



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「スローツーリズム」を提案。FAST&SLOWで、日本の文化を味わいつくそう!!

三重県【伊勢志摩版】



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歳以上の場合また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
※タンデム自転車は歩道を通行できません。
- ② 信号を守り、「止まれ」の標識のところでは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?
- ☐ ミンはあるか?
- ☐ 異物が刺さっていないか?
- ☐ 乗ったときに異音がないか?
- ☐ 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、離れるときは施錠するなどの対策をとりましょう。

令和8年8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「スローツーリズム」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



夫木湾

愛知県



伊良湖岬灯台

静岡県



富士山

神奈川県

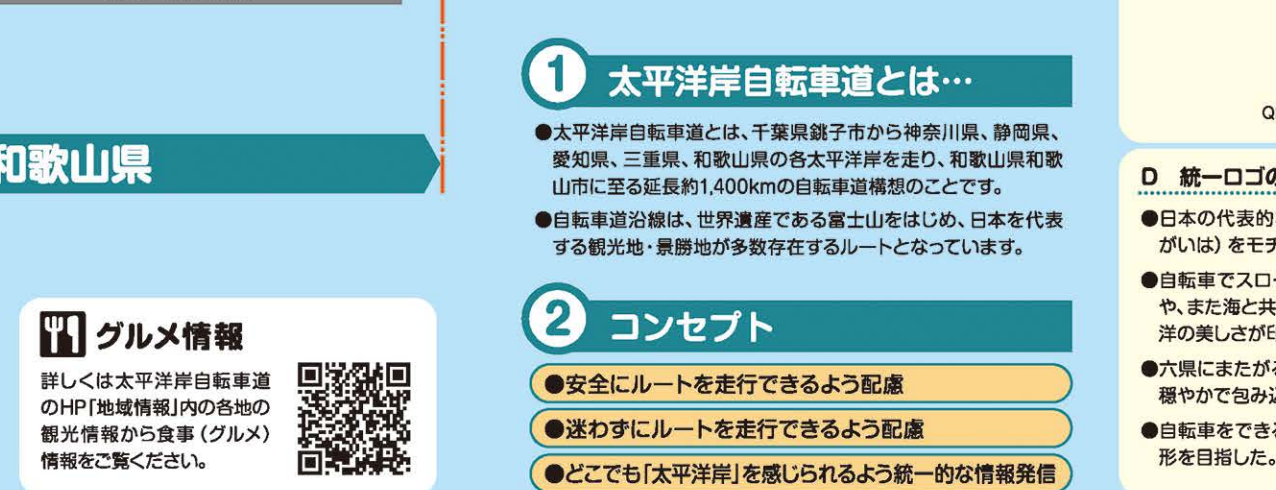
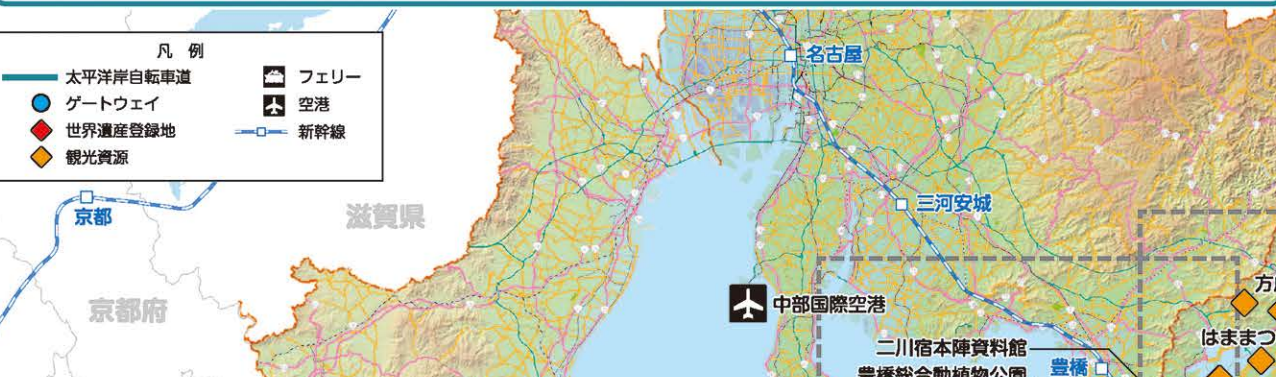


