



# 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尽くそう!!

## 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尽くそう!!

### 千葉県（北部）



### 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」の標識のところでは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よいでしょう。

※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、離れた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



白崎海岸

### 三重県



天婦岩

### 愛知県



伊良湖岬灯台

### 静岡県



富士山

### 神奈川県



湘南海岸

### 千葉県



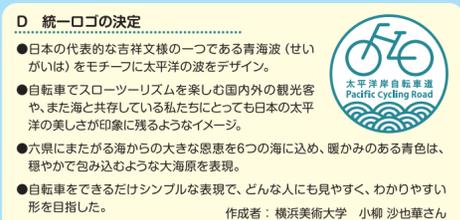
大塚湾



### 拡大図 裏面記載



### 3 取組



### 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。
- 一部のみ出たり、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。



### 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



●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

## ★千葉県【北部】

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を見られる。

#### 千葉県の施設情報

ゲートウェイ		サイクルステーション	
No.	施設名	No.	施設名
1	銚子駅 (銚子観光案内所)	1	銚子駅 (銚子観光案内所)
2	地球の丸く見える丘展望館	2	地球の丸く見える丘展望館
サイクリストに優しい宿泊施設			
No.	施設名	No.	施設名
1	銚子プラザホテル	1	銚子プラザホテル
2	ホテルサンライズ銚子	2	ホテルサンライズ銚子
3	かもめホテル	3	かもめホテル
4	絶景の宿 大吠埼ホテル	4	絶景の宿 大吠埼ホテル
5	かんぼの宿 旭	5	かんぼの宿 旭
6	NANJA MONJA	6	NANJA MONJA

### B.B.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
- 温泉
- 学校
- 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



起点 1 銚子駅(銚子観光案内所)

1 銚子プラザホテル

2 地球の丸く見える丘展望館

3 かもめホテル

4 絶景の宿 大吠埼ホテル

5 かんぼの宿 旭

6 NANJA MONJA

道の駅オライはすめま



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)