

自転車の観点から見た スローカブルなまちづくり ～役割と可能性～

(公財)自転車駐車場整備センター
自転車総合研究所 古倉 宗治
モビリティーマちづくりセミナー
2023.05.12

スローカブルなまちづくりと自転車

1	日本の「移動」に関する考え方	①快適より利便 ②楽しいより安全 ③環境より経済 ④健康より楽に ⑤スローより迅速  移動過程より移動目的を重視
2	スローカブルな移動で求められるもの  移動過程を重視	①利便な移動より快適な移動 ②安全な移動より楽しむ移動 ③経済的より環境的な移動 ④安易な移動より健康・長寿の移動 ⑤迅速な移動よりもスローな移動
3	自転車の特徴	これらに自転車は寄与できる

1920年ごろパリ・ロンドン・NY



1900年ごろのロンドンのまちの風景 トラックやクルマ中心で、自転車はない
右は1920 Regent St.



1920年ごろのニューヨーク



1930年ごろパリモンマルナス大通り クルマと市街電車ばかりで、自転車は見かけない

1920年前後の日本の都市の風景



出典 三井住友トラスト不動産ホームページ「日本橋」横山町問屋街 自転車での移動が多い
<https://smtrc.jp/town-archives/city/nihombashi/p04.html>

出典 三井住友トラスト不動産ホームページ「銀座京橋」銀座 車道を自転車左側通行をしている。
<https://smtrc.jp/town-archives/city/ginza/p06.html>



牛田誠氏提供

現在でも先進国で第3位の自転車利用国



出典 Network2010昭和初期の名古屋「本町通門前町より北方を見る」大量の自車交通
<http://network2010.org/article/668>



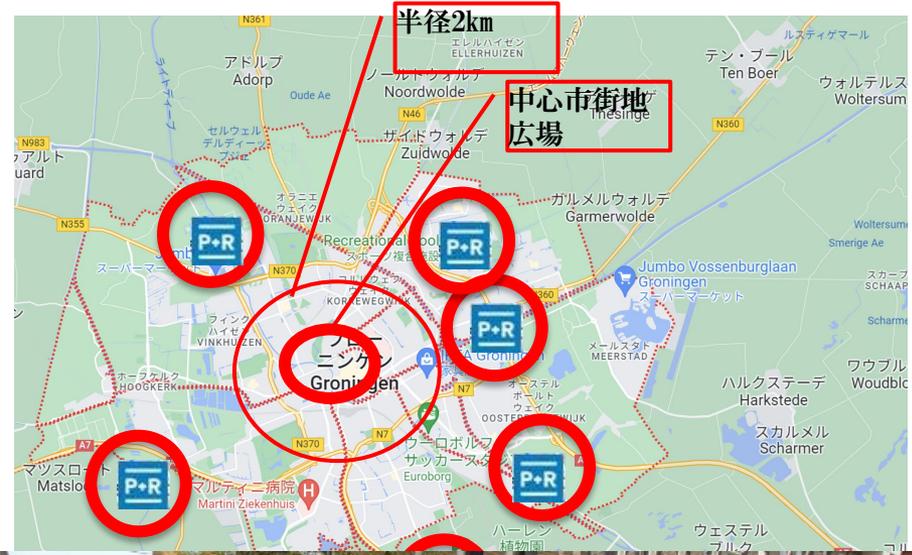
絵葉書 昭和初期 (熊本百景) 新市街 九州肥後商店街街角風景自動車映画館カフェ観光

17世紀・1960-70代フローニンゲン



出典 フローニンゲン市役所作成資料 まちの中心部への自動車の群れ

現在フローニンゲン市街地図と写真



現代のフローニンゲン(アクセス)

中心市街地へ向かう自転車の列



中心市街地の広場
周辺の駐輪場



高齢者も自転車で
向かう



中心市街地の広場



出典 すべて古倉写す

自転車が果たせる役割・可能性

1	まちのスローな移動の手段	<ul style="list-style-type: none">○まちの中のスローな移動(徒歩+自転車)○中心市街地へのアクセス(その後徒歩)○まちの中域の回遊(高齢者日常徒歩限界500m)○まちの魅力を五感で体感できる移動 聴覚=風、小鳥、視覚=まちなみ、沿道の花木 嗅覚=花の香り、触覚=ふれあい、味覚=食べ歩き
2	生活習慣病予防のスローな移動手段	<ul style="list-style-type: none">○男性の1/2女性の1/3が罹患する悪性新生物の予防と脳血管系、心臓血管系の三大生活習慣病○一週間23メッツの身体活動量の2/3をカバー(5km20分通勤) 移動で死亡(30-40%)の大幅削減
3	脱炭素のスローな移動手段	<ul style="list-style-type: none">○買い物(週2、3kmのスーパー)年間83kgプラス自転車通勤(週5、5km)で325kg 計408kg 1家庭3,903kg排出の約10.5%減 移動で脱炭素に貢献
4	高齢者のスローな移動手段	<ul style="list-style-type: none">○座れる(移動距離延伸)+ひざ・腰の負担大幅軽減(体重3割ジョギング4-5倍ウォーキング2-3倍)
5	危険軽減手段	<ul style="list-style-type: none">○クルマより低い事故率(被害+加害の両面で)

