

**初級** **ここからチャレンジ 紀の川サイクリングロード**

距離:24.4km 上り平均斜度:2.0% 獲得標高:15m



和歌山のメインストリートであるけやき大通りをスタートし、紀の川サイクリングロードを走る初心者におすすめのコース。和歌山ラーメンなどのグルメや、和歌山城をはじめとする史跡での観光もできます。

**中級** **日本遺産と海のルート 加太～磯の浦～和歌浦**

距離:55.0km 上り平均斜度:4.2% 獲得標高:429m



太平洋岸自転車道終点モニュメントがある加太をはじめ、和歌山のアマルフィ「雑賀崎」、日本遺産に登録された和歌浦など海を満喫できるコース。もちろん海の幸をたくさん食べれるスポットもあるので心もお腹も満足できます。

**上級** **目指せ世界遺産 高野山ルート**

距離:112.2km 上り平均斜度:4.7% 獲得標高:1129m



世界遺産の高野山を目指すルート。紀の川サイクリングロードを東へ進み、かつらぎ町からヒルクライム。

**上級** **棚田が織りなす絶景 あらぎ島ルート**

距離:115.3km 上り平均斜度:5% 獲得標高:1605m



棚田で有名なあらぎ島へのルート。たま駅長で有名な貴志駅や、生石高原、マリナシティなど観光スポットもたくさんあります。

**Wakayama City Cycling Map**

和歌山市サイクリングマップ



発行:和歌山市  
お問い合わせ先  
和歌山市産業交流局文化スポーツ部 自転車課  
〒640-8511 和歌山市七橋丁23番地  
TEL:073-435-1364 FAX:073-435-1358  
令和6年3月発行



