●新潟南地区情報紙
テイクアウォーク

にいがたの街を元気にあるこう♪ TAKE A WALK

Nippo Information Center

9月号 もくじ

●自転車生活、始めませんか？
●市内一区内にスポーツ施設オープン
●電池区インフォメーション
●わが家の庭
●今月の旬菓　●いいお店・いいひと
●電池区 私のイチオシの店　●ガメいいペット
●親子教室「四季」
●NICクラシックコンサート開催のお知らせ
●アルビレックスイングフォメーション

No.84
発行：新潟日報・新潟南地区会
編集・制作：アド・メディック

自転車生活、始めませんか？

環境や経済的な面から、通勤・通学などで自転車を利用する人が増えてきました。今月はこれから自転車生活を始めようと考えている方へ、自転車選びのコツや知っておかなくてはならない自転車のルールを紹介します。

さいくるぴっとB&S の加藤憲雄さんに聞きました！

自転車選びのコツ・メンテナンス

市内一郊外にオススメ TREK（アメリカ製）

郊外・市内はサスペンション付き GIOS（イタリア製）

これから買うならクロスバイクがオススメ

自転車は目的に合わせてさまざまなタイプがありますが、これから買うなら**実用性のあるクロスバイクがオススメ**。クロスバイクはロードバイク（タイヤが細く、軽くてスピードが出る）とマウンテンバイク（タイヤがでっぱり、大きめで衝撃に強い）の中間に位置する自転車で、段差の多い街中を走行するのに適しています。

また市内から郊外へ向かう人は、軽くて長い距離を走っても疲れないものを。郊外から市内へ向かう人は、サスペンションの付いた段差が苦にならないものがオススメです。

自転車はどこを走れば いいの？

誰もが気軽に乗ることができる自転車ですが、それゆえに一人一人がきちんとルールをさることが大切です。まず、自転車は道路交通法上で**軽車両**に分類されます。そのため、**基本的に走行する場所は車道の左端**と決められています。

歩道通行可

「ちょっとだけいいもの」を

これから自転車の購入を考えている方には**ちょっとだけいいものを選んでいただけるよう、アドバイスしています**。自分の気に入った自転車であれば、休日のお出掛けなどにも利用したくなるでしょう。ちょっとしたことなら自転車に乗るのも苦しくなくなるはず。さらに遠くまで自転車で出掛けり、実施マナーグループなどと、楽しみはどんどん広がっていくと思います。

自転車のメンテナンス

自転車は**駆動・制動のチェックが大切です**。タイヤの空気を確認し、ブレーキの効きをチェックしましょう。夜間走行する場合はライトがちゃんと点灯するかのチェックも必要です。また、ロゴム（タイヤに空気を入れるバルブの下部に付いているゴム）が傷んでいると空気が漏れてしまいます。**ロゴムは年に一度は交換することをオススメします**。少しでも気になることろがあれば、最寄りに整備に出かけようにしましょう。

信号機、どっちを見ればいいの？

自転車は軽車両に分類されるため、原則、車両用の信号を見て渡ります。

（別外）
○自転の標識がついている信号機では、その信号に従います。

こんな自転車の乗り方、絶対にダメ！

- ✕ 飲酒運転
- ✕ 二人乗り
  ※16歳以上の人が幼児用の後席に幼児一人を乗せている場合は「二人乗り」には該当しません。
- ✕ 並進
  ※2台以上並んで走ることは道交法違反となります。

自転車通行

自転車がさらに楽しくなるグッズ

サイクルコンピューター
時間や速度、距離、平均速度・最高速度などが分かり、自分の調子を知ることができます。

保冷ボトル&ボトルケージ
長い距離を走る場合は水分補給を大切。スポーツドリンクなどを入れて、水分をこまめに摂りながら走りましょう。

グローブ&サングラス
ハンドルをしっかり握るためにもグローブは必携。また、サングラスも強い日差しや虫を遮けるために身に付けておくといいでしょう。

交差点、どこを通行すればいいの？

自転車で交差点を渡ることは、自転車横断帯を通行します。

自転車横断帯

（別外）
○自転車横断帯がない交差点では横断歩道を通行できます。その場合には、歩行者用の信号機に従います。横断歩道ではお年寄り等先で、歩行者の動きを妨げるような場合は、自転車を降りて渡りましょう。

