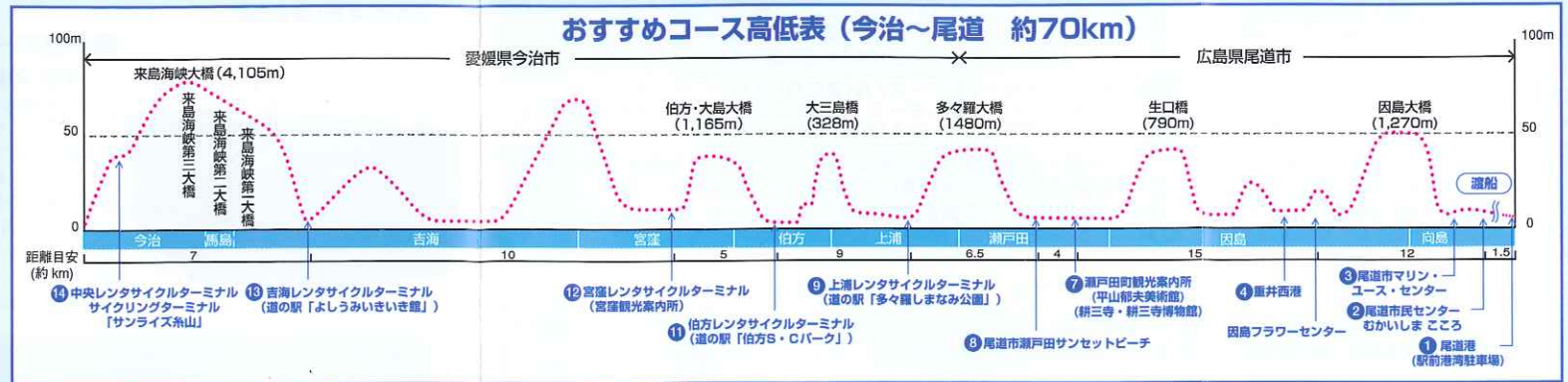


瀬戸内しまなみ海道 サイクリングMap



- ### 凡 例
- 瀬戸内しまなみ海道
 - 自転車・歩行者
おすすめコース(初級)
 - 原動機付き自転車道
(拡大図のみ表示)
 - 高速道路(しまなみ海道以外)
 - 国道
 - 主要地方道
 - 県道・一般道路
 - 航路(航路番号詳細は
裏面フェリー欄参照)
 - バス停(高速バス停と
ターミナル最寄りのバス停のみ表示)
 - 市役所または町役場
 - 市役所または町役場の各支所
 - 警察署・交番
 - 総合病院
 - 城ほか
 - レンタサイクルターミナル
 - キャンプ場
 - 海水浴場
 - トイレ
 - しまなみサイクルオアシス
 - ビューポイント
 - ガソリンスタンド(島内のみ)
 - コンビニエンスストア(島内のみ)

「しまなみサイクルオアシス」は、しまなみを訪れたサイクリストの方が休憩、トイレ、給水、空気補充などを気軽にいただける「おもてなし」スポットです。フレンチバルブ用の空気入れやサドルハンガーも設置していますので、ロードバイクユーザーの方も安心してご利用いただけます。





自転車で走行されるみなさまへ

●安全サイクリングの心得●

- 自転車は車両です。左側通行で交通ルールを守って、安全運転を心がけましょう。
- からだに合わない自転車には乗らないようにしましょう。
- ほかの自転車と並んで走ったり、ジグザグ運転をしたり、競争したりしてはいけません。飲酒運転、二人乗りは禁止です。
- 車間距離をとり、前方・後方によく注意して走りましょう。
- 各橋から一般道への下り坂は勾配が急です。出会い頭の事故を防ぐため、スピードの出すぎには注意しましょう。
- 自転車通行可能な歩道を通る場合は車道寄りを徐行し、歩行者の通行を妨げないように注意しましょう。
- 夜間の走行は、事故、トラブルの原因や危険を伴いますので、計画的なサイクリングを心がけましょう。やむを得ず走行する場合はライトの点灯を。
- 安全のためヘルメットを着用しましょう。

走行中の注意事項

コース案内

おすすめコースには、各島内にコース案内プレート、看板、ブルーライン等を設置していますので、案内に従って走行してください。



一部道路の狭い部分や急な坂道・下り坂がありますので、走行には十分注意してください。

※新尾道大橋には、自転車歩行者道がありません。
※尾道大橋は、交通量が多く危険なため渡船のご利用をおすすめします。

軽車両等料金(自転車、原付、125cc以下の二輪車)

