

# 2014 E-CYCLEモニター 8月走行データとコメント

## 8月度走行状況概況

おやおや、8月は、走行距離、トリップ数とも**前月比で約20%の大幅な落ち込み**となりました。これは皆さんのコメントでも解るとおり、台風などで雨天が続いたせいです。盆休みや行事が多かったことも影響しているようです。我々が「アベちゃん」(平均値さん)の記録も**152km**にとどまりました。そんな中でも頑張ったのは「こってり定食」さんの**700km超え**、「NKB51」さん「チャリンコエース」さんの**400km超え**です。トリップ数では「cumin」さんの**80**、エコな移動ポイントではメインをバス通勤にした「nao」さんの**38**が抜きんでいます。

|                      | 走行距離 (km) | トリップ数 | エクササイズ値 (Ex) | CO2削減量 (kg) | ガソリン代節約額(円) |
|----------------------|-----------|-------|--------------|-------------|-------------|
| 全員の合計                | 4,559     | 788   | 1,520        | 1,049       | 72,945      |
| 「アベちゃん」<br>(モニター平均値) | 152       | 26    | 51           | 35          | 2,431       |

★エクササイズ値(Ex) = 走行距離 ÷ 18km/h \* 6      ★エクササイズ効果については以下を参照  
 ★CO2削減量(kg) = 走行距離 \* 0.1km/L \* 2.3kg/L      ⇒ <http://ubeondanka.net/KCM-Ex.html>  
 ★ガソリン代(円) = 走行距離 \* 0.1km/L \* 160円

| ID No. | ニックネーム     | 性別 | 年齢 | 距離(km) | トリップ数 | エコ移動ポイント              | 自己採点 コメント  |
|--------|------------|----|----|--------|-------|-----------------------|--|
| 001    | 健康第一主義者Ⅷ世  | M  | 56 | 36.7   | 8     | 26<br>バス通勤13日         | ・自己採点:0点(2日しか乗れなかった。理由は下記)<br>・天候不順、自身の異動による送別会その他宴会が多く、自転車に乗れる日が少なかった。過去5年間で最低の月になりました。<br>今年度中の1万km達成に黄信号??/事務局  |
| 002    | ミーシャ       | M  | 67 | 94.0   | 17    | 20<br>毎日の健康ウォーキング     | ・自己採点:3点(・目標とする200km/月を未達成。・ミニロングライドを0回(半分、致し方なしと自己弁護))<br>・大分バスツアーに参加できずに残念。<br>盆休み、天候、来客 さまざまなことが重なり、目標の200kmが未達成。9月になればこの分を何とかして、しかし無理をせずに取り返すことにしよう  |
| 003    | Big West-5 | M  | 73 | 85.0   | 40    | 5<br>散歩及び徒歩にてスーパーへの買物 | ・自己採点:2点(目標の100kmに未達)<br>・残念ながら100km目標達成がなかなか出来ない<br>最年長モニターとして今後の走りに期待しています/事務局   |
| 004    | あゆみ        | F  | 35 | 64.0   | 9     | -                     | ・自己採点: ?点  |
| 005    | アナログG      | M  | 70 | 81.0   | 28    | 4<br>バスツアーでサイクル&ライド   | ・自己採点:3点(天候不順と盆休みで自転車利用が伸びず自己目標未達)<br>・夏休みで小学生がヘルメットをつけて乗っているのを見ることが多くなり良い傾向。中高生になるとなぜヘルメットをかぶらないのだろう。規則で必須とすればヘルメットが日本に定着すると思うのだが...  |
