

2014 E-CYCLEモニター 10月走行データとコメント

10月度走行状況概況

	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	5,441	1,004	1,814	1,251	87,058
「アベちゃん」 (モニター平均値)	181	33	60	42	2,902

★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

10月は気候も良く皆さんの自転車利用度も上がりました。我々が「アベちゃん」(平均値さん)の記録も距離で先月より**18%アップし181kmの好記録**となりました。距離では、先月失速し再び**500km超え**を走った「こってり定食」さんがトップ、「NK851」さん「チャリンコエース」さんがこれに続きました。女性では「cumin」さんのと「カメコ」さんが**200km超え**。トリップ数では「cumin」さんの**94**。エコな移動ポイントではバス通勤派に転向した「nao」さんの**38**がトップ、徒歩通勤派の「サイクリングさん」の**30**が続きました。これからだんだんと寒さが増していきます。十分な**防寒対策**で**安全運転**を心がけましょう！

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	157.5	26	18 バス通勤9日	・自己採点:3点(目標に足りなかった) ・少し走行距離が伸びませんでした、まあまあでした。 ・勤務地が変更になったので、今後はあまり期待できませんが最後までやろうと思います…出張で宇部に滞在した時だけでこの記録はすごい! /事務局
002	ミーシャ	M	67	171.0	30	25 毎日の健康ウォーキング	・自己採点:2.5点(通勤と近場の移動以外にあまり自転車の利用なし。従って目標(200km/月)を未達成) ・サイクリングやボタリングに最適なシーズンが到来したにも拘らず、食欲と読書の秋に傾いてしまった!
003	Big West-5	M	73	83.0	37	9 散歩及び徒歩にてスーパーへの買物	・自己採点:2点(先月100kmにやっと到達したが、今月又未到達に終わった) ・2度の同窓会疲れや5回のゴルフ疲れが重なった為であった。残念! ・自転車の季節はゴルフも最適、でも凄いい回数ですね/事務局
004	あゆみ	F	35	114.8	26	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。
005	アナログG	M	70	126.0	40	4 バス通勤	・自己採点:5点(距離も利用回数も自分としては上出来) ・自転車店で鍵を取り換えるついでに、点検整備と切れていたTSマーク保険に加入しました。緩んでいたチェーンを調整して音が出なくなり気持ち良くなりました。 ・日が短く帰路は暗いことが多くなり、自慢の光りものが威力を発揮しています。ハブダイナモのLEDライトに加え追加で付けたLEDライトと尾灯を点滅させて走っています。
006	こってり定食	M	48	618.6	41	22 駅まで歩いて列車で通勤	・自己採点:3点(86さんチェックシートでは満点でしたが、自家用車に12日乗ったため) ・足親指の爪が治り16日から復活!1カ月以上のブランクで体力が低下していました。自転車に乗り始めて3年と少しが過ぎ、2万kmを走破することができました。 ・半月でこの数値は凄い。2万kmは地球半周です。/事務局
007	おは!	F	60	91.2	38	4 駅まで徒歩で往復	・自己採点:4点(一度少し遠方に出かけたので、今までの最長距離が出た。もう一度出かけたら100キロに到達できたのだが、残念。) ・気候がよく、漕ぐのが楽しかった。そもそも自転車も所有しないことが一番のエコであるように思う。 同感です。あまりにも便利な道具を持ってしまった現状ではかしく使うことが大切です。でもそれが難しい! /事務局
008	メタボン	M	53	179.6	18	6 バス通勤、徒歩	・自己採点:5点(目標値150kmをクリア、通勤以外でも自転車移動) ・朝、晩の通勤時間帯は少し肌寒くなりました。デジタルカメラで、風景や小動物の撮影に自転車で移動する事もあり、良い一ヶ月でした。 ・自転車ライフを楽しんでいますね/事務局
009	nao	M	50	10.0	2	38 バス通勤ほか	・自己採点:1点(ぜんぜんのっていない) ・バスばかり乗って酒ばっか飲んで体重が増量しました。まだまだ増加しています…やばい! ・Naoさん、そろそろ自転車に復帰しないとまじやバイですよ! /事務局
010	aya	F	38	69.0	36	2 徒歩通勤	・自己採点:4点(自転車通勤を頑張った) ・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。 その調子! /事務局
011	金ちゃん	M	47	180.0	7	-	・自己採点:?
012	cumin	F	44	225.0	94	-	・自己採点:2点 相変わらずこまめによく利用していますね/事務局
013	山椒	M	48	198.0	44	-	・自己採点:? ・サイクルコンピュータ不調のため、今月のデータは計算値です。

