

出國報告（出國類別：考察）

「日本茨城筑波霞浦林林單車道及其周邊服務設施」報告

服務機關：交通部觀光局花東縱谷國家風景區管理處

姓名職稱：羅課長美齡

王專員文欣

派赴國家：日本

出國期間：112年6月29日至7月4日

報告日期：112年9月26日

摘要

在近年永續觀光、綠色旅遊及綠色認證之全球觀光發展趨勢推動之下，交通部整合推動的自行車環島主幹路網、16條自行車多元路線及自行車友善設施，以及交通部觀光局公告的Taiwan Tourism 2030台灣觀光政策白皮書均計畫將台灣打造成為全球最友善的自行車旅遊目的地，顯示綠色運具將是時勢所趨。

擁有自然美景的花東一直是台灣旅客喜愛的旅遊景點之一，除了搭火車或自駕旅遊外，前來花東騎自行車的遊客也逐步上升。國內常以大型自行車活動賽事—臺灣自行車登山王挑戰(Taiwan KOM Challenge)吸引遊客到訪目的地騎乘之外，交通部觀光局花東縱谷國家風景區管理處(以下簡稱縱管處)處自111年起以轄內3條自行車多元路線(洄瀾漫波線、森林溫泉線、田園風光線)打造「徐行縱谷」專屬花東的自行車旅遊品牌，結合旅行社上架自行車遊程，提供一般民眾可悠閒騎乘自行車玩遍花東小鎮。

在「徐行縱谷」品牌遊程推廣2年之際，藉由參訪鄰近台灣的日本，實地了解日本自行車道硬體建設及軟體服務的規劃，因此，選擇了與縱谷處「玉富自行車道」同樣以鐵道改建，並於2018年獲得日本國家認證為「國際自行車道」的「筑波霞浦林林單車道」作為考察學習對象。

另一方面，也藉此次考察機會，參訪與星野集團合作的BEBE5自行車友善飯店及地方創生門festae活動，在實際拜訪中，透過茨城縣官方協助解說了解不論在設施、活動、建設等軟硬體方面，由在地居民或企業發起的在地方創生，不僅善用政府資源，民間力量的主動投入支持也帶動了當地經濟的發展，逐步改善人口外移、居民返鄉及推動新住民的移入，都是茨城縣值得考察學習的地方。

目 次

壹、目的.....	1
貳、考察及參訪行程.....	3
參、考察行程及參訪活動過程.....	4
肆、心得與建議.....	25
伍、參考文獻與網站.....	28

壹、目的

因應淨零碳排的國際趨勢變化，交通部近年整合推動全台自行車路線，並致力提昇自行車旅遊品質的重要政策目標，於 2015 至 2018 年完成自行車環島主幹路網(環島，1 號線及 25 條環支線)後，於 2020-2021 年則以環島路網為主幹路網，搭配國家風景區範圍，結合地方性較具特色之自行車路線，整合優化完成 16 條多元自行車路線包含沿線自行車停駐空間、周邊據點串聯、導引指標、驛站等服務設施，希望透過相關設施的整備，來優化環島自行車路網的安全性與友善性。

在自行車旅遊推廣上，依交通部觀光局 109 年台灣旅遊狀況調查報告顯示，目前騎協力車及單車作為旅遊活動之國人僅約占 0.9% (109 年)，目前台灣大多以自行車活動作為行銷主軸吸引遊客到訪目的地騎乘，以旅行社遊程結合自行車推廣亦隨永續觀光、綠色旅遊及綠色認證之全球觀光發展趨勢，加上 **Taiwan Tourism 2030** 台灣觀光政策白皮書將打造台灣成為全球最友善的自行車旅遊目的地以及 16 條自行車多元遊程推廣之政策推動下，綠色運具將是時勢所趨。

因此，為鼓勵國人騎乘自行車旅遊，並解決遊客人車住宿問題，觀光局結合旅宿業者推廣「自行車友善旅宿」，以強化自行車旅遊配套服務。自 2020-2025 年更推動為期五年的「環島自行車道升級暨多元路線整合推動計畫」，持續優化環島自行車主幹路網、連結斷點，發展多元主題特色之自行車路線，讓全國自行車道路網更完整綿密。並藉由國際化的旅遊活動，如臺灣自行車登山王挑戰、騎遇福爾摩沙 Formosa 900 活動，以及多元型態的自行車主題旅遊產品路線，期帶動區域觀光之繁榮發展。

