Hello Awaji!
Hello Bike!

淡路島サイクリングマップ

English Ver.

トモチャリ

初心者の心得

一 動きやすく、体温調節できる服装を選ぶ
　チェーンにからまらないズボンを着用する

二 ヘルメットをレンタルして着用する

三 車道を左側通行で走る
　軽車両として交通ルールを守る

四 段差に乗り上げる時は減速する
　浅い角度で段差に乗り上げない

五 自転車は右側を壁に立てかける

発行 / 兵庫県立洲本実業高等学校内 課題研究 地域創生事業
〒656-0012　兵庫県洲本市宇山２丁目８番６５号
TEL / 0799-22-1240　FAX / 0799-22-2583
Instagram / cyclingawaji.2020
You Tube / 兵庫県立洲本実業高校地域創生事業
発行日 / 2021 年１月

※発行後、内容が変更される場合があります。ご利用の際は事前に各店舗へご確認ください。

Shima（志麻）

（お店情報）
11:30 ～ 17:00
（定休日）月・木曜日
〒 淡路市岩屋1515－10
☎ 0799-72-4010

（お店のコメント）

岩屋にあるカフェ＆お好み焼きのお持ち帰り専門店です。マラサダドーナツ、プリンなどのスイーツ、ドリンク類を販売しています。Shima フードやドリンクを片手に淡路島観光はいかがでしょうか♪

海沿いにあるテイクアウト専門店です。マラサダやプリン、クリームソーダなどのドリンクも沢山あります。海をバックに映えた写真を撮ってみては !? 是非お立ち寄りください！

岩屋珈琲店

（お店情報）
10:00 ～ 16:00
（定休日）不定休
〒 淡路市岩屋 1007-1
☎ 080-4492-2130

（お店のコメント）

2020 年の９月にオープンしました。オリジナルの深煎りコーヒー岩屋ブレンドや、淡路島産のフルーツを使ったドリンクやサンドにこだわっています。ぜひ一度お立ち寄りください！

レトロな雰囲気の店内では、地元のフルーツを使用したサンドやお洒落なドリンクを楽しめます。
どれも美味しく、映え間違いなし！
個人的にはみかんのサンドが絶品でした！！

La mer（ラ・メール）

（お店情報）
11:00 ～ 18:00
（定休日）金曜日
〒 淡路市岩屋1863
☎ 0799-70-4367

（お店のコメント）

当店は元縫製工場をリノベーションし、大空間の中にセレクトショップとカフェレストランを併設しております。
ゆったりとお茶やお食事をしながらショッピングもお楽しみ下さい。

オシャレで可愛い店内でご飯もスイーツも美味しいです。シュー生地食感のパンケーキは最高でした！テラスから望む橋は大迫力！１階の shop では服やかわいい雑貨も買えます。

39 Pahuna ナン屋ねん

（お店情報）
11:30 ～ 13:30/17:30 ～ 21:30
（定休日）木曜日　※20:00 閉店の場合あり
〒 淡路市岩屋1079-2
☎ 0799-70-5251

（お店のコメント）

2020 年２月 open の本格ネパールカレー屋さんです。チーズたっぷりのナンが売りです！カレーには淡路島産の玉ねぎを使用。
辛味のある自家製ソースもお好みで！
疲れた体をスパイスで癒してください！

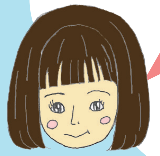
お皿からはみ出るほど大きいナンは、柔らかくてモチモチです！淡路島の玉ねぎを使ったカレーにつけて食べるナンは想像を超える美味しさで、何度でも通いたくなる味です！

淡路 夢ホルモン

（お店情報）
11:00 ～ 15:00/17:00 ～ 22:00
（定休日）木曜日
〒 淡路市富島 129
☎ 0799-70-6808

（お店のコメント）

西海岸沿いの古い倉庫をリノベした焼肉店。
店内からは絶景のオーシャンビューを堪能できます。淡路牛、淡路玉ねぎなど島の食材を使ったオリジナルメニューを多数取り揃えてえております。



