

# 目 次

提言の要約	1
I はじめに	2
II 現状と問題点	2
1. 健康面に関する現状	
2. 環境面に関する現状	
3. 自転車利用の現状	
III 研究課題	5
1. 自転車活用がもたらす健康面での効果	
2. 自転車活用がもたらす環境面での効果	
3. 自転車を取り巻く課題	
IV 政策提言	7
1. 自動車通勤から自転車通勤へ	
2. 立川市をモデルとしたシミュレーション	
3. 自転車マップの作成	
V おわりに	13

# 提 言 の 要 約

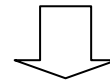
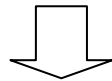
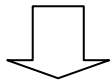
## 日本の現状

- 1 メタボリックシンドロームなどの肥満者の増大
- 2 自動車からの CO<sub>2</sub> 排出量削減が運輸部門の課題
- 3 自動車に代わられる自転車の通行ルートへの不安

健康

環境

安全・安心



健康や環境にもやさしい自転車の活用

## 提言 自転車通勤を奨励すべき

効果 1 生活習慣病の予防につながる

効果 2 地球温暖化対策 (CO<sub>2</sub> 削減) に貢献できる