



**ぼくとおとうさん×MTB**

自宅からすぐ近くの町中公園で軽快な走りを見せてくれた植松宗治郎くん。「お父さんと自転車に乗るのが好きです。今はジャンプ技ができるようになっていんだ」と教えてくれました。

宗治郎くんが自転車に乗りはじめたのは3歳頃。お父さんである史郎さんが「もともとそんなにスポーツが得意な子ではなかったのですが、運動神経と危機回避能力の発達にいいと聞き、オンロードもオフロードも手軽に走ることができるとマウンテンバイクを」と勧めたことがきっかけだそうです。

自転車大好きな植松さん親子は「私たちの沼津にも、初級者でもとことん自転車を楽しめる公園があったらいいですね」と口を揃えます。

「自転車は私たち高校生にとって大切な移動手段です。カゴがついていて安定感があるシティサイクルに乗っている人が多いです」と話してくれたのは沼津西高校1年生の葛西伊吹さんと2年生の馬野菜也さん。

生徒の約9割が自転車通学という西高では通学に自転車を使うには登録と保険加入が必須で、1年生全員が沼津警察署による交通安全教室を受講します。

2人は「見通しの悪い交差点や自動車と並走する道路は危険を感じることもあります。通行量の多い通学の時間帯、視界の悪い雨の日や部活帰りの夜などは特に注意を払います。安全な自転車利用には時間に余裕を持つことが大事だと思っています」と教えてくれました。



高校生×シティサイクル



乗る、走るだけでなくファッションや写真撮影等と一緒に楽しむ女子たち。夏季は熱中症や日焼け対策を怠らないようにしましょう。



パパだって乗ってもいいママチャリ。子どもを乗せる際にはチャイルドシートに。子どもはヘルメット着用が義務付けられています。



自転車漕ぎは効率的な有酸素運動で健康増進の一助になります。自身の体力と相談しながら、行動範囲を決めて楽しみましょう。



**サイクリスト×ロードバイク**

自転車に魅せられ、静岡県自転車競技連盟理事を務める高遠勝彦さんは「変化に富んでいて、走り心地と走りごたえのある沼津を自転車の聖地にしたい」と熱く語ります。高遠さんが代表を務めるチームは結成して10年。チームには中学生から60代までの男女が参加しています。愛鷹運動公園を発着点にした山麓コース等を練習の場とし、いづれ沼津から世界で活躍するような選手が出てくる日を夢見て、日々トレーニングに励んでいるそうです。「走りきった後の武井牧場さんのソフトクリームは絶品です」とお茶目に笑います。

高遠さんはサイクリストとしてだけでなく、競技役員として、そして観戦者としても、沼津を中心とした自転車ライフを楽しんでいます。と語りつつも、沼津を大切にしたいと語ってくれました。

**特集 沼津×自転車**

**誰もが過ごしやすい自転車に優しいまちへ**

自転車は日常の生活に欠かせない移動手段として多くの人に活用されています。

本市は、駿河湾沿いの海岸線や北の愛鷹山系、南の達磨山、金冠山等の山岳に恵まれ富士山を望み自転車で行くのに心地よいエリアとして市内外のサイクリストから注目を集めています。

また、東京五輪での自転車競技が伊豆市で開催されることもあり、本市における自転車利用環境の整備が進んでいます。今回の特集では自転車を取り巻く環境や多様な楽しみ方を紹介します。

◎観光戦略課

NUMAZU・034・4843

Proud NUMAZU

自転車は五輪競技になるほどの競技性を持ちながら、小さな子どもでも楽しめる気軽な乗り物です。また、通勤・通学の手段や買い物時の足としての役割も担い、生活に根付いた重要な移動手段のひとつとなっています。

近年、健康増進や環境保全意識の高まりから自転車を利用する人も見られ、高齢者でも乗ることができるといふ点や災害時の貴重な移動手段としての役割などが注目されており、便利さと多様な用途から自転車利用のニーズが一層高まることが予想されています。

加えて本市では、本年3月にサイクリストの裾野を広げる拠点として「NUMAZUサイクルステーション静岡」が沼津市と狩野川周辺サイクル事業推進協議会（※）によって開設されました。また、修理用工具や空気入れを無料で使用できるバイシクルピット事業や自転車搭載できるサイクルキャリアタクシーの運行がスタートし、サイクルラックが設けられている店舗を見かけるようになるなどサイクリストを受け入れる体制が広がっています。

併せて、軽車両に分類される自転車が適切に走行できるよう、国土交通省と警察庁によって制定された「安全で快適な自転車利用環境創出ガイドライン」の考え方に基つき、市内でも自転車利用環境の整備が行われています。

本市の恵まれたロケーションをさらに活用し、広く自転車文化を根付かせようとする取り組みは歩行者や自動車を利用する人も含めた皆にとっても、快適な環境整備につながります。

皆さんも風を感じながら市内を駆け抜け、自転車の魅力を体感してみてください。

※伊豆全域におけるサイクリストの利便性向上の先進的な取組みを検討・実施することを目的に、沼津市、伊豆市、伊豆の国市、函南町の3市1町により設立しました。狩野川周辺サイクル事業推進協議会ではサイクリングマップを用意しています。