橋上には料金箱が設置されています。※歩行者は無料

東島海峡大橋	伯方大島大橋	大三島大橋	多々羅大橋	生口大橋	因島大橋	尾道一島間渡船料金
200	50	50	100	50	50	大人60～100円 大人と自転車70～110円

※料金は平成26年3月時点のものです。

※便利な「しまなみ海道サイクリングチケット」をレンタサイクルターミナル①・⑨・⑭で販売しております。

※通行料金、サイクリングチケットのお問い合わせは、

本州四国連絡高速道路(株)しまなみ尾道管理センター TEL 0848-44-3700

しまなみ今治管理センター TEL 0898-23-7250

緊急時の対応について

事故が発生した場合



負傷者がいる場合
負傷者の救出
救急連絡先へ
119番(救急)
110番(警察)



レンタサイクルを利用されている方は、貸出ターミナルへ連絡をお願いします。
※使用申込書の裏に連絡先が掲載されています。係員の指示に従って、対応をお願いします。

病院のご案内について

最寄りの病院、救急病院のお問い合わせは、貸出ターミナル(営業時間内)または下記へご連絡ください。

休日・夜間の病院連絡先(音声案内) 広島県 0120-169901 愛媛県 0898-32-3300

※レンタサイクルを利用されていない方へのご案内も行っています。

2014.4.100,000

レンタサイクルのご利用について

利用料金

貸出料金と保証料をいただきます。

貸出料金	保証料
大人 1日 500円	1,000円
子ども(小学生以下) 1日 300円	
電動アシスト自転車(大人用のみ) 4時間以内 800円	
タンデム自転車 1日 500円	

※自転車を借りたターミナルまたはそのターミナルと同じ島にあるターミナルに自転車を返却された場合は、保証料を返却いたします。それ以外のターミナルに自転車を返却(乗捨て)された場合は、保証料を返却できません。

※電動アシスト自転車およびタンデム自転車は乗捨てできません。また、配置のないターミナルもございます。

ご予約について

広島県 (一社)尾道観光協会レンタサイクル事業部 予約は利用日の1週間前まで 0848-36-5031

愛媛県 各ターミナルで受付

ターミナル一覧参照

※大型連休やお盆等は予約の制限があります。

貸出時の注意事項

- 貸出受付が終わりましたら、自分の体にあった自転車をお選びください。
- タイヤ・ブレーキ・ギアチェンジなどを確認してください。
- ※ご不明な点は、ターミナル係員にお問い合わせください。
- 受付でお渡した使用申込書は、返却時、故障対応等に必要ですのでなくさないようお持ちください。
- ターミナル営業時間以外には、事故・故障等の対応ができません。
- ターミナル営業時間内での計画的なご利用をお願いします。
- タンデム自転車は貸出に一定の条件があります。詳しくは貸出ターミナルにご確認ください。

返却時の注意事項

- ターミナルの営業時間内に自転車を返却して、使用申込書を係員に渡してください。
- 返却予定時間に間に合わない場合は返却予定ターミナルに連絡し、係員の指示に従ってください。
- ※ターミナル営業時間は、一律ではございませんので、返却時間には十分に注意をお願いします。
- 利用期間を延長した場合は、延長日数分の貸出料金をいただきます。延長利用される場合は、必ず返却予定ターミナルへ連絡してください。
- ※予定を変更して、予定より早く返却した場合でも、貸出料金はお返しできません。
- タンデム自転車は2日以上は貸出はできません。
- 当方の責めによらない場合、事故や盗難については、一切責任を負いません。
- 自転車を故意に損傷させた場合は、弁償していただきます。

公共交通機関のご案内

広島交通(しまなみライナー)	082-238-7755
本四バス(広島県側の島内バス)	0848-25-5571
おのみちバス(広島県側の島内バス)	0848-46-4301
中国バス(しまなみライナー)	084-953-5391
納鉄バス(しまなみライナー)	084-952-3700
因の島運輸(広島県側の島内バス)	0845-22-2171
せとうちバス(しまなみライナー)	0898-23-3881
瀬戸内海交通(株)(愛媛県側の島内バス)	0897-82-0076
瀬戸内しまなみリーディング(しまなみライナー)	0898-25-4873