| 006    | こってり定食     | M  | 48 | 705.2  | 48    | 20                    | ・自己採点:5点(今月も、自家用車を1回も使うことがありませんでした)<br>・身体の疲れが出たため、中旬以降はほぼ毎日、列車で通勤しました。やはり列車はラクチンですね。<br>夏の疲れは早く癒して自転車に最適なシーズンに備えましょう/事務局  |
| 007    | おは!        | F  | 60 | 65.5   | 32    | 3<br>徒歩移動             | ・自己採点:2点(雨とパンクのため走行距離が落ちた。遠方まで一度も走らなかつた。)<br>・パンク修理で3日間自転車がなかったため、徒歩で重い物に。かさばる荷物を持ち歩いてみて、日ごろいかに自転車にお世話になっているかを改めて感じた。また、昔より減ったとはいえ、今もそこそこ自転車屋さんがあり、ありがたかった。<br>自転車商協同組合の方に聞くと、高齢化と量販店の影響で閉店されることが多いそうです。/事務局   |
| 008    | メタボン       | M  | 53 | 89.9   | 8     | 10<br>バス通勤            | ・自己採点:2点(雨天続きで乗車回数が減少)<br>・雨、行事で自転車乗車回数が激減しました。  |
| 009    | nao        | M  | 50 | 35.0   | 2     | 38<br>バス通勤他           | ・自己採点:1点(天候が悪い日が多く自転車をなまけた)<br>・10月のワンコイン○○○○がはじまるとアルコールの誘惑があるので、9月中に距離を稼ぐ!<br>UNCCAではカーボンオフセット・ワンコイン募金やっています/事務局  |
| 010    | aya        | F  | 38 | 52.2   | 30    | 4<br>徒歩通勤             | ・自己採点:4点(自転車を頑張った)<br>・天気が良かった日が多かったので、自転車通勤を頑張れた。<br>その調子!/事務局  |
| 011    | 金ちゃん       | M  | 47 | 120.0  | 10    | -                     | ・自己採点: ?点  |
| 012    | cumin      | F  | 44 | 271.0  | 80    | -                     | ・自己採点:3点<br>・トリップ数の割に走行距離が伸びないのは、短い距離をさいさい乗っているため...3ヶ月目にして、もうアベちゃんの背中を見ることになりそうです。<br>こんなに走ってご謙遜、アベちゃんにははるか後ろですよ/事務局  |
| 013    | 山椒         | M  | 48 | 149.0  | 34    | 0                     | ・自己採点:1点   |
| 014    | 86(ハチロク)   | M  | 30 | 347.4  | 53    | 0                     | ・自己採点:3点(自己採点チェックリストによる)<br>・盆休みということもあり、車ではなく自転車で少し遠出をしてみました。自転車はペダルを踏むほどに進み風景が変わるので楽しいですが、長い坂道は疲れました。<br>・自分なりに自己採点チェックリストを作成し、評価するようにしました。<br>86さんのチェックリスト参考になります。/事務局<br>内容をこちらに載せています。⇒ <a href="http://ubeondanka.net/KYK/CL86.html">http://ubeondanka.net/KYK/CL86.html</a> |
| 015    | Masagon    | M  | 53 | 72.0   | 16    | 10<br>徒歩              | ・自己採点:3点(出張、盆休みで自転車の利用が少なかった)<br>・これから徐々に涼しくなっていくと思うので、頑張ってください。<br>これから気持ちよく走れますよ/事務局   |
| 016    | オッキー50     | M  | 50 | 50.0   | 10    | 0                     | ・自己採点: ?点  |
| 017    | Nobubu     | F  | 52 | 166.3  | 38    | 0                     | ・自己採点:4点   |

