



# 太平洋岸自転車道サイクリングマップ

かわいい情報はHPで公開!!



## ~FAST ONLYからFAST&SLOWへ~

日本を代表する魅力的な観光地・景勝地が多い“ゴールデンルート”に新たな「スロートーリズム」を提案。FAST&SLOWで、日本の文化を味わいつくそう!!

## 太平洋岸自転車道サイクリングマップ

### ~FAST ONLYからFAST&SLOWへ~

日本を代表する魅力的な観光地・景勝地が多い“ゴールデンルート”に新たな「スロートーリズム」を提案。FAST&SLOWで、日本の文化を味わいつくそう!!

### 千葉県(中部)



### 自転車のルール

- ① 自転車は車道通行が原則です。
  - ※自転車は車の仲間です。
  - ※車道の左端を通行しましょう。
  - ※歩道を通行する際は歩行者優先で車道寄りを行きましょう。
  - ※普通自転車が歩道を通行できる場合
    - ・歩道通行可能を示す標識がある場合
    - ・運転者が13歳未満、70歳以上の場合または身体に障害がある場合
    - ・交通の状況等により、安全のため歩道を通行することがやむを得ない場合
  - ※タンDEM自転車は歩道を通行できません。
- ② 信号を守り、「止まれ」の標識のところで必ず一時停止しましょう。
- ③ 走行中の携帯電話や大音量でのヘッドホンの使用、傘さし運転は禁止です。
- ④ 飲酒運転、二人乗り(定員外乗車)は厳禁です。
- ⑤ 並進走行は禁止です。一列で通行しましょう。
- ⑥ 夜間やトンネル内ではライトを点灯しましょう。
- ⑦ 自転車損害賠償責任保険に加入しましょう。

**【乗車用ヘルメットをかぶりましょう!】**  
自転車乗車中の事故で亡くなった方の多くは頭部に致命傷を負っています。万が一の事故に備えて、頭部を守る乗車用ヘルメットを着用しましょう。

### 安全走行のためのチェックポイント!!

- 下の項目を  チェックしてみましょう。
- ブレーキの効き
  - チェーンオイル・空気圧
  - ライトの電池残量(前後とも)

- 【タイヤの状態】**
- ヒビ割れなどがないか?
  - 布(糸)が見えていないか?
  - ミソはあるか?
  - 異物が刺さっていないか?
  - 乗ったときに異音がないか?
  - 定期的な点検しているか?(少なくとも年に1度)

あてはまる項目があったら、専門店をチェックしてもらいましょう。また、イベント出場・遠出時には専門店でもチェックしてもらおうとしよう。

※下りの前にもう一度ブレーキチェック!  
※トンネルが多いので前後にライトをつけましょう!

**【自転車の盗難に注意!!】**  
せっかくの楽しいサイクリングも、自転車が盗まれたら台無し。サイクリングラックに置いた自転車が盗まれないように注意しましょう。自転車から目を離さない、離れるときは錠錠するなどの対策をとりましょう。

令和2年12月作成

- 和歌山県
- 三重県
- 愛知県
- 静岡県
- 神奈川県
- 千葉県



### 和歌山県

- グルメ情報**
- 詳しくは太平洋岸自転車道のHP「地域情報」内の各地の観光情報から食事(グルメ)情報をご覧ください。

### 3 取組



- D 統一ロゴの決定**
- 日本の代表的な吉祥文様の一つである青海波(せいがいば)をモチーフに太平洋の波をデザイン。
  - 自転車でスロートーリズムを楽しむ国内外の観光客や、また海と共存している私たちにとても日本の太平洋の美しさが印象に残るようなイメージ。
  - 六県にまたがる海からの大きな恩恵を6つの海に込め、暖かみのある青色は、穏やかに包み込むような大海原を表現。
  - 自転車をできるだけシンプルな表現で、どんな人にも見やすく、わかりやすい形を目指した。
- 作成者: 横浜美術大学 小柳 沙也華さん

### 輸送のすすめ

- JRなどの交通各社では、乗り物内に自転車を持ち込む場合、自転車を折りたたむか、解体して専用の袋に収納すると、持ち込むことができます。詳しくは、交通社にお問い合わせください。
- 一部はみ出たり、折りたたんでないものは対象外となるため、ご注意ください。
- 乗客が多い場合は、お断りされる場合がありますのでご注意ください。
- 交通機関の利用前後で、自転車の組み立てや解体を行う場合、周りの方の迷惑にならないようにしましょう。

