

「散走伝道師」養成研修会 2023年9月9日（土）10日（日）

全国で活躍するガイド・サイクリングの
実践者を講師として招く（実地研修あり）
2日間の研修プログラム



■小口 良平（おぐち りょうへい）氏

自転車冒険家&自転車旅行研究家（自転車まちづくりサイクルアドバイザー）
長野県岡谷市出身。約8年半（2007~2016年）、157ヶ国、15.5万kmの自転車旅に出る。日本人歴代1位樹立。帰国後は講演会、メディアに精力的に出演。マップ作成、観光商品開発、自転車環境整備、ガイド養成講習会、冒険教育キャンプ主催。サイクルステーション「grav bicycle station」& シェアハウス/ゲストハウス「KOTEN」運営。現在も自転車冒険旅は年に1度継続中、現在は160ヶ国目。次の大夢は2030年に南極自転車冒険、月への自転車旅。

- ・ 合同会社トビチカンパニー「grav bicycle」共同代表 / 一般社団法人〇と編集社 理事
 - ・ 諏訪湖八ヶ岳自転車活用推進協議会 代表
 - ・ 長野県サイクルツーリズム推進協議会「Japan Alps Cycling」 副代表
- 著書：「スマイル！（河出書房新社）」「果てまで走れ！（河出文庫）」

【散走伝道師】養成研修会

※研修内容は変更になる可能性があります。

様々な地域で「自転車まちづくり」を牽引し、実践している講師陣による散走伝道師研修。

世界を自転車旅したからわかる伝道師に必要なスキルとマインドについて学び合う研修会です。

最後まで参加した方には、一般社団法人散走ネットワークが発行する「伝道師修了証」をお渡しします。

	time	min	内容
1日目	9:30		受付
	10:00	15	挨拶・進行スケジュール「散走について」室谷より
		30	参加者 自己紹介・ひと言チェックイン（ひとり3分程度）
	10:45	90	◆「国内とインバウンド対応のガイドスキルと、リスクアセスメント」
			講師：小口良平氏
	12:15	60	休憩・昼食
	13:15	180	★散走体験研修
			集団走行、交通法規、ハンドサイン、ブリーフィング方法、ガイド必携道具知識
	16:15	15	休憩
	16:30	60	◆1日目の振り返り（質疑応答、講師陣からのアドバイス）
	17:30		1日目終了・講師陣と参加者有志による懇親会
2日目	9:30	120	◆「メカニカルスキル基礎」 メンテナンス方法、日常・ツアー前点検
			◆「ファーストエイド基礎」 緊急時の行動対応知識・参加者の体調管理・エイド道具知識
	11:30	60	休憩・昼食
	12:30	180	★参加者による散走ガイド実践研修
	15:30	15	休憩
	15:45	80	振り返りWS
			・KPT（20×3=60）+全体共有10分
	17:00		修了式「散走伝道師」修了証の授与 参加者ひと言チェックアウト
	17:30		閉会

「散走伝道師」養成研修会 2022年実践例

朝霧高原を会場に全国で活躍するガイド・サイクリングの実践者を講師として招いた朝霧高原現地講習会（実地研修あり）2日間の研修プログラム

様々な地域で「自転車まちづくり」を牽引し、実践している講師陣による「散走伝道師」養成研修会。世界を自転車旅したからわかる、伝道師に必要なスキルとマインドについて学び合い、最初から最後まで参加した方には一般社団法人散走ネットワークが発行する「伝道師終了証」を発行しました。

コーディネーター1名＋講師3名

■実施日：11月8日（月）夕方講師到着（ふもとっぱらコテージ泊）
11月9日（水）～10日（木）の2日間研修

■場所：座学：まほろば 実技：朝霧高原北部

■参加者：朝霧高原でサイクリングガイドを志す、関心がある人（15名程度）

【今回の講師講習テーマ・プロフィール】※講師はテーマやニーズによって変わります。

◆自転車まちづくりへ向けた「散走伝道師」コーディネーター

講師：室谷恵美

1968年大阪生まれ。2013年から株式会社シマノが運営するライフクリエーション スペースOVEにて「散走」を核とした、自転車のある新しいライフスタイルの創造=自転車文化向上へ向けて取組み、2022年からは散走の更なる普及を目指し、株式会社シマノ主催「ソーシャル×散走企画コンテスト」推進事業を担う。現在、一般社団法人散走ネットワーク理事・事務局長。