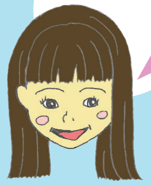
隠れ家のような雰囲気で、愛犬 HARAMI ちゃんがお出迎えしてくれます！焼肉セットや特製ホルモンハンバーグをいただきましたが、どちらも絶品でボリューム満点です！

greenarium granary

（お店情報）
11:00 ～ 17:00
（定休日）火曜日
〒 淡路市浦 545-3
☎ 0799-70-1320

（お店のコメント）

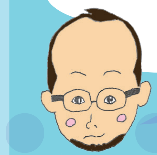
いちごとトマトの農家が、2020 年１月 15 日にカフェをオープンしました。
お勧めはいちご型のシューアイスです。
シーズン中はいちごが丸々入っています！
気をつけていらして下さい！



店内はすごく落ち着く雰囲気！スイーツから飲み物までイチゴを存分に使っていてイチゴ好きにはたまりません！どのメニューも可愛くて、インスタ映え間違いなし！

トモチャリ

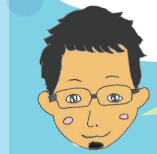
（お店情報）
9:00 ～ 17:00
☎ 0799-70-9040
〒 兵庫県淡路市岩屋 925-21



トモチャリでは皆様に気軽に楽しく♪素敵な思い出づくりのお手伝いをさせていただけたらと♪
乗って楽しい自転車を取り揃えております。 四季折々の淡路島をゆったり˝ のんびり˝ 感じてみませんか（^^）／

Bicycle Hub Awaji

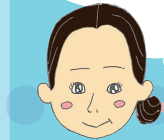
（お店情報）
8:30 ～ 18:00
※11月下旬～2月は17:00まで
☎ 0799-70-4252
〒 淡路市浦 657 道の駅東浦ターミナルパーク東浦物産館 103



初めてのロードバイクに不安を覚える人も多いと思いますが、
正しく乗り方を教われば簡単に乗れるようになります！ロードバイクに乗ってみたい！と思ったら是非、 当店にお越しください！
当店が全力であなたのサイクリングをサポートします。

岩屋観光案内所

（お店情報）
9:00 ～ 17:00　（水曜休）
☎ 0799-72-3420
〒 兵庫県淡路市岩屋 925-27 岩屋ポートビル1F



島の美しい海岸線をぐるりと１周ロードバイクで走る「アワイチ」も魅力ですが、 レンタサイクルでゆっくりと周辺の観光施設や新鮮な食材を使った島グルメもお楽しみください。

