

自転車で 春の加西を巡ろう

春ならではの風景をサイクリングしながらのんびりと巡ってみませんか？桜を見られるサイクリングコースをご紹介します。

○ルート1
北条町駅(★) → 北条の宿 → 丸山総合公園



丸山総合公園

○ルート2
いこいの村はりま(★) → 兵庫県立フラワーセンター → sora かさい



いこいの村はりま

○ルート3
sora かさい(★) → 鶴野飛行場跡 → 法華口駅(★) → 法華山一乗寺



法華口駅

自転車ををお持ちでない方も
レンタサイクルでサイクリング

ご紹介したコースは、レンタサイクルの貸出場所を拠点にしたルートになっています(★印の場所)。ぜひご活用ください。



詳細はこちら

問合先：加西市観光協会 ☎ 8200

春のぽかぽか日和に サイクリング

外に出かけやすい気候になってきました。いつもは車で行くところも、サイクリングだと新たな発見があるかもしれません。自転車でのお出かけ前にチェックしておきたいポイントをご紹介します。

不具合をチェック

自転車の定期的な点検・メンテナンスを行っていますか？
加西市自転車軽自動車商業協同組合 組合長の有田政義さん(アリタサイクル 代表)に不具合が出やすい部分を教えてくださいました。
毎年、同組合などにより、市内の中学生向けに実施されている通学用自転車点検では、約1割の自転車に整備が必要との報告があります。
通学する学生はもちろんですが、久しぶりに自転車で出かけようとされる方も、不具合がないか確認しましょう。

メンテナンスの目安

通学・通勤で利用する方は、1年に1回
ときどき利用する方は、異常を感じたら

車輪(タイヤ)

タイヤの溝が無くなってきたら交換時期です。空気が減ってきたら入れましょう。

ペダル

(こぐ時に重たい)
タイヤの空気圧が減っている。ネジの締め込みすぎが考えられます。

ブレーキ

ブレーキの効きが悪いと非常に危険です。プロによる調整をおすすめします。

ライト

ライトの電球が切れたら、交換しましょう。



重要

行き先の確認は慎重に

サイクリングで、知らない場所に出かけるときに役立つのが地図アプリですが、自転車の走行中の操作や画面の注視は違反です。

行き先を確認したいときは、安全な場所に停車して使うようにしましょう。

写真の撮影も同様です。交差点ルールを守りながらサイクリングを楽しみましょう。

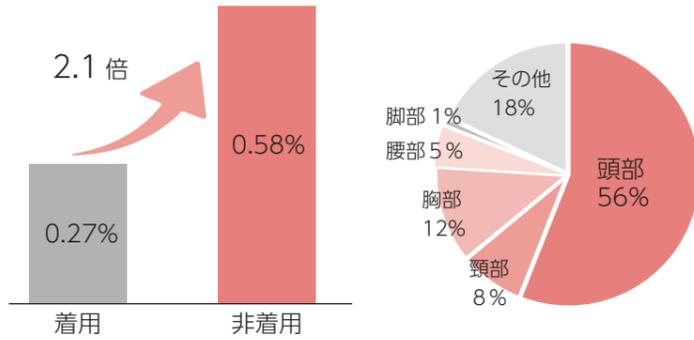


ながら運転は、注意力散漫になり危険です。

自転車に乗る人のおまもり ヘルメットをかぶろう

ヘルメットを着用しないと
事故時の致死率は2倍に！

自転車事故による死者の
の損傷主部位比較



出典：警察庁統計より

昨年4月から道路交通法で、すべての人にヘルメットの着用が努力義務化されました。警察庁が昨年9月に発表した調査結果によると、兵庫県での着用率は、6.2%と全国平均の13.5%から大きく下回っています。
自転車事故による死者のうち、頭部損傷が原因で命を落としている方の割合が6割近くを占めています。
いざという時、命を守ってくれるヘルメットをかぶりましょう。

自分に合った ヘルメットを用意しよう

選び方のポイント

- 安全基準を満たしているか
- 適切なサイズ・フィット感が
- 使用する場面に合わせた機能があるか(通気性・重さなど)

正しいかぶり方

- 肩を目安に、深くかぶる
- あご紐はしっかり締める
- 頭を振りズレないかチェック



ポイント 左右均等に



ポイント あご下に指1~2本入るほどのあそびを残す



安全認証マークがあるか確認



代表的な安全認証マーク



3月中旬まで申請期間延長！ 自転車ヘルメット 購入応援事業実施中

県は、10月3日以降に購入された自転車ヘルメットを対象に、1個につき、上限4000円分のキャッシュレス決済ポイントの還元を行っています。

申請期間：令和6年3月中旬(予定)

※給付上限に達した場合、期間前でも受付を終了します。

給付対象者：兵庫県内在住で、高齢者(65歳以上・子育て世代(1歳~18歳までの子と親))

※子どもは人数分・親は父母どちらか一人分・学生(19歳~29歳までの大学生や専門学校生等)の対象ヘルメット・安全基準を満たした新品のヘルメット

※購入を証明する、対象店舗レシートや、領収書が必要です。



詳細はこちら

問合先：兵庫県民生活部くらし安全課交通安全対策班 ☎ 078-341-7711 (兵庫県庁代表)