


国名： オランダ 走行エリア：アムステルダム市内 道路・運河

走行エリアの基本情報：一般道 自転車レーン・アムステルダム運河サイクルポートルート

参考 HP：<http://www.iamsterdam.com/> (アムステルダム HP)

<http://www.holland.com/jp/tourism/article/by-bike-jp.htm> (オランダ政府観光局サイクリング関連)

レポート期日：2013年4月現在 ※ 上記 HP には、オランダ市内のサイクリング地図 有り

(※ 実際に現地で走行を体験した感想を基に記述しています。下記全ての内容は、変化している可能性もあります。ご了承ください。)

実際に走行した道路等：路面状況 (アスファルト舗装・運河) 使用自転車 オランダ Gazelle 社 stadsfietsen29

ルート名：YellowBike レンタルツアー + 運河航行レンタルポートバイク 実走行：20 km 実航行：7 km

現地の人々の自転車とのつきあい方：

※ レポート報告者：OSCN 片山 昇

オランダの首都アムステルダムは、国土の四分の一が海拔以下であり、臨海を干拓した低地に発達した街だ。その為、平地がほとんどであり、歴史上運河とともに発展してきた経緯がある。そして、自転車王国と言われる所以も、平地であるが故の漕ぎやすさと、オランダ人の儉約家気質、1990年代以降の車から自転車への行政による交通手段転換政策『[Bicycle Master Plan](#)』とが合致した結果ともいえそうだ。通勤通学時間帯には特に、市内の幹線道路は実用的に自転車を利用する方々で溢れかえる。自転車と小型オートバイ共用専用レーンを、整然と迅速に2輪の集団が移動していく。これは、いかにアムステルダムの方々にとって、自転車という移動手段が生活に密着しているかを物語る日常である。一方、それほど多い自転車の保管場所だが、日本に例えるなら、町中の至る所が駅前の自転車置き場と化している感じだ。この点では、生活に支障をきたすほど自転車が並んでいるので、かなり問題になっており行政も対処に乗り出している。もうすでに使用されなくなった自転車も多い状況だ。これほど日常的自転車王国であるが、あまりヘルメットを着用する人を見ない。子どもについても着用義務は無いが、親が安全面から被せている場合が多い。大人は自己責任の下、ほとんどの人がヘルメット未着用で、かなりのペースで実用車タイプの自転車で流れにのっている。平日等は、実用的なタイプの自転車が大部分で、休日でないスポーツタイプのロードレーサーに、ジャージ+ヘルメットというスタイルのサイクリストを見ることは少ない。人種のるつぼ的な欧州は、治安面上では自転車の盗難も多いようで、高額なスポーツ自転車は、通常は家の中に保管していることも多いようだ。また、前述のように低地が多く、最高地点でもドイツとの国境の300m程度なので、山岳走行を目的としたMTBやロードでのスポーツサイクリングの為には、フランスやドイツ等の山岳地帯まで遠征しなくてはならない状況である。とはいえ平地が多く誰もが自転車に親しんでいることから、ベルギー同様、自転車競技をこよなく愛する人々も多い。そして、世界選手権やツールドフランス等で活躍する選手も輩出している。オランダの銀行『[RaboBank](#)』は、プロ自転車チームのスポンサーでもある。特筆すべきは、自転車の乗り方や街での走行の仕方を、家庭で親から子へと確実に伝える文化伝統があることであろう。また、小学校などの学校教育現場でも、実技を含めた交通教育があり、中学校に進学する際には、成果を試す『[Verkeers examen\(Traffic Test\)](#)』『[交通試験](#)』のようなものが存在する。家庭・学校教育の双方から、自転車社会の基盤づくりを堅実に支えている環境がある。



