

りんくう

広島臨空広域都市圏

サイクリングスタンプラリー & サイクリングマップ



広島臨空広域都市圏は、広島空港をとりまく尾道市、竹原市、三原市、東広島市、大崎上島町、世羅町からなる4市2町のこと。サイクリングとスタンプラリーを楽しみながら、まちの魅力を再発見する旅にスタート！

広島臨空広域都市圏振興協議会(尾道市政策企画課) 〒722-8501 広島県尾道市久保一丁目15番1号
TEL/0848-38-9316 FAX/0848-37-2740 <http://www.h-rinku.jp>

サイクリングスタンプラリー

参加方法 自転車で、尾道市、竹原市、三原市、東広島市、大崎上島町、世羅町のサイクリングコースを巡ります。各コースに設けられたスタンプポイントで、このスタンプシートにスタンプします。コースごとに決められた数のスタンプを集めると、コース制覇です。

りんくう道の駅めぐり

1 世羅町/道の駅 世羅	2 世羅町/道の駅 ワイナリー	3 三原市/道の駅 よかんす白竜	4 尾道市/道の駅 クロスロードみつぎ
-----------------	--------------------	---------------------	------------------------

R185さざなみ海道コース

1 三原市/三原港着ビル	2 三原市/みはらし温泉	3 竹原市/たけはら海の駅	4 竹原市/道の駅 たけはら
-----------------	-----------------	------------------	-------------------

大崎上島一周コース

1 大崎上島町/情報プラザ・エル	2 大崎上島町/大崎上島町観光案内所	3 大崎上島町/さのえ温泉がけの湯	5 東広島市/スミヨシバツ市
---------------------	-----------------------	----------------------	-------------------

しまなみ海道コース

1 尾道市/ONOMICHI U2	2 瀬戸市/瀬戸サンセットビーチ	6 尾道市/ドライブイン黒浜
----------------------	---------------------	-------------------

スタンプポイントによって、営業・開館時間が異なります。臨時休業等もありますので、事前にご確認いただくことをおすすめします。
応募方法 異なる2コース以上の制覇でプレゼントに応募でき、抽選で特産品等が当たります。制覇したコースの種類・数に応じて、プレゼントが変わります。裏面にあるスタンプシートの切り取り線で切り離して、応募してください。

本格派サイクリング

りんくう道の駅めぐりコース

フルーツ畑と里山風景がダイナミックに広がる世羅高原を中心に、四季折々に姿を変える山なみを楽しむ上級者向けの本格コース。ルート上にある道の駅や各施設で、地域自慢のグルメを味わいながらラリーを楽しんでください。

DATA
スタンプ 道の駅世羅⇄せらワイナリー ⇄道の駅よかんす白竜 ⇄道の駅クロスロードみつぎ
走行距離 81km
自転車 スポーツ自転車向け
所要時間 6~8時間
起伏 多い
交通量 一部多い

サイクリングスタンプラリー

スポーツバイクでGO

R185さざなみ海道コース

国道185号さざなみ海道を走る海沿いのコース。水平線が丸みをもって迫る絶景に、太陽を受けてキラキラ輝く牡蠣いかに神秘的。さざなみ海道の多島美と人々の営みが織り成す道のりは変化に富んだコースです。

DATA
スタンプ 三原港湾ビルみはらし温泉 ⇄たけはら海の駅⇄道の駅たけはら ⇄スミヨシバツ市⇄ドライブイン黒浜
走行距離 46.5km
自転車 スポーツ自転車向け
所要時間 4~5時間
起伏 一部あり
海風景 あり
山風景 少ない
交通量 全域に多い

中距離サイクリング

大崎上島一周コース

ノスタルジック&モダンな町並みが広がる大崎上島。33kmのラリーと少し長めですがアップダウンはわずかで、随所にあらわれる島ならではの見所は、歴史・文化の情緒に浸るとっておきの時間。ぐるっと回って同じ所に戻ってくる達成感が醍醐味です。

DATA
スタンプ 情報プラザ・エル ⇄大崎上島町観光案内所 ⇄さのえ温泉ホテル清風館
走行距離 33km
自転車 ママチャリでもなんとかなる
所要時間 約2時間
起伏 一部あり
海風景 多い
山風景 少ない
交通量 一部多い