花東縱谷國家風景區管理處(下稱縱管處)為呈現花東縱谷國家風景區的悠然步調、廣闊的稻田風光、繽紛的天然景緻與多元的人文特色是遊客喜好的旅遊景區，豐富的自然環境，也是自行車族騎乘的天堂，並在交通部整合優化完成之 16 條多元自行車路線中，縱管處轄內就囊括了洄瀾漫波線、森林溫泉線、田園風光線 3 條多元自行車路線，其中最具代表性就屬森林溫泉線中的「玉富自行車道」，同樣屬於由舊有東線鐵道改建成的自行車道，坡度平緩適合親子騎乘自行車共遊外，更是世界唯一橫跨兩個聚合板塊的自行車道。

而為了完善花東自行車硬體設施，縱管處陸續自 111 年起於國際慢城鳳林公園

打造全新自行友善淋浴設施，騎士盥洗淋浴的同時可確保愛車停放無虞；也與台糖一起攜手合作完成「森林溫泉光復糖廠驛站」補給站等場域。在自行車遊程規劃方面，則以「徐行縱谷」做為自行車推廣品牌，結合台鐵場站，以兩鐵旅遊方式，讓遊客以徐行的速度，感受花東美好。

此次參訪的茨城縣「筑波霞浦林林單車道」於 2018 年 11 月獲得日本國家認證為「國際自行車道」，總長度約 180 公里，路線分為櫻川土浦自行車道(山段)及霞浦湖岸自行車道(湖段)，串聯了日本第 2 大淡水湖「霞浦」及日本百大名山之一的「筑波山」等兩大茨城絕景，沿途共經過縣內 14 個城鎮及多個 JR 車站，其中本次行程安排參訪的櫻川土浦自行車道的前身是由筑波鐵道於 1987 年廢線後，以舊有鐵道路線轉變而成的自行車道，全程共有 7 個休憩所，均由舊有鐵道站改建，屬坡度較平緩、一般大眾普遍均可放心騎乘的自行車道，因與縱管處轄內森林溫泉線中的「玉富自行車道」具有相似的旅遊條件，故規劃至較具旅遊規模的「筑波霞浦林林單車道」實地觀摩學習，藉由在地自行車領騎團隊的帶領下，除了沿途訪查日本自行車道設施指標外，更趁此難得機會深入了解日本對於自行車旅遊行程的推廣模式。

本次亦參訪「筑波霞浦林林單車道」鄰近的 JR 土浦站及土浦林林單車廣場之周邊設施，該場域由土浦市及 JR 東日本聯合攜手打造的自行車友善設施，各項自行車服務機能及設施均有完善的規劃，並針對遊客提供一站式的配套服務，包含與星野集團合作的 BEBE5 自行車友善飯店、自行車商店、甲租乙還、大型自行車停放櫃、投幣式淋浴間、自行車專用停車場等配套服務等，以藉此了解日本在自行友善軟硬體建置可借境之處。

貳、考察及參訪行程

本次考察自 112 年 6 月 29 日(星期四)至 7 月 3 日(星期一)，為期 5 日，偕同交通部觀光局東京辦事處共同拜訪茨城縣笠間市及土浦市役所進行意見交流，考察筑波霞浦林林單車道及周邊設施。

日期	參訪地點	參訪項目
6 月 29 日	桃園機場-成田機場-茨城縣水戶市	去程
6 月 30 日	1. 茨城縣水戶市-笠間市-土浦市 2. 笠間市役所、道之驛、稻荷神社及井筒屋(門 festae 活動)	由茨城縣國際觀光課課長引介拜會笠間市長，就地方創生進行意見交流。由市役所帶領參訪具地方特色的道之驛，以及歷史超過 1300 年的稻荷神社，並參加於井筒屋舉辦之台灣文化祭-門 festae 活動。
7 月 1 日	1. 茨城縣土浦市役所 2. 筑波霞浦林林單車道(土浦市至筑波市)	1. 由茨城縣國際觀光課及運動推進課課長引薦拜會土浦市長及副市長，就單車旅遊進行意見交流。 2. 由茨城縣運動推進課同仁陪同，在地單車團體「チーム 36 (山麓)」領騎導覽，由土浦驛騎單車道至筑波山腳下，來回約 45 公里。 3. 星野 BEB5 單車友善旅館執行長介紹旅館經營策略及設施。
7 月 2 日	1. 筑波霞浦林林單車道及周邊設施 2. 茨城縣土浦市-東京都	1. 考察林林單車道及周邊設施(JR 土浦站及林林單車廣場)。 2. 考察土浦市遊憩資源與單車旅遊設施。
7 月 3 日	東京都-成田機場-桃園機場	返程