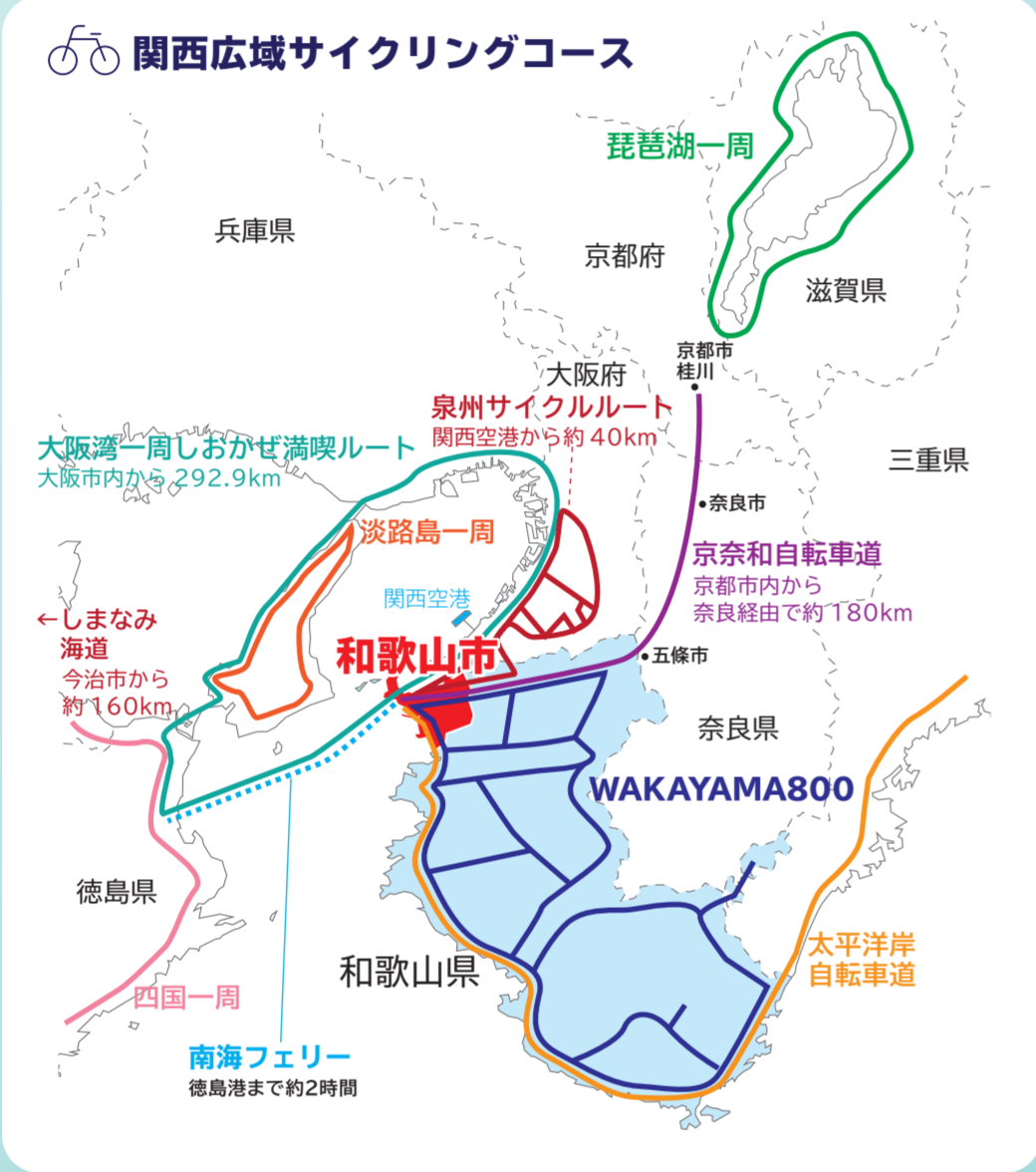
**初級** **ここからチャレンジ 紀の川サイクリングロード**

**中級** **日本遺産と海のルート 加太～磯の浦～和歌浦**

**上級** **目指せ世界遺産 高野山ルート**

**上級** **棚田が織りなす絶景 あらぎ島ルート**

**関西広域サイクリングコース**



和歌山市から行ける！  
おすすめサイクリングスポット

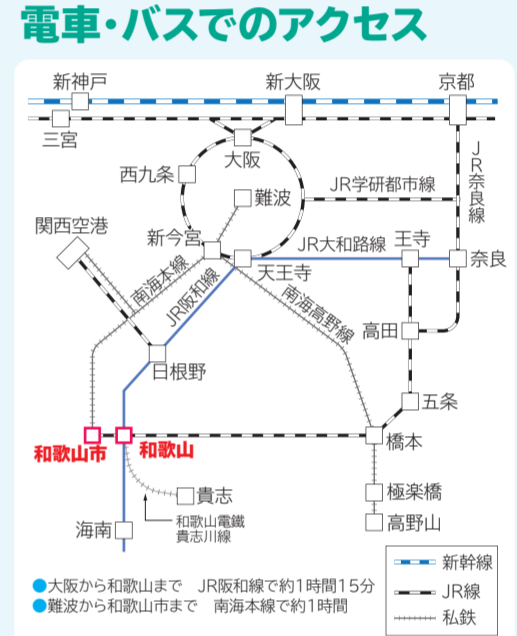
- 淡路島一周 関西空港から約40km
- 京奈和自転車道 京都市内から奈良経由で約180km
- 西国一周 徳島港まで約2時間
- 南海フェリー 徳島港まで約2時間

