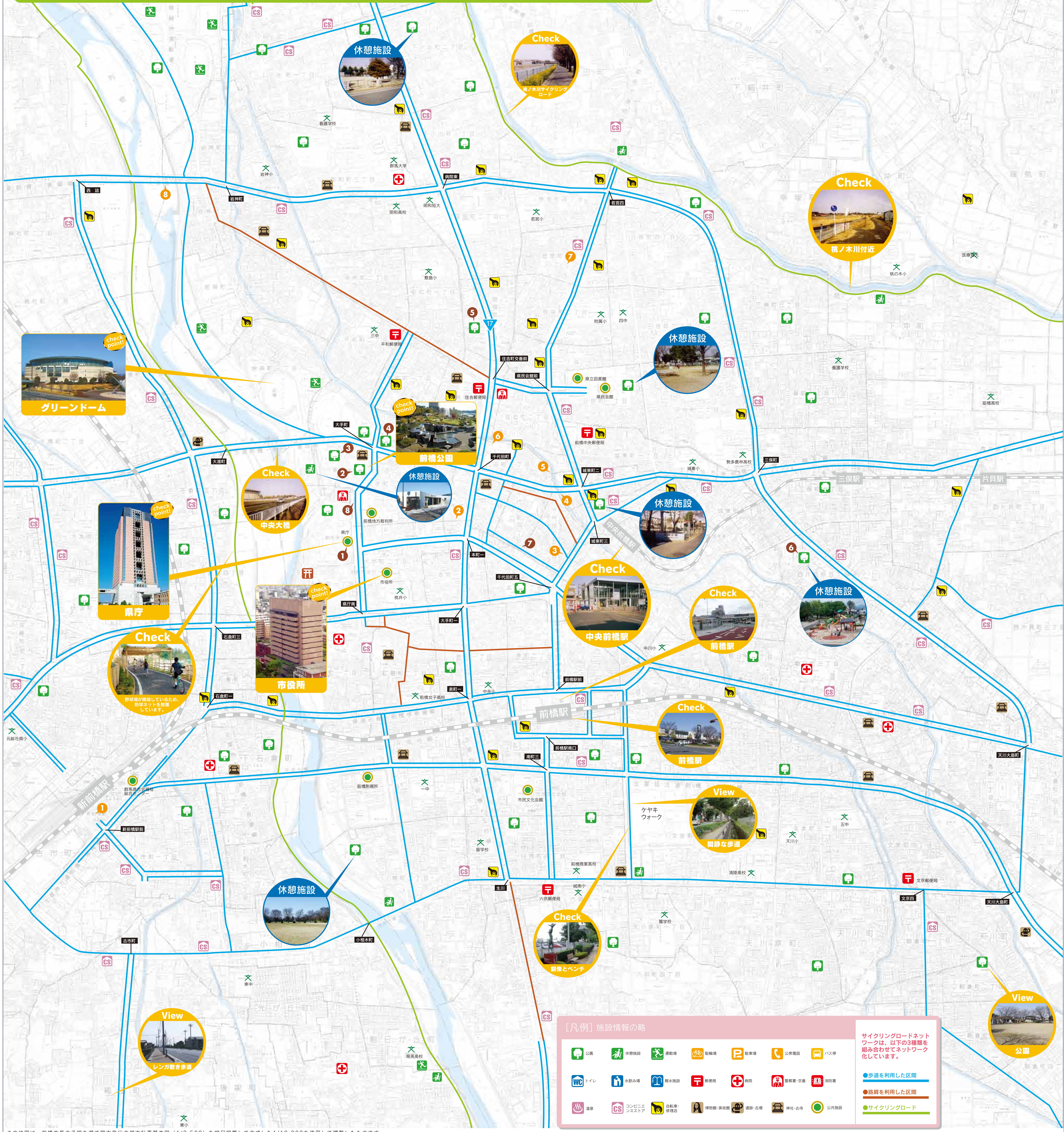
前橋市 サイクリングロードネットワーク 市街地拡大図 1/10000



［凡例］施設情報の略

公園	休憩施設	運動場	駐輪場	駐車場	公衆電話	バス停
トイレ	水飲み場	親水施設	郵便局	病院	警察署・交番	消防署
温泉	コンビニエンスストア	自転車・修理店	博物館・美術館	遺跡・古墳	神社・お寺	公共施設

