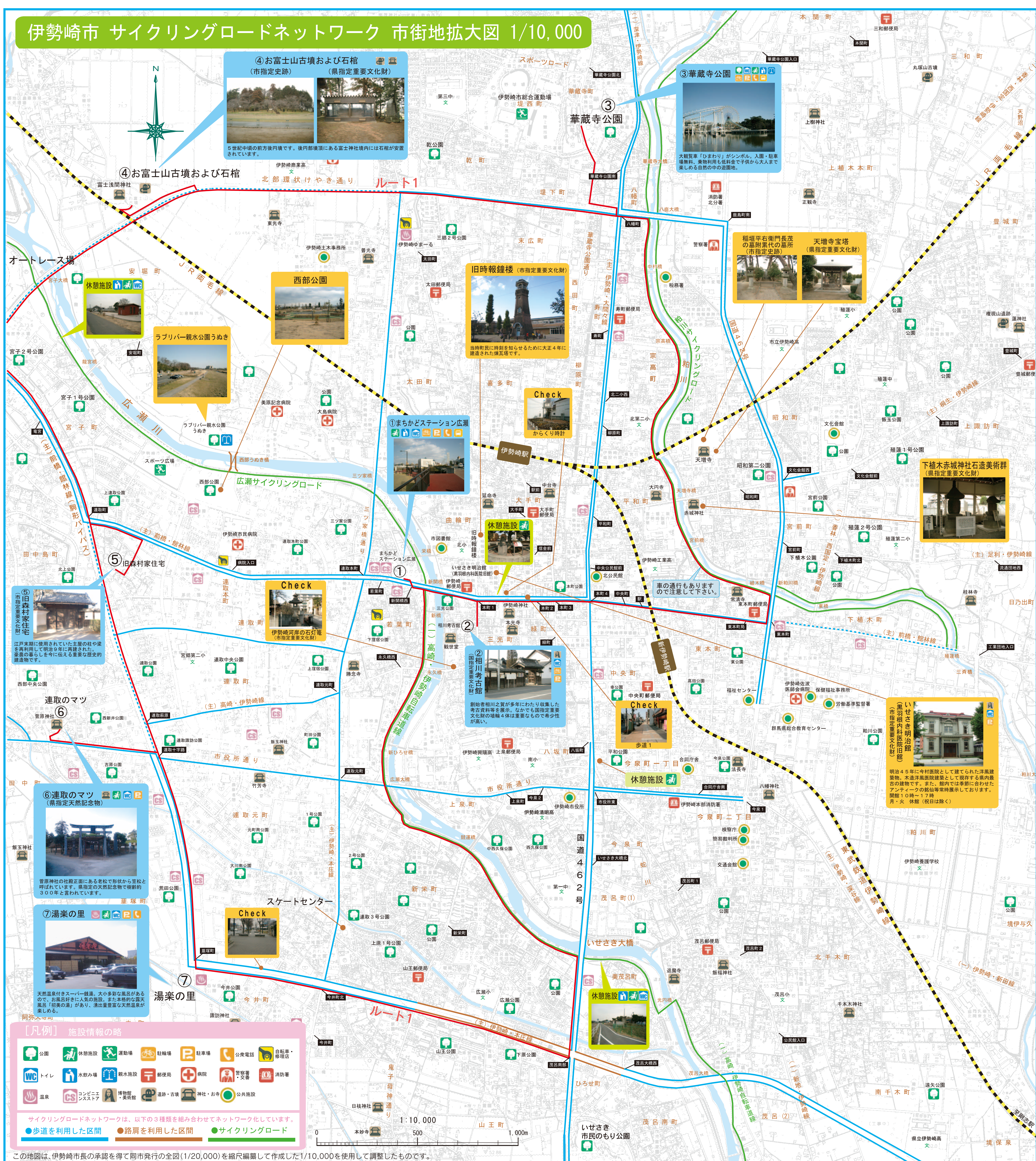




自転車のススメ

自転車だから感じられる、楽しめる。ぜひサイクリングを楽しんでください。

からだもよろこぶ健康運動

自転車と他の乗物の違うところは、自分の力運動で前に進むことです。しかも運動の時間や力の強さを自由に選べることで自分のからだに合った運動方法のひとつと言えるでしょう。さらにペダルの回転運動は体には負担が少なく、誰でも手軽に健康を維持できます。このように自転車の持つ素晴らしい特徴を十分にいかして生活習慣病にも負けないからだを作ってください。

