

### 国道10号歩行者・自転車道

かんたんならからまで、高崎山、別府まで、国道10号(別大国道)沿いに設置された約7kmの歩行者・自転車道。

### 高崎山周辺 潮風さわやかシーサイドルート

国道10号(別大国道)沿いにある広い歩行者・自転車道をさわやかな潮風に乗りながら走る平坦なルート。

片道約7km

田ノ浦ビーチ  
夏は海水浴場としてにぎわうビーチスポット。橋を渡る人工島から別府湾が一望できます。

高崎山おさる館  
大分駅から7.6km45分

大分マリンパレス水族館「うみたまご」  
あそびーち  
大分駅から6.3km40分

高崎山自然動物園  
さる生息地  
高崎山モノレール「さるっこレール」

高崎山自然動物園  
tel.097-532-5010  
http://www.takasakyama.jp/takasakyama/

大分マリンパレス水族館「うみたまご」  
tel.097-534-1010  
http://www.umitamago.jp/

高崎山自然動物園  
1,000頭を超えるニホンザルが生息しています。夏は海に交遊で降りてくるシーンは圧巻です!

高崎山自然動物園  
セイウチ、トド、イルカ等、いろいろな動物のパフォーマンスをはじめ、サメやエイ、海の生き物達をじかに触ることができ、普段あまり体験できない世界を楽しむことができます!

### みんな知ってる?自転車の良いところ

#### 環境にやさしい!!

自転車は、地球環境に悪影響を及ぼす物質をまったく出さないクリーンな乗り物です。地球環境に配慮して、まずは週1回、「自転車デー」を実践してみませんか?

#### 意外と早い!!

約4~5kmまでなら、他の乗り物に比べて、自転車がいちばん早い交通手段だと言われています。天気の良い日は、自転車まで出かけてみませんか?目的地まで意外と早くて近いかも!?

#### 健康に良い!!

「トラック1台分の乗よりも1台の自転車」。これはドイツのことわざです。「たくさんの乗よりも1台の自転車の方が健康に良い」という意味だそうです。サイクリングは、ウォーキングやジョギングと同じく有酸素運動の一つで、中でもサイクリングは、足の大きな筋肉を使うので消費エネルギーが高く効率的で、ひざ、足首などの関節への負担が少ないというメリットがあります。健康の維持・増進にサイクリングは最適です!

大分市では「ヘルシー&エコ」自転車モニター事業を実施しました。モニターとなった市民の皆さんに積極的に自転車を利用していただいた結果、善玉コレステロールの増加、心臓持久力の向上、足の筋力アップなどの効果がありました。

### みんなで創ろう!こんなまち!

バイシクルフレンドリータウンの創造は市民みんなの取り組みです。

## Bicycle Friendly Town

Oita City

### バイシクルフレンドリータウンの創造

みんなが自転車の便利さ、良さ、乗り方を理解している。自転車、歩行者、自動車と互いに思いやりをもって共存している。自転車が走りやすい空間、乗りたいときに乗れる環境が整っている。自転車が日常生活で快適に利用され、まちづくりに活用されている。

### 自転車が似合うまち おおいた

このマップはアンケートや3回のワークショップを通して、市民の皆さんと共に考え、アイデアを出し合って作り上げたものです。

このマップに限らず、皆さんのご意見を聞かせてください。

大分市 都市交通対策課 自転車総合対策担当  
TEL 097-537-5973  
E-mail: toskotu@city.oita.jp

# おおいた 自転車マップ

## 中心部

この1マスは500m四方を表しています

1:12,800

大分駅前レンタサイクルポート  
お問い合わせ 電話:097-537-5739  
受付時間 7:30~19:30 住所 大分市東町115番

| 道路の色分け   |                        |                    |
|--|------------------------|--------------------|
| 通常の注意が必要な道<br>(発行時から変更する場合があります。詳しくは各警察署にお問い合わせください) | 十分注意が必要な道<br>自転車通行可の歩道 | 特に注意が必要な道<br>河川管理道 |

10' 大変きつい坂道  
5' がんばる坂道  
3' ちょうど坂道

みどころスポット  
観光ポイント  
水場

トイレ  
自転車専用トイレ  
シャワー施設

自転車放置禁止区域  
車椅子可トイレ  
料金・利用方法は施設管理者にお問い合わせください

歴史と文化めぐりルート

### 大分市駐輪場のご案内

長期間の置きっぱなしはいけません  
指定されたエリアに置きましょう  
必ず力をかけましょう

#### 大分市中心部駐輪場一覧

<https://www.city.oita.jp/o171/machizukuri/kotsu/1291777004389.html>

#### 大分市駐輪場一覧(郊外駅)

<https://www.city.oita.jp/o171/machizukuri/kotsu/1483677305106.html>

### おおいたサイクルシェア

- 会員登録・利用方法など、詳しくは右の二次元コードから→
- 全車電動アシスト自転車
- 好きなポートで借りて好きなポートへ返却

<http://docomo-cycle.jp/oita/>

観光・イベントはもちろん、地元ならではの穴場情報満載!  
大分市観光協会ホームページ  
モバイルサイト二次元コード  
<http://www.oishimati-oita.jp/sp/>

### 歴史と文化めぐりルート

文化財や美術館を巡りながら、上野の山を散策。せまい道やきつい坂道もあるからちょっとした探検気分も味わえます! 約6.6km

#### 立ち漕ぎチャレンジルート

下りはブレーキ注意(減速段差あり)

上野丘公園  
上野変電所(1914年竣工)大正時代のレンガ造りの変電所。  
大分市美術館  
館内はもちろん、屋上や周辺にも作品がいっぱい。  
金剛宝戒寺  
大日如来安置されている大日如来像は指定重要文化財です。  
上野丘東  
平安後期の作と伝えられる。保存状態も上。地下層階級の中でも傑品とされています。国指定史跡。  
大分元町石仏  
全高約7mの磨崖仏。完成後、大分元町石仏と同時代のものでしょうか。

### まちなか芸術発見ルート

約4.4km

知っているようで知らない  
銅像や建築物などを探しながらキョロキョロ辺りを見れば、新たな発見があること間違いなし!

まちなか芸術発見ルート

\*現地との相違がある場合があります。交通ルールに従って走行してください。