Hello Awaji Hello Bike! 限定クーポン

レンタサイクル店

自転車をレンタルした店舗にて押印してもらってください。

トモチャリ

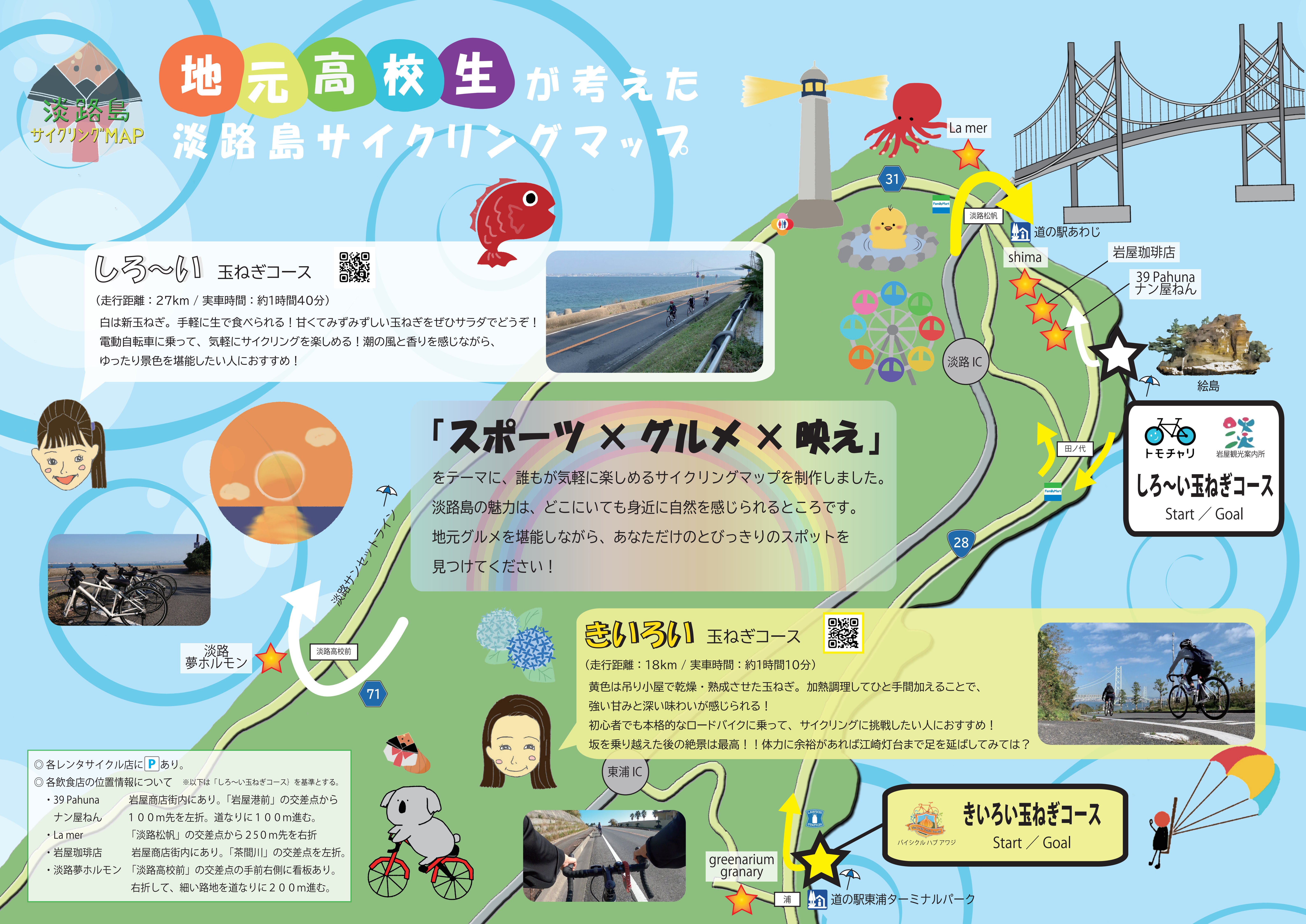
飲食店

各店舗にてマップ（印刷されたものも可）を提示してください。

		スタンプ
Shima	トッピング（アイス or 生クリーム） ※ドリンクオーダーの方のみ	
La mer	スコーンをサービス ※カフェで 1,000 円（税抜）以上ご利用の方（1 名様／ 1 クーポン）	
淡路 夢ホルモン	ドリンク 1 杯無料	
岩屋珈琲店	お会計より 50 円 OFF	
39pahuna ナン屋ねん	淡路島型プレーンナンをサービス ※お食事された方にテイクアウトとして。（1 名様 / 1 枚）	

※上記レンタサイクル店のいずれかでレンタルされた方のみの特典です。
クーポンはレンタル当日に限り有効です。

地元高校生が考えた
淡路島サイクリングマップ



しろ〜い 玉ねぎコース

（走行距離：27km / 実車時間：約1時間40分）

白は新玉ねぎ。手軽に生で食べられる！甘くてみずみずしい玉ねぎをぜひサラダでどうぞ！
電動自転車に乗って、気軽にサイクリングを楽しめる！潮の風と香りを感じながら、
ゆったり景色を堪能したい人におすすめ！

「スポーツ × グルメ × 映え」

をテーマに、誰もが気軽に楽しめるサイクリングマップを制作しました。
淡路島の魅力は、どこにいても身近に自然を感じられるところです。
地元グルメを堪能しながら、あなただけのとびっきりのスポットを
見つけてください！

きいろい 玉ねぎコース

（走行距離：18km / 実車時間：約1時間10分）

黄色は吊り小屋で乾燥・熟成させた玉ねぎ。加熱調理してひと手間加えることで、
強い甘みと深い味わいが感じられる！
初心者でも本格的なロードバイクに乗って、サイクリングに挑戦したい人におすすめ！
坂を乗り越えた後の絶景は最高！！体力に余裕があれば江崎灯台まで足を延ばしてみては？

◎ 各レンタサイクル店に P あり。

◎ 各飲食店の位置情報について　※以下は「しろ〜い玉ねぎコース｝を基準とする。

・39 Pahuna ナン屋ねん	岩屋商店街内にあり。「岩屋港前」の交差点から１００m先を左折。道なりに１００m進む。
・La mer	「淡路松帆」の交差点から２５０m先を右折
・岩屋珈琲店	岩屋商店街内にあり。「茶間川」の交差点を左折。
・淡路夢ホルモン	「淡路高校前」の交差点の手前右側に看板あり。右折して、細い路地を道なりに２００m進む。