

レンタサイクルのご案内

奈良県民の生活に貢献しているレンタルサイクルのサービスにご活用ください。
電車でお越しの方から、そのまわりの近郊のレンタルサイクルを利用したり、
自家用車で来て、駐車場そばのポートを利用したり。
ご自身に合った使い方で、快適に観光スポーツを満喫してください。
詳しくは、「奈良県自転車利用情報案内サイト」でご確認ください。

<http://nara-cycling.com/emotenashi/rental/>

奈良県民観光の際には
レンタサイクルを利用しよう！





自転車安全利用 五則

安全にサイクリングを楽しむために、以下のルールを守りましょう。

① 自転車は、車道が原則、歩道は例外

② 車道は左側を通行

③ 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行

④ 安全ルールを守る

- 飲酒運転禁止・二人乗りは禁止
- 並走は禁止・夜間はライトを点灯
- 信号を守る ● 交差点での一時停止・安全確認

⑤ 自転車にヘルメットを着用

自転車に関する交通ルールについては、警視庁のホームページをご確認ください。

<https://www.npa.go.jp/bureau/traffic/bicycle/info.html>



奈良県自転車利用総合案内サイトに、奈良県下の自転車屋さんの一覧を掲載しています。市町村別に検索でき、ロードバイク、マウンテンバイク、シティサイクルなどの取り扱い車種も一目でわかります。出張対応している自転車屋さんもありますので、マシントラブルの際にもお役立てください。

詳しくは、「奈良県自転車利用総合案内サイト」をご覧ください。
<http://nara-cycling.com/omotenashi/shop/>



観光案内所

名称	電話番号	場所	窓口営業時間	定休日
奈良県観光インフォメーションセンター	0742-27-2003	奈良市春日野町1番地	9時～18時	年休祭日 (春分の日・秋分の日・敬老の日・文化の日)
近鉄奈良駅南口観光案内所	0742-24-4858	近鉄奈良駅南口1階	9時～21時	年休祭日(年末年始除く) ※平日午後5時以降は入館不可
JAならびなまほろけキッチン内観光案内所	0744-23-1334	維新市常盤町605-1	9時～18時	※土曜・日曜・年末年始休業

主要公共交通機関

名称	電話番号
JR奈良および客棧センター（奈良駅）	0570-00-2486
近鉄旅客案内テレフォンセンター	050-3536-3942
奈良交通テレフォンセンター	050-3369-6629
日本道路交通情報センター（奈良）	0742-34-1114
奈良県タクシー協会	0742-67-0037



奈良県救急安心センター相談ダイヤル

#7119

ダイヤル番号を入力してください。お電話が終了すると、744-20-0119へおかけ直しになります。

奈良県自転車道とは、京都御山から和歌山港に延る延長約180kmのサイクリングルートで、奈良県内約75kmは、統一された案内サインや路面標示等が整備されています。

奈良県自転車道と既存の各ルート[※]を合わせて、県内のみならず京都・奈良・和歌山間の広域周遊観光を楽しむことができます。あなたも古都の風を感じながら、自転車の旅に出かけてみませんか？

なお、奈良県自転車道の大半はB1以北は概ね自転車歩行者専用空間、以南は車道混在で整備しております。
※各ルート・奈良の魅力を案内するB1のパンフレット、延長約600kmのサイクリングルート「奈良県まるばつサイクリング」の略称。

