

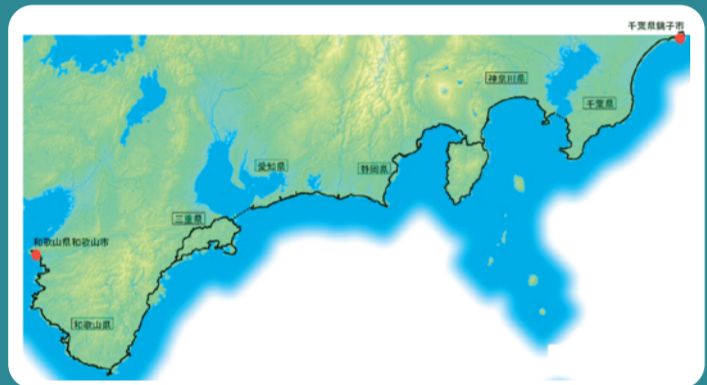


太平洋岸自転車道サイクリングマップ

～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【伊勢志摩版】



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



太平洋岸自転車道サイクリングマップ

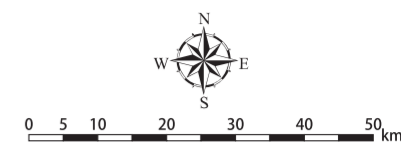
かわいい情報はHPで公開!!



～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!!

- 和歌山県
- 三重県
- 愛知県
- 静岡県
- 神奈川県
- 千葉県



拡大図 裏面記載

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。

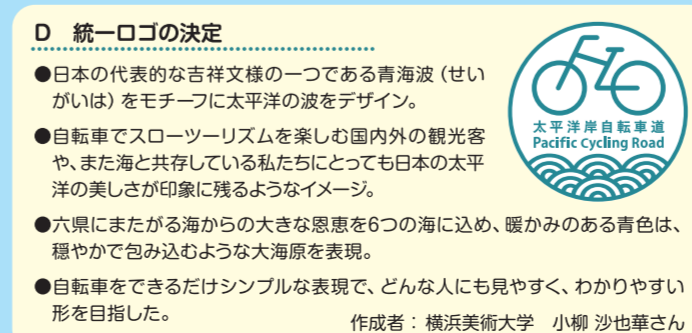
1 太平洋岸自転車道とは...

- 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

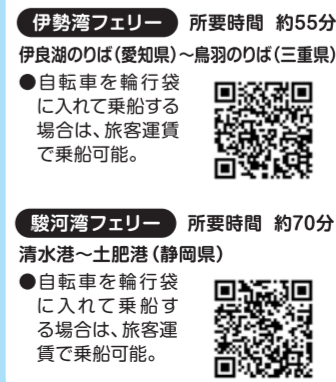
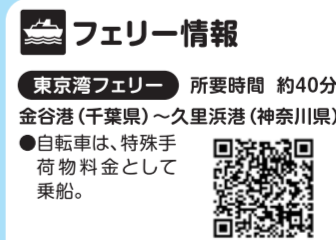
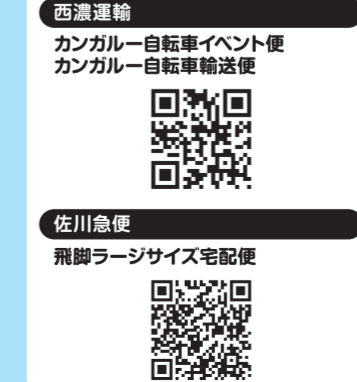
- 安全にルートを行けるよう配慮
- 迷わずにルートを行けるよう配慮
- どこでも「太平洋」を感じられるよう統一的情報発信