サイクリングロードネットワークは、以下の3種類を組み合わせてネットワーク化しています。

- ●歩道を利用した区間
- ●路肩を利用した区間
- ●サイクリングロード

この地図は、前橋市長の承認を得て同市発行の都市計画基本図（1/2,500）を縮尺編纂して作成した1/10,000を使用して調整したものです。

レッツサイクリング！

自転車のススメ

転車だから感じられる、楽しめる。ぜひサイクリングを楽しんでみてください。

健康にうれしい有酸素運動

自転車は、歩くことに比べて長い距離を長時間走るスポーツです。健康ブームが静かになってもなお人気の秘密は、「持久系」特有の有酸素運動ということ。身体には瞬発力に必要な「速筋」と、持久力に必要な「遅筋」がありますが、この「遅筋」が発達することで、血液が細部の毛細血管まで行き渡り、細胞の隅々まで酸素を供給してくれます。新陳代謝が活発になるだけでなく、老廃物や栄養素の運搬も効率良く行われるようになり、健康維持の役に立っているというわけなのです。

季節の色を感じる

古来より日本には「山吹色」や「朱色」、「群青」などこの国独特の色彩を持っています。それらはほとんど自然の中から生まれた色、四季の彩りから生まれた色なのです。新緑の季節、公園や土手で草々を見てみると、驚くほどたくさんの種類の緑色があちらこちらに群生していることに気づくはず。普段自動車の運転席からは見えない、自然が織りなすグラデーションが見えるはずです。

季節の風を感じる

春の風、夏の風。秋の風、冬の風。風はいつも季節のにおいや空気を運んできてくれます。草花の香りや深呼吸したくなるような風。群馬特有の赤城山からの吹き下ろし「空っ風」もそのひとつです。その土地土地の風も、その場所でしか感じることのできない、季節のひとつなのでしょう。

風景を身近に感じる

色や風と同様に、自転車だから見える景色というものがあります。それは自然でもあり、街並でもあり、発見と感動の連続です。「遠くにいかなくても、こんな身近な場所にこんなすばらしい景色が」ということも多々あるのではないでしょうか。知っているようでまだ知らない、自分が住んでいる土地の景観を楽しむのも素敵なことです。

エコロジー

自動車の排気ガス問題は今に始まったことではありませんが、外国では、日本以上に環境問題対策のひとつとして自転車が用いられています。オゾン層保護のためのCO2削減にもつながり、未来の快適な生活環境に役立ちます。

群馬県

サイクリングロードネットワーク おもしろMAP 前橋版

群馬県は「自転車の利用」から、環境・健康・暮らしを考えます。

サイクリングロードネットワーク計画

サイクリングロードネットワークは、下記のような形でネットワーク化されています。

歩道を利用した区間

一般道路の歩道の段差を解消して自転車が通るところを茶色く色分けした区間です。市街地で通勤・通学・ショッピング等に自転車が使用しやすいように歩道を整備しています。

路肩を利用した区間

歩道のない道路の路肩を広げて自転車の走る部分を確保している区間です。自動車交通量が少なく安全な裏道や農道を、路面表示や標識により、安全に走りやすくしています。

サイクリングロード

河川堤防を利用して、自動車の通行を禁止した自転車歩行者専用道路の区間です。

●歩道と車道の段差の解消

歩道と車道の段差をなくしたり、歩道から車道への勾配をゆるくすることで、自転車が安全に走りやすいように整備・改善しています。

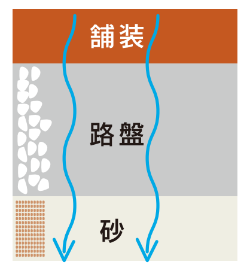
●路面の色分け

自転車と歩行者のすれ違いや追い越しによる事故でケガをする人は少なくありません。自転車が走るところをカラー舗装（茶系色）、歩行者に歩いてもらいたいところは黒い舗装にして、わかりやすく接触事故を防止します。

●透水性舗装の整備

歩道路面の水たまりを軽減し、自転車が走りやすいようにしています。雨水を地下に戻す環境に優しい整備です。

舗装の構成



WHAT'S? サイクリングロードネットワークって？

自転車は、県民の皆さんの通勤・通学をはじめ、健康増進・環境保護の見地から見直されています。このため、群馬県では自転車の利用しやすい環境を整えるために、平成12年度から「サイクリングロードネットワーク計画」を推進しています。

この計画では、国道、県道に限らず、市町村道、農道、林道や河川堤防上のサイクリングロードを連結して、いつでも気軽に自転車を利用していただけるよう道路整備を行っています。

