

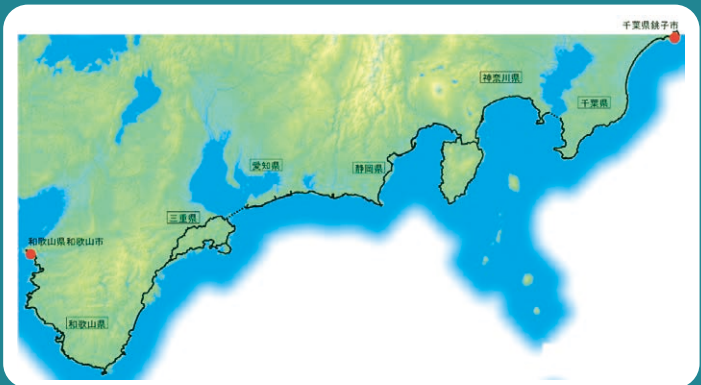


太平洋岸自転車道サイクリングマップ

～FAST ONLYからFAST&SLOWへ～

日本を代表する魅力的な観光地・景勝地が多い“ゴールデンルート”に新たな「スロートーリズム」を提案。FAST&SLOWで、日本の文化を味わいつくそう!!

静岡県【浜松エリア版】



自転車のルール

- ① 自転車は車道通行が原則です。
 - ※自転車は車の仲間です。
 - ※車道の左端を通行しましょう。
 - ※歩道を通行する際は歩行者優先で車道寄りを徐行しましょう。
 - ※普通自転車が歩道を通行できる場合
 - ・歩道通行可能を示す標識がある場合
 - ・運転者が13歳未満、70歳以上の場合は身体に障害がある場合
 - ・交通の状況等により、安全のため歩道を通行することがやむを得ない場合
 - ※タンDEM自転車は歩道を通行できません。
- ② 信号を守り、「止まれ」の標識のところで必ず一時停止しましょう。
- ③ 走行中の携帯電話や大音量でのヘッドホンの使用、傘さし運転は禁止です。
- ④ 飲酒運転、二人乗り（定員外乗車）は厳禁です。
- ⑤ 並進走行は禁止です。一列で通行しましょう。
- ⑥ 夜間やトンネル内ではライトを点灯しましょう。
- ⑦ 自転車損害賠償責任保険に加入しましょう。

【乗車用ヘルメットをかぶりましょう！】

自転車乗車中の事故で亡くなった方の多くは頭部に致命傷を負っています。万が一の事故に備えて、頭部を守る乗車用ヘルメットを着用しましょう。

安全走行のためのチェックポイント!!

下の項目を ☒ チェックしてみましょう。

- ☐ ブレーキの効き
- ☐ チェーンオイル・空気圧
- ☐ ライトの電池残量（前後とも）

【タイヤの状態】

- ☐ ヒビ割れなどがないか？
- ☐ 布（糸）が見えていないか？
- ☐ ミソはあるか？
- ☐ 異物が刺さっていないか？
- ☐ 乗ったときに異音がしないか？
- ☐ 定期的に点検しているか？（少なくとも年に1度）

あてはまる項目があったら、専門店でチェックしてもらいましょう。また、イベント出場・遠出時には専門店でチェックしてもらうとよいでしょう。

※下りの前にもう一度ブレーキチェック！

※トンネルが多いので前後にライトをつけましょう！

【自転車の盗難に注意!!】

せっかくの楽しいサイクリングも、自転車が盗まれたら台無し。サイクルラックに置いた自転車が盗まれないように注意しましょう。自転車から目を離さない、離れるときは旋錠するなどの対策をとりましょう。

令和8年3月作成



太平洋岸自転車道サイクリングマップ

かわいい情報はHPで公開!!



～FAST ONLYからFAST&SLOWへ～

日本を代表する魅力的な観光地・景勝地が多い“ゴールデンルート”に新たな「スロートーリズム」を提案。FAST&SLOWで、日本の文化を味わいつくそう!!

和歌山県



白崎海岸

三重県



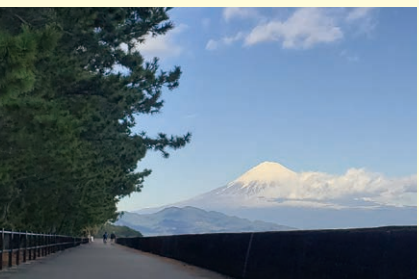
夫婦岩

愛知県



伊良湖岬灯台

静岡県



富士山

神奈川県

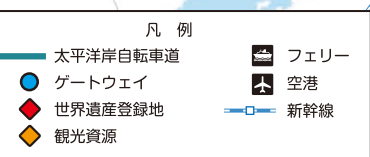
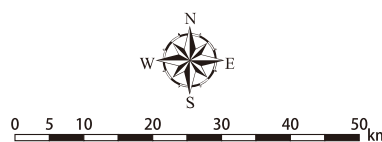


湘南海岸

千葉県



大吠埼



拡大図 裏面記載

愛知県

静岡県

三重県

和歌山県

グルメ情報

詳しくは太平洋岸自転車道のHP「地域情報」内の各地の観光情報から食事（グルメ）情報をご覧ください。

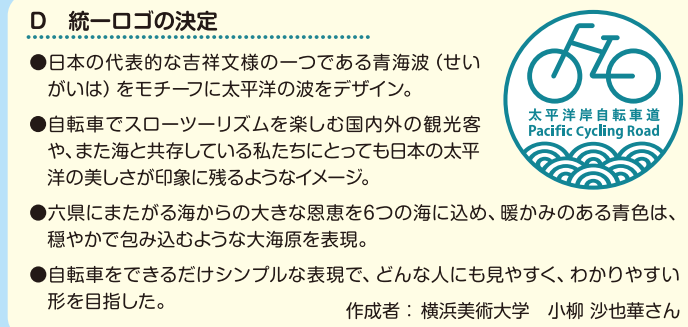
1 太平洋岸自転車道とは…

- 太平洋岸自転車道とは、千葉県銚子市から神奈川県、静岡県、愛知県、三重県、和歌山県の各太平洋岸を走り、和歌山県和歌山市に至る延長約1,400kmの自転車道構想のことです。
- 自転車道沿線は、世界遺産である富士山をはじめ、日本を代表する観光地・景勝地が多数存在するルートとなっています。