運河沿いの通りにも、たくさんの自転車が駐輪されている。



コンセルトヘボウ (コンサートホール) とチューリップ。戦前からの建築物。



一般的なスタイルの自転車以外にも、実用上利便性に合わせたスタイルの自転車が多い。

現在のサイクリング環境（道路整備・コース整備・社会的認知度等）：

状況写真：（※ 下記以外の状況写真・動画をご覧になりたい方は、左記ページへ⇒ [只今準備中](#) ※ フラッシュプレーヤー再生）

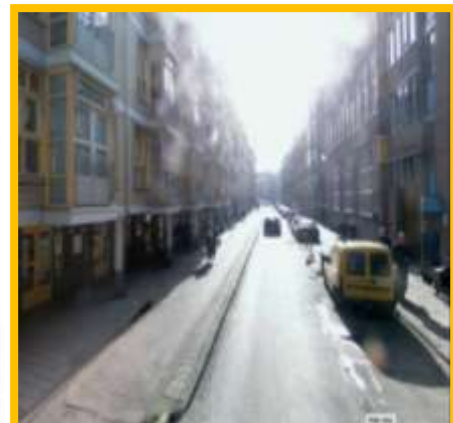
オランダは以前から自転車王国だったわけではない。日本や諸外国の例にもれず、**自動車による大気汚染が深刻化した時代**も有った。しかし、前項で述べた行政施策により、車を減らすために敢えて車線を減らし、自転車レーンへと改変する一大変革を行った。結果、車道は大渋滞。儉約・堅実な国民性を持つオランダ人は、**自動車通勤を止め、空いている自転車レーンへと自転車利用の道を選んだ**という経緯だ。オランダは、日本のように乗用車の分野で主要産業といえるほどのメーカーを持たず、乗用車はほとんど海外からの輸入品であるという事実。（※トラック・バスは世界的メーカーが存在）一方、自転車メーカーは、王室御用達の老舗 [Gazelle 社](#) を初め、[Batavus 社](#)・[Union 社](#)・[Sparta 社](#) といった、すでに百年以上続いている自転車メーカーが数社現存している事実。こういった点も、オランダの自転車王国化を可能にさせた背景であろう。大通り沿いの自転車レーンを、[自転車レーン清掃専用の、コンパクトな清掃車輛](#)が回転等を点滅させ作業してゆく。車道では、その台数の多さから自転車の方が社会的道路的地位が上のような感じすら受ける。結果として、車のドライバーは自転車の集団の動きを常に想定した運転が必要である。自転車が交通弱者だから守られるべきという感覚よりは、同じ車道を走行する車輛として認識するのが当然と言った方が正しいであろう。さて、一般的な実用車は、手のブレーキよりも、コースターブレーキというペダルを逆に回すとブレーキがかかる自転車が主流だ。手ブレーキになれている人間には、少々慣れも必要である。オランダ人は実に様々なタイプの実用車で、器用巧みに、通勤通学の走行集団を形成していく。その様は圧巻である。大通りには確実に、自転車専用レーンがあるが、横へ逸れた道に入ると、運河沿いに発展し、古くからの建造物も多い街なので、自転車走行の表示が無くなることもある。しかし、自転車での移動が、交通手段としてデファクトスタンダード（事実上の標準）の社会状況の為、日本同様にどこを走ればよいか分からなくなったとしても、車からプレッシャーを受け、肩身の狭い思いをすることは少ない。基本的には、表示の無い道路では、車道の右端（右側通行）走行である。歩道走行は禁止だ。各自所有自転車の利用率が高いので、日本やその他の欧州諸国のように、シェアサイクルシステムは必要無い。代わりに、アムステルダムでは、観光客向けのレンタサイクル会社（[YellowBike](#)・[BlackBikes](#)・[GreenBudgetBike](#) 等）が軒を連ね利用者も多い。運河沿いを、アンネフランク関連の建造物やゴッホ等美術館を巡るサイクリングツアーが評判だ。また、アムステルダムに張り巡らされた運河地形を生かした、いくつかの停泊所で乗り捨て可能な『[キャナルバイク](#)』も面白い。つまり、「運河航行用の足こぎボート」である。中型の観光船と同じ水路を、ペダルを漕ぎつつ、水面からアムステルダムの街を見学しつつ、自分で運河を航行していく経験は、狭い湖での足こぎボート遊びしか知らない日本人には新鮮でいささか冒険的なものとなる。但し、運河の航行規律に注意し理解してから進まないで、中型とはいえ大きな観光船から警笛を鳴らされ、怖いし危険だ。水面でも、自己責任を認識しつつ、足こぎボートで巡る覚悟も必要とされる。



自転車レーンを清掃する小型専用車輛。オランダのメーカー [RAVO](#) の車輛である。



I Am sterdam! アムステルダムのゴッホ美術館近くに設けられたキュートなサイン。



左の薄赤色の部分が、自転車レーン。自動車の車線の一つ無くし造ったのが想像できる。



左右の薄赤色の部分が、自転車レーン。自動車の車線を減らし、造ったのが、ここでも想像できる。真ん中は市電のレールだ。



アムステルダム市内のゴッホ美術館近くの道路。間隔をとり、自転車の列が続く。日常の風景。朝・夕の時間帯は、とても混雑している。



Van Gogh

oScN



広く大きな交差点である。それぞれの車輻や歩行者に合わせた信号が有る。ここを、歩行者・自転車・オートバイ・車・バス・市電が、整然と行きかう。後ろに、自転車レーンのプロチームをサポートする銀行『Rabobank』の看板が見える。



