

# ”ぽたり”って？

”ぽたり=ポタリング”。  
ポタリングはサイクリングの一種で「のびのびとした」「ゆるゆるな」自転車アクティビティというイメージです。「自転車でいろんなところに行ってみたくて、キツイのは避けたい・・・」という方にオススメです。

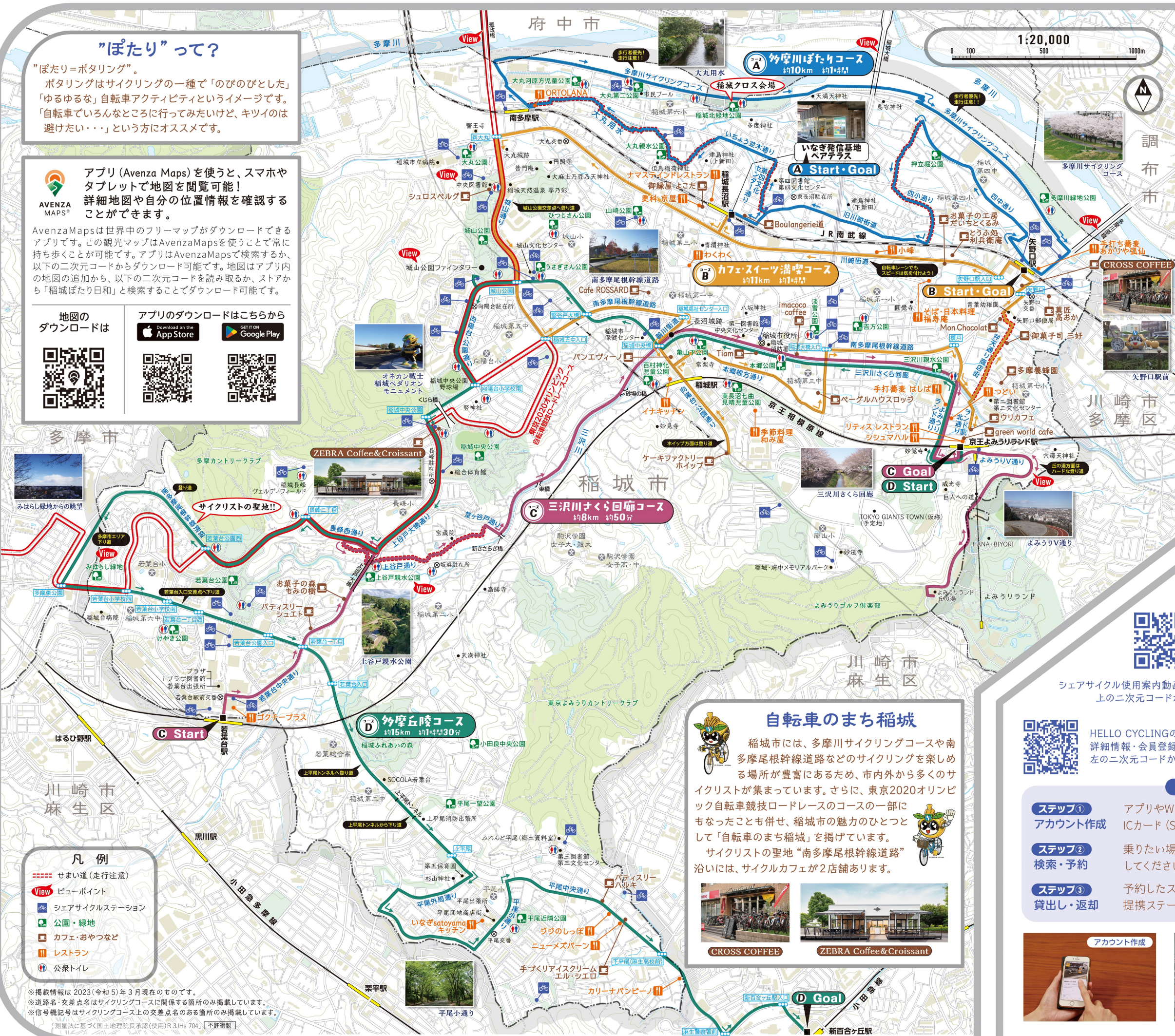
アプリ (Avenza Maps) を使うと、スマホやタブレットで地図を閲覧可能！  
詳細地図や自分の位置情報を確認することができます。