參、考察行程及參訪活動過程

一、造訪日本茨城縣笠間市

笠間市位於日本茨城縣中央，距離東京東北方約 100 公里的位置，總面積為 240.40 平方公里。交通方面，目前台灣虎航每週有 2 架次可由桃園機場直飛茨城機場，東京出發則可搭乘電車 JR 常磐線，水戶線(約 70 分鐘)或高速巴士(約 2 小時)抵達，遊客到達笠間後，亦可搭乘觀光周遊巴士(每天 7 班次，周一公休，一日券 300 日圓)進行旅遊(如圖 1)。

根據 2020 年人口普查笠間市的總人口約 7 萬 3,173 人，在人口結構上與台灣遇到的問題相同，即「人口減少」、「少子高齡化」危機所衍生勞動力減少、財政困難等社會化問題逐漸浮現，目前全市幼年人口約 11.4%，老年人口約 33%，為超高齡社會。產業以 3 級產業居多約占 62.5%，居民大都以通勤方式至茨城縣都市地區水戶市上班。

笠間市為日本數一數二的農產大縣，在飲食上，當地居民自古以來便把稻荷神使者狐狸最愛吃的豆皮壽司作為祈求五穀豐收供品的習俗，做成「笠間稻荷(豆皮)壽司」，是遊客必吃美食之一。除此之外，因擁有保水且透氣性佳的火山灰土質及日夜溫差大的氣候特性，使笠間成為適合栽種栗子的地點，笠間市種植栗子面積約 484 公頃，栗子生產業者家數 669 家，無論是種植面積或是生產業者，都位居日本第一；每年 9 月上旬至 10 月下旬採收期，當地餐廳、咖啡廳則會推出季節限定栗子甜點及伴手禮，其栗子甜點文化已由日本文化廳認定為百年文化食品，是遊客到訪必買必吃甜品(如圖 2 及圖 3)。

而起源於江戶時代，被用作於日常器皿的笠間燒，至今已有兩百多年以上的歷史(2024 年將迎接笠間燒 250 週年)，以不受任何造型或技法限制，能自由創作展現個人風格的「笠間燒」更是在日本國內聞名(如圖 4)，現在仍有 300 位以上的職人創作家活躍中，原料取自於笠間周邊的笠間黏土，其特徵為黏性強及容易成形，且富含鐵的成分，燒成後會自帶顏色。於 1992 年被指定為國家傳統工藝品，2020 年獲日本遺產認定，每年 4-5 月固定舉辦「陶炎節(鎮火節)」展示及販售傳統工藝及陶藝家作品，為笠間燒最大的陶器市集。

	
<p>圖1、觀光巴士(1日券300日元)</p>	<p>圖2、笠間甜點-栗子蒙布朗 (照片取自日本笠間台灣辦事處Facebook)</p>
	
<p>圖3、伴手禮品-落穗栗餅乾(照片取自日本笠間台灣辦事處Facebook)</p>	<p>圖4、笠間燒陶(照片取自日本笠間台灣辦事處官網)</p>

二、拜會笠間市役所進行地方創生意見交流及參加門 festae 活動

笠間市山口伸樹市長分享笠間市地方創生作法(如圖 5)，目前最成功的「地域振興協力隊」政策，便是鼓勵外縣市人才來到笠間市一段時間學習當地技術或工作、與當地居民交流，類似島內遊學概念，停留在笠間市這段期間，政府將提供生活費補助金，這段學習時間結束後，可以選擇留下來，政府也會提供就業機會，山口伸樹市長提到，不僅是以日本人為主的協力隊，地方創生制度也開始留意到外國人才、留學生對於地方投入與助力，因此，也曾經有台灣留學日本的學生到笠間市役所工作，協助國際業務服務，而目前這個計畫仍持續在笠間市執行。市長表示這樣的計畫，不只是市來主導，而是由日本政府大型企劃所推動。

在參訪過程中，我們也透過笠間市政策企劃部北野高史部長，同時也是地方創生負責人(如圖 6)，了解茨城縣致力推動創生的方法，他表示「地方創生」名稱近年改為「數位田園都市國家構想計畫」，其實際內容仍與原「地方創生」雷同，內容包含整建數位基礎建設、培育數位人才，解決鄉村地區人口流失、少子高齡化以

