

# えひめツーキニストクラブ<sup>🚲</sup>

## チャレンジキャンペーン～2020夏～

# 報告集計

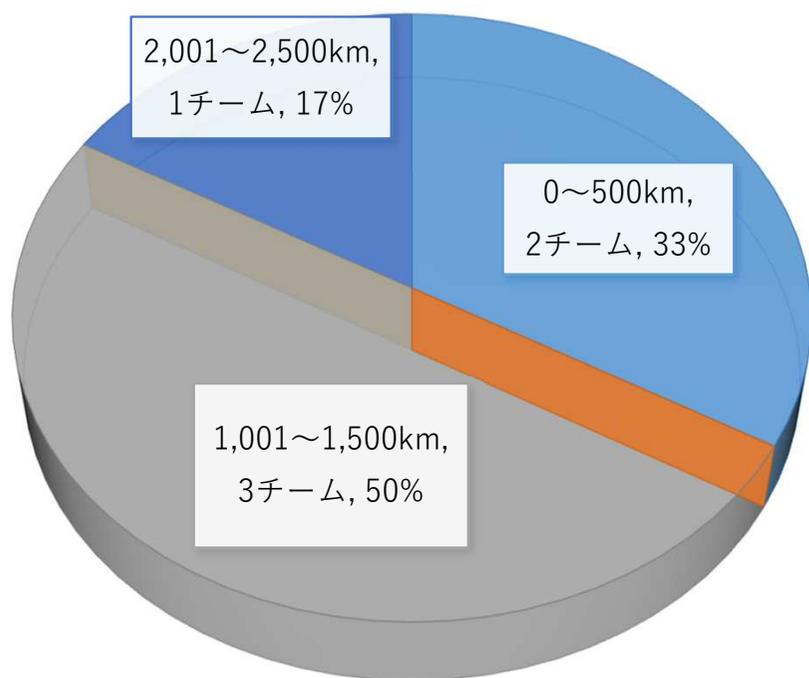
(集計期間：令和2年5月1日～6月30日)