また、郊外から市街地へのネットワーク化を図ることによって、中心市街地の活性化にも寄与できると考えています。さらに、バス等の公共交通機関との連携を図るための駐輪場の整備や自転車利用者のための木製案内標識を設置し、より良い自転車環境の創設を図っています。

具体的な設備内容

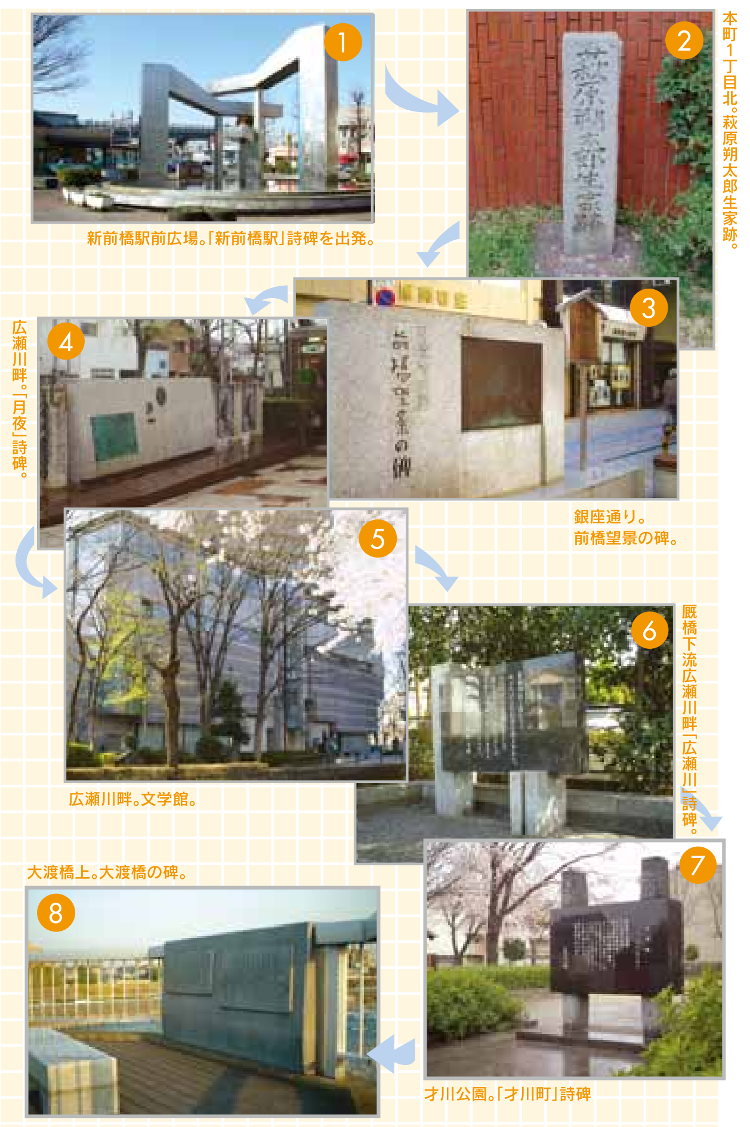
1. 歩道と車道の段差の解消
2. 路面の色分け
3. 透水性舗装の整備
4. 案内標識の整備
5. 自転車歩行者専用道の整備
6. バス停に隣接した駐輪場の整備

群馬県県土整備部 道路管理課
〒371-8570 前橋市大手町1丁目
TEL. 027-226-3600

2004年4月作成
2014年12月第10刷

萩原朔太郎詩碑巡り

前橋市曲輪町に生まれた朔太郎は、27歳で中央詩壇にデビュー。処女詩集『月に吠える』で一大旋風を巻き起こしました。詩を詠み、風を感じ、朔太郎が感じた世界が垣間見えるコースです。