いつもの場所へ

普段からよくかかる場所への道のりを想像してください。見慣れた風景は、いとも簡単に思えることができるでしょう。そこが同じ景色を自転車の上から見ると、まるで別の道を走っているような感覚になるのです。さらに自転車で乗るからこそ必要な施設や標識が気づくことや、今まで気づかなかった街並みに出会うことで思わずおどろいてしまうはずです。まずは自転車にとって風景を見てみてください。

だんだん、遠くへ

そのうち行ってみようかなと思う場所はありませんか？思い切って自転車のりんごで出てみてみましょう。その前に一度地図を見て目的地までの道のりを確認しておけば安心。ついでに寄り道もひとついざ行ってみたら帰り道ばかりで一日が終わっても、それはそれで次の楽しみに続きます。

もっと、遠くへ

すっかりサイクリングが慣れてきたところで、次は行ったことのない場所にかけて冒険気分を味わっていませんか？これまでの経験がきっと役に立つと思います。自転車の整備前後や、あなたの健康管理をも以上にしっかりとっておくことも重要です！行くまえに地域の情報をチェックすることも大切です。この機会にぜひ仲間をさそってサイクリングをたのしんでみませんか？

地球にやさしく

環境問題は大きな問題として取りあげられています。毎日の生活においても私たちは色々な方法で環境問題対策に取り組んでいます。自転車に乗ることは地球全体から見てもオゾン層を守るためのCO₂削減に大きく貢献しているのです。

サイクリングロードネットワーク おもしろMAP 伊勢崎版

群馬県は「自転車の利用」から、環境・健康・暮らしを考えます。

サイクリングロードネットワーク計画

サイクリングロードネットワークは、下記のような形でネットワーク化されています。

- 歩道を利用した区間**
一般道路の歩道の段差を解消して自転車が通ることを茶色く色分けした区間です。市街地で運動・通学・ジョギング等に自転車を使用しやすいように歩道を整備しています。
- 路肩を利用した区間**
歩道のない道路の路肩を広げて自転車の走る部分を確保している区間です。自動車交通量が少なく安全な裏道や農道、路面表示や標識により安全に走りやすくなっています。
- サイクリングロード**
河川堤防を利用して、自動車の通行を禁止した自転車歩行者専用道路の区間です。

また、郊外から市街地へのネットワーク化を図ることによって、中心市街地の活性化にも寄与できると考えています。さらに、バスの公共交通機関との連携を図るための駐輪場の整備や自転車利用者のための木製案内標識を設置し、より良い自転車環境の創設を図っています。

具体的な設備内容

- 歩道と車道の段差の解消
- 路面の色分け
- 透水性舗装の整備
- 案内標識の整備
- 自転車歩行者専用道の整備
- バス停に隣接した駐輪場の整備

What's? サイクリングロードネットワークって?

自転車は、県民の皆さんの運動・通学をはじめ、健康増進・環境保護の見地から見直されています。このため、群馬県では自転車の利用しやすい環境を整えるために、平成12年度から「サイクリングロードネットワーク計画」を推進しています。

この計画では、国道、県道に限らず、市町村道、農道、林道や河川堤防上のサイクリングロードを連結して、いつでも気軽に自転車を利用していただけるよう道路整備を行っています。

また、郊外から市街地へのネットワーク化を図ることによって、中心市街地の活性化にも寄与できると考えています。さらに、バスの公共交通機関との連携を図るための駐輪場の整備や自転車利用者のための木製案内標識を設置し、より良い自転車環境の創設を図っています。

群馬県県土整備部 道路管理課
〒371-8570 前橋市大手町1丁目
TEL.027-226-3600
2005年4月発行 2010年7月6版 2015年2月9版
2008年3月第4版 2011年7月第7版
2009年10月第5版 2012年7月第8版



知得ルート

自転車をつなぐ 名所巡り

本市は平成17年1月1日に、伊勢崎市・赤堀町・東村・埴町が合併して出来た新しい市です。

関東平野の北端に位置し、南部には坂東太郎で高い利根川が流れています。

前橋、高崎、桐生、太田といく県内主要都市群の中央にあり、県内でも屈指の人口増加地域です。