

2014 E-CYCLEモニター 9月走行データとコメント

9月度走行状況概況

また今月もおやおや！です。
涼しくなり心地よく乗れるようになった筈ですが、8月に落ち込んだ数字があまり回復しません。距離、トリップ数とも前月比微増で、我々が「アベちゃん」(平均値さん)の記録も153kmにとどまりました。
これはいつも上位で皆を引っ張ってきた「こってり定食」さん「チャリンコエース」さんが諸事情ための失速したことが響いているようです。
そんな中で張ったのは、距離では「NKB51」さんがトップの555mn、女性トップは255kmの「カメコ」さん。トリップ数では「cumin」さんの78、エコな移動ポイントでは「nao」さんの38がトップです。
日暮れが早くなってきます。早めのライト点灯などに留意して安全運転でまいりましょう！

	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	4,611	899	1,537	1,060	73,773
「アベちゃん」(モニター平均値)	154	30	51	35	2,459

★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Ⅶ世	M	56	187.5	27	18 バス通勤9日	・自己採点:4点(少し目標に足りなかった。) ・今月はまあまあでした。暑さも過ぎたので、これからなんですが… ・小職は10/1付けで東京勤務となりました。宇部に出張する機会が多いので若干は自転車に乗れますが、目標の2-3割程度になりそうです。東京では自転車は多しになります。宜しくお願いします。 ・東京の自転車事情などもコメントいただくと嬉しいです。10,000km走破はできそうですか?/事務局
002	ミーシャ	M	67	201.0	35	25 毎日の健康ウォーキング	・自己採点:3点(・ロングライドなしで目標とする200km/月を辛うじて達成。・市内交通手段として自転車を多用) ・ロングライドなしで目標達成が少し嬉しい。 ・かみさんが県の自転車通行安全講習を受講したので、指導内容を聞き意見交換したが…。 ・奥さんと自転車についてディスカッションする環境がすばらしい!/事務局
003	Big West-5	M	73	101.0	47	9 散歩及び徒歩にてスーパーへの買物	・自己採点:3点(目標の100kmにやっとなら到達) ・交通安全協会と地区自治会主催による自転車通行指導講習会が、市内で頻りに開催されるようになった。ようやく宇部市でも自転車通行に関する関心が高くなりつつあると感じられる。これが自転車通行帯の確保に早くつながることを期待したい。 ・宇部市の自転車レーンモデル施工の計画が進んでいます/事務局
004	あゆみ	F	35	102.0	20	13 自転車じゃない日は電車で通勤、	・自己採点:3点(目標は達成できましたが、あまり乗ってないため。) ・電車には割と乗っていますが、自転車にあまり乗っておらず、自分を甘やかしているな…と反省しております。
005	アナログG	M	70	97.0	38	4 バス通勤	・自己採点:4点 ・距離は目標にわずか届かなかったが、こまめに自転車を利用した。 ・7年ぶりに開催された交通安全協会主催の自転車指導者講習を受講しました。法令Q&A解説・安全点検・自動車教習所内実走の内容で約2時間、勉強になりました。自転車指導員認定証が発行されるそうです。
006	こってり定食	M	48	174.3	28	22 駅まで歩いて列車で通勤	・自己採点:1点(自家用車を使う機会が多かったため) ・足親指の爪が割れたため、一休みです。 おや、失速?/事務局
007	おは!	F	60	55.0	21	4 駅まで徒歩で往復	・自己採点:2点(留守がちで走行距離が伸びなかった) ・道交法が改正されて、しばらくたつが、いまだに右路側帯を通行する自転車をよく見かけ、ぶつかりそうな状況になることも。早く広く周知されるとよいのだが。 まったく同感です。ルールに無頓着な自転車が多い。/事務局
008	メタボン	M	53	167.9	15	6 バス通勤、徒歩	・自己採点:4点(目標の150kmをクリア) ・雨模様の日も、通勤時間帯は少雨で助かった。先月ほど汗をかくこともなく順調。 良い気候になってきました/事務局
009	nao	M	50	102.0	6	38 バス通勤ほか	・自己採点:2点(目標の半分しか距離が稼げなかった) ・自転車をサボってバスばかり乗っているのので体重が増量中! メタボ注意報!/事務局
010	aya	F	38	62.7	36	2 徒歩通勤	・自己採点:4点 ・天気が良かったので自転車通勤を頑張れた。
011	金ちゃん	M	47	96.0	6	-	・自己採点:?
012	cumin	F	44	195.0	78	-	・自己採点:2点(不調はないのですが、少しはキレイにしなければと…) ・10月4日は「空の日」フェスティバルでした。風が強かったもののよく晴れた青空の下、空港内のサイクリングツアーを満喫してきました♪ 残念ながら行けなかった。前日草刈りの重労働(?)でバテました。/事務局
013	山椒	M	48	152.0	34	-	・自己採点:3点
014	86(ハチロク)	M	30	289.3	48	0	・自己採点:3点(自己採点チェックリストによる) ・健康維持のため毎日自転車通勤を行い、休日はジョギングを行っています。朝や夕方の暑さが和らいで来たので気持ち良く自転車通勤が出来るようになりました。これからも継続して自転車を活用したいと考えています。
015	Masagon	M	53	109.4	28	8 徒歩	・自己採点:3点
016	オッキー50	M	50	50.0	10	0	・自己採点:?
017	Nobubu	F	52	61.9	18	-	・自己採点:3点