奈良県自転車利用総合案内サイト

奈良県自転車利用推進委員会では、「奈良県の取組み」の
詳細や奈良の自転車に関するお役立ち情報として、以下の
コンテンツを掲載しています。

インフォメーション

イベント情報

まちの自転車屋さん

レンタサイクル情報

オフサイクルプログ

お役立ち情報

京奈和自転車道

ならクル

いにしへの都を巡る
奈良・京都遊覧マップ

奈良の達人おすすめコース

ならクル・サポーター

自転車の体息所

サイクルストにやさしい道

自転車送迎サービス

詳しくは、下記のホームページをご確認ください。

<http://nara-cycling.com/>

京都市の自転車道

京都市内の自転車道について、ルートや周辺の観光施設等を紹介しています。

<http://www.pref.kyoto.jp/doroke/bic/index.html>

和歌山県サイクリング総合サイト

和歌山県内のすてきなサイクリングコースや周辺観光施設、
お役立ち情報、和歌山県の自転車利用促進の取り組みなどについて発信しています。

<http://wave.pref.wakayama.lg.jp/cycling/>

免状事項

- ルールは、自転車専用道だけでなく、一般の道路を走行してきます。交通ルールに従って、歩行者、自動車に十分に配慮して走行してください。また、原簿（原簿の一部）などは、冬期に滅失の可能性がかなりあります。ご注意ください。
- チャイルドシート、ヘルメット、主眼視覚検査を必ず受検する必要があります。受検状況に応じて、ルートが変更になる可能性があります。

●またマップで示す情報は、令和2年2月時点のものです。

問合せ先

奈良県 県土マネジメント部 道路建設課 自転車・交通環境係

〒630-8501 奈良市登大路町30番地 Tel.0742-27-8667

令和4年3月作成

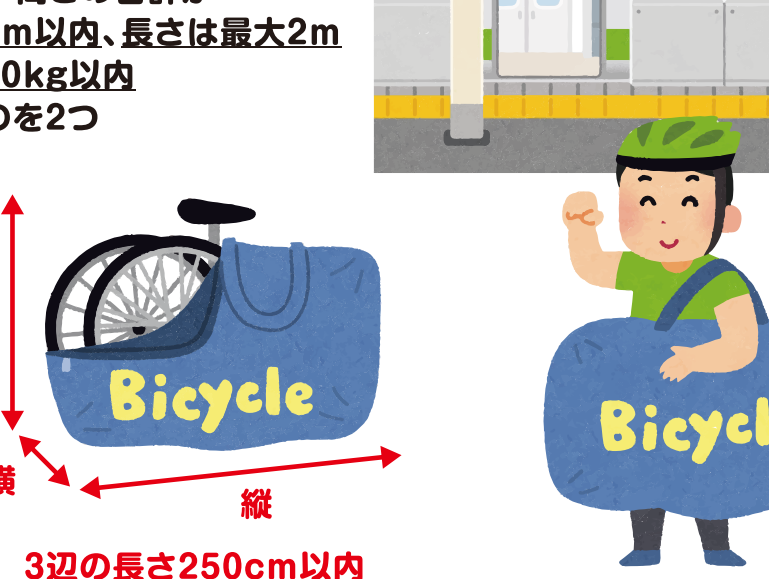
2022年
3月作成
奈良県

A collage of four images. The top-left image is a cartoon illustration of two children riding bicycles; one is wearing a blue shirt and the other a yellow shirt. The top-right image shows a traditional Japanese building with a tiled roof, partially obscured by green foliage. The bottom-left image depicts a river with a bridge and a dam, surrounded by vibrant autumn foliage in shades of red and orange. The bottom-right image is a close-up of pink cherry blossoms.

京都府



携帯できる荷物
サイズは
縦・横・高さの合計が
250cm以内、長さは最大2m
重さ30kg以内
のものを2つ



高さ

横

縦

**3辺の長さ250cm以内
重さ30kg以内**

- 鉄道各社の規定では、電車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こと定められています。
- ロードバイクやマウンテンバイクの場合、重量やサイズについては問題なくクリアできる、あとは専用の袋として輸行袋を用意して自転車を収納すればOKです。
- 一部はみ出ているり、折りたたんでい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立や解体を行う場合、周りの方の迷惑にならないようにしましょう。
- 輸行をするなら、早朝や通勤ラッシュ後などを狙い、自転車が邪魔にならないように気を付けましょう。また、乗車中は自転車から手を離さないことも重要です。