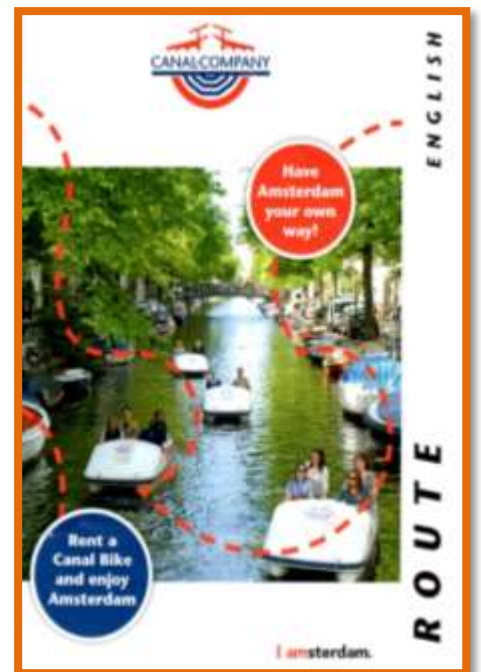
中学生になると、自転車で通学する生徒も多く、自転車を利用した交通試験もある。



アムステルダムの自転車メーカー『WorkCycles』製の子どもや荷物載せ自転車。ここに子どもを2〜3人乗せている姿を目にする。クールなママチャリである。



運河がアムステルダムの生命線であったのであろう。今は、観光向けのクルーズ船が行きかう。ここをレンタル運河バイクでサイクリング！たとえ慣れていなくても、航行指示板をよく確認し、進まないで、パァ〜ン！と警笛を鳴らされ叱られるので注意！！日本のサイクルポートの気軽さとは、少し事情が違うのだ。



1時間のレンタルで、8ユーロ。およそ1000円ほど。1人でこごと、かなりトレーニングにはなる。



小型のオートバイと自転車は、2輪専用レーンを走る。日本でも、四国と広島を結ぶ『しまなみ海道』の自転車レーンが同じスタイルだ。慣れれば違和感はない。



オランダで
チューリップなら、花の楽園
[キューケンホフ公園](#)へ！



『WorkCycles』製の子どもや荷物載せ自転車、画面右を走行しているのがわかるだろうか。



(写真下) 電車の扉や車体に、自転車マークが描かれた車輛は、自転車を乗せることができる。分解しなくてもそのまま乗せられる。実際に利用者を多く目にする。もちろん、ホームは押していく。



(写真左・右)
アムステルダム市内には、レンタサイクル・サイクリングガイドツアーの店も多い。
2時間の市内ツアーで、21ユーロ。日本円で約2,800円だ。ガイドがわかりやすくアムステルダムを説明してくれる。平坦とはいえ、運河にかかる橋を渡る時など、実に細かく筋トレ状態となり、運動好きには Good だ！



Yellow Bike

THE AMSTERDAM RIDE

Yellow Bike

THE AMSTERDAM RIDE

CITY BIKE TOURS

DEPARTURES: 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00

PRICE: 21 EURO (21.00)

COUNTRYSIDE BIKE TOUR

DEPARTURES: 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00

PRICE: 21.00

BIKE & BOAT TOUR

SPECIAL OFFER: 21.00 (21.00)



TOURS & RENTALS

SINCE 1990

BIKE RENTAL

PRICE: 10.00 (10.00)

WHEEL TRANSPORT

TRUCK LINES: 1, 2, 3, 10, 17

SPECIAL DISCOUNT OFFERS

THE ULTIMATE AMSTERDAM BIKERS MAP FOR FREE

ONE BIKE FOR FREE 00 WITH A GROUP OF 4 OR MORE

SOCIAL MEDIA

www.facebook.com/yellowbike

www.twitter.com/yellowbike

WWW.YELLOWBIKE.NL

TELEPHONE: +31 (0)20 620 6940

WWW.YELLOWBIKE.NL

TWITTER: #YELLOWBIKE

City of Amsterdam

For an overview of bike parking facilities in Amsterdam:



More information:
Call the local authority on 14 220 (five-digit telephone number) or go to www.amsterdam.nl/ifa