ワンポイント！
子どもが自転車に乗るときにはヘルメット！
今年の6月1日に改正された道路交通法では、自転車の通行に関するルール改正・追加さ**ヘルメットの着用が努力義務化**されました。**保護する責任のある人は充量・幼児を自転車に乗せる際にヘルメットをかぶりさせるように努力義務化**されました。

お話を聞いた人
さいくるぴっとB&S 加藤憲雄さん

地域に優しい、体に優しい乗り物・自転車。いつもの通勤・通学でも、きっと新しい発見があると思います。そういうののゆとりが楽しさにつながっていくと思うので、皆さんも自転車生活を楽しんでください。

中央区新町3-1-22
☎281-7744
営10：00～19：00
休火曜日
http://www.c-cycle.com/

お話を聞いた人
新潟東警察署交通課交通安全教育係長
中野隆さん

自転車は、現代の時勢に合った便い安い物。たくさんの方に利用してもらいたいです。ですが、自転車を利用する方が増加すると、自転車が歩行者に加害するケースも多くなってきます。自転車の基本ルールをしっかり守って、楽しい自転車生活を送ってください。

夏靴・バッグのお手入れ 秋物のスタート準備!!

キャンペーン実施中 9/30

■パリューセット
靴クリーニング+靴修理で
10%OFF

靴・バッグのオススメお手入れ

★靴底の修理
ビズ・ビル¥1,260～
ハーフ¥2,940～

★バッグのリフレッシュ
ハンドバッグ4点でイレイレ！
取り組料 ¥6,825～
全額組料 ¥12,075～

★つま先、かかと即のキズ・スレ補修
ハーフ・コーナー1カ所¥1,050～
ビズ・ビル¥2,940～

★バッグ修理もお任せ！（ご相談ください）
ハンドバッグ・ショルダーバッグ ¥2,625～
ハーフ¥3,675～

★カビ菌のクリーニング
一日でもカビが発生、全部の防臭
¥3,570～

各種ご相談・お見積無料
お気軽にお問合せ・ご相談ください。

靴専科

新潟紫竹山店
〒950-0014 新潟市中央区紫竹山8-5-3
TEL (025) 243-9241
10:00～19:00
火曜日 定休
お問合せ・ご相談のお客様、お気軽にご来店ください。

畳は信用です。

国産品 やっぱり国産品！
中国産は使って頂いません。国産畳にこだわり抜きます。
当店で使う全畳は、全て国産です。（※表記）

新型畳
ひと言 / 表面
極上品 / 畳職人の極上品 / 15,750円
清流 / 清流ハイ内容 表面の畳は上品 / 13,650円
上品 / 表面の畳は上品 / 12,600円
2番 / 表面は「ハイ」(ワンランク)上品な畳です。 / 10,500円
3番 / 誰っきりこちら！ 経験や職人さんが / 9,450円
4番 / 特別！ 国産特殊表面仕上 表面はあるが / 8,400円
お徳畳 / 国産畳 表面は国産畳 / 7,350円
調湿畳 / 夏の暑い日本の湿気を調整する畳 / 6,300円
5番 / 経験豊富な職人さんが丁寧に仕上げ / 5,250円
特上 / 特上 / 4,200円
特級畳 / 高級ひとつ / 3,885円
特可品 / どなたでもお買い / 3,150円

ふすまの貼り替え 通常価格 ¥2,000円
ハイ内容入り共通品（金ぴか・柄・表面ブランド）
ガラス の貼り替え ワンランク ¥30,000円
ガラス 300種類!! ツーランク ¥42,000円

安心価格の工事は、日本建築技術者資格者・建築士・施工管理技士・内装一工事施工管理技士・建築士・内装一工事施工管理技士・建築士・内装一工事施工管理技士

株式会社 小池畳内外装
☎(025) 287-1234
●本社／新潟市東区東明1-8-4　●指定工場／新潟市江南区亀田大字1-2-8　FAX (025) 381-4001