◆テーマ「ガイドが行う自転車安全点検と、ガイドに必要な安全走行・ルールマナー」

講師：中村博司氏

1948年京都市生まれ。1970年全日本選手権ロードレース優勝。ニュージーランド遠征の日本代表チームに参加。1972年島野工業株式会社（現、株式会社シマノ）入社後、シマノが開発したレース部品と共に欧州レースに参戦、プロチームのメカニックとして世界最高峰のツール・ド・フランス、ジロ・デ・イタリア等に参加。1996年シマノが設立した自転車博物館サイクルセンター事務局長として着任。2012年シマノを定年退職後に「堺自転車のまちづくり・市民の会」代表として現役で活躍中。欧州の都市で開催されている自転車ツアーに習い、堺観光ボランティア協会に入会し自転車ツアーを立ち上げ、毎月協会主催の自転車ツアーを開催。大阪サイクリング協会理事。

◆テーマ「国内とインバウンド対応のサイクリングガイドのスキルと、リスクアセスメント」

講師：丹羽隆志さん

1966年三重県生まれ。「にわサイクリングツアーズ」主宰。（埼玉県知事登録旅行業 第2-1081号）始めてギア付自転車に乗る方への東京下町の路地裏散策から、ヒマラヤの峠越え遠征まで、幅広い地域とレベルでガイド。コロナ前の2019年のツアー実績は、開催日数135日、参加者数933人。この他、サイクリングホリデー東京として、毎日催行する訪日外国人向け英語ツアーのプロデュースを行なう。インバウンドとアウトバウンドのサイクリングツアーガイド、サイクリングライター、サイクリング講師。メリダジャパン アンバサダー。

◆テーマ「サイクルオアシスを核とした住民参加型まちづくりと、散走プランのあり方」

講師：宇都宮一成氏

1968年 愛媛県西予市宇和町生まれ。玉川大学教育学部卒業。メーカー勤務後にタンDEM自転車夫婦世界一周（1997/6～2007/11）88カ国・105,805km走破。

現在、愛媛県今治市の「NPO法人シクロツーリズムしまなみ」にて、しまなみ海道島巡りサイクルツアーガイドなどを通じてサイクリングの楽しみを広めつつ、自転車によるまちづくりに邁進中。

散走伝道師研修会 2022年実践例



3人の講師による座学の様子
(各90分)



参加者が交互に先導と後方を担当して
講師から直にフィードバックを行う



シートポストやサドルクッション他
参加者が困らないための備品類



散走前の空気入れ、ブレーキや
ギアなど安全点検の徹底



補給水や補給ゼリーなど
どんな場所でも応急処置ができる



レンタサイクルに必要な備品や工具
交換パーツはすべて揃えて移動

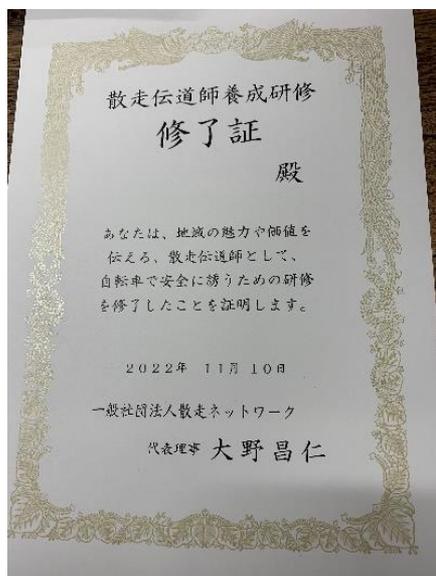
散走伝道師研修会 2022年実践例

最後の「振り返りワークショップ」では、
散走伝道師に必要なスキルとマインドを活かして下記の3つのテーマで話合いました。

- ①学べたこと、参考になったこと、印象に残ったこと ②自分自身の課題、地域としての課題 ③地域が目指すビジョンとは？



2グループ発表の様子



修了証を授与