

SAYAMA HILLS CYCLING MAP

狭山丘陵はぐるっと一周すると約3時間、日帰りサイクリングが気軽に楽しめるエリアです。あえて起点を決めず、そのときの気分でふらりと巡っても新たな発見があるかも...自分だけのルートを探しながら走ろう。



入間市博物館 ALIT



丘の上から一気に視界が開け、絶好のロケーションが目の前に

Landscape

湖畔沿いの爽快ルート
 多摩湖・狭山湖の湖畔沿いを走り抜け、隠れた絶景スポットを目指すルート。気持ちのいい箇所が豊富にあります。

ROUTE

- 比良の丘
- 狭山湖堰堤
- 県立狭山自然公園
- 山口観音金乗院
- ペルーナドーム
- 中国割烹旅館 掬水亭
- 多摩湖駅



大木の下にテーブル付きベンチ。淹れたてのコーヒーが五感に染み入ります



秋晴れのもと水をたたえる多摩湖。取水塔は日本で一番美しいと称されます

icons

- 里山風景
- 絶景
- いきもの
- フルーツ狩り
- トイレ
- ランチ
- カフェ
- おやつ
- 癒し・宿泊
- 駐車場
- 休憩所・ベンチ
- レンタサイクル店

Adventurer

森の中のダートルート

木漏れ日が気持ちいいダートルート。適度なアップダウンの道もあり、マウンテンバイクの醍醐味が気軽に味わえます。

ROUTE

- 里山民家
- 六道山公園展望塔
- 林道
- さいたま緑の森博物館

13 くりりんペリー

深い山の中を通る未舗装路。準備をしっかりとって、林道探検ツーリングを

19 耕心館 喫茶ストーリー

進徳町郷土資料館「けやき館」

自転車グッドマナー宣言!

- ①スピードの出し過ぎや無理な運転はしない。歩行者が絶対優先。いつでも止まって挨拶ができるスピードで。
- ②決められた道以外は進入禁止! 狭山丘陵には貴重な植物や生きものがいっぱい。道を外れず、今の環境を大事にする気配りを。
- ③自転車専用コースではありません。公園には、さまざまな利用者がいます。楽しみ方はいろいろ。誰もが安心・安全に利用できる運転をしましょう。また、埼玉県側の「みどりの森博物館」や「いきものふれあいの里センター」は、散策路のため自転車は入れません。

ここ数年、狭山丘陵では、危ない運転をする自転車利用者と歩行者との間で事故やトラブルが増えています。誰もが安心してサイクリングができるよう、マナーを守って、お散歩感覚のサイクリングを楽しみましょう!

ナカザワジム

狭山丘陵を熟知した店主が自転車の楽しさを教えてくれます。レンタル半日3000円~

042-570-1757 東京都調布市南町2-50-30 12:00~20:00 月曜・日曜・第3日曜定休



風を切るスピードが爽快なダートルートならではの

7 大将山

村山かとうでんで腹ごしらえ!

4 野山北・六道山公園

あそびの森・冒険の森

26 村山温泉 かくりの湯

武蔵村山市立歴史民俗資料館



トンネル自転車道に入ると興奮に思い込んでいた気分が



段々畑にキラキラ輝くみかんが爽やかです。獲れたての味はやはり別格



桜吹雪、初夏の青葉、秋の渡り鳥など、心に刻まれる絶景が広がります



歴史民俗資料館分館 湖南菖蒲園



東大和警察署

サイクルショップ サイト

修理や調整など丁寧に対応してくれる自転車屋さん。レンタルサイクルは要確認。

042-843-6686 東京都東大和市上北台1-902-176 11:00~20:00 火曜定休

Child & Family

子どもと楽しめるルート

アスレチック、プラネタリウム、みかん狩り農園をめぐるお手軽ライド。家族連れでも楽しむことができます。

ROUTE

- 武蔵大和駅
- 東大和公園
- 東大和市立郷土博物館
- 小林農園



自転車歩行者道と歩行者優先。すれ違う際は歩行者優先を譲るなど気遣いを大切に

Pokito a Poko

多摩湖サイクリストたちの新たな拠点。レンタルサイクルは要電話確認。

042-569-8460 東京都東大和市清水3-800-6 10:00~18:00 水曜定休

サイクルスポット 東村山店

042-398-7756 東京都東村山南本町2-21-1 10:30~19:30 (1・2月は10:30~18:30) 水曜・第2・4日曜定休



西所沢

航空公園

新沢

梅岩寺

東村山

久米川

東村山中央公園

東大和市

西武拝島線