区間が存在しますので注意願います。また、最短距離ではない区間もありますが、安全第一のコース設定と判断願います。なお、距離計測の都合上、なるべくチェックポイント(セルフチェック)を通過して頂きたいのですが、安全確保を優先し、各自でコースは適宜変更して下さい。

コース詳細は別紙の企画書にあります通り、Web上の各コースkmlファイルを「まささんのジョギングシミュレーター」に読み込ませてご覧下さい。拡張子をtxtからkmlに変更すれば、グーグルマップでもご覧になれます。なお、100kmコースのスタート～25kmはコンビニがありませんので補給やトイレに注意して下さい。また、全コースラスト10kmの国道160号線は歩道どころか逃げ場の無い区間もありますので、自動車・自転車・他の歩行者に十分注意して下さい。

その他、渡船やバスの時刻表等、必要と思われる情報も追記しました。不明点や間違いがありましてもご容赦願います。

100kmコース解説



<< 100km概略図 1 / 3 >>



<< 詳細図 1 >>

スタート～第1 C P

- 0.0km 新潟県糸魚川市 J R市振駅スタート 国道8号の海側歩道を西進
- 1.3km 境川を渡ると県境、すぐの交差点を右側へ（金太郎温泉の看板あり）
- 3.2km 再び国道8号へ。次の交差点（栄食堂手前）で右折し J R北陸線の踏切を渡る。
- 4.7km J R宮崎駅。県道60号から宮崎市街を抜け海岸線に抜け、さらに道なりに進む

（以上 詳細図1）



<< 詳細図2 >>

- 8.9km あさひ総合病院前100m強過ぎの T 字路(深松組前)を左折、五差路を右斜めに。
 - 9.8km J R 泊駅、ここで全員一旦集合後、県道60号に戻る。
 - 10.5km 小川(河川名)を渡り朝日町から入善町へ。そこから約1km進むと・・・
 - 11.5km 小さな橋を渡り Y 字路を右折（黒部温泉病院の小看板あり）。
- 道迷いが多いここまでは参加全員で走行します。あとは各自のペースで。

（以上、詳細図2）

- 15.0km (株)ヤハタセイコーで右折し海岸の国交省管理道路へ
- 15.5km 第1 C P 入善浄化センター風力発電所

概ね安全な道ですが、8.9km～15.0kmまでは歩道の無い区間が多いです。

15.0km以降は国の管理道路で、まずまず安全に走行可能ですが、街灯皆無の夜間走行です。

（以上、詳細図3）



<< 詳細図 3 >>



<< 詳細図 4 >>

第1CP～第2CP

- 15.5km 第1CP 入善浄化センター風力発電所
- 21.5km 管理道路終点・園毛山キャンプ場（湧水トイレ自販機あり）。県道2号へ。
- 24.0km 黒部川を渡り黒部市へ。
- 25.0km 生地駅前に湧水あり、以降、立野まで県道沿いや市街各所に湧水あり給水可。
- 25.7km コンビニ・サークルKあり。
- 27.3km コンビニ・ローソンあり
- 28.7km 立野交差点を右折、石田浜へ（黒部名水ロードレースのコース）
- 30.0km 第2CP 石田フィッシャリーナ

一部で歩道が無いあるいは狭い状況です。県道2号は特に注意。

第2CP～第3CP

- 30.0km 第2CP 石田フィッシャリーナ
- 31.1km コンビニ ポプラあり 再び県道2号へ
- 31.5km 片貝川を渡り魚津市へ。適宜右折、経田漁港から海岸道路（蜃気楼ロード）へ
(以上、詳細図4)
- 36.0km 魚の駅「蜃気楼」、埋没林博物館などあり
- 36.1km コンビニ・サークルKあり。魚津港前の信号の次の交差点を右折、海岸沿いに
- 38.7km コンビニ・サンクスあり。県道1号へ。ミラージュランド・魚津水族館あり
(以上、詳細図5)

蜃気楼ロードは一部区間を除き（要注意）、サイクリングロードと歩道があります。





<< 詳細図 5 >>



<< 詳細図 6 >>

- 39.5km 早月川を渡り滑川市へ。
- 40.5km 県道1号直進orほたるいかマラソンコースへ(ほたるいかM-コースが8~90m遠回り)
- 42.4km コンビニ・ファミリーマート(県道1号の場合)
- 43.4km コンビニ・サークルK
- 44.0km 第3CP ほたるいかミュージアム/タラソピア

第3CP ~ 第4CP

- 44.0km 第3CP ほたるいかミュージアム/タラソピア、そのまま海沿いを直進。
- 47.5km 海洋高校前から上市川を渡ってすぐ富山市へ。

(以上、詳細図6)

過去の練習会では県道1号沿いに左折右折しているが、上市川沿河口から一本南側の道路に移動してもよい。コンビニ・セーブオンあり。

- 48.5km コンビニ・サンクス
- 49.0km 白岩川を渡る
- 50.0km 常願寺川を渡りきって丁度50km地点 右折して自転車道へ(安全のため、必ず!!)
- 50.5km 第4CP 浜黒崎キャンプ場(自転車道沿い)

