

和歌山県PRキャラクター
たいけん きいちゃんの
体験レポート



わかやま
オススメ

サイクリング

身近に楽しめるスポーツ体験などから
わかやまの自然や歴史文化を知ろう！



紀北ルート
和歌山を代表する歴史・文化に触れる
(橋本→高野山→海南)約78.7km



紀中・海岸ルート
海あり山あり走りごたえのあるロード
(広川ビーチ→白崎海岸周遊)約61.4km



紀南ルート
清流王国「古座川」をめぐる
(和深駅→道の駅→枚岩→道の駅湯之掛
太郎→古座駅)約49.6km

県内には、海・川・山の変化に富んだ800kmを超えるサイクリングロード(ブルーライン)が整備され、初心者も気軽に楽しめるコースからヒルクライム(主に峠や山道を登る)コースまであらゆるレベルのサイクリストに対応したコースがあります。安全で快適に走行できるようサイクリストをサポートしてくれる「サイクルステーション」が約250カ所、「サイクリストに優しい宿」も約50カ所整備されています。

ツーリングで小旅行したり、気ままにゆっくりと身近な自然を訪れたり、人気カフェをめぐる。楽しみ方が無限大の「サイクリング王国わかやま」で、心も体もリフレッシュしてみませんか。

まずは、レンタサイクルで
気軽にチャレンジ！



サイクルステーション:休憩(駐輪)スペースの提供、トイレの提供、スポーツサイクル対応空気入れの貸し出しなど



サイクリストに優しい宿:自転車の客室への持ち込み可などサイクリストが安心・快適に滞在できる宿泊施設

モバイルスタンプラリー実施中!

県内各地のサイクリングロードにチェックポイントを設置。スマートフォンやタブレット端末と連動した電子スタンプを獲得して応募しよう! 抽選でステキな賞品がもらえます。

＜わくわくはコチラ＞



お問い合わせは
県庁観光振興課 ☎ 073-441-2775



サイクリング
王国わかやま
公式サイト



たばこの吸える場所では
次のような掲示が
義務づけられます。



詳しくは、
なくそう! 受動喫煙 厚生労働省

受動喫煙にさらされると、がんや脳卒中、虚血性心疾患、呼吸器疾患などさまざまな病気のリスクが高まり、妊婦の場合、生まれてくる赤ちゃんにも悪影響を及ぼします。

この望まない受動喫煙を防ぐため、昨年7月に健康増進法が改正されました。改正法では、健康への影響が大きい子供や患者などに特に配慮し、今年7月から学校・病院・行政機関の庁舎などの施設での敷地内禁煙が、来年4月から事務所・ホテル・旅館・飲食店など多数の人が集まる施設での原則屋内禁煙などがはじまります。

この機会に、たばこを吸う方も吸わない方もたばここと健康について改めて考えてみてください。

問 県庁健康推進課
☎ 073-441-2656

受動喫煙対策が 強化されます

受動喫煙とは…
たばこを吸わない人が他人のたばこの煙を吸うこと

高齢者が 活躍できる社会へ

全国的に高齢化が進み、一人暮らし高齢者や高齢者のみの世帯が増加している中、高齢者の就業や地域活動に対する意欲は高くなっています。

就業やボランティア活動などの社会参加の機会は、生きがいや健康維持のほか、高齢者の社会的孤立の防止にもつながります。

しかし、高齢者をひとくりにした固定観念、高齢を理由とした就業機会の不足、年齢を重ねることによる高齢者自身の身体的変化などにより、高齢者の社会参画が困難になることがあります。

年齢を重ねてもそれぞれの人が希望に応じて社会参加ができるよう、「高齢者を支える」発想とともに、高齢者の個々の意欲や能力を発揮することができる社会環境を整えることが必要です。

県では「わかやま元気シニア生きがいバンク」など、高齢者が社会貢献活動などに積極的に参加するための支援に取り組んでいます。

誰もが主役となり、すべての世代が相互に力を発揮し支え合うことができる社会づくりを進めていきます。

問 県庁長寿社会課 ☎ 073-441-2520