Cycling safely in Amsterdam



←
 アムステルダム市の自転車利用の啓発カード。ルール・自転車の駐輪の仕方・モラルについて記載してある。観光客向けのみならず、たくさん存在する現地の自転車利用者向けである。日本の例にもれず、改善すべき問題も抱えているのが実情。



オランダで
 風車を観るなら、
[キンデルダイク](#)へ！

Cycling rules:

Cycling allowed   

No cycling allowed   

No bicycle parking allowed  

In this area, park your bicycle at designated bike parking facilities  

Gemeente Amsterdam

IT'S EASY

Park your bicycle properly



←
 Park your bicycle properly
 自転車はちゃんと駐輪場へ留めましょう！の文字がアムステルダムの現実を物語る。日本とは比較にならない台数なのだ。街を住みやすくする為に、It's EASY! 簡単なことだよね！ということであろう。



Tips

- Dutch bicycles often have a back-pedal brake; get the hang of it by practising somewhere safe
- Stay well behind or well in front of lorries at traffic lights. Never stop next to them – you'll be in the driver's blind spot
- Cross tram rails at right angles so your wheels don't get caught
- Taxis drive on the tram tracks as well
- When cycling in a group, be extra mindful of obstacles and leave room for other cyclists
- Don't cycle while using headphones or a mobile phone as you are less aware of your surroundings
- Beware of scooters: they often drive at high speed in the bike lane




Park your bicycle at designated bike parking facilities

Parking your bicycle

Always lock your bicycle securely and do not park on the road or in the path of pedestrians. Your bicycle will be removed if you don't park it in the designated bike parking facilities near train and tram stations, or in busy locations such as the Dam or the Leidseplein entertainment district. If your bicycle is missing, call the Fietsdepot (Bike Depot) the following day: 020 - 334 4522. You can retrieve your bicycle for a fee. If your bicycle is not at the Fietsdepot, call the police: 0900 88 44. You can also report the theft online: www.politie.nl/aangifte.

Facts and figures

- Estimated amount of bicycles in Amsterdam: 880,000
- Total number of cars in Amsterdam: 320,000
- Cyclists in Amsterdam travel 2 million kilometres per day
- Amsterdam has 513 kilometres of designated cycle paths
- 56% of all serious traffic accidents in Amsterdam involve cyclists
- Amsterdam has about 240,000 bicycle racks
- Half of all movement in the (historic) city centre is by bicycle

←
 バックペダルブレーキに慣れてない人注意！や、市電『トラム』の線路にタイヤを落とさないように、進入角度を注意してね。というあたりは、アムステルダムならではの注意点である。
 また、アムステルダムには約88万台の自転車がある。一方22万台が自動車。アムステルダム市内には延長513kmの自転車レーンがある。そして、大事故の中の56%に自転車が関係している・・・そうである。

Cycling is the fastest and most enjoyable way to get to know the city. Amsterdam is very bicycle-friendly. And not just the city centre – the suburbs are also worth a closer look, and they are never more than 20 minutes away by bicycle! Do be extremely alert, because traffic – trams, all types of motorised transport, invalid's vehicles, other bicycles, pedestrians, roller-skaters, skateboarders and even horse-drawn carts – can come from unexpected directions! Follow the tips in this leaflet, and you will be able to enjoy the city like a local.

Follow the traffic regulations

- Keep to the right and cycle in the same direction as the other traffic
- Stop at red traffic lights
- Use the cycle paths and don't cycle on the pavement or the road
- Give way to traffic coming from the right
- Use a white headlight and a red taillight after dark
- Don't cycle under the influence of alcohol or drugs

Don't be an obstruction for other traffic

- Look before you leap – so don't turn or stop suddenly
- Don't dart out from between parked vehicles
- Let others know what you're planning to do: use hand signals and make eye contact
- Don't stop unexpectedly if something catches your eye
- Be aware of trams and taxis (they often have right of way), lorries, mopeds and of course other cyclists
- A green traffic light ahead? Be aware of cars/lorries turning at the lights: they often have green light too




← (左白部分和訳)
 アムステルダムを知るには自転車利用は、最速で最高に楽しい移動手段。自転車にとってフレンドリーな街です。自転車なら市の中心部から郊外まで20分以内で移動可能！でも、交通状況には最大限に注意！！いろんな自動車・トラム・車いす・オートバイ・他の自転車・歩行者・ローラースケート、スケートボード・馬車・・・が予期せず来るからね！このパンフ読んで街を楽しんでね！