**Wakayama City Cycling Map**

和歌山市サイクリングマップ

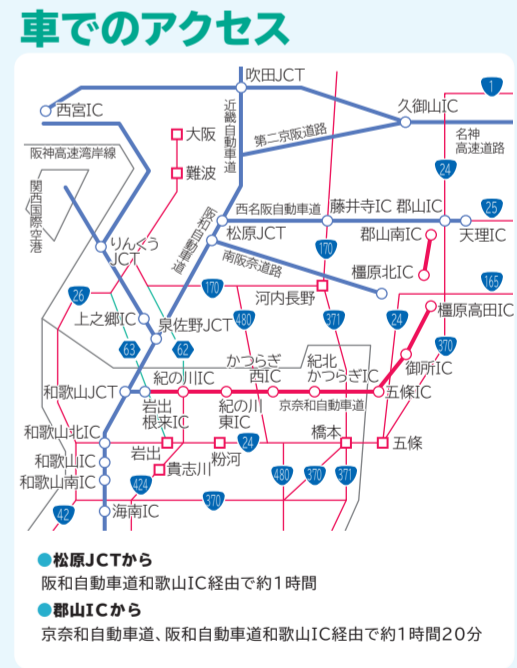


**電車・バスでのアクセス**



●大阪から和歌山まで JR阪和線約1時間15分  
●難波から和歌山まで 南海本線約1時間

**車でのアクセス**



●松原JCTから阪和自動車道と和歌山IC経由で約1時間  
●和歌山ICから京奈和自動車道、阪和自動車道と和歌山IC経由で約1時間20分

- YI サイクルステーション**
- 和歌山マリナシティ 和歌山市毛見1527 tel.0570-064-358
  - 和歌浦漁港おっとと広場 和歌山市新和歌浦1-1 tel.073-446-3308
  - 加太海水浴場管理事務所 和歌山市加太1067 tel.073-459-2457
  - 雑つかフェサ美 和歌山市三葛772 tel.073-447-1005
  - Guesthouse RICO 和歌山市新通5-6 tel.073-488-6989
  - 和歌山サイクルステーション 和歌山市出島153番地の3 tel.073-472-9496
  - コムリパワー和歌山インター店 和歌山市小豆島院田53-1 tel.073-464-3110
  - まびすや 和歌山市加太211 tel.073-481-2282
  - 休暇村紀州加太 和歌山市深山483 tel.073-459-0321
  - 和歌人(わかんちゅ) 和歌山市磯の浦235-6 tel.090-2709-8996
  - 和歌山県庁本庁舎 和歌山市小松原通1-1 tel.073-441-2371
  - 和歌山上下津湾事務所 和歌山市薬港6-22 tel.073-431-7266
  - 海草振興局建設部 和歌山市森小手227 tel.073-488-7876
  - 和歌山県立近代美術館 和歌山市吹上1-4-14 tel.073-436-8690
  - 和歌山県立紀伊風土記の丘 和歌山市若橋1411 tel.073-471-6123
  - 水ときらめき紀の川館 和歌山市有本462 tel.073-423-2080
  - Bird of passage 和歌山市明王寺116-1 tel.073-488-5150
  - 道の駅 四季の郷公園 和歌山市明王寺479-1 tel.073-499-4370
  - 本家 手打ちもちや 和歌山市田屋107-1 tel.073-462-8866
  - タムノス 樹 和歌山市松江759-3 tel.073-454-6266
  - HaRaNa 和歌山市湊紺屋町2-13 tel.073-422-9234
  - 和歌山市中央卸売市場 総合食品センター棟「わかやままるしえ」和歌山市西浜1660-401 tel.073-431-3161(中央卸売市場管理事務所)
  - 未病健康・つばるかフェ 和歌山市加太1070-91 tel.073-459-2611
  - 和歌の浦アート・キューブ 和歌山市和歌浦南3-10-1 tel.073-445-1188
  - マクナルド26号島橋店 和歌山市狐島243-19 tel.073-457-0905
  - マクナルド大浦街道店 和歌山市砂山南4-2-14 tel.073-402-2066
  - 南海フェリー和歌山営業所 和歌山市湊2835-1 tel.073-422-2156

- H サイクリストに優しい宿**
- Guesthouse RICO 和歌山市新通5-6 tel.073-488-6989
  - 和歌浦温泉 萬波 MANPA RESORT 和歌山市新和歌浦2-10 tel.073-444-1161
  - ダイワインターネットホテル和歌山 和歌山市七番丁26-1 tel.073-435-0055
  - 紀州温泉「天然足赤エビの宿」新和歌ロッジ 和歌山市新和歌浦2-3 tel.073-444-9000
  - 天然紀三井寺温泉 花の湯ガーデンホテルはやし 和歌山市紀三井寺673 tel.073-444-1004
  - 加太淡嶋温泉 大阪屋ひいな湯 和歌山市加太142 tel.073-459-1151
  - 和歌山アーバンホテル 和歌山市黒田1丁目2番17号 tel.073-475-1088
  - ワカヤマ第1富士ホテル 和歌山市元勞芳町5番地 tel.073-431-3351
  - ワカヤマ第2富士ホテル 和歌山市湊紺屋町1丁目20番地 tel.073-431-3352
  - ホテルランドマーク和歌山 和歌山市手平2丁目1-2 tel.073-422-1200
  - 花山温泉 薬師の湯 和歌山市鳴神574 tel.073-471-3277
  - Charlie's Bed -Bike Hostel&Spot- 和歌山市元寺町5丁目46