第3CP ~ 48kmくらいまでは県道1号も含めて歩道がありません。道幅が狭い場合は要注意です。



<< 詳細図7 >>

第4CP～第5CP

50.5km 第4CP 浜黒崎キャンプ場（自転車道沿い）

54.5km 自転車道終点・海岸通交差点、無理に海岸に出ずに県道1号を進んでも良い。

55.9km コンビニ・サークルK、富山マリーナ横の小橋を渡り、岩瀬市街へ。

（以上、詳細図7）



<< 詳細図8 >>

56.8km 岩瀬市街・森家、岩瀬西宮で県道1号に戻る。

58.0km 千原崎交差点を右折、国道415号へ。神通川を渡る。

59.5km コンビニ・ローソン

60.0km コンビニ・ファミリーマート、右折

61.0km コンビニ・セーブオン、セーブオン向かいの裏道に入り四方小学校へ

61.3km 四方小学校正門前まで移動。正門前を右折し、射水線跡道路を道なりに進む。

（以上、詳細図8）

66.5km 気分転換に海老江海浜公園側に移動（そのまま廃線跡を直進しても良い）

67.2km 堀岡古明神交差点北側に酒屋とスーパーあり、渡船時刻調整に。

69.1km 県営渡船・堀岡乗船場（渡船の時刻表に注意）

69.5km 第5CP 渡船乗船をCPとする。

全般に安全な区間ですが、射水線跡道路の小さな交差点で左右からの車に気を付けて下さい

（以上、詳細図9）



<< 詳細図 10 >>

第 5 C P ~ 第 6 C P

- 69.5km 第 5 C P 渡船乗船
 - 69.8km 県営渡船・越の潟乗船場着、歩道のある海王丸パーク側道路へ。
 - 70.5km 海王丸パーク前（仮眠、食事等には適しているかもしれない）
 - 73.0km 新港漁港前の橋を渡り切った信号（漁協すぐ）を左折・・・補給のため
 - 73.7km コンビニ・ローソン、この交差点を右折（本町の交差点）R415に戻る
 - 73.6km コンビニ・セーブオン（この辺りでの補給を推奨、以降コンビニ激減）
- （以上、詳細図 10）
- 74.5km 庄川を渡り直進、道なりに左折右折左折をジグザグに繰り返す。
 - 76.0km 高岡市に入ってすぐの「伏木万葉大橋」で小矢部川を渡り、伏木方面へ。
 - 77.4km 橋を渡りきって二つ目の交差点左折 伏木中央の交差点を直進。
 - 78.9km 氷見線踏切手前の国分二丁目交差点。
給水やトイレがどうしても必要であれば左折数十m先にコンビニ・ポプラあり。
 - 79.2km 国道415号交差点右折、国道のトンネルに入らず右手に行くと景色が良い。
- （以上、詳細図 11）
- 80.7km 再び国道415号。義経岩過ぎの雨晴交差点Y字路を右に進むとJR雨晴駅。
 - 81.2km 雨晴駅を過ぎ右側に徒歩で渡れる踏切がみえたら右折し渡る（よしのや駐車場が目安）
（ここで海岸沿いの道に出ないと、遠回りがかつ道迷いの可能性大となります。）
 - 81.5km 第 6 C P 雨晴海水浴場
伏木市街、義経岩～雨晴付近で歩道が無く道幅も狭い区間があります。要注意。



<< 詳細図 1 1 >>



<< 詳細図 1 2 >>

第6CP～最終CP

81.5km 第6CP 雨晴海水浴場

82.0km 海岸沿いの道路を氷見方向に直進。雨晴アリーナを過ぎるとキャンプ場。

82.5km 直進すると自動車止のゲートあり。脇から入り、管理道路をそのまま直進。

83.5km 再びゲート、ゲート越えてすぐの老人ホームを越えた左手の道路に入る。

83.8km 約100m進んだ右折可能な最初の交差点右折。そのまま道なりに広い道へ。

(以上、詳細図12)

85.2km 氷見海浜植物園前を過ぎ、仏生寺川、湊川を渡り、氷見漁港近くへ。

87.8km 水産センター前交差点(補給必要なら右折150m先にローソンあり、商店街に食堂等あり)

88.2km 氷見漁港前交差点を斜張橋側へ。氷見海鮮館、遊歩道などあり。直進。

(以上、詳細図13)



<< 詳細図13 >>

89.9km 問島交差点右折、道なりに直進

91.8km 最終CP 国道160号との合流点、ヤマザキデイリーストア。

最後のコンビニにて補給&トイレを強くすすめる。

問島交差点までは全般に安全です。以降は歩道が狭くなるので少し走りにくいです。

最終CP～ゴール

91.8km 最終CP 国道160号との合流点、ヤマザキデイリーストア。

102.3km ゴール。石川・富山の県境。

国道160号線は、歩道無く逃げ場が無い場所が度々あるので嚴重注意(5/15死亡事故発生)。

(以上、詳細図14・15)