2 コンセプト

- 安全にルートを走行できるよう配慮
- 迷わずにルートを走行できるよう配慮
- どこでも「太平洋岸」を感じられるよう統一的情報発信

3 取組



輸送のすずめ

- JRなどの交通各社では、乗り物内に自転車を持ち込む場合、自転車を折りたたむか、解体して専用の袋に収納すると、持ち込むことができます。詳しくは、交通各社にお問い合わせください。
- 一部はみ出たり、折りたたんでないものは対象外となるため、ご注意ください。
- 乗客が多い場合は、お断りされる場合がありますのでご注意ください。
- 交通機関の利用前後で、自転車の組み立てや解体を行う場合、周りの方の迷惑にならないようにしましょう。

自転車宅配情報

●詳しくはHPをご覧ください。



西濃運輸

カンガルー自転車イベント便



佐川急便

飛脚ラージサイズ宅配便



フェリー情報

●詳しくはHPをご覧ください。



伊勢湾フェリー

伊勢湾のりば（愛知県）～鳥羽のりば（三重県）



駿河湾フェリー

清水港～土肥港（静岡県）



サイクルステーション

サイクリング中に気軽に立ち寄り、休憩ができる場として太平洋岸自転車道の沿線の施設に整備しています。各県ごとに整備しています。詳しくは、太平洋岸自転車道のHPをご覧ください。

事故が発生した場合



レンタサイクルをご利用されている方、貸出をされた場所へも連絡をお願いします。

自転車のトラブル時の連絡先

詳しくは太平洋岸自転車道のHPをご覧ください。

太平洋岸自転車道 検索

https://www.kkr.mlit.go.jp/road/pcr/



太平洋岸自転車道

静岡県 [浜松エリア]

太平洋岸自転車道ホームページ

ホームページでは、googleマップによるルート案内や地域情報リンク等を公開。

太平洋岸自転車道 検索



静岡県

駿河湾と富士山と太平洋を望む
雄大なサイクリングを楽しめる。



静岡県の施設情報

ゲートウェイ

No.	施設名	電話番号
4	浜松駅	—
5	井天島駅	—

サイクリストに優しい宿泊施設

No.	施設名	電話番号
36	浜名湖リゾート&スパ THE OCEAN	053-592-1155
37	活魚の宿あさしお	053-592-0761

サイクルステーション

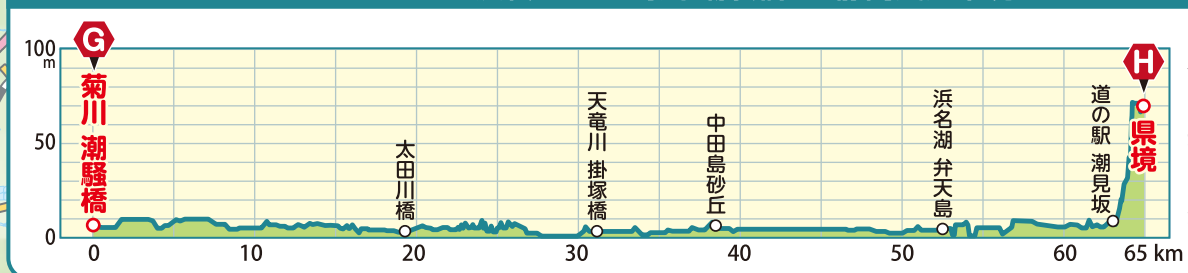
No.	施設名	電話番号
24	道の駅「風のマルシェ御前崎」	0537-85-1177
25	渚の交流館	0538-30-7091
26	竜洋海洋公園 (しあさい電洋)	0538-66-5580
27	浜松まつり会館	053-441-6211
28	舞阪町観光協会	053-592-0757
29	道の駅「潮見坂」	053-573-1155

まだ知らない静岡に出会う SHIZUOKA CYCLING



富士山、駿河湾に、伊豆半島、旧東海道、広大な茶園まで。上級者も初級者も楽しめる静岡サイクリングロードへようこそ！

浜松ルート 菊川 潮騒橋 ~ 静岡愛知県境



走行距離 65.0km
獲得標高 108m
最大標高 72m
平均斜度(全体) 0.17%
想定所要時間 約4時間20分
(平均時速15km換算)



井天島駅周辺拡大図



- 凡例
- 太平洋岸自転車道
- ルート分岐点
- 新幹線
- JR線
- 私鉄線
- フリー
- ゲートウェイ
- サイクルステーション
- サイクリストに優しい宿泊施設
- 世界遺産登録地
- 観光資源
- みどころ
- 市役所
- 役場
- 道の駅
- トイレ
- 空気入れ貸し出し
- 水分補給可能
- 休憩スペース
- 自転車ラック
- レンタサイクル
- 自転車屋
- 修理対応・工具有り
- 観光案内所
- WiFi利用環境
- 宿泊施設
- AED
- 学校
- 温泉
- 病院
- 飲食店
- コンビニ
- 走行情報(坂道)

