

# あなたの安心

さて、自転車通勤の準備を始めましょう。まず、自転車通勤できる距離は？

自身の自転車通勤の体験に基づいて、その良さを訴える「自転車ツーキニスト」の疋田智さん(43)は「初心者なら、1時間通える15kmが目安」という。

東京・丸の内を中心とする半径15km圏の境は、埼玉県川口市、千葉県市川市、川崎市、東京都杉並区など。大阪・梅田を中心とすると、大阪府箕面市、四條畷市、堺市、

兵庫県西宮市などが入る。

次に、会社が自転車通勤を認めているかどうかを確認しておきたい。「就業規則に自転車通勤の規定がない会社が大半ではないか。禁止する会社もある」と疋田さん。

首都圏で自転車通勤している会社員に聞くと、「会社は自転車通勤を禁止している」という人が複数いた。会社には電車通勤だと届けて通

## 大丈夫？ 自転車通勤②

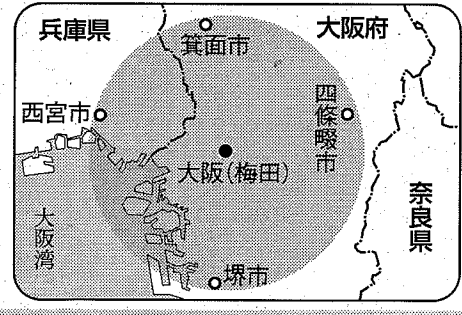
勤手当をもらい、天気の悪い日などに電車を使っていた。現状では、会社側の対応が自転車ブームに追いついていない形。だが、禁止されているのに自転車通勤していると、発覚したときに処分を受ける可能性を否定できない。難しい問題だが、会社と交渉して正式に認めてもらうのが理想だ。自転車通勤を認めることは、会社にとって環境配慮をPRできるという利点はある。駐輪場の確保は必須。会

## 目安は15km 休日に試走を

### 始める前に何を確認？

- ① 通勤距離
- ② 勤務先が認めているか
- ③ 駐輪、着替えの施設

大阪・梅田を中心とした半径15km圏内



社に駐輪場がない場合、公設や民営の駐輪場を借りる。屋根付きがよく、鍵は二つ以上

付けた方が安心だ。ガードレールなどにワイヤ錠を結びつけた自転車を見かけるが、監視の無い場所に長時間放置すれば、ワイヤを工具で切断されて盗まれるおそれがある。

会社に着替えやシャワーの設備があるかも確かめる。最近では都心部で、シャワーやロッカーを併設した民間の駐輪施設が増えている。

料金は高いが、人気は上々という。財団法人・日本自転車普及協会の渋谷良二常務理事は「会社で駐輪や着替えの設備がなかなか整わない現状を反映しているのでは」。

地図上で通勤ルートを決めたら、休日に試走しておくといい。地図上では分からない障害を知ることができる。