



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~

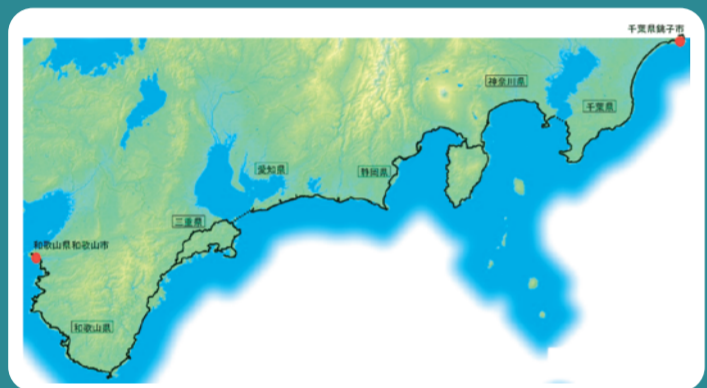
日本を代表する魅力的な観光地・景勝地が多い「ゴールデンルート」に新たな「スロートーリズム」を提案。FAST&SLOWで、日本の文化を味わいつくそう!!

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!!

三重県【東紀州版】



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徐行しましょう。
- ※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?
- 定期的に点検しているか? (少なくとも年に1度)

あてはまる項目があったら、専門店などでチェックしてもらいましょう。また、イベント出場・遠出時には専門店などでチェックしてもらおうとしましょう。

※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。サイクリング中に盗まれた自転車を盗まれないように注意しましょう。自転車で目を離さない、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

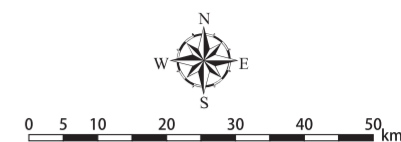


湘南海岸

千葉県



大湊湾



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。

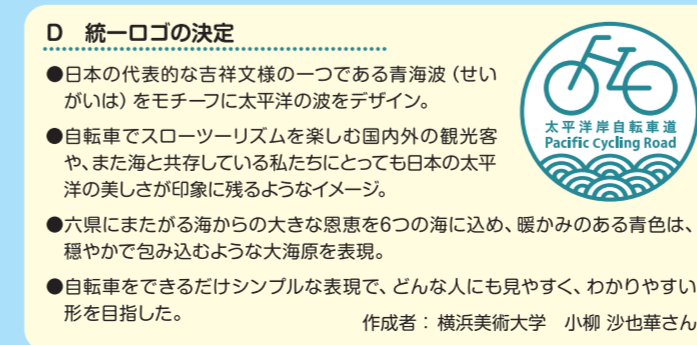
1 太平洋岸自転車道とは...

- 太平洋岸自転車道とは、千葉県銚子市から神奈川県、静岡県、愛知県、三重県、和歌山県の各太平洋岸を走り、和歌山県和歌山市に至る延長約1,400kmの自転車道構想のことです。
- 自転車道沿線は、世界遺産である富士山をはじめ、日本を代表する観光地・景勝地が多数存在するルートとなっています。

2 コンセプト

- 安全にルートを走行できるような配慮
- 迷わずにルートを走行できるような配慮
- どこでも「太平洋」を感じられるような統一的情報発信

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、交通各社にお問い合わせください。
- 一部のみ出たり、折りたたんでい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



フェリー情報



西濃運輸



佐川急便

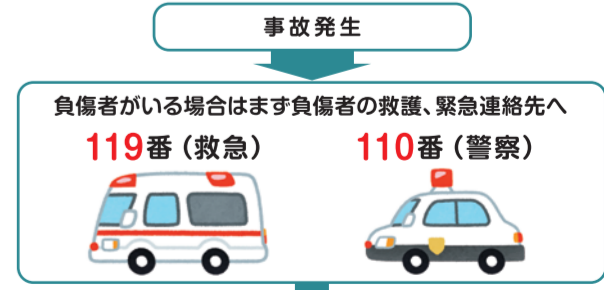
神奈川県



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、休憩ができる場所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



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

三重県【東紀州版】

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



紀伊長島駅～新宮駅 高低図



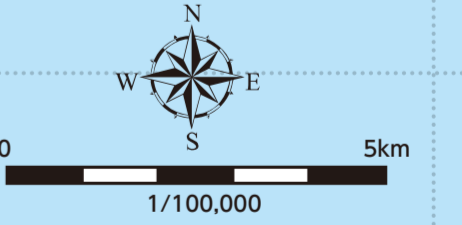
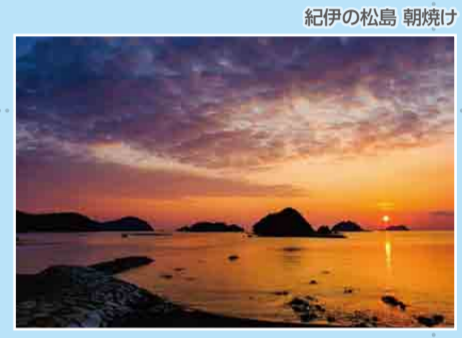
走行距離 81.9km
獲得標高 904m
最大標高 410m
平均斜度 (全体) 1.10%
想定所要時間 5時間28分
(平均時速15km換算)



紀伊長島駅～新宮駅 81.9km



- 凡例**
- 太平洋岸自転車道
 - ルート分岐点
 - ゲートウェイ
 - サイクリステーション
 - サイクリストに優しい宿泊施設
 - 世界遺産登録地
 - 観光資源市役所
 - 市役所
 - 役場
 - 学校
 - 郵便局
 - 温泉
 - 病院
 - 飲食店
 - コンビニ
 - 熊野古道
 - 道の駅
 - トイレ
 - レンタサイクル
 - 自転車屋
 - 自転車ラック
 - 宿泊施設
 - 自転車修理可能施設
 - 走行情報 (坂道)
 - みどころ
 - 道の駅
 - トイレ
 - レンタサイクル
 - 自転車屋
 - 自転車ラック
 - 宿泊施設
 - 自転車修理可能施設
 - 走行情報 (坂道)



三重県の施設情報

サイクリストに優しい宿泊施設		サイクリステーション	
No.	施設名	No.	施設名
43	酒蔵と地酒の宿 桃太郎	57	道の駅「熊野のくに」
44	荒磯処 民宿はま風	58	道の駅「海山」
45	うまし宿 漁幸美乃島	59	道の駅「熊野のくに」
46	浜辺の宿 さざなみ	60	道の駅「熊野のくに」
47	グリーンピアげんざえもん	61	道の駅「熊野のくに」
48	料理民宿 ささき	62	道の駅「熊野のくに」
49	りぼん旅館	63	道の駅「熊野のくに」
50	ビジネスホテル新		
51	ビジネスホテル望月		
52	ビジネスホテル末広		
53	ビジネスホテルフェニックス		
54	ビジネスホテル胡蝶館		
55	ビジネスホテル末広		
56	ビジネスホテルフェニックス		

和歌山県