

## スマート通勤とは

“スマート”には“かっこいい”という意味があります。「UNCCA」では低炭素社会を実現するために、マイカーに頼らず公共交通、自転車、徒歩など環境にやさしい交通手段で通勤する「スマート通勤」を提唱しています。

### 自転車の効用

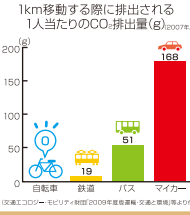
手軽で便利でエコ・健康的で経済的

環境にやさしい **ダイエット** 自然な季節の変化を肌で感じる

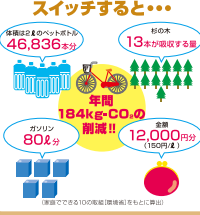
CO<sub>2</sub>をださない **体力強化** 好きなときにいつでもできる運動時間も節約

道路の渋滞解消

### 自転車通勤はCO<sub>2</sub>排出量0gの究極のエコ



### 週2回片道4kmの通勤をクルマから自転車にスイッチすると...



## 自転車通勤を安全に利用するために

- ### 自転車通勤安全利用5原則
- ① 自転車は、車道が原則、歩道は例外
  - ② 車道は左側を通行
  - ③ 歩道は歩行者優先で、車道寄りを行行
  - ④ 安全ルールを守る
    - 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
    - 夜間はライトを点灯
    - 交差点での信号遵守と安全確認
  - ⑤ 子どもはヘルメットを着用
- ### 自転車通勤を安全に利用するための必要条件
- ① 交通のきまりやマナーを理解する
  - ② 自転車の手入れや、簡単な修理ができるようにする
  - ③ 安全な自転車の確認をする
  - ④ 体に合った自転車に乗る
  - ⑤ 正しくペダルを踏む
  - ⑥ 用途に合った自転車に乗る

## 交通ルールと標識

### 自転車歩道通行できるのは...

道路標識等で指定された場合

道路幅員が13歳未満の子どもの70歳以上の高齢者等の自由な歩行が妨げられない場合(420/6/1)

自転車専用歩道

自転車専用歩道

自転車専用歩道

自転車専用歩道

### 路側帯 路側帯の通行方法

○自転車の安全ルールが増えました。

白線で路側帯の示された場合は、路側帯通行が認められています。白線が本ある歩行者専用歩道には入りません。

路側帯通行禁止 (425/12)

3ヶ月以下の懲役または5万円以下の罰金

安全基準を満たした、排気管を有する自転車に限り、その初年度限り、幼児(1歳未満)児童(7歳未満)が乗ることはできません。(421/7)

## E-サイクルモニターが勧める自転車走行の極意

- ① 左側通行を徹底しよう!
  - 右側通行は出会いがしの衝突事故の危険がいっぱい!
- ② 右手でハイタッチ!(する気持で)
  - 最も怖い自転車どうしすれ違い。お互い左側にできるのが正しい方法。マナーとして定着させよう!
- ③ アイコンタクト
  - 車が自分を認識しているか、ドライバーの目を見確認!
- ④ いなすまターンで踏切トラップを乗り越えろ!
  - 斜めに交差するレールの溝にタイヤを落とすと重大事故の危険! できるだけ線路に直角に乗り越え、すばやくハンドルを戻す。
- ⑤ 自転車は好きな時にひとりでもできる健康維持、体力強化の方法、時には遠回りや立ちこぎも!

## 郊外からの

# 自転車によるスマート通勤のすすめ

## E-サイクルモニターお薦めルート

宇部市郊外3地域から中心部への代表的な自転車通勤ルートを示しました。周辺にはサイクリングやレクリエーションに絶好のリフレッシュポイントも沢山あります。

### クルマを運転する人へお願い

○自転車も同じ車道を走る仲間。弱い立場の自転車を思いやる運転をお願いします。

○時には自転車に乗ってみてクルマの運転方法を見直してください。

### 橘こもれびの郷

くすくすの湯、農産物直売場、農家レストラン、第3水曜日休館

詳しくは 0836-67-2617

### 二俣瀬方面からのルートB

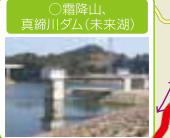
二俣瀬ふれあいセンター～(R2)～瓜生野～(R490)～神原～(産業通り)～慶進高校前～市役所