○これらを通じて、幅広い層の人々にスローカブルな楽しめるまちづくり

自転車危険性と生活習慣病

2022年	対象範囲	自動車乗車中	自転車乗用中	歩行中	クルマ／自転車
死傷者／10万人	合計	170.0	54.3	30.4	3.13
	65歳以上	77.7	37.1	35.7	2.09
死者／10万人	合計	0.69	0.27	0.76	2.57
	65歳以上	1.26	0.61	1.95	2.08

出典 警察庁資料に基づき作成 参考宇都宮市民548人一週間当たりの平均移動距離クルマ23.1km自転車14.7km徒歩5.9km

	全死亡(20-59歳)	死者数
1	悪性新生物<腫瘍>	26,988
2	自殺	11,972
3	心疾患	9,583
4	脳血管疾患	5,993
5	肝疾患	3,999
6	不慮の事故	3,413
7	大動脈瘤及び解離	1,120
8	糖尿病	967
9	肺炎	843
10	その他の新生物<腫瘍>	435
	合計(1~10以外も含む)	81,235

交通事故死亡(20-59歳)	死者数	全年齢
自動車乗車中	328	860
自動二輪車乗車中	232	332
歩行中	46	131
自転車乗用中	78	361
原付乗車中	153	941
その他	1	11
計	838	2,636

出典 警察庁交通局「令和3年中の交通死亡事故の発生状況及び道路交通法違反取締り状況等について」

出典 厚生労働省「人口動態調査」2021年分に基づき、計算(年齢層別に上位10位を計算) 生活習慣病45,086割合56%

雨の日の確率は低い、(平日朝)

2022年 (平日243日)	平日朝7:00-9:59の1mm以上の雨量				平日朝7:00-9:59の1mm超の雨量			
	時間数	日数	時間の割合	日数の割合	時間数	日数	時間の割合	日数の割合
仙台市	22	15	3.0%	6.2%	14	9	1.9%	3.7%
さいたま市	32	18	4.4%	7.4%	22	14	3.0%	5.8%
宇都宮市	24	14	3.3%	5.8%	18	11	2.5%	4.5%
東京都(東京駅)	32	19	4.4%	7.8%	21	15	2.9%	6.2%
横浜市	30	18	4.1%	7.4%	23	12	3.2%	4.9%
茅ヶ崎市(藤沢市辻堂)	25	16	3.4%	6.6%	17	11	2.3%	4.5%
豊橋市	34	21	4.7%	8.6%	20	13	2.7%	5.3%
名古屋市	32	18	4.4%	7.4%	16	13	2.2%	5.3%
大津市	19	13	2.6%	5.3%	11	7	1.5%	2.9%
京都市	24	16	3.3%	6.6%	15	11	2.1%	4.5%
大阪市	24	14	3.3%	5.8%	17	10	2.3%	4.1%
奈良市	19	11	2.6%	4.5%	13	8	1.8%	3.3%
姫路市	20	9	2.7%	3.7%	15	7	2.1%	2.9%
松山市	34	19	4.7%	7.8%	23	14	3.2%	5.8%
福岡市	27	13	3.7%	5.3%	25	12	3.4%	4.9%
上記都市の平均	26.5	15.6	3.6%	6.4%	18	11.1	2.5%	4.6%
平日時間・日数	729	243	100.0%	100.0%	729	243	100.0%	100.0%

出典 気象庁 気象データに基づき作成。1mm/hは、傘をさす人ささない人が混在状態。大津市、奈良市、仙台市では平日朝通勤時間帯1mm超のない月が6か月

結論～スローカブルなまちづくりに向けて

結論

1. 自転車はスローカブルなまちづくりに貢献、かつ、健康・脱炭素のまちづくりにスローカブルに貢献可能 しかし、注目されていない
2. 自転車は過去から日本に根差した移動手段
3. ヨーロッパ先進都市クルマの反省で自転車活用まちづくり
4. 自転車はスローカブルなまちづくりを通じて、高齢者の足かつ健康手段として適する
5. 自転車は見た目ほど危険でなく、弱点の雨も、利用できない確率は低い