相模湾

千葉県



大崎湾

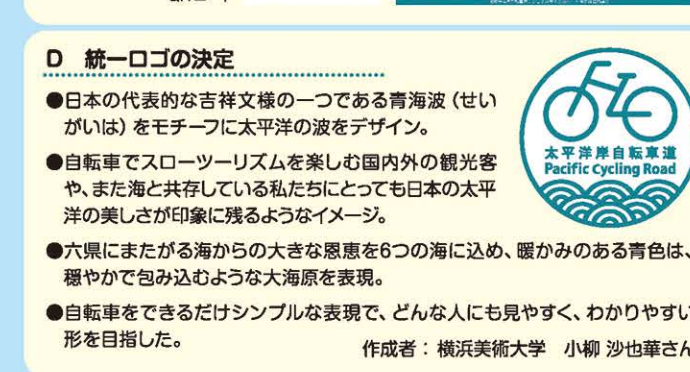


令和8年8月作成



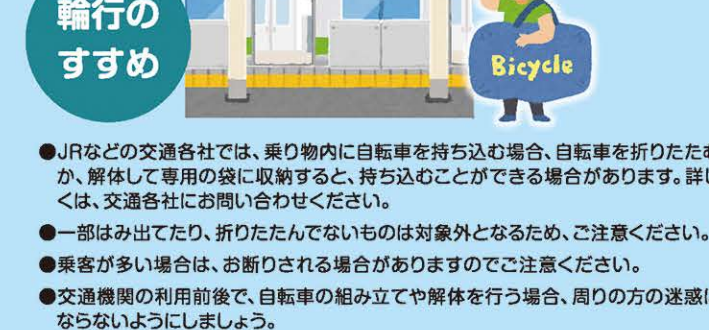
令和8年8月作成

3 取組



令和8年8月作成

輪行のすすめ



令和8年8月作成

サイクルステーション



令和8年8月作成

事故が発生した場合



令和8年8月作成

自転車のトラブル時の連絡先



令和8年8月作成



太平洋岸自転車道

三重県 [伊勢志摩版]

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



- サイクルステーション
- | No. | 施設名 | 電話番号 |
|-----|-----------------|--------------|
| 1 | 二見駐車場 | - |
| 2 | 面白展望台 (相産駐車場) | - |
| 3 | 波切小公園 | - |
| 4 | 長田小公園 | - |
| 5 | 海の道公園 | - |
| 6 | 南伊勢町民文化会館 | 0599-67-1011 |
| 7 | 東宮小公園 | - |
| 8 | 伊勢志摩国立公園 | - |
| 9 | 度会町大久保公園 | - |
| 11 | 道の駅 [奥伊勢 木つつ木館] | 0598-86-3229 |
| 12 | 道の駅 [紀伊長島マンボウ] | 0597-47-5444 |

三重県の施設情報

● ゲートウェイ

- | No. | 施設名 | 電話番号 |
|-----|---------------|--------------|
| 1 | 鳥羽駅・鳥羽1番街 | 0599-25-2844 |
| 2 | ホテルメトロポリス | 0599-25-2829 |
| 3 | リゾートホテル伊勢志摩 | 0599-33-6120 |
| 4 | 花の小舎 重兵衛 | 0599-33-6220 |
| 5 | 旅館 橋 | 0599-57-2731 |
| 6 | ホテル志摩スペイン村 | 0599-57-3511 |
| 7 | シーサイドリゾート | 0599-57-3211 |
| 8 | つるぎの小さな宿 おおなみ | 0599-47-4045 |
| 9 | クインテッサホテル伊勢志摩 | 0599-44-0511 |
| 10 | 松屋 橋 | 0599-43-0077 |
| 11 | ひろお荘 | 0599-45-3121 |
| 12 | 民権 堂 | 0599-72-1345 |
| 13 | 旅館 ちがみや | 0599-72-2201 |
| 14 | 一楽温泉ホテル | 0599-84-3300 |
| 15 | 観光旅館 みさき荘 | 0599-88-3023 |
| 16 | 民権 堂 | 0599-53-0639 |
| 17 | グルメベジション青い海 | 0599-53-2227 |
| 18 | シーサイドホテル伊勢志摩 | 0599-53-0029 |
| 19 | 浜口屋 | 0599-69-2067 |
| 20 | 海ぼうず | 0599-64-0010 |
| 21 | 浮島パークなんどう | 0596-77-1555 |
| 22 | 寿し友旅館 | 0596-78-0311 |
| 23 | 民権 堂 | 0596-43-2172 |