**自転車宅配情報**

詳しくはHPをご覧ください。

シクロエクスプレス

シクロサイクリングサポート

西濃運輸

カンガルー自転車イベント便

カンガルー自転車輸送便

佐川急便

飛脚ラージサイズ宅配便

**フェリー情報**

**東京湾フェリー** 所要時間 約40分  
金谷港(千葉県)~久里浜港(神奈川県)  
●自転車は、特殊手荷物料金として乗船。

**伊勢湾フェリー** 所要時間 約55分  
伊勢湾のりば(愛知県)~鳥羽のりば(三重県)  
●自転車を輸送袋に入れて乗船する場合は、旅客運賃で乗船可能。

**駿河湾フェリー** 所要時間 約70分  
清水港~土肥港(静岡県)  
●自転車を輸送袋に入れて乗船する場合は、旅客運賃で乗船可能。

### サイクルステーション

サイクリング中に気軽に立ち寄り、休憩ができる場として太平洋岸自転車道の沿線の施設を整備しています。各県ごとに整備しています。詳しくは、太平洋岸自転車道のHPをご覧ください。

**事故が発生した場合**

事故発生

負傷者がいる場合はまず負傷者の救護、緊急連絡先へ

**119番(救急)** **110番(警察)**

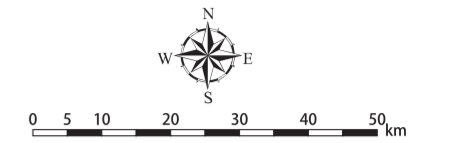
●レンタサイクルをご利用されている方、貸出をされた場所へも連絡をお願いします。

**自転車のトラブル時の連絡先**

詳しくは太平洋岸自転車道のHPをご覧ください。

太平洋岸自転車道 検索

https://www.kkr.mlit.go.jp/road/pcr/



### 神奈川県 千葉県



### ゲートウェイ一覧



# 太平洋岸自転車道

## ★千葉県【中部】

太平洋岸自転車道ホームページ

ホームページでは、Googleマップによるルート案内や地域情報リンク等を公開。

太平洋岸自転車道 検索



### ★千葉県

関東最東端の大吠埼。山頂や離島を除き日本で一番早い日の出が見られる。

#### 千葉県の施設情報

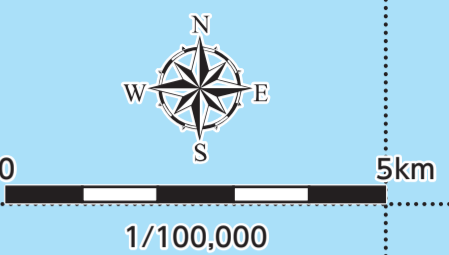
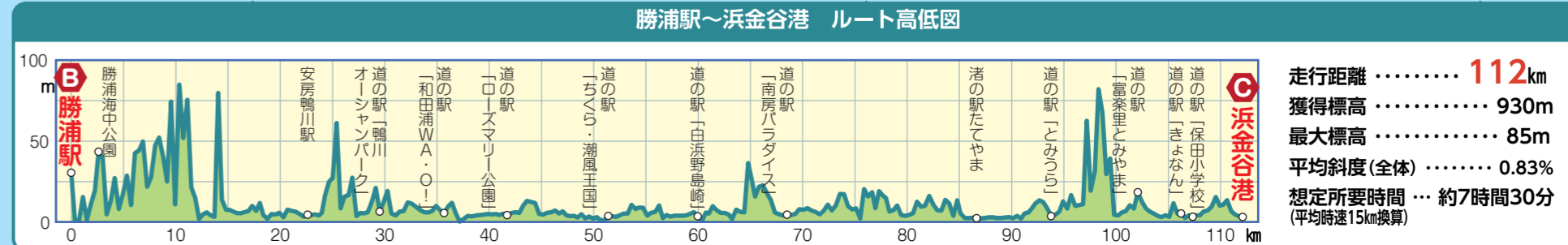
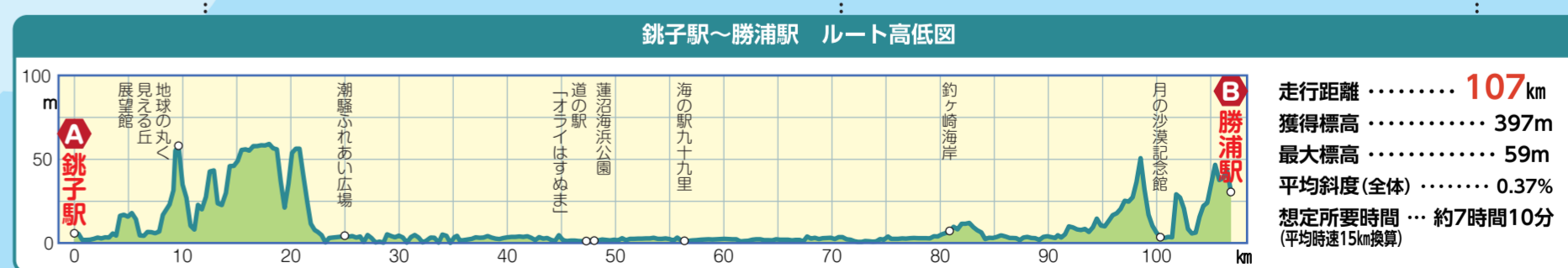
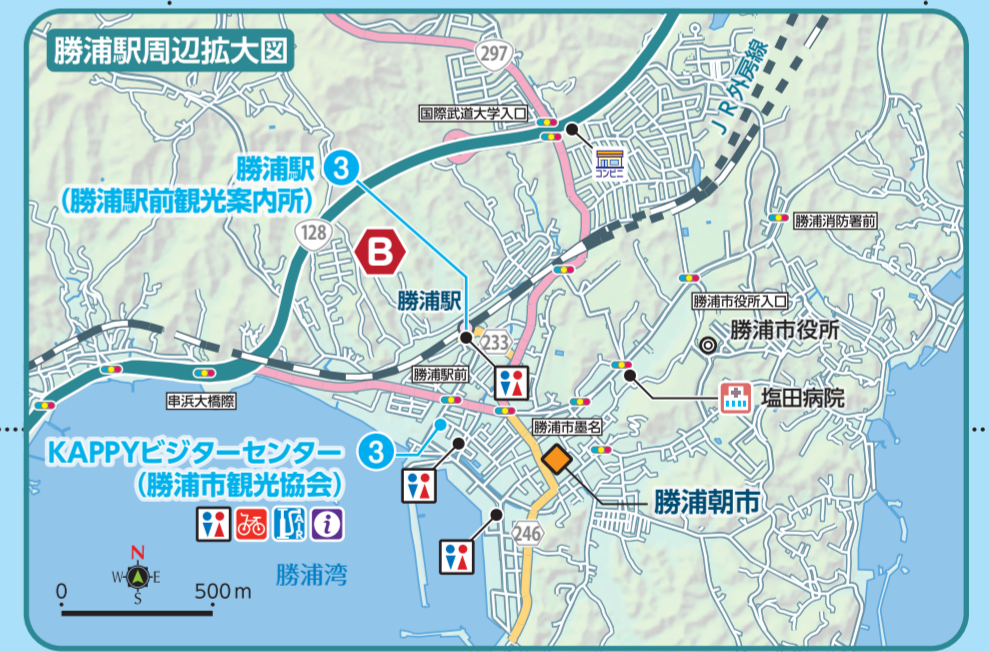
ゲートウェイ		サイクリストに優しい宿泊施設			
No.	施設名	電話番号	No.	施設名	電話番号