- 🚲 自転車店**
- チャりんコート26 ☎10:00-19:00 和歌山県和歌山市中55-1 tel.073-452-4193
  - 町のじてんしゃ修理屋さん大浦街道店 ☎10:00-19:00 和歌山市舟津町3丁目10-3 tel.073-423-0288
  - 町のじてんしゃ修理屋さん和歌山店 ☎10:00-19:00 和歌山市元寺町5丁目46 tel.073-423-2955
  - サイクルベースあさひ和歌山店 ☎10:00-19:00 和歌山市紀三井寺742-18 tel.073-460-1391
  - サイクルショップ サンレモ ☎12:00-20:00(土日祝-19:00) 和歌山市東高松2丁目7番28号 tel.073-488-7675
  - 和歌山ホンダ(株)遊輪館 ☎10:00-18:30 和歌山市塩屋4丁目3-36 tel.073-498-8511
  - サイクルベースあさひ和歌山店 ☎10:00-20:00 和歌山市新生町10-10 tel.073-435-4828
  - サイクルベースあさひ紀ノ川店 ☎10:00-20:00 和歌山市次郎丸84-4 tel.073-456-6588
  - サイクルベースあさひ紀三井寺店 ☎10:00-20:00 和歌山市三葛253-1 tel.073-448-3800
  - オースティンサイクル ☎10:00-19:00(日12:00-) 和歌山市柳町44 tel.073-481-1233

- サイクリストに優しい宿とはサイクリストを歓迎する以下の①～④全てに対応した宿泊施設です。**
- ① 自転車を安心して保管できる  
「自転車を組み立てた状態で、客室への持ち込みが可能」もしくは、「自転車を組み立てた状態で、一般客の立ち入らない施設可能な場所(バックヤードや倉庫・車庫等)で保管が可能」です。
  - ② 空気入れ、工具の貸出し  
「スポーツバイク対応の空気入れ」及び「修理工具」の貸出しがあるのでメンテやメカトロ(故障)などがあっても安心です。
  - ③ 手荷物一時的預かりサービス  
チェックイン前、チェックアウト後でも手荷物一時的預かりに対応しているので、余計な荷物を持つことなくライドを楽しめます。
  - ④ 宅配便の受取・発送サービス  
自転車を含まれた宅配便サービスがあるので手ぶらで来て、手ぶらで帰ることもできます。

- 🚿 入浴施設**
- 加太淡嶋温泉 大阪屋ひいな湯 ☎11:00-14:30、15:00-19:00 ☎日帰り入浴(タオル付)大人1,200円 和歌山市加太142 tel.073-459-1151
  - 和歌山加太温泉 加太海月 ☎11:00-15:00(受付14:30迄) ☎日帰り入浴(貸タオル付)大人1,200円 和歌山市加太1905 tel.073-459-0015
  - 天然紀州温泉 西浜御殿の湯 ユーバス和歌山店 ☎9:00-24:00(23:15受付終了) ☎入浴料大人980円、440円(大浴場のみ) 和歌山市湊20 tel.073-426-2641
  - 和歌山県立温泉 雑賀の湯 双子島荘 入浴は宿泊されるお客様のみ ☎11:00-15:00 ☎大人1,200円(貸タオル付) 和歌山市雑賀崎599 tel.073-444-1145
  - 天然紀州温泉 ありがとうの湯 漁火の宿 シーサイド観潮 ☎11:00-14:30 ☎日帰り入浴 大人1,540円 和歌山市田野82 tel.073-444-0111
  - 和歌の浦温泉 MANPA RESORT ☎11:00-15:00 ☎日帰り入浴(貸タオル付)大人1,540円 和歌山市新和歌浦2-10 tel.073-444-1161

- 🏥 医療施設**
- 和歌山労災病院 和歌山市木ノ本93番地1 tel.073-451-3181
  - 済生会和歌山病院 和歌山市十二番丁45 tel.073-424-5185
  - 日本赤十字社和歌山医療センター 和歌山市小松原通4-20 tel.073-422-4171
  - 和歌山県立医科大学附属病院 和歌山市紀三井寺811-1 tel.073-447-2300
- また、下記の任意サービスも実施しています。詳しくは宿泊施設までお問い合わせください。
- 洗濯機/脱水機の貸出、またはランドリーサービス(即日/翌朝渡し)
  - 自転車の洗浄・作業用スペースの確保
  - 周辺のサイクリングロードやサイクルステーションなどの案内