ネットでも簡単申込、宅配便のように送ってしまえば、あとは現地まで自転車乗りで行ける。

自転車搬送サービス利用のイメージ

奈良県外

サイクリストの自宅へ
マイ自転車を届く配達

公共交通安全のために
利用してご不便へ

●自転車の取受・発送
●自転車を店内で待機

再び自宅へ自転車を送る

奈良県内

サイクリストにやさしい宿

旅館・ホテルで
マイ自転車で
周遊観光

マイ自転車を飛行機
で運ぶ

マイカーを
レンタカーで借りて
周遊観光

サイクリストに
やさしい駐車場

シクロ エクスプレス

Cyclo Express

<http://cycloexpress.co.jp>

自宅→サイクリストにやさしい宿
要車を専用店舗に入れたて送るだけ。
箱代込みのお得な宅配システム

ホームページで申し込み
フォーム→メール画面に入力するだけ。
料金を支払うと専用バイクが送られてくる。ハードウェアも持ち帰れるから
3000円引込で使える！

送られてきた段ボールに梱包
エクスプレスもあるが通常の送料も
安め。すでにハードウェアを持っているなら
は 3000円引込。箱は郵局で使用
できるが2回目以降は 3000円引込。

自宅まで取りに来てくれる。
現地まで

指定した日時に玄関先まで送る。
全国ネットの大手運輸会社なので安心。

送ってピッキングアップ
梱包立てて宅急便。荷も何も保管する
わけではないので極めていい。
加納市郵便局で箱詰め作業まで対応可能。

カンガルー自転車イベント

<http://www.cycple-seino.jp/>

大切な愛車をオーナーに代わり
目的地までお届けします。
奈良県へのご利用に嬉しいクーポンを
ご用意しました。

＜お知らせ＞ ホームページのリンクバナーから
自転車イベント受付ホームページで申し込む!
<http://nara-cycling.com/>
ご希望のクーポンが自動的に
印刷された冊子として送ります。

自転車をお預け

各都府県にて旅行用輸送（クッション性のあ
った）の専用ボックスに入ります。輸送用の敷
設トラックにて搬送いたします。

Door to Door で 簡単ラクラク!

オリジナル輸送ケース
ご自宅から目的地まで、目的地からご自宅ま
で両方向とも簡単に搬送いたします。

その後の便宜安心 POINT!

- クレジットカード決済で販売はキャッシュレスです
- 速くお返しの手続き
- お問い合わせセンターサービス
- お手持ち品と一緒にご心配ですませます
- 万一の事故発生時は 50万円上限の賠償あり

TEL 0584-82-5070 cycling@weine.co.jp

営業時間 9:00~17:00 土・日・祭日も受付可

SEINO 西濃運輸

アドバイザー
船 雅彦氏
(なみさわ けん)

プロロードレーサー。現在も岡山県やヨーロッパを中心に活躍中。日本体育大学自転車部コーチ。

気分に合わせてルートを選ぶ

奈良は、京奈和自転車道だけでなく、
ならのルート（全31ルート+補助幹線ルート）、大規模自転車道
（全3ルート）など、たくさんの自転車ルートがあります。暮らしも、古都の
 まちなみを楽しみたいとき、歴史街道を走りりたいとき、山の景色を眺めたい
 とき、気分に合わせてルートを選んで、自転車の旅に出かけることができます。

Point1 ルートを自由に組み合わせる

自分の走行レベルや好みにあわせて自由にルート
 を組み合わせれば、新しいルートを開拓しても生み出す
 ことができます。自転車ならではの楽しみですね。
 ぜひ、このサイクリングマップを見ながら、オリジナルのルート
 を走ってみてください。