及產業空洞化等各種社會問題，是以地方為中心的數位轉型。此部分一樣屬市役所執行的市政工作，只差在於日本政府會有額外預算提撥。

簡報中提及笠間市正在面臨不可避免的人口減少及少子高齡化下，所產生的勞動年齡人口減少高齡化、社會衰退、收入減少等問題，衍生地區雜草、垃圾無人處理、消費者少、無法販賣產品、老屋無人繼承或無力負擔改造經費而造成空間閒置及市容破舊，因而對未來產生不安和閉塞感。



圖5、笠間市長山口伸樹、東京辦公室鄭憶萍主任及縱管處同仁合影



圖6、北野高史部長簡報笠間市所面臨困境及在地創生

笠間市為了解決現有問題創造未來，希望實現「淨零排放社會」、「實現多樣化」、「實現數位社會」，透過地方創生計畫，由政府補助部分經費與民間企業合作方式改造成為新的基地，期望創造「有活力」的城市。北野部長表示，目前笠間市的作法有以下方式：

(一) 利用現有地區資源(空屋或老舊設施)進行改造再利用，形成「新據點」：

- (1) 道之驛KASAMA：改造前為老舊賣場(販售當地土產)，改造後於2021年9月開幕，成為農特產品販售及用餐空間，成為為笠間的出入口、也提高了農家所得。現場參訪由茨城縣營業戰略部國際觀光課幡谷佐智子課長協助導覽場域介整體規劃，不僅外觀及實用性的設備，到處都可以看到笠間燒及栗子所轉化的設計(如圖7-圖16)。官網：<https://m-kasama.com/>



圖7、道之驛外觀



圖8、道之驛內部用餐區



圖9、道之驛入口牆面(笠間燒陶)



圖10、笠間特色栗釜飯



圖11、栗子型狀的車檔



圖12、自行車腳架(提供自行車租借服務)



圖13、幡谷佐智子課長介紹栗子造型座



圖14、洗手台(栗子型狀)

椅



圖 15、道之驛-内部農特産展售區

MICHINOEKI KASAMA | GATEWAY

01 空間の菓はここから

まずは本場の菓のおいしさを体験することからスタート

La Kuri 菓業

菓業株式会社による空間の菓のShopは、和菓、洋菓、生菓、お好みで選んでいただく店内限定「楽楽和(わーわー)」など、本場の味を堪能できるスイーツを提供。

02 地元の旬はここから

農作物がおいしい土地だから、販売所めぐりもおすすめ

地元で大人気の農産物みどりの風が市場を流し、新鮮な野菜を拡大してリニューアル。旬のとれたて野菜や高産の小豆といった生花を中心に、手づくりのお惣菜や地元人気店のパン、道の駅限定のお土産も並ぶ。

03 空間グルメはここから

もっと知りたいを食べて！地元食材との出会いが満載

フードコートには、食事からデザートまで楽しめる人気店が並び、空間の食材を使った限定メニューはチェック！家族でゆっくり楽しめるレストラン、おメニューは予告なく変更になることがあります。

04 アートな空間はここから

陶芸だけじゃない！空間ならではの多彩なアート体験

じつは多くのアーティストが活躍している空間。施設内では陶芸や木工などさまざまな作業による作品を使用、あちこちで展示してあり、

05 いよいよ！空間のまちへ

空間の食やアートなど、さまざまな魅力に触れたら、あとはまちめぐりに必要な情報をめぐるだけ。施設内にあるインフォメーションなどをフル活用して、お好みのプランでGO！

【2つのおよばり周遊コース】

1日で効率的にまわりたい、ゆっくり1泊2日で。興味や予定に合わせて選べるおすすめの周遊コースをチェック。

Course_01 日帰りコース	Course_02 1泊2日コース
● 9:30 道の駅かさま出発	● 9:30 道の駅かさま出発
● 10:00 石切山登山 保良アスレチック	● 10:00 石切山登山 保良アスレチック
● 11:30 空間稲荷神社参拝	● 11:30 空間稲荷神社参拝
● 12:00 空間稲荷神社参拝のカフェランチ	● 12:00 空間稲荷神社参拝のカフェランチ
● 13:30 空間の匠の丘で陶芸体験	● 13:30 空間の匠の丘で陶芸体験
● 15:00 キャラクターロード、陶の小径、やまもろで遊ぼう！	● 15:00 キャラクターロード、陶の小径、やまもろで遊ぼう！
● 16:30 道の駅かさまでお買い物	● 16:30 道の駅かさまでお買い物
● see you next time!	● ETOWA KASAMA:宿泊
	● 10:00 湯入不動でパワーチャージ
	● 10:30 上郷地区周辺を散策＆ランチ
	● 13:30 筑波海軍航空隊記念館を見学
	● 15:00 道の駅かさまでお買い物
	● see you next time!