- 和み 温もり ふくろうの湯 ☎10:00-23:00(受付終了 22:00)、金曜・土曜・祝前日10:00-24:00(受付終了 23:00) ☎入浴料大人1,200円(タオル・バスタオル付) 和歌山市本町2-1フォルテワジマ地下1階 tel.073-423-4126
- 花山温泉 薬師の湯 ☎8:00-22:00 ☎入浴料大人1,150円(割引時間17:00より 大人900円) 和歌山市鳴神574 tel.073-471-3277
- 天然紀三井寺温泉 花の湯ガーデンホテルはやし ☎11:00-22:00 ☎日帰り入浴 大人900円 和歌山市紀三井寺673 tel.073-444-1004
- 紀州黒潮温泉 ☎10:00-23:00(22:00受付終了) ☎入浴料大人1,000円 和歌山市毛見1525 tel.073-448-1126
- 休暇村紀州加太 ☎12:00-15:50(15:00礼止め) ☎日帰り入浴大人1,300円 和歌山市深山483 tel.073-459-0321
- きらくゆ和歌山店 ☎10:00-25:00(最終受付:24:30) ☎入浴料大人700円 和歌山市規収251-1 tel.073-480-1126

**守ろう！自転車の交通ルール**

自転車安全利用五則

- 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先
- 自転車は、歩道と車道の区別がある道路では、車道通行が原則です。自転車専用車道通行するときは、道路の中央から左側の部分の左端に寄って通行しなければなりません。
- 歩道を通行できる場合は、車道寄りすくずに停止できる速度で通行しなければなりません。
- 歩行者の通行を妨げる場合は、一時停止しなければなりません。「普通自転車歩道通行可」の標識や標示がある場合、普通自転車は歩道を通行することができます。
- 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- 信号は必ず守り、渡るときは安全を確認しましょう。
  - 一時停止標識のある交差点では、必ず止まって、左右の安全を確認しましょう。
- 夜間はライトを点灯
- 夜間は必ずライトを点灯し、反射材材を備えた自転車を運転しましょう。
- 飲酒運転は禁止
- 自動車と同じく、お酒を飲んだときは、自転車を運転してはいけません。
- ヘルメットを着用
- 自転車を利用する全ての人は、事故の被害を軽減させるため、乗車用ヘルメットをかぶりましょう。
- 児童・幼児を保護する責任のある人は児童・幼児が自転車に乗るときは、乗車用ヘルメットをかぶらせましょう。

※ 自転車保険に加入を 加害者の損害賠償責任の経済負担軽減と、被害者保護の観点から自転車損害賠償保険等に加入しましょう。

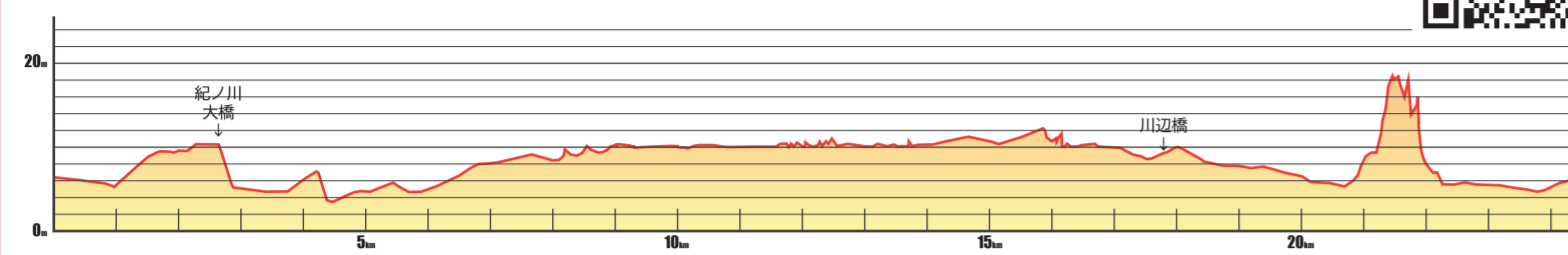
初級 

# ここからチャレンジ 紀の川サイクリングロード

距離: 24.4km 上り平均斜度: 2.0%  
獲得標高: 15m 想定時間: 3時間(走行1.5時間+休憩1.5時間)

和歌山のメインストリートであるけやき大通りをスタートし、紀の川サイクリングロードを走る初心者におすすめのコース。和歌山ラーメンなどのグルメや、和歌山城をはじめとする史跡での観光もできます。

ルートのダウンロードはこちら→



※スタート地点のJR和歌山駅西口からゴール地点のJR和歌山駅東口へは自転車での通り抜けはできません。ご注意ください。



## 和歌山ラーメン 味めぐりまっぷ

通常は「中華そば」と呼ばれる、しょうゆにとんこつ味の和歌山ラーメン。各店それぞれのこだわりを持った独特のラーメンを出しているの、1軒1軒その味を食べ歩いてください。