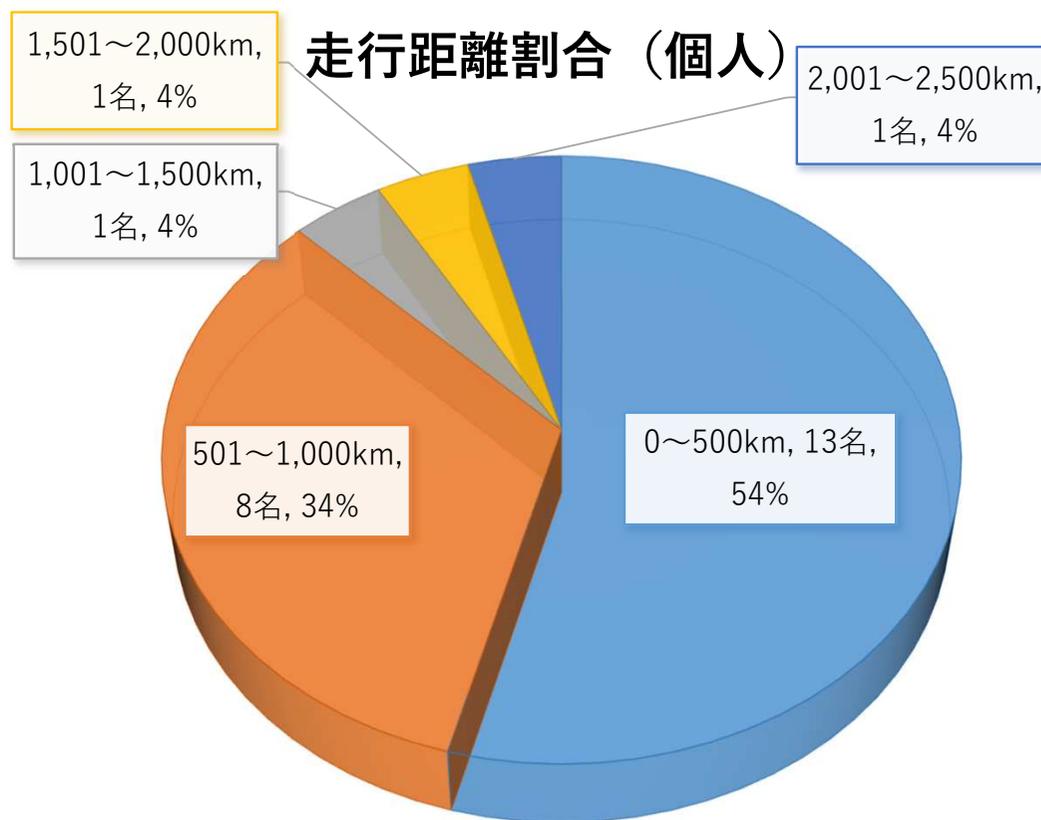
## 愛媛県環境政策課

# 部門毎の走行距離割合

## 走行距離割合（チーム）



## 走行距離割合（個人）



# 今回のアンケート

をまとめました！

- (1) 今年度自転車通勤に関する目標（距離や内容）
- (2) 自転車損害賠償保険等に参加しているか
- (3) 他の会員さんへ聞いてみたいこと

今回は今年4月から県の条例に加わった自転車保険の加入について聞いてみたよ♪



※回答の表現を変更している部分があります。

# 「今年度の自転車通勤に関する目標」①

- ◆週に一度は+20kmの寄り道
- ◆現在、チーム部門で2連覇中です。この連覇継続をチームの目標としています。
- ◆通学中の子ども達の安全も守りながら自転車通勤を行う。
- ◆自分の通勤用自転車購入
- ◆自転車通勤皆勤賞
- ◆自転車通勤の頻度をケガ以前の状態に戻す。
- ◆通勤用自転車（折畳み式）のパーツをグレードアップして普通のクロスバイクに負けないように走る。
- ◆全力で漕ぐ
- ◆事故を起こさないこと、怪我をしないこと。

# 「今年度の自転車通勤に関する目標」②

- ◆安全運転重視
- ◆2,000 k m
- ◆安全運転で、余裕のある通勤を
- ◆エコな生活を送ること
- ◆感染対策をとりながら安全におこなうこと
- ◆健康な状態を続けること
- ◆今のペースを継続する事です
- ◆15 k g 減量走行距離10,000 k m
- ◆自転車のメンテナンスをしっかりと行う
- ◆目標距離 月間平均400 k m 年間4,800 k m  
内容 毎月：平日通勤18日以上 土曜休日2日以上

# 「今年度の自転車通勤に関する目標」③

- ◆通勤での目標…晴れてる日は自転車通勤を心掛けます。
- ◆日常での目標…年度距離4,000 km
- ◆積極的に自転車を利用する。
- ◆通勤は必ずロードバイクで！
- ◆片道8kmの通勤を軽スポーツとして継続的に行うことにより、体重管理や健康維持を図る。さらに週末には、月2回程度で定期的に行っている100 km程度のロングツーリングも欠かさない。
- ◆月間10日以上通勤を継続！（往復42 km）
- ◆少し遠回りして15 kmくらい走りたい。
- ◆平均スピードを上げて通勤時間をできるだけ短縮したい。

# 「今年度の自転車通勤に関する目標」④

- ◆雨の日でもがんばる！朝は寄り道できるぐらいゆとりをもって通勤したいです！
- ◆寒暖に負けずに自転車通勤を続ける。
- ◆空いてる時間に安全・快適に通勤する。
- ◆雨の日も自転車でがんばる。
- ◆市内での通勤以外の移動を含めれば、おそらく年間3,000kmぐらいになると思います。
- ◆2,400km
- ◆通勤以外での楽しみを増やしたい。大洲、宇和島方面に行ってみたい。
- ◆梅雨が開けたら、週1は天気予報みながら自転車通勤したい！

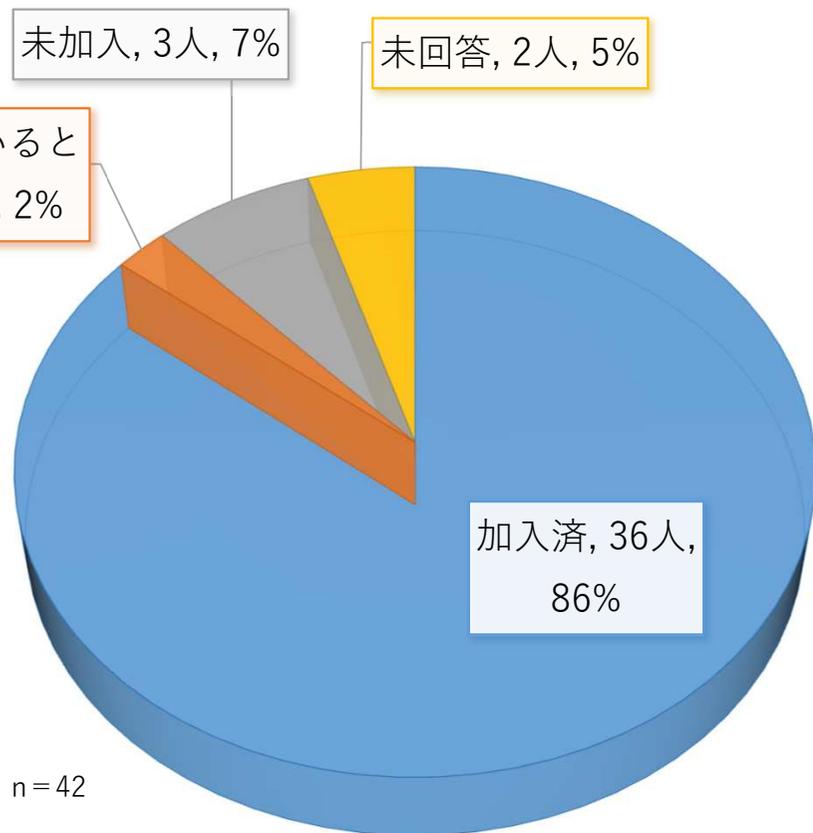
# 「今年度の自転車通勤に関する目標」⑤

- ◆暑くなってきたので、しばらくは通勤出来ませんが、平日夜や休日には色々な場所を走りたいと思っています。半年の総走行距離が約2,500kmなので、年末までに5,000kmは走りたいと思っています。今年中に亀老山の完走目指しています。色々なイベントが中止になるなか、四国内で開催されるイベントには色々参加してみたいと思っています。
- ◆通勤日は毎日相棒に乗る！（休日スーパーへの買い物はママチャリです）