私が組み合わせた
 ルートを **3種類**
 紹介します！

Point2 アプリの活用もおすすめ！

県内のルートを組み合わせてオリジナルのコースをつくるときには、
 スマートフォンのアプリを利用するのもお勧めです。
 自分の作成したルートや走り記録を公開することでも、自転車の
 楽しさがアップします。

おすすめポイント

- らくらく観光** 奈良市内には見どころがたくさん。自転車なら移動も楽々です。
- 初心者でもOK** 平坦なルートなので、自転車初心者でも気軽に走れます。
- 乗り降り自由** ドコモ・バイクのポートが点在しているので、どこでも自転車を借りたり返したりで、自分の自転車がなくても気軽にサイクリングを楽しめます。

● 最終点 大和巨大寺駅(近鉄奈良線、京都線、橿原線) ● ルート距離 約12Km

● 使うルート 京奈和自転車道、C2三条ルート

● 周辺施設 平城宮跡歴史公園、奈良公園、興福寺、東大寺、春日大社など

ドコモ・バイクシェア

乗りたい時に借りて、行った先のポートで返すことができる自転車のシェア(共有)サービスです。全国のセブンイレブン、ファミリーマートで自転車1日/1回が借入できます。

<https://docomo-cycle.jp/nara/>

ひどころ!

東大寺
大仏さまで知られる奈良時代の代表寺院。唐大仏や世界最大級の木造建築物である大仏殿など多くの国宝・重要文化財に指定されています。

平城宮跡歴史公園
特別史跡平城宮跡を整備した歴史公園。世界遺産「古都奈良の文化財」の構成資産のひとつ。広大な敷地に平城宮跡が再現されています。

おすすめポイント

爽快サイクリング

城跡の歴史めぐり

スィムピア奈良

佐保川や富雄川沿いの、走りやすく開放的な道が続くので、自転車ならではの爽快感が楽しめます。

法隆寺をはじめ歴史的建造物が多い斑鳩を、自転車で手軽に観光できます。

起終点のサイクルステーションで手荷物預かりやシャワー利用などができるのが便利です。

- 起終点** サイクルステーション「まほろば健康パーク スィムピア奈良」(近鉄「ファミリー公園駅」下車すぐ)
- ルート距離** 約25km
- 使うルート** C3北下道ルート、京奈和自転車道、C7せんとのだルート、C9法隆寺ルート、C8斑鳩ルート
- 周辺施設** 郡山城跡、法起寺、法隆寺など

ひとこと!

佐保川沿いの景観

川沿いの堤防上遊歩道から奈良吉原は景観持ちよく、自転車が走りやすいところも多く、ゆめが丘とあることがおすすめです。

法隆寺

7世紀に創建され、世界遺産に登録されています。建造物以外にも、飛鳥・奈良時代の仏像、仏教工芸品など多くの文化財があります。

おすすめポイント

ハイユーザー向け

走る充実感・達成感

全行程103kmルートは、自転車で走るのが好きな人も満足できます。アップダウンもあり、山道のトレーニングにもおすすめです。

景色も楽しんで

開けた川沿いの景色、のどかな田舎の風景、山上からの眺望なども楽しみながら走れます。

ひどころ？

道の駅 T.R.S

日本最大級の規模を誇る道の駅。建物は西ドイツ風のデザインで、様々な飲食施設、特産品売場、遊園地が完備しています。

道の駅 宇陀臨大宇陀

飲食施設や宿泊施設のほかに温泉もあり、一日つのにちようびに利用できます。

吉野山の景観

吉野山は、世界遺産「和の心と文化の道」として国の構成遺産です。その自然の美しさと守られて、春には美しい桜色を堪能できます。

最終地点 道の駅 T.R.S

ルート距離 約103km

道の駅 宇陀臨大宇陀がスタート地点のルートでショートカットしてT.R.S.に到着する場合は約40km

使うルート T1大和青野ルート、
T12喜野川ルート、
T3宇陀水戸ルート

周辺施設 針チラス、喜野山、
道の駅宇陀臨大宇陀など