AvenzaMapsは世界中のフリーマップがダウンロードできるアプリです。この観光マップはAvenzaMapsを使うことで常に持ち歩くことが可能です。アプリはAvenzaMapsで検索するか、以下の二次元コードからダウンロード可能です。地図はアプリ内の地図の追加から、以下の二次元コードを読み取るか、ストアから「稲城ぽたり日和」と検索することでダウンロード可能です。

地図のダウンロードは



アプリのダウンロードはこちらから



- 凡例**
- せまい道 (走行注意)
  - View ビューポイント
  - 🚲 シェアサイクルステーション
  - 🌳 公園・緑地
  - ☕ カフェ・おやつなど
  - 🍽️ レストラン
  - ♿ 公衆トイレ

※掲載情報は2023(令和5)年3月現在のものです。  
※道路名・交差点名はサイクリングコースに関連する箇所のみ掲載しています。  
※信号機記号はサイクリングコース上の交差点名のある箇所のみ掲載しています。

## 自転車安全利用五則

- 一、車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先**  
道路交通法上、自転車は軽車両と位置づけられているため、歩道と車道の区別のあるところは車道通行が原則です。
- 二、交差点では信号と一時停止を守って、安全確認**  
道路を通行する際は、信号機等に従わなければいけません。横断歩道を進行して道路を横断する場合や、「歩行者・自転車専用」の標示のある場合は、歩行者用信号機に従わなければなりません。また、一時停止標識のある場所や踏切などは、必ず止まって左右の安全を確認しましょう。
- 三、夜間はライトを点灯**  
無灯火は、他から自転車が見えにくくなるので非常に危険です。安全のため、夜間はライトを点灯し、反射器材を備えた自転車を運転しましょう。
- 四、飲酒運転は禁止**  
自動車の場合と同じく酒気を帯びて自転車を運転してはいけません。また、酒気を帯びている者に自転車を提供したり、飲酒運転を行うおそれがある者に酒類を提供したりしてはいけません。
- 五、ヘルメットを着用** 令和5年4月より、ヘルメット着用が努力義務化!!  
自転車を運転する場合は、事故による被害を軽減させるため、乗用車用ヘルメットをかぶりましょう。児童等が自転車に乗るときはもちろん、幼児を幼児用シートに乗せるときも、幼児用ヘルメットの着用をお願いします。



## シェアサイクル

市内公共施設、公園、いなぎ発信基地ペアテラスなどに、HELLO CYCLING によるシェアサイクルが設置されています。設置箇所は順次拡大中です。HELLO CYCLING は、東京都を中心に全国でシェアできる電動自転車のシェアサイクリングサービスです。全国どこでも専用ステーション(駐輪スペース)でも貸出・返却可能でとても便利です。日頃の移動手段として、市内観光として、ぜひ活用ください！



シェアサイクル使用案内動画は上の二次元コードから

HELLO CYCLINGの詳細情報・会員登録は左の二次元コードから

### シェアサイクルの使い方

- ステップ① アカウント作成** アプリやWEB(上記二次元コード)で会員登録をします。ICカード(SuicaやPASMOなど)を登録するとより便利に利用できます。
- ステップ② 検索・予約** 乗りたい場所の近くでステーションを探し、アプリやWEBから予約をしてください。
- ステップ③ 貸出し・返却** 予約したステーションに行き、自転車を借ります。HELLO CYCLINGの提携ステーションなら返す場所も自由によべます。



### 自転車のまち稲城

稲城市には、多摩川サイクリングコースや南多摩尾根幹線道路などのサイクリングを楽しめる場所が豊富にあるため、市内外から多くのサイクリストが集まっています。さらに、東京2020オリンピック自転車競技ロードレースのコースの一部にもなったことに加え、稲城市の魅力のひとつとして「自転車のまち稲城」を掲げています。サイクリストの聖地「南多摩尾根幹線道路」沿いには、サイクルカフェが2店舗あります。

CROSS COFFEE

ZEBRA Coffee & Croissant