2	上総一ノ宮駅 (上総一ノ宮観光案内所)	0475-47-2100	7	魚彩和みの宿 三水	0470-95-3333
3	勝浦駅 (勝浦駅前観光案内所)	0470-73-1658	8	豊明殿	0470-95-2334
	KAPPYビジターセンター (勝浦市観光協会)	0470-73-2500	9	鴨川ヒルズ リゾートホテル	0470-94-2535
4	安房鴨川駅 (鴨川市観光協会)	0470-92-0086	10	YADO OMIYA	0470-99-5077
	サイクルステーション		11	ひだまり INN	0470-94-0899
No.	施設名	電話番号	12	鴨川シーワールド ホテル	0470-92-2121
7	釣ヶ崎海岸	0475-42-2111	13	旅館 磯波	0470-92-0369
8	月の沙漠記念館	0470-68-6389			
9	勝浦海中公園	0470-76-2955			
10	安房鴨川駅 (鴨川市観光協会)	0470-92-0086			

### B.B.BASE BOSO BICYCLE BASE



自転車専用のラックが設置されたサイクリストにやさしい電車。房総の旅の新しいカタチ。(要予約) 房総半島を満喫できるサイクリングのモデルコースの紹介もあり。くわしくは、ホームページをごらんください。

- 凡例**
- 太平洋岸自転車道
  - ルート分岐点
  - ゲートウェイ
  - サイクルステーション
  - サイクリストに優しい宿泊施設
  - 観光資源
  - みどころ
  - 新幹線
  - JR線
  - 私鉄線
  - 市役所
  - 役場
  - 道の駅
  - 観光案内所
  - WiFi利用環境
  - トイレ
  - 学校
  - 温泉
  - 走行情報(坂道)
  - 病院
  - コンビニ
  - レンタサイクル
  - 自転車屋
  - 自転車ラック
  - 修理対応・工具有り
  - 宿泊施設
  - フェリー
  - 飲食店



走行距離 ..... 107km  
獲得標高 ..... 397m  
最大標高 ..... 59m  
平均斜度(全体) ..... 0.37%  
想定所要時間 ..... 約7時間10分  
(平均時速15km換算)

走行距離 ..... 112km  
獲得標高 ..... 930m  
最大標高 ..... 85m  
平均斜度(全体) ..... 0.83%  
想定所要時間 ..... 約7時間30分  
(平均時速15km換算)