018	サイクリングさん	M	35	40.0	10	36 徒歩通勤	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:4点(休みの日は自転車でのんびりサイクリングをしています) 最近涼しくなってきて、自転車も乗りやすくなってきました。いろいろなところを自転車で行きたいと思います。 <p>通勤は自転車から徒歩。イーですね/事務局</p>
019	NEW	M	34	38.0	15	15	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:3点(昨日以下の走行距離のため先月より減点) 自転車での走り不足なのでもっと積極的に乗りたいと思います。
020	ビートンホワイト	M	40	61.0	24	2 ジョギング	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:4点(比較的、自転車を利用した) 猛暑が過ぎて自転車も快適に利用出来ています。 <p>継続していこうと思います。</p>
021	GAN	F	44	50.3	10	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:1点 今月こそは、頑張ります。 <p>先月より点数アップ。10月は期待してます。/事務局</p>
022	SLOW LIFE	M	72	161.4	31	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:3点(都合(県外生活?)により今月は10日間しか走れなかった) 歩道と車道との摺りつけについて: <p>過去にも一度コメントさせてもらい可なり良くなりましたが、既製品の摺りつけ用ブロックは段差が15mm前後あり衝撃がひどくて走りにくいです。自転車を利用する立場になってゼロ摺りつけにしてほしいです。ゼロ摺りつけの所も多少在ります。</p> <p>視覚障害者のために2cmの段差をつける規則があるようです。下記ご覧ください。/事務局 http://www.cgr.mlit.go.jp/yamaguchi/yamaguchi/05topics/hodoudannsakaishou.pdf</p>
023	J	M	37	190.9	24	15 バスで通勤	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:4点(腰を痛め、あまり乗れなかった) ライトは早めに点灯しよう。 <p>日暮れがはやくなりましたね/事務局</p>
024	NKB51	M	51	555.0	50	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:5点(目標の500km達成) 雨天が少なく、暑さもやわらいできて、通勤で利用する機会が多く順調に距離が伸びました。来月も安全第一でのチャリ通を楽しみたい。 <p>祝500km達成！今月のトップです/事務局</p>
025	KAMO-NEGI	M	51	295.0	44	11 週末のウォーキング &ジョギング	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:5点(目標を大幅達成達成したんで、◎。(3ヶ月連続達成)) 基本、通勤と買い物利用で、記録が目的ではないですが、3カ月連続記録更新中。体重も若干減り気味。継続頑張ります。 <p>絶対調です/事務局</p>
026	hirohiro	M	25	178.0	43	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:4点(今月は毎日自転車通勤し、無事目標の150kmを達成できました！) 最近は朝も涼しくなってきて、今が絶好の自転車通勤日和だと感じます。これからもっと寒くなりますが、負けずに自転車ライフを頑張りたいです！ <p>良い季節を楽しみましょう/事務局</p>
027	チャリンコエース	M	52	360.0	21	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:3点(目標の走行距離に到達できなかった) 9月は行事等が多く自転車に乗る機会が激減してしまいました。10月は頑張りたいと思います。 <p>期待してます/事務局</p>
028	たちちゃん	M	37	114.0	38	2 飲み会にバスで行った	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:2点(利用回数が少なめだったので) 秋の風を感じながら走れる良い季節になりましたね。毎年この時期になるとロードバイクが欲しくなります。日頃は、長い距離を走ることがないので、ツーリング的なことをやってみよう。 <p>期待してます、ロードバイクデビュー！/事務局</p>
029	カメゴン	M	48	108.2	32	1 往路JR、復路は 自動車相乗り	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:3点(季節が良いうちにもっと利用距離を伸ばしたい！) 少しづつ自転車利用がしやすい環境になってきましたが、歩道のある道路で路肩を対向してくるジョギングの方に遭遇しました。東京にいた頃も自転車専用の通行エリアができると、当初はランニングする人が出ていました。自転車にとっても大変危険です。警察や行政などからもこうした行為の危険性を伝えて欲しいです。 <p>車道端部を走る自転車にとってはほんとに怖いですね。暗くなるとさらに危険！/事務局</p>
030	カメコ	F	48	255.0	62	6 バスで通勤	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:4点(晴れも続き、自転車に乗る回数が増えました) 気持ち良い天気とちょっと忙しい日日で自転車通勤の機会が多かったです。この季節が長いといいのに。 <p>距離・トリップ数とも素晴らしい。この調子で！/事務局</p>
合計				4,610.8	899		
データ数				30	30		
平均				153.7	30		