**A** 和歌山市のシンボル和歌山城の撮影スポット。 **BC** 紀の川サイクリングロードは道幅も広くとても走りやすい。 **D** 県立紀伊風土記の丘は国の特別史跡「岩鷲(いわす)千塚古墳群」を見る事ができる博物館。 **E** 和歌山のソウルフード、玉林園のグリーンソフト。天がさがった名物「てんかけラーメン」もこのお店で食べることができます。

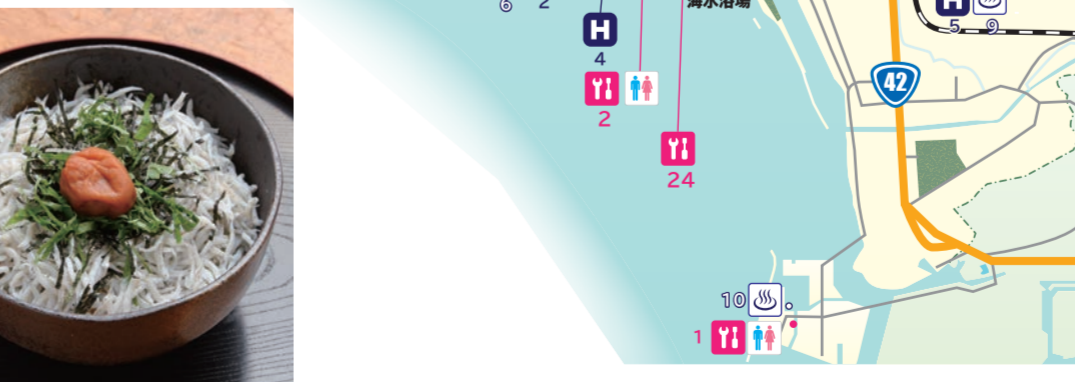
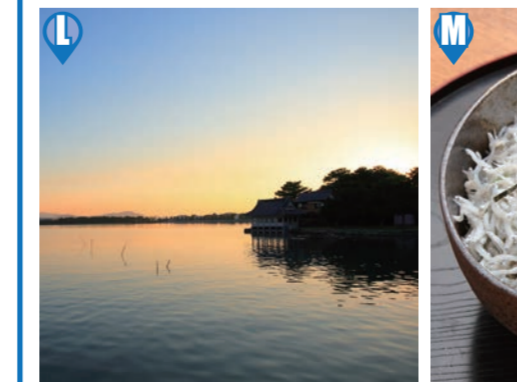
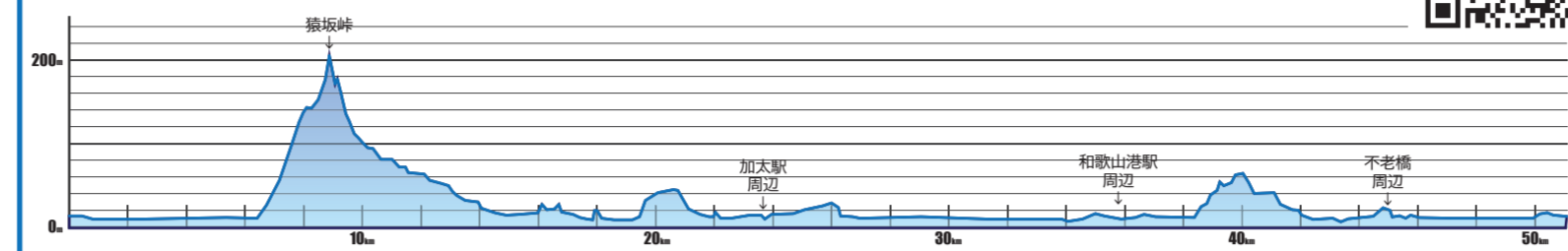
中級 

# 日本遺産と海のルート 加太～磯の浦～和歌の浦

距離: 55.0km 上り平均斜度: 4.2%  
獲得標高: 429m 想定時間: 4時間(走行2.5時間+休憩1.5時間)

太平洋岸自転車道終点モニュメントがある加太をはじめ、和歌山のアマルフィ「雑賀崎」、日本遺産に登録された和歌浦など海を満喫できるコース。もちろん海の幸をたくさん食べられるスポットもあるので心もお腹も満足できます。