3 取組



輸送のすすめ

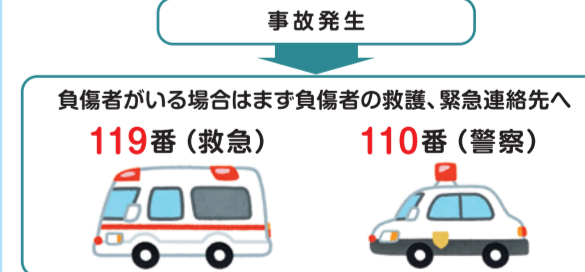
- JRなどの交通各社では、乗り物内に自転車を持ち込む場合、自転車を折りたたむか、解体して専用の袋に収納すると、持ち込むことができます。詳しくは、交通社にお問い合わせください。
- 一部はみ出たり、折りたたんでないものは対象外となるため、ご注意ください。
- 乗客が多い場合は、お断りされる場合がありますのでご注意ください。
- 交通機関の利用前後で、自転車の組み立てや解体を行う場合、周りの方の迷惑にならないようにしましょう。



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に整備しています。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

三重県 [伊勢志摩版]

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。



三重県の施設情報

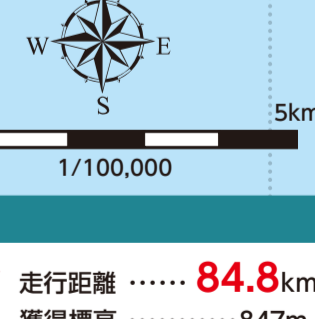
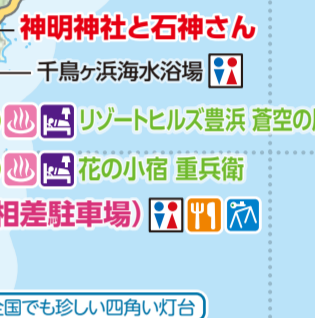
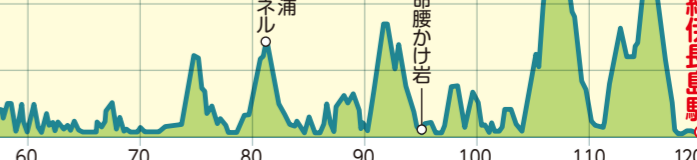
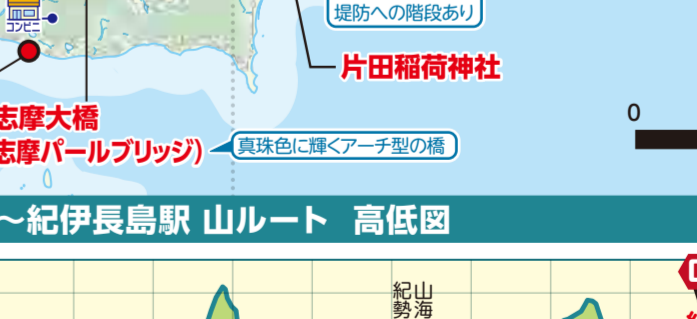
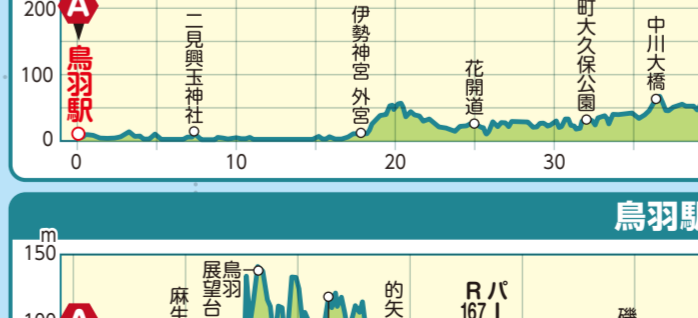
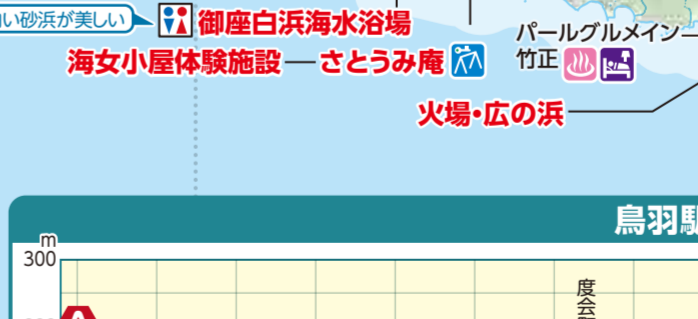
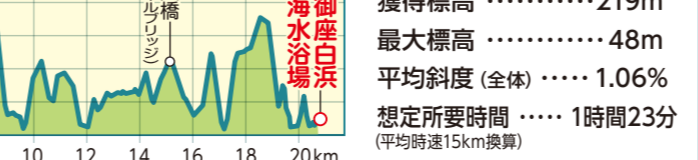
| ゲートウェイ | | サイクルステーション | | |
|--------|----------------|---------------|-----|-----------------|
| No. | 施設名 | 電話番号 | 施設名 | |
| 1 | 鳥羽駅・鳥羽1番街 | 0599-25-2844 | 1 | 二見駐車場 |
| 2 | サイクリストに優しい宿泊施設 | | 2 | 面白展望台(相差駐車場) |
| 3 | サイクリストに優しい宿泊施設 | | 3 | 波切小公園 |
| 4 | アランマイ | 090-3258-2790 | 4 | 長田小公園 |
| 5 | ホテルメ湯楽々 | 0599-25-2829 | 5 | 海の道公園 |
| 6 | リゾートヒルズ重兵衛 | 0599-33-6120 | 6 | 南伊勢町民文化会館 |
| 7 | 旅館 橋 | 0599-33-6220 | 7 | 東宮小公園 |
| 8 | ホテル志摩スペイン村 | 0599-57-3511 | 8 | 伊勢志摩国立公園 |
