

# パースシティを駆け抜けるサイクリング

自分のペースで街中を散歩するのにピッタリなアクティビティといえば、自転車に乗って楽しむサイクリング。お馴染みの二輪自転車と、ユニークな形の四輪自転車に乗って、読者モデルがパースの街でサイクリングを体験しました。

【読者モデル】  
宮本 真梨さん  
みやもと まり



洋楽好きが高じて海外に興味を持ち、ワーキングホリデーでオーストラリアへ。音楽を通じ、パースで出会った方とコラボレーションした楽曲を近々iTunesに配信予定の宮本さん。パースでサイクリングを体験していただきます。

パースに来てから、今回が初めてのサイクリング。冬の間、外に出なかつた分、いっばい動きたいです！

## サイクリングとは

19世紀初頭にドイツで発明された二輪車「ドライジーネ」が始まりといわれる自転車で、主にレジャー目的で走行を楽しむこと。

## お店の人に聞く！ パースで楽しむサイクリング

East Perthで自転車のレンタルを行うAbout Bike HireのPryerさんにお話を伺いました。



「真夏は午前中の早めの時間帯が、暑くなり過ぎずサイクリングに最適ですよ」とアドバイスするPryerさん。



「パースの街は道が平坦なので、サイクリング中も街の景色を楽しむ余裕が持てます。この街でのサイクリングは、探検するのにぴったりなアクティビティです。これからの季節、日焼け止めやサイクリング中の水分補給も忘れずに行いましょう」



### 【サイクリングのオススメコース】

- ・発着場所：About Bike Hire (レンタル店)
- ・所要時間：約2時間 (二輪自転車/上地図 - ピンク色)
- ・所要時間：約1時間 (四輪自転車/上地図 - 黄色)

## サイクリングの準備をしよう！

サイクリングに出発前の準備や必要な道具について紹介します。

サイクリングを快適に楽しむためには、自分に合ったサイズの自転車を選び、サドルの高さもきちんと調整します。動きやすい服装、靴、そしてヘルメットも着用して行ないました。



サイクリングのオススメルート进行を説明するPryerさん。



二輪自転車でのサイクリングでは、ヘルメットを着用します。



一般的な1人用や、サドルの2つ付いた2人用の二輪自転車、そして四輪自転車、ヘルメット(四輪自転車は不要)も、お店で貸してくれます。



### 《オーストラリアでの自転車走行について》

日本同様に左側通行。ヘルメットの着用義務あり。自転車専用レーン、車道、歩行者との共用レーン等、その道によって定められた自転車走行用の道を制限速度などの道路標識や交通標識に従い走りましょう。