ルートのダウンロードはこちら→



**F** 深山ハイキングコースを登ると紀淡海峡や友ヶ島を望む展望台があります。 **G** 深山砲台跡は明治時代に築かれた近畿地方の軍事拠点跡。歴史と自然を楽しめる場所です。 **H** サーフィンの名所「磯の浦」。 **I** 太平洋岸自転車道のスタート・ゴール地点にあるモニュメント。 **J** 和歌山のアマルフィ「雑賀崎」 **K** 1851年に完成したアーチ型の石橋。江戸時代のアーチ型石橋は、九州地方以外では大変珍しく特に勾欄部分の彫刻が見所です。 **L** 日本遺産「和歌の浦」周辺。干潮時には干潟が広がります。 **M** 和歌浦漁港おとつとと広場で味わえる「わかいらす」のしらす丼。

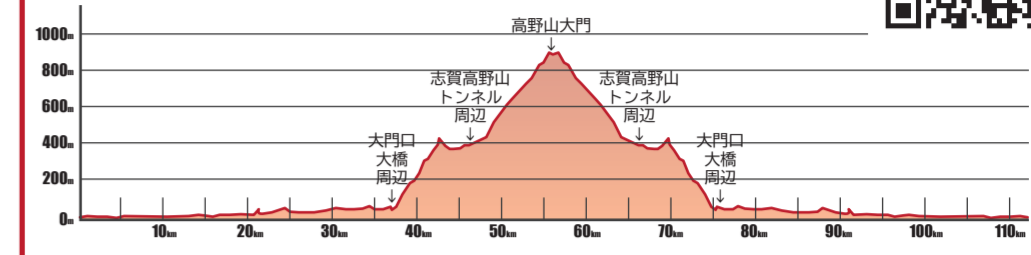
上級 

# 目指せ世界遺産 高野山ルート

距離: 112.2km 上り平均斜度: 4.7%  
獲得標高: 1129m 想定時間: 7.5時間(走行6時間+休憩1.5時間)

世界遺産の高野山を目指すルート。紀の川サイクリングロードを東へ進み、かつらぎ町からヒルクライム。

ルートのダウンロードはこちら→



**N** 紀の川サイクリングロードの竜門橋付近。川沿いを上流に向かって走って行きます。 **O** 山に入ると一気に高野山まで登って行きます。 **P** ゴール地点の高野山大門。サイクリストの記念撮影で多いのもこのです。 **Q** 大門から東に入ると高野山の街に。朱が眩しい根本大塔や壇上加藍、金剛峯寺など見所がいっぱいあります。金剛峯寺前駐車場などにサイクルラックがあるので、バイクを降りて観光もできます。

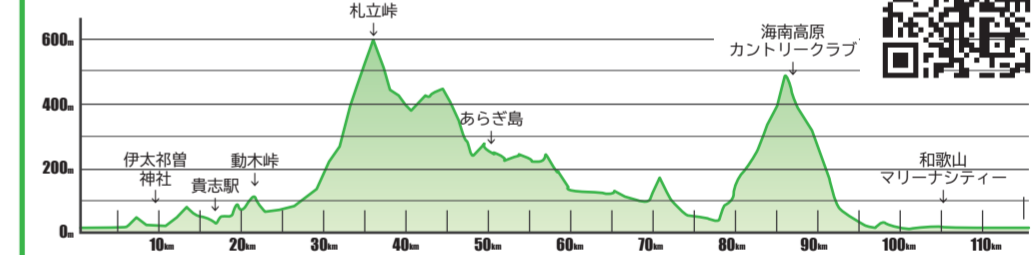
上級 

# 棚田が織りなす絶景 あらぎ島ルート

距離: 115.3km 上り平均斜度: 5%  
獲得標高: 1605m 想定時間: 8時間(走行6.5時間+休憩1.5時間)

棚田で有名なあらぎ島へのルート。たま駅長で有名な貴志駅や、生石高原、マリナーシティなど観光スポットもたくさんあります。

ルートのダウンロードはこちら→



※スタート地点のJR和歌山駅東口からゴール地点のJR和歌山駅西口へは自転車での通り抜けはできません。ご注意ください。



**R** たま駅長で有名な貴志駅。たま電車や猫型の駅舎も見所。 **S** 棚田が美しいあらぎ島。 **T** 和歌山マリナーシティでは遊園地のほか和歌山の美味しいものが集まる黒潮市場で食事できます。