サイクリストの聖地

しまなみ海道コース

瀬戸内しまなみ海道にあるサイクリングロードは、日本初の海峡を横断できる自転車道です。島を結ぶ橋以外にはアップダウンもほとんどなく、橋の上からは瀬戸内の多島美を望むことができます。レンタサイクルが充実しているため、手ぶらで来ても存分に楽しめるのが魅力。

DATA
スタンプ ONOMICHI U2 ⇄瀬戸田サンセットビーチ
走行距離 27km
自転車 スポーツ自転車向け
所要時間 3時間
起伏 一部あり
交通量 一部多い

CYCLING STAMP RALLY

サイクリングマナー

- 自転車は**左側通行**。並走せず、一列になって走りましょう。
- 自転車通行が可能な歩道を通る場合は、**歩行者優先で徐行運転**しましょう。
- 信号や道路標識に従って走行しましょう。
- **交差点では二段階右折し、横断歩道は歩行者を最優先**に注意して走行しましょう。
- **飲酒運転は絶対にやめましょう。**
- イヤホンで音楽を聴きながらの運転や携帯電話を操作しながらの運転、傘をさしながらの運転など「**ながら運転**」はやめましょう。
- 安全対策のため、**ヘルメットを必ず装着**しましょう。
- 薄暗くなってきたら、周りに存在を気付かせるため、**ライトを点灯**しましょう。(トンネル内でも同様)また、後続車に気付かせるため、**赤色の尾灯もしくは反射材**をつけましょう。
- 狭い道もあるので、出会い頭の事故を防ぐため、**スピードは控えめ**にしましょう。

※サイクリング・スタンプラリーにおいて、参加者のケガや事故、他に与えた損害などについては責任を負いません。

佐木島一周ゆったりコース **ビギナーでも安心**

周囲12kmほどの風光明媚な島。佐木島。アップダウン&交通量が少ない島の道は、ファミリーにおすすめ。片道約25分の船旅を終えると、そこは小さな楽園。穏やかな雰囲気の中で、海や島々を眺めながら、島民との交流サイクリングをどうぞ。

DATA	起伏 一部あり
走行距離 12km	海風景 多い
自転車 ママチャリでも可	山風景 少ない
所要時間 1~2時間	交通量 とても少ない

中央森林公園サイクリングロード **臨空コース**

広島空港を取り囲む一周12.3kmの自転車道路。国際的な自転車競技も可能な県内初の施設です。健脚コース(12.3km)、ファミリーコース(2.9、1.6、1.5kmの3コース)があります。

DATA	起伏 多い
走行距離 12.3km(健脚コース)	山風景 多い
自転車 スポーツ自転車向け	交通量 無し
所要時間 30~50分	

中央森林公園利用時間
● 4月~9月 9:00~18:00
● 10月~3月 9:00~17:00

中央森林公園問い合わせ先
広島県三原市本郷上北方1315番地
TEL 0848-86-9101

中央森林公園サイクリングロード利用上の注意

- サイクルセンターにあるレンタサイクル(有料)を利用することができます。
- 持込の自転車でサイクリングロードを利用する場合も、サイクルセンターで受付をしてください。
- 全てのコースでヘルメットを必ずかぶり、途中で脱がなくてください。
- 健脚コースは、時計回りの一方通行でご利用ください。
- 子ども乗せ自転車とコロボ自転車は、健脚コースのご利用はできません。
- サイクリングロードはイベント開催日、雪、雨天の場合、利用制限があります。事前にお問い合わせください。
- 自転車、ヘルメットなどを紛失、破損した場合、実費をいただきます。

サイクルポート

- サイクルスタンドを設置
- 空気入れ・ツールボックスを貸出し
- サイクリストにトイレを提供

問い合わせ先
竹原市産業振興課
TEL 0846-22-7745

しまなみ島走レスキュー

自転車のパンクや故障などのトラブルに、地元の自転車店やタクシー会社などが修理のお手伝いやタクシーによる搬送など、状況に合わせて対応してくれます。レスキューポイントやレスキュータクシーの詳細はHPでチェック!
<http://www.tousou-rescue.com>