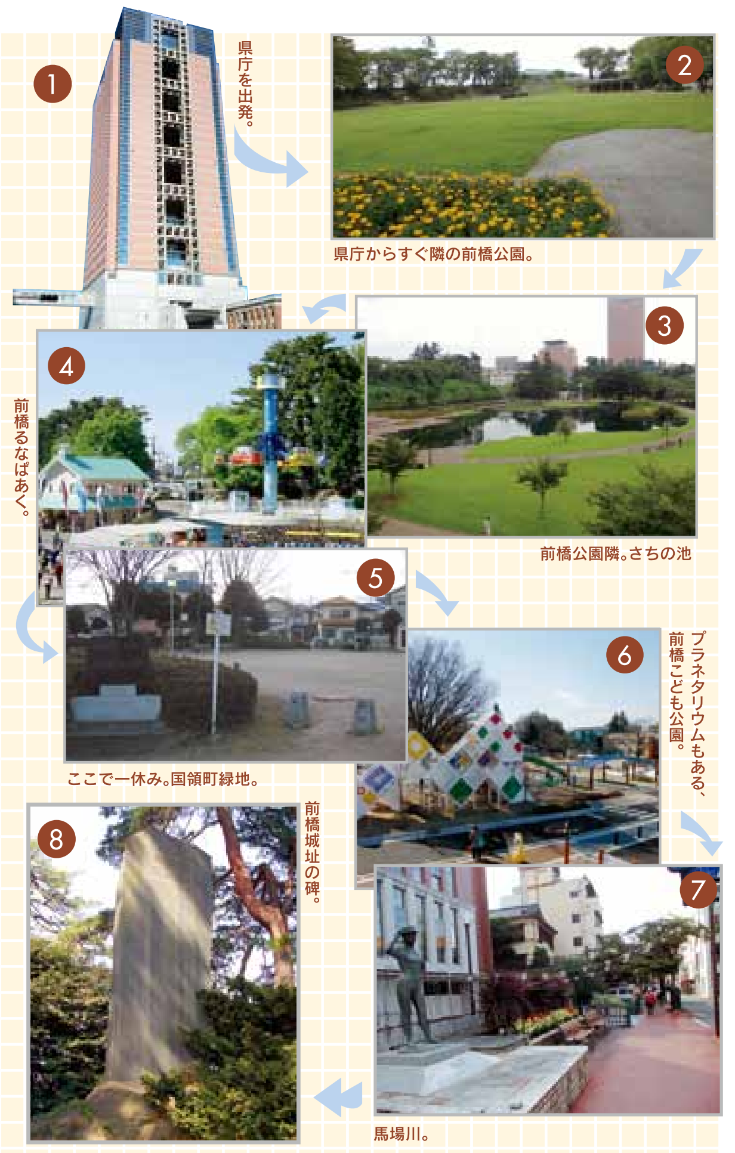


1. 新前橋駅前広場。「新前橋駅」詩碑を出発。
2. 本町1丁目北。萩原朔太郎生家跡。
3. 銀座通り。前橋望景の碑。
4. 広瀬川畔。「月夜」詩碑。
5. 広瀬川畔。文学館。
6. 厩橋下流広瀬川畔「広瀬川」詩碑。
7. 才川公園。「才川町」詩碑
8. 大渡橋上。大渡橋の碑。

詩を楽しみながら3時間強のコースです。萩原朔太郎は、口語自由詩を確立し近代詩史に大きな足跡を残した詩人。過去に朔太郎も眺めたであろう景色、言葉へと姿を変えた情景を巡り、詩を肌で感じながら走る、そんなサイクリングもオススメです。

県庁周辺公園巡り

県庁所在地、前橋。県庁舎の周辺には広々とした公園や美しい景色が広がり、通る人を楽しませます。普段身近な前橋の街を、もう一度ゆっくりと眺めてみたい方にオススメです。



1. 県庁を出発。
2. 県庁からすぐ隣の前橋公園。
3. 前橋公園隣。さちの池
4. 前橋るなぱあく。
5. ここで一休み。国領町緑地。
6. プラネタリウムもある、前橋こども公園。
7. 馬場川。
8. 前橋城址の碑。

草木や景色、町並みなどを楽しみながら、ゆっくり走って約3時間のコースです。県庁舎を出発し、前橋公園や前橋るなぱあくから馬場川などを巡って前橋城址の碑へと戻ると、ちょうど街中を走り抜けることができます。普段自動車などで慣れ親しんだ景観も、自転車で巡ると少し表情を変えるかも知れませんね。

自転車でつなぐ名所巡り

知っ得ルート

前橋市は、赤城や榛名の美しい山並みを背景に利根川や広瀬川などの清らかな川が流れる、緑豊かな都市です。また、萩原朔太郎に代表される詩人を輩出した情緒あふれる「水と緑と詩のまち」として知られています。

県庁庁舎をはじめ、運動施設・文化施設・コンベンション施設や保健・福祉施設も充実し、群馬県の政治、経済、商業の中心地として発展し続けています。

県民会館やグリーンドーム、敷島公園など、自然の表情やレクリエーションの活発なこの土地を赤城から吹き下ろす「空っ風」に乗り、自転車で走ってみてはいかがですか。