みなさん良い目標を立てているね♪  
目標達成できるよう一緒に頑張ろう！

# 「自転車損害賠償保険等に参加しているか」



中には、大怪我をしたけれど保険が適用されて良かったって方もおったんよ！  
自分の命、相手の命を守るためにも保険に加入しよう！

# 「他の会員さんへ聞いてみたいこと」①

- ◆職場についてからの汗対策でよい方法は？
- ◆道路交通法が改正され、自転車もあおり運転で摘発の対象となります。最近自転車通勤者が増えてきており、時々マナー違反の自転車を見かけますが、自転車同士の接触事故も見受けられます。もし、事故に遭遇した場合皆さんはどの程度であれば警察に届け出しますか？
- ◆雨天時の自転車通勤へのモチベーションの保ち方
- ◆猛暑、極寒での自転車通勤の対策方法
- ◆お薦めの自転車装備品について
- ◆法律上、車道を通る事が正しい事のようになったが、本当に安全上正しいと思うか？

# 「他の会員さんへ聞いてみたいこと」②

- ◆お気に入りの自転車ショップ教えてください。
- ◆最近少しずつ人気の出てきた電動自転車（TREK、スペシャライズド等）どう思いますか？
- ◆逆走している中高生等に対して、指導したり学校への苦情連絡を入れたことはありますか。また、効果はあったでしょうか。
- ◆ハンドルに取り付けるライトが振動等で傾いたりしないようにするアイデアはないでしょうか。ハンドルの径が一定でないためか、よくお辞儀状態になってしまいます。
- ◆安全運転における適正なスピードとは？
- ◆おすすめのツーリングスタイル
- ◆サイクリスト向けの豆知識

# 「他の会員さんへ聞いてみたいこと」③

- ◆通勤距離はどれ位ですか？私は片道約8kmで25分位です
- ◆坂道克服の為にしている練習方法
- ◆自転車のタイヤの空気圧の確認頻度は？
- ◆自転車運転時に特に気を付けていることは？
- ◆乗車前後でのストレッチ体操をしていますか？している方は、どんなストレッチを何分くらいしていますか？
- ◆自転車以外の健康法をお持ちであれば教えてください。
- ◆自転車通勤で何か心掛けていること（やる気など、、、）
- ◆最近自転車マナーが悪いと頻繁に報道されていますが、会員さんには何かルールを決めている事ありますか？例）この場所は通行したらダメとか、ヘルメット必須とか

# 「他の会員さんへ聞いてみたいこと」④

- ◆まだまだ暑い日が続くと思います。皆さんの暑さ対策を知りたいです。
- ◆雨の日でも自転車通勤していますか？雨の日に自転車通勤した後は、自転車の手入れをしていますか？
- ◆今回のコロナ禍で「来島自粛」のメッセージが出されたため、しまなみ海道やとびしま海道には行かないようにしました。また、県内でのサイクリングでもレストランや食堂は利用せず、コンビニやスーパーマーケットで食品を購入して昼食等をとっていました。皆さんはどのようにしていましたか？
- ◆お薦めのサイクリンググッズ、メーカーは何か？
- ◆モチベーションが上がらない時に工夫していること

## 「他の会員さんへ聞いてみたいこと」⑤

- ◆日頃のメンテナンスはどうしてですか。チェーンへの注油の頻度やフレームの清掃とか。
- ◆子どもと自転車でお出かけするときに大人が先頭を走りますか？それとも子どもを先に走らせて後ろから見守りますか？
- ◆夏場の汗対策、冬場の寒さ対策をどうされているか知りたいです。
- ◆雨の日の通勤はどうしていますか。
- ◆夏場、どうしても汗をかいてしまいますので、皆さんは着替えを持ち歩いてますでしょうか。私は、職場にも着替えを置いていますが、皆さんどうされてますでしょうか。
- ◆雨の日は、自転車に乗りますか？

# 「他の会員さんへ聞いてみたいこと」⑥

- ◆車道を走る時、左折可のレーンがある交差点での交通ルールは、自転車の直進は可能だと聞いています。私の場合は、ちょっと怖い（危険な）為、手前で歩道に上がり、横断歩道を渡ってます。みなさんはどうしてるのでしょうか？また、自転車を含む軽車両の交通ルールを詳しく知りたい時、参考になる物があったら教えてください。
- ◆空気入れのタイミングは？

ご協力ありがとうございました！



次回も参加してね♪

えひめツーカーニストクラブ事務局