①瀬戸内クルージング(快速船)尾道～瀬戸田	0865-62-2856
②芸予汽船(快速船)今治～芸予諸島～因島(土生)	0898-32-6712
③大三島ブルーライン(快速船・フェリー)今治～大三島～大崎上島～関前	0898-32-6713
④今治市せきせん渡船(快速船・フェリー)今治～岡村島	0897-88-2252
⑤くるしま(フェリー)波止浜～来島～小島～馬島	0898-41-8425

※裏面地図上へは航路名を番号で表記しています。

新尾道駅(新幹線)	0848-23-9331
尾道駅	0848-22-4724
今治駅	0898-23-0049

※路線、航路は変更になる場合がございます。ご利用の際はあらかじめご確認ください。



それぞれの橋は原付自転車、125cc以下の二輪車も通行することができます。通行帯に注意して走行してください。

ターミナルのご案内

しまなみ海道レンタサイクルは、広島県、愛媛県内の全てのターミナルで乗捨てが可能です。 ※電動アシスト自転車・タンデム自転車を除く

場 所	ターミナル 名	ターミナル営業時間	連絡先	最寄りの島内バス停・港
広島県	尾 道	①尾道港(駅前港湾駐車場)	7:00～18:00	0848-22-5332 JR尾道・尾道港
	向 島	②尾道市民センターむかいしま	8:30～19:00	0848-44-0112 尾道学園前バス停・フェリー乗り場
		③尾道市マリノ・ユース・センター	8:30～19:00	0848-44-6707 マリノユースセンター入口バス停
		④重井西港	8:30～18:00	0845-25-0548 重井西港・西港入口バス停
	因 島	⑤土生港(尾道市営中央駐車場)	8:30～19:00	0845-22-3362 土生港前バス停・土生港
		⑥因島市民会館	8:30～17:15	0845-22-6565 市民会館前・因島総合支所前バス停
	生口島	⑦瀬戸田町観光案内所	9:00～17:00	0845-27-0051 耕三寺バス停・瀬戸田港
		⑧尾道市瀬戸田サンセットビーチ ※タンデム自転車取扱あり	9:00～17:00	0845-27-1100 サンセットビーチ入口バス停
愛媛県	大三島	⑨上浦レンタサイクルターミナル(道の駅「多々羅しまなみ公園」)	9:00～17:00	0897-87-3855 大三島BS・井口港
		⑩大三島レンタサイクルターミナル(道の駅「しまなみの駅 御島(みしま)」)	8:30～17:00	0897-82-0002 大山祇神社バス停・宮浦港
	伯方島	⑪伯方レンタサイクルターミナル(道の駅「伯方S・Cパーク」)	9:00～17:00	0897-72-0018 伯方島BS・木浦(伯方)港
		⑫宮窪レンタサイクルターミナル(宮窪観光案内所)	9:00～17:00	0897-74-1074 大島営業所バス停・宮窪港
	大 島	⑬吉海レンタサイクルターミナル(道の駅「よしうみいきいき館」)	9:00～17:00	0897-84-3233 下田水港バス停・下田水港
		⑭中央レンタサイクルターミナル(サイクリングターミナル「サンライズ糸山」) ※タンデム自転車取扱あり	8:00～20:00(4月～9月) 8:00～17:00(10月～3月)	0898-41-3196 展望台入口バス停・今治港
	今 治	⑮JR今治駅臨時レンタサイクルターミナル	8:30～17:00	0898-34-1200 今治駅バス停・今治港
		今治市内には返却のみの乗捨てポイントがございます。 ●今治市役所本館前駐輪場 8:30～22:00 ◎指定の旅館・ホテル(宿泊者のみ) ○今治港駐輪場 24時間 ※JR今治駅北高架下自転車駐輪場は利用できません。	ターミナルではないので、貸出はできません。 ご利用の詳細はターミナルへお問い合わせください。	●今治駅バス停・今治港 ○今治橋バス停・今治港
	今 治			

※ターミナルは地図上には番号で表記しています。 ※レンタサイクルターミナルは、場所や営業時間などが変更になる場合がありますのでご利用の際はあらかじめご確認ください。

※①～⑮で借りたレンタサイクルは今治市サイクルステーション(道の駅「今治湯ノ浦温泉」)へ乗捨てできません。また、今治市サイクルステーションで借りたレンタサイクルは①～⑮へ乗捨てできません。