014	86(ハチロク)	M	30	297.6	57	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:3点(自己採点チェックリストによる) 「自転車にやさしい地域づくり」に現状を知りたくて参加させて頂きました。法律を変えて道路に自転車通行帯を設けて計画することや二車線ある道路の左車線を走っている等色々な意見がありました。どれも理想や個人(数人)の考えで現実を考慮されていないと感じました。現状の法律を変えるのではなく、どうすれば地域一体となり法律を遵守できるのかという点を聞きたかったです。といっても、困難ですが実施しなければならぬことは大筋で決まっていると思います。 意見の中の一つで、今後は自転車歩行帯を考慮して作るといった案件がありました。自転車通行帯を道路に作ると車道の幅を広く取らなければなりません。これによって立ち退きを余儀なくされる住民も少なからずいらっしゃると思います。立ち退くということは、生まれ育った思い出のある家を手放すということです。近くに場所があれば幾分か良いのですが、なければ離れなければなりません。これは避けるべきであると考えます。 後、若年者の自転車に乗るモラルが悪いとありましたが、悪いのは今の大人ですので人事ではありません。子供が法律を理解出来る訳がありません。小学生は教えられたことはキチンと守ります。小学校の先生から1回行っていると言いましたが、繰り返し教育を行っていないのでモラルが低下するのは当たり前です。そこを親でフォローするのか、地域・学校でフォローするのか、警察でフォローするのか検討が必要だと思います。何か施策をするにあたって、若い年齢層(中学・高校)を入れなければ、解決策は見つけにくいと思います。短時間でしたのですべてを聞いたわけではないと思いますが、問題は山積であると感じました。 しかしながら、色々な人の意見を聞いて良かったと感じています。 ※感想としてはまだありますが、長くなるので省略します。 今までは車最優先で道路を作ってきた。これからは歩行者、自転車、車が道路を公平にシェアする考えが大事です。問題山積みですが少しずつでも改善してゆかねばなりません。/事務局
015	Masagon	M	53	69.9	12	8 徒歩	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:3点 会議会合やお酒の席が多く、自転車の利用が少なかった。
016	オッキー50	M	50	75.0	30	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:? 10月は気候も良く、通勤に利用回数を増やすことが出来ました。
017	Nobubu	F	52	133.1	36	-	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:4点
018	サイクリングさん	M	35	45.0	12	36 徒歩通勤	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:4点(自転車でサイクリングロードを走りました。なかなかのコースで気持ち良く走れました。) 肌寒くなってきましたので、自転車に乗る服装も考えないといけない時期になってきました。
019	NEW	M	34	33.0	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 期待してます/事務局
020	ビートンホワイト	M	40	50.0	16	2 ジョギング	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:3点(天候の良さに割に走行伸びず) 寒くなってきました。少し自転車に乗るのが億劫になりそうです(泣) 泣かないでください。防寒対策を十分にして寒さを楽しみましょう。/事務局
021	GAN	F	44	100.5	20	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:2点 気持ちの良い季節になりました。自転車ライフ頑張ります。
022	SLOW LIFE	M	72	220.0	51	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:4点(150km/月以上の走行を目標にしていますが、それをクリアーした) 常盤公園に自転車よく出かけますが、公園の西駐車場前の公園側には広い歩道が設置されています。その歩道が高専グランド前交差点の手前約200mで途切れています。その間の路肩幅も狭くて危険を感じます。緑色のペイントで結構ですから路面に表示識別してほしいものです。 あそこは走り難いですね。東側の石炭記念館の方へ下りる道も。/事務局
023	J	M	37	260.6	33	15 バスで通勤	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:5点(過去最高の走行距離) 天気が良く、休日も走りました。 寒くなってきたので、防寒対策をしましょう。 自己ベスト達成おめでとうございます/事務局
024	NKB51	M	51	526.0	48	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:5点(目標以上の500km超え達成) 走り良い気候から通勤時間帯は少し寒くなる気温になってきており、風邪をひきやすい状態になってきた。対策をとって注意したい。 祝、500km超え！すばらしい記録です/事務局
025	KAMO-NEGI	M	51	263.0	40	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、◎。(4ヶ月連続達成)) 自転車も9年のれば、いろいろメンテナンス必要になってきてます。サドル、ベル、タイヤ交換、結構、出費が続いた。ペダルもきしむ音あるので、そろそろ交換時期でしょうか？ 祝、スタート以来連続の◎達成！この調子で最後まで。/事務局
026	hirohiro	M	25	188.8	44	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:4点(今月も毎日自転車通勤し、無事目標の150kmを達成できました！) 最近朝もだいぶ冷え込んできて、出かけるときは厚着したいと思うのですが、自転車に乗っていると次第に体も温まってきて、暑くなってきてしまいます。他の方がどういふふうに温度調整しているのか、気になります！ ウインドブレーカのような薄物がひとつあると便利ですよ/事務局
027	チャリンコエース	M	52	464.0	33	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:4点(目標の走行距離に到達できませんでしたが「瀬戸内しまなみ海道・国際サイクリング大会」に参加してきました。) 10月もロングランができず走行距離が伸びませんでした。瀬戸内しまなみ海道・国際サイクリング大会に参加し楽しいサイクリングができ充実した月にはなりました。 11月は寒くなりますが頑張りたいと思います。 しまなみ海道はサイクリストのメッカになりましたね/事務局
028	たちちゃん	M	37	132.0	26	2 飲み会にバスで行った	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:3点(まあまあ使えたので) 夏が終わり、やっと涼しくなったと思ってるうちに、もう寒くなりました。通勤時には、フリースが欠かせません。
029	カメゴン	M	48	139.9	47	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(好天が続く気候最高です。) 11月に入って鹿児島に行きましたが駅前、県庁前など、浜バイパスのように歩道側にかなり広く自転車走行部が示されていました。チョット羨ましかった。でも、これからは道路側自転車道。後発組が有利ですネ(笑) 宇部市はやっと自転車レーンの試みが始まったばかり。ぜひとも成功させたいですね/事務局
030	カメコ	F	48	219.0	45	6 バスで通勤	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:4点(長距離走行はありませんでしたが、お天気も良くて順調に自転車通勤できました) 環境サロン「自転車が走りやすいまちづくり」でお話を聞いて、「車道のほうが危なくない」ということを更に自分に暗示をかけています。ちょっとずつ頑張って走ります。 集中してきちんと走れば車道走行はそんなに危険ではありません/事務局
合計				5,441.1	1004		
データ数				30	30		
平均				181.4	33		