|      |           |   |    |         |     |    |   |
|------|-----------|---|----|---------|-----|----|---|
| 018  | サイクリングさん  | M | 35 | 20.0    | 6   | 0  | <ul style="list-style-type: none"> <li>自己採点: 2点(ほとんど雨で自転車に乗れなかった)</li> <li>8月なのにほとんど晴れの日がなく自転車に乗る機会がなかった。</li> </ul>  |
| 019  | NEW       | M | 34 | 65.0    | 15  | 15 | <ul style="list-style-type: none"> <li>自己採点: 4点</li> <li>自転車であちこちを散策して、昨日以上の走行距離を走った。</li> <li>9月も8月と同様にたくさん自転車にのり、汗をかきたいと思います。</li> </ul>  |
| 020  | ビートンホワイト  | M | 40 | 44.0    | 6   | 0  | <ul style="list-style-type: none"> <li>自己採点: 1点(雨の多さにくじけた月でした)</li> <li>9月は挽回したいです。</li> </ul>  |
| 021  | GAN       | F | 44 | 1.4     | 2   | 2  | <ul style="list-style-type: none"> <li>自己採点: 0点(ちよつとサボりました…)</li> <li>今月は、頑張ります。</li> <li>おや! 中休み? /事務局</li> </ul>  |
| 022  | SLOW LIFE | M | 72 | 192.6   | 54  | 0  | <ul style="list-style-type: none"> <li>自己採点: 3点(天候不良の中、雨の合間を縫って良く走りました。)</li> <li>歩道の舗装状態についての気づきですが、歩道を設置して以来数十年? 補修をした形跡のない箇所がほとんどです。アスファルトそのものの劣化・凹凸が多々あり走行中の衝撃がひどく走りにくいです。車道の補修だけでなく歩道の保守点検もしてもらいたいものですね。</li> <li>歩道には各種配管が埋まっており掘り返すことも多い。車道同様定期的に補修して欲しいですね。/事務局</li> </ul>  |
| 023  | J         | M | 37 | 182.3   | 25  | 18 | <ul style="list-style-type: none"> <li>バスで通勤、バスと電車で帰省</li> <li>自己採点: 4点(雨が多く、あまり乗れなかった)</li> <li>暑さやらいできましたので、頑張ります。</li> </ul>   |
| 024  | NKB51     | M | 51 | 443.0   | 40  | 0  | <ul style="list-style-type: none"> <li>自己採点: 4点(目標の400km超え達成)</li> <li>梅雨に逆戻りしたような天気が続いたが、通勤以外や休日での使用で順調に距離が伸びました。今後も安全第一でチャリ通を楽しみたい。</li> <li>祝! 目標達成。立派な記録です。/事務局</li> </ul>  |
| 025  | KAMO-NEGI | M | 51 | 278.0   | 42  | 12 | <ul style="list-style-type: none"> <li>週末のウォーキング forジョギング</li> <li>自己採点: 5点(目標を大幅達成達成したんで、◎。(2ヶ月連続達成))</li> <li>8月は雨降り多かった。雨降り時に、傘さして自転車乗られる方いらっしやっ。滑りやすく、止まりにくく、風にもあおられる、非常に危険。しないようにしましよね。雨降りかっぱ着てチャリに乗るとと汗びっしょりになるけど、これもサウナに入ったと思っって前向きに。今月は、体重不安で測らなかつた。。。。</li> <li>連続ハナマルおめでとうございます。傘さしてイヤホンつけて路側帯を逆走、いますね/事務局</li> </ul> |
| 026  | hirohiro  | M | 25 | 130.1   | 30  | 2  | <ul style="list-style-type: none"> <li>自宅から駅まで、行きはバスで。帰りは歩き</li> <li>自己採点: 2点(目標の150kmを達成できず。何度か車で通勤)</li> <li>最近雨が多いが、天候に負けず、自転車通勤を頑張りたい。</li> <li>今後に期待します。/事務局</li> </ul>  |
| 027  | チャリンコエース  | M | 52 | 434.0   | 20  | 0  | <ul style="list-style-type: none"> <li>自己採点: 3点(目標の走行距離に到達できなかった)</li> <li>雨、出張、盆休みと自転車に乗る機会が少なくなり、休日のロングライドも思うように出来ず走行距離が伸びませんでした。</li> </ul>  |
| 028  | たちちゃん     | M | 37 | 125.0   | 42  | 2  | <ul style="list-style-type: none"> <li>旅行先でバスを使った!</li> <li>自己採点: 3点(雨にも暑さにも負けずに上手く使えたので)</li> <li>暑くてシンドイので、ゆっくり走ることを心がけました。自転車ならではの爽快感は味わえませんが、「あ、新しいお店ができてる♪」とか「素敵なお宅だな。。。」なんて、結構キョロキョロして楽しめました。</li> <li>自転車ならではの楽しみです/事務局</li> </ul>   |
| 029  | カメゴン      | M | 48 | 43.5    | 15  | 4  | <ul style="list-style-type: none"> <li>雨の日のバス利用</li> <li>自己採点: 1点(連続台風が続く梅雨のような天気…)</li> <li>8月は、雨ばかりでした。やっと自転車に乗れそうな天気と思えば、暑さで虫ゴムがドロドロに溶けてました(笑)</li> <li>虫ゴムも溶ける暑さ! 面白い形容ですね。/事務局</li> </ul>  |
| 030  | カメコ       | F | 48 | 116.0   | 28  | 14 | <ul style="list-style-type: none"> <li>バスで通勤</li> <li>自己採点: 2点(7月以上に自転車に乗る機会がありませんでした。帰りに降りそうな日はもう朝からバス通勤。)</li> <li>自動車の運転をしませんので雨の日はバスと徒歩。雨の多いこの夏は信号待ちなどで車からの水はねが何度かありました。ちょっと悔しかったです。</li> <li>ドライバーの思いやり運転が望まれます。/事務局</li> </ul>  |
| 合計   |           |   |    | 4,559.1 | 788 |    |   |
| データ数 |           |   |    | 30      | 30  |    |   |
| 平均   |           |   |    | 152.0   | 26  |    |   |