おすすめサイクリングコース

コース	①尾道港～②尾道市民センターむかいしま～因島大橋～④重井西港 (25km 3時間コース)
みどころ	港町・尾道の象徴である「尾道水道」をフェリーで渡り、向島と岩子島に架かる「向島大橋」をくぐり、向島の西側を快走！白い吊橋「因島大橋」と布列瀬戸に浮かぶ「笹島」の向こうに、雄大な雄略が開けます。二段構造の因島大橋では自動車道の下を走って、因島に到着します。
コース	④重井西港～生口橋～⑦瀬戸田町観光案内所 (17km 2時間コース)
みどころ	因島の市街地を南に進むと、生口島が右手に見えてきます。生口島に渡ると、特産のかんぎつを使ったジェラートや、平山郁夫美術館や耕三寺博物館に代表される歴史・文化の島「生口島」の魅力を味わうことができます。
コース	⑦瀬戸田町観光案内所～⑧尾道市瀬戸田サンセットビーチ～⑨上浦レンタサイクルターミナル(道の駅「多々羅しまなみ公園」)(11km 1時間30分コース)
みどころ	生口島西側の平坦な海岸沿いを快走！夕日の美しい「サンセットビーチ」や、広島・愛媛県境に浮かぶ「ひょうたん島」を右手に見ながら、「多々羅大橋」を渡る快適なコースです。「多々羅大橋」の主塔下で拍子木を鳴らすと、不思議な「鳴き龍現象」を体験できます。
コース	⑤土生港(尾道市中央駐車場)～インランド・シー・リゾート「フェスパ」～⑥土生港 (11km 1時間30分コース)
みどころ	因島土生港から生口島までフェリーで3分、生口橋、弓削大橋を渡って島を周遊しながらのんびりサイクリング。途中「インランド・シー・リゾート「フェスパ」」でひと休み、お風呂や足湯を楽しめるほか、瀬戸内海の壮大な景色を眺めながら食事でもできます。

平山郁夫画伯 スケッチポイント

①尾道と向島を結ぶ 尾道大橋と新尾道大橋
【近くの観光スポット】
尾道は数々の名画のロケ地となってきました。おのち映画資料館には、そのゆかりの映画資料の展示、ミニシアターなどがあります。また、聖徳太子の創建といわれる浄土寺があり、足利尊氏ゆかりの寺としても有名です。文化財の宝庫で「国宝の寺」と呼ばれています。
所在地：尾道市役所南駐車場内

②向島より因島を望む 因島大橋
【近くの観光スポット】
向島にある向島洋らんセンターは、温暖な気候を利用して栽培された様々な洋ランを展示しています。また、2000mの芝生が広がる「憩いの広場」もあり、ゆったりとしたくつろぎの時間が過ごせます。
所在地：立花地区の県道向島循環線沿い

③因島大橋
【近くの観光スポット】
因島大橋のふもとに大橋完成を記念して造られた因島大橋記念公園には、美しい芝生広場があります。海峡を行き交う船と大橋を眺めながら遊ぶことができ、グループでの軽スポーツや家族連れでにぎわう憩いのスポットになっています。
所在地：因島大橋記念公園「はっさく屋」前

文化勲章を受章された日本画家(故)平山郁夫画伯は「しまなみ海道」の生口島瀬戸田町のご出身です。しまなみ海道開通を記念し「しまなみ海道五十三次」と題して60点の水彩画を描き下ろされました。画伯がスケッチされたポイントには大島石の石柱と画伯の絵を陶版に焼き付けたオブジェが設置されています。

④瀬戸田港 海岸
平山画伯の生家に近い瀬戸田港からは、室町時代に建立の国宝向上寺三重塔を仰ぎ見ることができます。満ち引きを繰り返す速い潮の流れと、港にもやわれた漁船の姿は、幼少期の画伯が見た風景と同じで、何十年も変わりません。近くには、画伯による「潮騒の瀬戸に育ち、我が道を行く」碑や、「遺唐使」の石板もあります。
所在地：瀬戸田港北町海岸歩道

⑤多々羅大橋 生口島を望む
【近くの観光スポット】
文化勲章受章の書道家・(故)村上三島先生の作品を展示した村上三島記念館。レンタサイクルも設置したインフォメーションセンターや多々羅キャンプ場など多くの文化施設や観光施設が点在し、観光客の憩いの場として賑わっています。
所在地：多々羅しまなみ公園内

