

2014 E-CYCLEモニター 11月走行データとコメント

11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	4,910	857	1,637	1,129	78,565
「アベちゃん」 (モニター平均値)	164	29	55	38	2,619

★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

例年の傾向ですが、11月は次第に寒さが増して皆さんの自転車利用度は下降気味です。我らが「アベちゃん」(平均値さんの)の記録も先月より1割以上落ち込みました。距離では、すっかり復調した「こつてり定食」さんが900km超えでトップ、「NKBS1」さんも600km弱走りこれに続きました。女性では「cumin」と「カメコ」さんが先月に続き200km超え。トリップ数は「cumin」さんの90、エコな移動ポイントはバス通勤派「nao」さんの36がトップでした。コメントでは、自転車マナー向上の必要性、寒さに負けず最後まで頑張るといふ決意表明が目立ちました。いよいよ今年度のモニタリングは最後のひと月となりました。モニターさん全員が無事走走されることを期待します。

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	40.3	8	32 バス通勤6日、電車通勤10日	・自己採点:1点(目標に大幅に足りなかった) ・惨敗です!しかし機会を捉えて最後までやろうと思います… 転動という困難な状況で継続されていることに敬服!。残り1月、無事走走を祈ります/事務局
002	ミーシャ	M	67	205.0	35	28 毎日の健康ウォーキング	・自己採点:4点(今月中も・遠距離サイクリングなし。通勤と近場のみの移動で目標達成目標(200km/月)) ・自転車マナーアップ キャンペーンに4日間(4回)参加。その結果、自転車を利用している人が結構多いことや、ルール順守やマナー向上に向けてまだまだPRが必要と強く感じました。 キャンペーン参加ありがとうございました。マナー向上はまだ道なかと感じてます/事務局
003	Big West-5	M	73	103.0	40	5 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にぎりぎり到達) ・自転車マナーアップキャンペーンの反省会にて、路側帯の意味とその走行方法の確認が出来た。又キャンペーンに参加することで、自転車走行のルール・マナーを他の人に説明しながら、自分自身の理解も深まった。同時にこれらを実行すべしとの気持ちが強くなった。出来るだけ多くの人(特に高校生)のキャンペーンへの参加が望まれる。 自転車を一番使う高校生への浸透が不可欠です/事務局
004	あゆみ	F	35	21.8	6	18 自転車じゃない日は電車で通勤	・自己採点:0点 ・風邪をこじらせて通勤では1日しか自転車に乗っていません… 公共交通の利用もスマートムーブ/事務局
005	アナログG	M	70	88.0	30	4 バス利用	・自己採点:3点(休日が多く、イベント・レジャーもあり自転車利用機会減少) ・今月自転車利用は少なかったが、街路樹が紅葉した街を気持ちよく走ることができた。
006	こつてり定食	M	48	912.0	59	6 JRで3回通勤	・自己採点:5点(ほぼ毎日、自転車に乗りました。自家用車を一度も動かすことがありませんでした。) ・私の体重のせいか、部品の消耗・劣化がとても早いような気がします。週末のメンテナンスを欠かさないようにしています。時間に余裕があるときには分解清掃をしています。 今月は900km超えで復活ですね。これだけ走れば部品も消耗するでしょう。タイヤ、ブレーキパッド、チェーンなどは消耗品なんですね/事務局
007	おは!	F	60	78.6	25	6 駅まで歩き電車で移動	・自己採点:3点(自転車のスタンドごとが自分で取りかえられなくて、情けなかったから) ・スタンドが立たなくなり、自転車屋さんで部品を取りかえてもらった。もともと中古の自転車だが、スタンドが劣化するほど利用してきたことに感慨が深い。古い自転車をこれからも頼りにしている。 スタンド取り換えは車軸を緩めるので車輪のバランスが狂う。結構難しい作業ですよ!/事務局
008	メタボン	M	53	121.4	16	4 バス通勤、徒歩	自己採点:4点(目標値150kmをクリア、通勤以外でも自転車移動) ・目標値未達成になるもほぼ満足。好天続きの週末のため、自転車より車が多くなったのが敗因 行楽シーズンですものね/事務局
009	nao	M	50	20.0	4	36 バス通勤ほか	・自己採点:1点(通勤に使用していないので全然乗っていない) ・寒くなってからウエアがわからない…バス通勤になれてしまっけています。 体重増加がとまりません!…やばい!
010	aya	F	38	0.0	0	5 徒歩通勤	・自己採点:0点(寒くなったので、自転車通勤をさぼりました)
011	金ちゃん	M	47	40.0	6	0	・自己採点:?
012	cumin	F	44	208.0	90	0	・自己採点:3点
013	山椒	M	48	145.0	32	0	・自己採点:3点
014	86(ハチロク)	M	30	236.2	42	0	・自己採点:3点(自己採点チェックリストによる) ・11月に入り、暖かい日もありましたが、次第に寒くなってきており、自転車通勤される方が少しずつ少なくなって来た様になります。雨が降ったときは顕著に表れています。 自転車利用の天敵は…雨>寒>暑>風??/事務局
015	Masagon	M	53	47.4	12	18 徒歩	・自己採点:3点 ・出張が多く自転車を利用する機会が少なかった。
016	オッキー50	M	50	50.0	40	0	・自己採点:? ・11月、寒い日が多く、頑張って通勤に利用回数を増やしました。
017	Nobubu	F	52	149.1	34	-	・自己採点:4点