| 9 | シーサイドリゾート | 0599-57-3211 | 9 | 度会町大久保公園 |
| 10 | くつろぎの小さな宿 | 0599-47-4045 | 10 | おおみやサイクリングターミナル |
| 11 | クインテッサホテル伊勢志摩 | 0599-44-0511 | 11 | 道の駅「奥伊勢 木つつ木館」 |
| 12 | 松屋 橋 | 0599-43-0077 | 12 | 道の駅「紀伊長島マンボウ」 |
| 13 | ひるおか荘 | 0599-45-3121 | | |
| 14 | 民権 珠 | 0599-72-1345 | | |
| 15 | 旅館 ちがや | 0599-72-2201 | | |
| 16 | 一茶温泉ホテル | 0599-84-3300 | | |
| 17 | 観光旅館 みさき荘 | 0599-88-3023 | | |
| 18 | 民権 智吉 | 0599-53-0639 | | |
| 19 | グランドペンション青い海 | 0599-53-2227 | | |
| 20 | シーサイドホテル展望荘 | 0599-53-0029 | | |
| 21 | 浜口屋 | 0599-69-2067 | | |
| 22 | 海ぼうず | 0599-64-0010 | | |
| 23 | 浮島パークなんどう | 0596-77-1555 | | |
| 24 | 東し友旅館 | 0596-78-0311 | | |
| 25 | 民権 潮齋 | 0596-43-2172 | | |



サイクルステーション

| No. | 施設名 | 電話番号 |
|-----|-----------------|--------------|
| 1 | 二見駐車場 | - |
| 2 | 面白展望台(相差駐車場) | - |
| 3 | 波切小公園 | - |
| 4 | 長田小公園 | - |
| 5 | 海の道公園 | - |
| 6 | 南伊勢町民文化会館 | 0599-67-1011 |
| 7 | 東宮小公園 | - |
| 8 | 伊勢志摩国立公園 | - |
| 9 | 度会町大久保公園 | - |
| 10 | おおみやサイクリングターミナル | 0598-96-2501 |
| 11 | 道の駅「奥伊勢 木つつ木館」 | 0598-86-3229 |
| 12 | 道の駅「紀伊長島マンボウ」 | 0597-47-5444 |

※利用する際は事前に問い合わせを



鳥羽駅～紀伊長島駅 山ルート 84.8km

鳥羽駅～紀伊長島駅 海ルート 120.0km

R260御座白浜ルート 20.7km

凡例

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