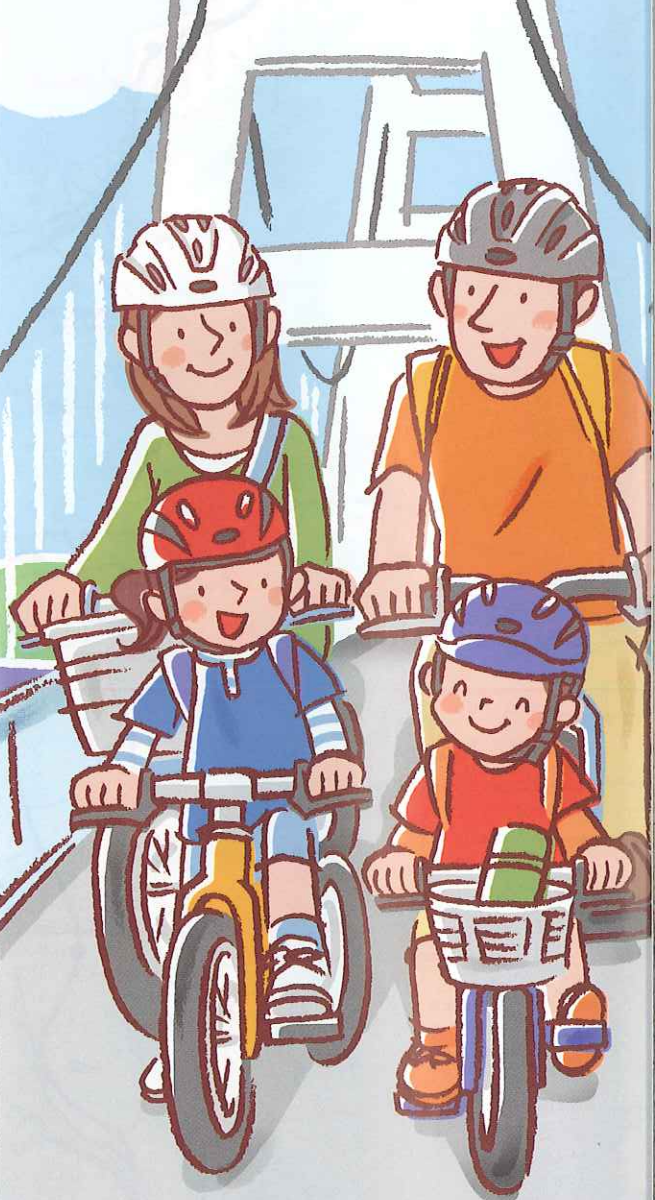
⑥伯方島 伯方・大島大橋
【船折瀬戸】
伯方島と大島との間の狭い水道です。古代より瀬戸内海東西航路の中心航路となっています。その間を急流のごとく流れる潮流は時速9ノットといわれており、時に渦を巻き、その景観は壮大です。一方、船の難所として船乗りたちに恐れられていました。
所在地：国道317号沿い

⑦大島亀老山から来島三連橋を望む
島の南端に位置する標高307.8mの亀老山。山頂にある展望台は、環境に配慮した地中埋設式。パノラマ展望ブリッジからは、瀬戸内海周辺の小島と日本三大急潮の一つ来島海峡の雄大な渦潮、世界初の三連吊橋「来島海峡大橋」、晴れた日には「霊峰石鎚」の山脈を望むことができ、その景観は夜景とともに素晴らしい。
所在地：亀老山展望公園

⑧来島第一、第二、第三大橋 今治 糸山公園より
「えひめ感動の地20選」の第1位に選ばれ、日本三大急潮の一つに数えられる来島海峡は、風光明媚な瀬戸内海の内海風景です。糸山の来島海峡展望館には、来島海峡大橋の架橋技術を紹介する展示室があり、展望広場からは、美しい島々や来島海峡の自然美と来島海峡大橋の人工美が織りなす絶景が一望できます。
所在地：糸山公園展望台

瀬戸内しまなみ海道振興協議会は、瀬戸内しまなみ海道地域の活性化と観光振興の推進を目的とし、尾道市、今治市、上島町をはじめ関係21団体で構成されています。

しまなみ海道 サイクリングマップ



瀬戸内しまなみ海道振興協議会
本州四国連絡高速道路(株)

瀬戸内しまなみ海道地域観光図「しまなみ海道 海響ツーリズム」