しまなみ島走レスキュー

サイクルオアシス

しまなみサイクルオアシス
サイクリング中に気軽に立ち寄り、休憩や地域住民との交流が図ることができる"おもてなしの場"として、しまなみ沿線の施設に整備されています。
<http://www.cycle-oasis.com/index.html>

コンビニサイクルオアシス
しまなみ海道沿線等のコンビニエンスストアが、コンビニサイクルオアシスとして24時間365日サイクリストの受け入れを行っています。
<http://www.pref.ehime.jp/h30200/cycleoasis/261024conveni.html>

レンタサイクル **使用時間など詳しくはお問い合わせください。**

尾道市	料金: 大人1,000円 / 1日1台 保証料: 1,000円
尾道港(尾道港湾駐車場) 尾道市東御所町地先	TEL 0848-22-5332 使用時間/7:00~18:00
瀬戸田町観光案内所 尾道市瀬戸田町沢200-5	TEL 0845-27-0051 使用時間/9:00~17:00
尾道市瀬戸田サンセットビーチ 尾道市瀬戸田町垂水1506-2	TEL 0845-27-1100 使用時間/9:00~17:00
竹原市	料金: 3時間 500円(延長1時間 100円) 全10台
たけはら観光案内処 広島県竹原市中央1-1-10(竹原駅前)	TEL 0846-22-4331 使用時間/8:30~17:00
三原市	料金: 500円 / 1日1台
みはらまちづくり免 三原港湾ビル1階	TEL 0848-63-5575 使用時間/9:00~18:00 定休日/木曜日
うきしろロビー JR三原駅内	TEL 0848-67-5877 使用時間/9:00~17:30 年中無休(年末年始を除く)

せとうちサイクルースPASS

自転車で乗船する際に乗船料が1~5割引!

佐木島・大崎上島などをサイクリングする時に、サイクルースPASSを提示すると割引料金で乗船することができます。サイクルースPASSの発行は無料。

せとうちサイクルースPASS 対象エリア

このエリアの乗船料がグッとお得に! 航路の組み合わせによっては最大割引5割引の区間も! 乗船料がおよそ3割引となります。

サイクルースPASSに関する問い合わせは **中国旅客船協会連合会**
広島市南区宇品海岸1-13-26 広島港宇品旅客ターミナル2階
TEL 082-253-6907 <http://chu-ships.jp/>

問い合わせ先

尾道市	尾道市観光課	TEL: 0848-38-9185
	(一社)尾道観光協会	TEL: 0848-37-9736 URL: http://www.ononavi.jp
	(一社)因島観光協会	TEL: 0845-26-6111 URL: http://innoshimakanko.jp
	(一社)尾道観光協会瀬戸田支部	TEL: 0845-27-0051
竹原市	(一社)竹原市観光協会	TEL: 0846-22-4331 URL: http://www.takeharakankou.jp/
	竹原市産業振興課	TEL: 0846-22-7745 URL: http://www.city.takehara.lg.jp/
	(一社)三原観光協会	TEL: 0848-63-1481 URL: http://mihara-kankou.com/
三原市	うきしろロビー	TEL: 0848-67-5877
	本郷町観光協会	TEL: 0848-86-5717
	三原市大和町観光協会	TEL: 0847-33-1875
	三原市観光課	TEL: 0848-67-6014 URL: http://www.city.mihara.hiroshima.jp/
東広島市	安芸津町観光協会	TEL: 0846-45-4141
	東広島市商業観光課	TEL: 082-420-0941
	東広島市企画課	TEL: 082-420-0917
大崎上島町	大崎上島町観光協会	TEL: 0846-65-3123
	大崎上島町総務企画課	TEL: 0846-65-3112 URL: http://www.town.osakikamijima.hiroshima.jp/
世羅町	(一社)世羅町観光協会	TEL: 0847-22-4400 URL: http://seranan.jp/
	世羅町企画課	TEL: 0847-22-3206 URL: http://www.town.sera.hiroshima.jp/