018	サイクリングさん	M	35	100.0	8	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:2点(通勤以外には自転車を使用することがなかった) だんだん寒くなってきました。自転車に乗る機会も減って来ると思われますので、寒さに負けず頑張りたいと思います。
019	NEW	M	34	28.0	12	12	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:2点(昨月以下の走行距離のため先月より減点) 寒くなってきたので、少し距離がすくなくなりました。来月こそもっと頑張りたいと思います。ラストスパート期待してます/事務局
020	ピートンホワイト	M	40	25.0	5	1 健康のための ウォーキング	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:1点(ここまでの最低実績でした) 寒くなってきました。ただそれを言い訳に出来ないくらい 自転車から遠ざかっているような？見直します。
021	GAN	F	44	40.2	8	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:2点 寒さが厳しくなってきましたが、負けないように頑張ります。
022	SLOW LIFE	M	72	235.0	50	3 EXWを3回、total 距離26kmを歩い た	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:5点(市内での所要要件を全て自転車を利用した) 自転車党を増加させるにはやはり、安心して走れる「自転車専用レーン」を設置して頂きたいと思いましたが、さすが横文字に強いSLOWLIFEさん、EXWはエクササイズウォークのことですね/事務局
023	J	M	37	247.9	29	15 バスで通勤、電 車で移動	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:5点(目標距離達成) 日が暮れるのが早いので、歩行者や車には気を付けましょう。コンスタントな自転車利用に敬服/事務局
024	NKB51	M	51	581.0	47	4 他県へ長距離遠 征を乗合で行っ た	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:5点(目標以上の500km超え達成) 例年より少し寒さが緩く感じる気温で順調に通勤出来た。が、何度も風邪をひいてしまった。対策を充分とって対処したい。
025	KAMO-NEGI	M	51	209.0	32	13 週末の常盤公園ま でのウォーキング と飲食翌 日宇部新川自転 車置き場までの 散歩	<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、◎。(5ヶ月連続達成)) 下関海峡マラソン完歩?で体力使い果たし、今月のサイクリング走行距離はやや不調。寒くなりましたが、皆さん頑張りました。マラソン完走と目標達成に◎◎/事務局
026	hirohiro	M	25	156.2	37	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:4点(今月も毎日自転車で通勤し、無事目標の150kmを達成できました!) 11月に入り朝晩だいぶ寒くなってきましたが、自転車通勤は継続しています。この調子で来月も目標達成を目指します!
027	チャリンコエース	M	52	394.0	30	0	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:2点(目標の距離に到達できなかった) 11月は比較的穏やかな天候にもかかわらず走行距離が伸びませんでした。12月は寒くなり忘年会等で更に走行距離が短くなりそうです。
028	たちちゃん	M	37	118.0	32	1 出張時に、電車 ・バスを駆使した	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:2点(いつもより距離が少なめでした) 寒い、寒いです。風、強いです。でも、あったかそうな自動車を横目に見ながら、頑張っている自分が好きだったりする。北風吹きぬく寒い朝も~心ひとつで暖かくなる~吉永小百合の唄が聞こえてきます/事務局
029	カメゴン	M	48	105.2	36	10 JR、バス、市電	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:3点(寒い、天気悪いくてシモヤケできそうです!その割に乗ってます) 宮脇書店とユニクロの間、交差点まで。ヤバイです
030	カメコ	F	48	205.0	52	6 バスで通勤	<ul style="list-style-type: none"> 自己採点:3点(まあまあ自転車を利用できました) 過ごしやすい11月だったので、気持ちよく乗れました。寒い12月はちょっと厳しそうです。 通勤途中でほかのモニターさんに遭遇し、アドバイスを頂けたのが嬉しかったです。モニターさん同士の情報交換、Goodです/事務局
合計				4,910.3	857		
データ数				30	30		
平均				163.7	29		