<< 詳細図 14 >>



<< 詳細図 15 >>

50kmコース解説

スタート～第5 C P

0.0km JR富山駅北口スタート。環水公園へ。運河沿いを北上。

2.5km 中島閘門からさらに北上、国道8号を潜り住吉工業から富岩街道へ。千原崎交差点まで北上。

以降は、100kmコース58.0km地点(第4 C P～第5 C P)からと同じ

30kmコース解説 (下記にこだわらず、安全なルートで雨晴までお越し下さい。)

スタート～第6 C P

0.0km JR高岡駅スタート。古城公園・工芸高校沿いに進み、美術館前で踏切を渡る。

1.5km 高岡高校敷地沿いに左折。二つ目のT字路右折し直進(万葉線・氷見線に平行な東側の裏道)。

4.0km 能町駅近くでT字路行止まりを右折。

5.0km 能町交差点を北上、次の材木町交差点を右折。

以降は、100kmコース76.0km地点(第5 C P～第6 C P)からと同じ

15kmコース解説

スタート～最終 C P

0.0km 氷見駅前から海岸に出る。

以降は、100kmコース85.2km地点(第6 C P～最終 C P)からと同じ

県営渡船・堀岡時刻表(渡航時間は5分強)

http://www.pref.toyama.jp/cms_sec/1545/00006354/00212298.pdf

渡船時刻表

平成20年3月15日改正版

越の湯発						堀岡発					
時	分					時	分				
6	10	28	44	59		6	20	35	51		
7	14	30	45			7	6	21	37	55	
8	3	21	40	58		8	10	28	47		
9	16	30	45			9	5	23	37	52	
10	0	20	50			10	7	35			
11	20	50				11	5	35			
12	20	50				12	5	35			
13	20	50				13	5	35			
14	20	50				14	5	35			
15	16	30	45			15	5	23	37	52	
16	0	16	30	45		16	7	23	37	52	
17	0	16	33	50		17	7	25	42		
18	10	27	45			18	0	17	35	52	
19	0	15	45			19	7	22	52		
20	0	15	30			20	7	22	50		
21	0	30				21	20	50			
22	0	30				22	20				

- 気象状況、大型船の航行などにより、遅延することがありますのでご了承願います。
- 荒天時など、安全な運航が保てなくなると判断したときは欠航します。
- 渡船の欠航時にはタクシーで代行輸送します。(注:自転車は運べません。)

ゴールタイム目安

- ・ 15kmコース 1キロ6分で90分 = 15:00、7分で105分 = 15:15
 - ・ 30kmコース 1キロ6分で200分 = 14:50、7分で230分 = 15:20 (実質距離33kmで計算)
 - ・ 50kmコース 1キロ6分で300分(5時間) . . . 15:00到着で途中休憩1時間30分可
1キロ7分で350分(5時間50分) . . . 15:00到着で途中休憩40分可
1キロ8分で400分(6時間40分) . . . 15:10到着で途中休憩無し
 - ・ 100kmコース 1キロ6分で615分(10時間15分) . . . 15:00到着で途中休憩5時間45分可
1キロ7分で715分(11時間55分) . . . 15:00到着で途中休憩4時間5分可
(102kmで計算) 1キロ8分で815分(13時間35分) . . . 15:00到着で途中休憩2時間25分可
- ゴールから宿泊懇親会場まで1km強 = 徒歩15分程度です。お忘れなく。

宿泊懇親会場

- ・ 民宿「旅庵 花厨ゆうなぎ」

<http://www.yuunagi.com/>

〒935-0402 富山県氷見市中波209 TEL 0766-79-1021 FAX 0766-79-1200

リタイヤ者向け公共交通機関 (PC閲覧のみ、ケータイ未確認です)

- ・ えきから時刻表・富山県

<http://ekikara.jp/newdata/state/linemap/16-1.htm>

- ・ 富山ライトレール (全線200円)

<http://www.t-lr.co.jp/>

- ・ 万葉線 (最大350円)

<http://www1.coralnet.or.jp/manyosen/>

- ・ 加越能鉄道・高岡～灘浦方面バス時刻表 . . . 宿泊懇親会場「ゆうなぎ」は「中波」下車

<http://www.kaetsunou.co.jp/nori/201003-01.html>

- ・ 氷見市内のタクシー会社

平和交通 0766-91-0303 つばめ交通0766-74-0402 ヒシサンタクシー 0766-72-0053

解散後、20日(日)のバス・JR時刻表

加越能バス (脇 氷見駅 高岡駅前) 中波バス亭は脇バス亭の次です。高岡まで500円。

7:00 7:30 8:03

8:00 8:30 9:03

9:00 9:30 10:03

10:00 10:30 11:03

JR 高岡駅・富山方面列車

8:32 9:09 9:27 10:41 11:24

以上