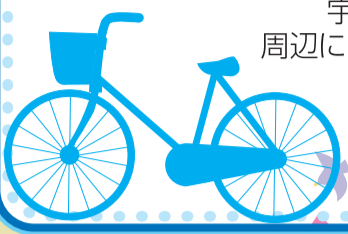


郊外からの 自転車によるスマート通勤のすすめ

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。



スマート通勤とは

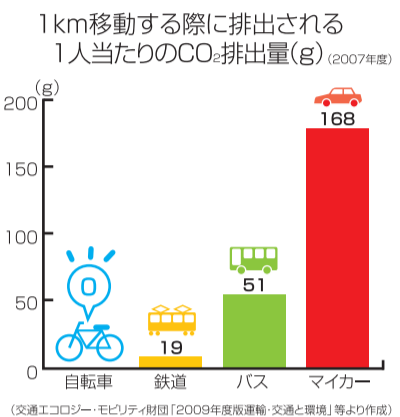
「スマート」には「かしこい」と言う意味があります。「スマート通勤宇部市民会議」では低炭素社会を実現するために、マイカーに頼らず公共交通、自転車、徒歩など環境にやさしい交通手段で通勤する「スマート通勤」を提唱しています。

自転車の効用

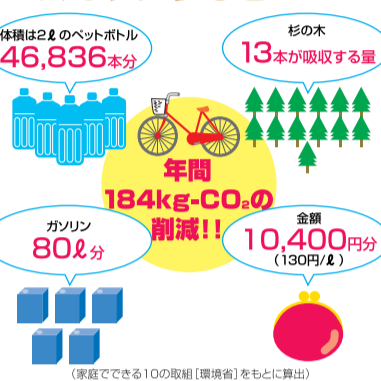
手軽で便利でエコ・健康的で経済的

- 環境にやさしい
- ダイエット
- 自然や季節の変化を肌で感じる
- CO₂をださない
- 体力強化
- 好きなときにひとりでできる運動時間節約
- 道路の渋滞解消

自転車通勤はCO₂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・・・



自転車を安全に利用するために

自転車安全利用五則

- 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、車道寄りを徐行
- 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

自転車を安全に乗るための必要条件

- 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

自転車が歩道通行できるのは・・・



路側帯

白線で路側帯が示されている道路では、路側帯も走行できる。ただし歩行者の通行を妨げてはならない。また、白線が2本ある歩行者専用の路側帯には入れない。

路側帯 駐車禁止路側帯 歩行者専用路側帯 白線1本 白線と点線 白線2本

○平成21年7月1日から自転車の安全ルールが増えました。

①傘を差しながら、携帯電話を使用しながら幼児(6歳未満)2人を乗せることができないようになりました。

②安全基準を満たした「幼児2人同乗用自転車」に限り、その幼児用座席に幼児(6歳未満)2人を乗せることができるようになりました。

[罰則] 5万円以下の罰金

安全基準を満たした自転車に付けられるマークの例

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!(する気持ちで)
最も怖い自転車どうしのすれ違い。お互い左側にさせるのが正しい方法。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、ドライバーの眼を見て確認!
 - ④ いなすまターンで踏切トラップを乗り越える
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!
- 健康維持!

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心がけてください。

○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。

○楠こもれびの郷

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

楠方面からのルートA

船木ふれあいセンター～有帆～宇部駅～厚東川大橋～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で通勤すると→689kgCO₂/年削減

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で通勤すると→694kgCO₂/年削減

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で通勤すると→593kgCO₂/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-持世寺温泉-片倉温泉-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と、ランやサボテンなどの熱帯植物を鑑賞することができる。



故障やパンクで困ったときは

宇部市自転車商組合加盟の協力店

1 溝部モータース TEL.64-2021	10 浅田 輪 業 TEL.21-4444	19 米原サイクル TEL.31-4047
2 綿田モータース TEL.64-2039	11 サイクルショップ TEL.21-3963	20 ナカヤサイクル TEL.21-1388
3 マツナガ東岐波店 TEL.58-4077	12 カネヤス自転車店 TEL.21-3826	21 ラビットストリート TEL.35-9899
4 サイクルセンターSガ TEL.51-9307	13 サイクルセンターマツガ TEL.21-2926	22 サイクルセンターやまき 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.21-6302
6 山 本 輪 業 TEL.51-9202	15 トミタホンダ TEL.21-0257	24 山 崎 輪 業 TEL.21-0468
7 サイクルだたなか TEL.51-2364	16 山本モータース TEL.21-5322	25 広瀬自転車店 TEL.21-6302
8 バイクハウス中屋 TEL.32-8665	17 じてん車いしい TEL.21-4614	26 金次自転車店 TEL.41-8377
9 SBS山本輪業 TEL.21-6688	18 和 田 輪 業 TEL.32-0221	27 サイクルショップやなぎ TEL.41-3298
		28 ケイケイ輪業 TEL.41-8149

位置はマップに掲載 表面・・・8～25、裏面・・・1～7、26～28を掲載

レンタサイクル

市街地に無料で利用できる貸自転車が設置されています。

● レンタサイクルステーション設置場所: 市役所、宇部新川駅前、新天町名店街、勤労青少年会館、市営新町有料駐車場

● 利用方法

- ① レンタサイクルステーション(各設置場所)の受付で必要事項を記載
- ② レンタサイクルの鍵を受け取り、自転車を利用
- ③ レンタサイクルの返却は鍵を受け取ったステーションで

* 自転車を利用する前に、各自で安全点検を行ってください。

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、上宇部会館前、沼、小羽山バスセンター、厚南市民センター、ゆめタウン宇部

○きらら浜自然観察公園

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

○山口きらら博記念公園

多目的ドーム、スポーツ施設と公園
公園は昼間は開いています



表面拡大図の範囲