片道14.5km 約1時間 週2日マイカー通勤を止めてこのルートを自転車通勤すると→694kgCO<sub>2</sub>/年削減

### 橘方面からのルートA

船木ふれあいセンター～有朝～宇部駅～厚原川大橋～平原～藤山～山大病院～宇部中央～市役所

片道14.4km 約1時間 週2日マイカー通勤を止めてこのルートを自転車通勤すると→689kgCO<sub>2</sub>/年削減



### ○さくら浜自然観察公園

野鳥などの観察  
開園：9～17時(月曜日休園)  
問い合わせ：0836-66-2030

### ○山口さくら博記念公園

多目的・チーム・スポーツ施設と公園  
公園は昼間は開いています

### 東岐波方面からのルートC

東岐波郵便局～(R190)～市役所

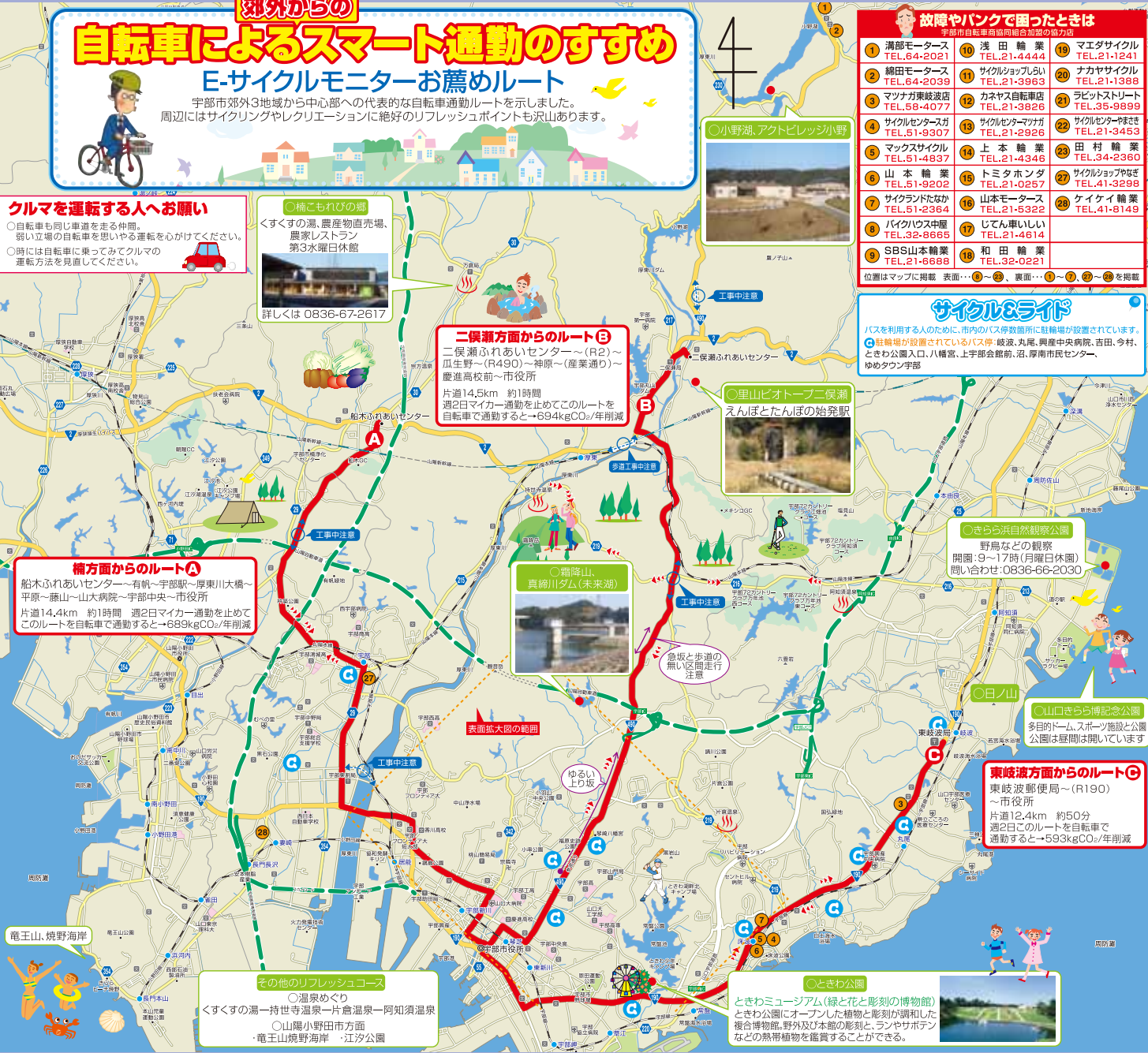
片道12.4km 約50分  
週2日このルートを自転車通勤すると→593kgCO<sub>2</sub>/年削減

### その他のリフレッシュコース

○温泉めぐり  
くすくすの湯一持寺温泉一片倉温泉一阿知須温泉  
○山陽小野田市方面  
・竜王山・焼野海岸・江汐公園

### ○ときわ公園

ときわミュージアム(緑と花と彫刻の博物館)ときわ公園にオープンした植物と彫刻が調和した複合博物館。野外及び本館の彫刻、ランヤサテンなどの熱帯植物を鑑賞することができます。



### 故障やバンクで困ったときは

宇部市自転車協会の協力

1 清部モーターズ TEL.64-2021	10 浅田 輪業 TEL.21-4444	19 マダサイクル TEL.21-1241
2 綿田モーターズ TEL.64-2039	11 サイクルショップらび TEL.21-3963	20 ナカヤサイクル TEL.21-1388
3 マツナガ車検渡 TEL.58-4077	12 カネヤ自転車店 TEL.21-3826	21 ラビッドストリート TEL.35-9899
4 サクセルターズ TEL.51-9307	13 サクセルターズ TEL.21-2826	22 サクセルターズ TEL.21-3453
5 マックスサイクル TEL.51-4837	14 上本 輪業 TEL.21-4346	23 田村 輪業 TEL.34-2360
6 山本 輪業 TEL.51-9202	15 トミタホンダ TEL.21-0257	24 サクシタップ板 TEL.41-3298
7 サクラランドなな TEL.51-2364	16 山本モーターズ TEL.21-5322	25 ケイケイ 輪業 TEL.41-8149
8 バイクハウス中野 TEL.32-8665	17 じてん車いい TEL.21-4614	
9 SBS山本輪業 TEL.21-6688	18 和田 輪業 TEL.32-0221	

位置はマップに掲載 表面... 裏面... を掲載

### サイクル&ライド

バスを利用する人のために、市内のバス停数箇所に駐輪場が設置されています。

駐輪場が設置されているバス停 岐波、丸尾、興産中央病院、吉田、今村、ときわ公園入口、八幡宮、宇部会館前、沼、厚原市民センター、ゆめタウン宇部

### 東岐波方面からのルートC

東岐波郵便局～(R190)～市役所

片道12.4km 約50分  
週2日このルートを自転車通勤すると→593kgCO<sub>2</sub>/年削減