

件名 **健康づくり自転車プロジェクト**

～ **自転車通勤推奨プロジェクト** ～

自転車通勤を推奨する町さむかわ

「わたしの提案（町長への手紙）」



# 1 問題・課題

(1) 寒川町では、茅ヶ崎市、寒川町気候非常事態宣言に位置付けた「**二酸化炭素排出実質ゼロ**」に資する取り組みを実行しているのに対して、寒川町内の通勤者がクルマ通勤の場合、温室効果ガスを排出し、地球温暖化を加速させてしまう交通手段であり、地球環境保全における**脱炭素社会の実現に歯止め**をかけてしまう通勤手段と捉えられる現状があります。



(2) クルマ通勤時における**道路交通渋滞**。



## 2 改善案

- ・寒川町民の自転車通勤を推奨する事により、自動車（クルマ）通勤から自転車通勤へ変更を促します。自転車通勤は環境負荷の低減に加えて、**健康増進に向けた取り組み**に対して、健康的に暮らせる環境を実現させる事に効果がある通勤手段になります。
- ・ **安全が最優先**。自転車通勤を**推奨**するスタンス。ヘルメット購入費の助成の継続。



### 3 改善後の効果

#### 町民のメリット

#### (1) 身体面の健康増進

- ・ 自転車通勤は内臓脂肪を燃やし、体力、筋力の維持、増進に効果があります。さらに、**がんや心臓疾患による死亡・発症リスクの軽減**が期待されます。
- これからの社会課題、超高齢化社会への対策にもなります。



A photograph showing four hands of different skin tones cupped together, holding a bright red, glossy heart. The background is a soft, light blue gradient.

## (2) 精神面の健康増進

- 自転車通勤は、適度な運動などによって、日々の暮らしの気分・メンタルの向上に繋がります。

また、クルマ通勤と比べて、渋滞時における**ストレス症状の緩和**になります。電車通勤時においては満員電車などのストレスがなくなり、快適に通勤できるメリットもあります。

### (3) 寒川町のイメージアップ

- 現在寒川町は、パンプトラックさむかわや THE PARK SAMUKAWA にて、BMX等の自転車スポーツが栄えています。BMXレーシングでは、東京2020オリンピックに出場したトップライダーが寒川町出身という事もあり、町内の自転車利用を促進する理由にもなります。

2019年には寒川町にて、BMXフラットランドの世界大会、アークリーグが行われる等、これもまた自転車利用を促進する理由の一つです。

また、「さがみグリーンライン自転車道」のエリアが広がっています。これにより車両との分離を図り、自転車通勤者が安全に通勤できる手段となります。

このような事から、**自転車通勤を推奨する町さむかわ**として、寒川町のイメージアップにも

繋がるプロジェクト、「わたしの提案」となります。



## 4 まとめ

健康づくり自転車プロジェクトが進むと・・・

・ 町民の身体能力が向上。がん等の発症リスク軽減。精神面のメンタル向上。ストレス症状緩和。町内のクルマ渋滞緩和、道路トラブル解消。

寒川町が取り組む「二酸化炭素排出実質ゼロ」に資する取り組みに繋がり、脱炭素社会の実現に向けた取り組みにダイレクトに繋がります。

要は、**子供達が暮らす未来の地球環境をより良いものにするプロジェクト**です。

## 5 将来的な展望（具体案）

- ・ **寒川町企業との連携**（（例）寒川町企業に自転車通勤してる方に対して自転車用ヘルメット購入費助成。）
- ・ 隣接する都市（茅ヶ崎市、藤沢市、平塚市）と協力して自転車専用道路（さがみグリーンライン自転車道）のエリア拡大。
- ・ 町内在住者と勤務者に対して自転車購入費助成制度を導入し運用する。  
（ヘルメット購入費助成と同等の制度）
- ・ 高座のこころブランドマークを活用。など。。。

**長い目で。地道に。ひたむきに。**



## 6 通勤モデル

- 様々な事が多様化されていく現代社会において、それぞれの通勤スタイルに対応し、**脱炭素社会の実現**と超高齢化社会に対応すべく**健康増進に向けた取り組み**のため自転車通勤を推奨する町として、多くの自転車が町を安全に走ることで寒川町のイメージアップになります。
- 寒川町から、これからの通勤スタイルを確立させて、**地域社会全体まで発展させる事**を最終目標とします。
- 町からの回答を希望します。

## 回答

<健康づくり自転車プロジェクト>

【所管：企画政策課、町民安全課、スポーツ課、健康づくり課、環境課、都市計画課】

○健康増進や環境負荷の低減について

【所管：健康づくり課、環境課】

自転車の利用は、有酸素運動により血圧を下げるなど、寒川町における生活習慣病での特徴的な課題の一つである高血圧に有効とされており、精神面においても精神の安定や脳の働きを活発にさせる効果があるとされています。

また、膝や腰への負担が少なく幅広い年齢層の方が活用できるため、加齢に伴い筋力や心身の活力が低下する「フレイル」の予防効果も期待できるなど、健康面での様々なメリットがあります。

車の利用は、移動手段として便利である一方、環境負荷につながる排気ガスの排出や、二酸化炭素などの温室効果ガスを自転車よりも多く排出します。

自転車利用の推奨については、環境負荷の低減または町行政区域内の二酸化炭素排出量の削減に資するものであると考えますので、省エネルギー機器の導入促進や再生可能エネルギーの利用の促進などの取り組みとともに、町民に向けた周知啓発に努めてまいります。

○自転車用ヘルメットの助成について

【所管：町民安全課】

自転車用ヘルメット購入費の助成については、町内在住者のみを対象として継続していく方向で考えております。なお、町内の企業と連携した助成については考えておりませんので、企業内で補助制度を創設し、企業全体でヘルメット着用の促進を図っていただきたいと思っております。

○寒川町のイメージアップについて

【所管：スポーツ課、都市計画課】

町では、ホイールスポーツ（BMXなど）に力を入れております。2020東京オリンピックでは、寒川町初のオリンピック選手がBMXレーシングに出場しました。パリオリンピックでも有力候補として、現在世界各国で行われている大会に出場し好成績を収めています。

自転車通勤を推奨することで、自転車に興味を持っていただくことはとても良いことと考えます。オリンピックを機に、町内にゆかりがあり活躍している、BMX等自転車に関わる選手の情報を今後も発信していくとともに、各所管施設と連携したイベントや講習会等を開催し自転車の普及活動に努め、自転車利用の促進につなげてまいります。

なお、県道409号「相模川自転車道（さがみグリーンライン）」につきましては、神奈川県により整備が進められており、現在海老名市河原口から寒川町一之宮までを先行整備区間として一部供用開始しております。

供用区間の拡大に向けて、整備主体である神奈川県と引き続き調整を行ってまいります。

○プロジェクト全体を通して

【所管：企画政策課】

ご提案いただきました内容のとおり、自転車による移動には多くのメリットがあり、急傾斜地がなく平坦で移動が容易である当町の強みに沿ったご提案だと考えます。

温室効果ガス削減等を目的とした脱炭素社会の実現をはじめとして、今後予想される人口減少社会や超高齢化社会に伴う労働力人口の不足や社会保障費の増大、公共施設の老朽化など、持続可能な社会の実現のために多様な住民ニーズを把握しながら、各種施策や事業を統合的に検討し、限られた経営資源の中で実施していく必要があります。

今回のブランドマーク活用も含めた当事業の提案は、まちづくりのための貴重なご意見として捉え、関係機関等との調整を図りながら、その実現を図ってまいります。