MICHINOEKI KASAMA | GATEWAY

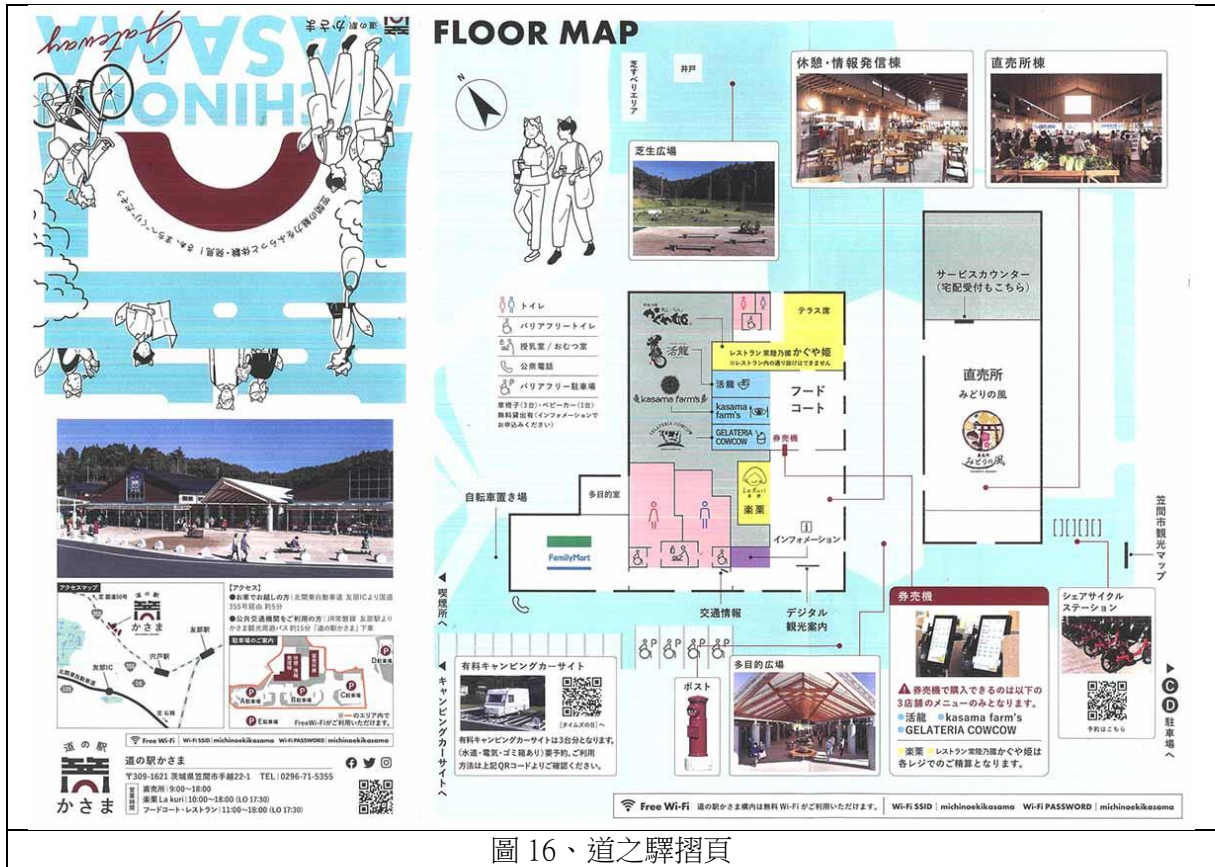


圖 16、道の驛摺頁

(2) 栗子加工場：與JR東日本旅客鐵道株式會社水戶分社合作，成立「笠間栗工廠株式會社」，以提高農民所得(如圖17)。



圖17、笠間栗工廠株式會社

(3) 老店及「ETOWA KASAMA」露營區改造：笠間市擁有土地所有權，是一個具有26年的公共設施(原為住宿設施-為建地)，經由笠間市和民間企業合作，笠間市提供補助金，由民間企業投資所有設施並後續經營行銷，於2020年7月開幕「ETOWA KASAMA」豪華露營，目前入住率超過70%，對於露營初體驗、或是國外旅客來說，免營地搭設或準備食材等，能輕鬆、優雅、遠離喧囂在森林戶外渡假度，是很好的選擇，對此場域而言，透過所謂地方創生，成功蛻變(如圖18)。

「ETOWA KASAMA」露營區官網：

<https://www.cigr.co.jp/etowa/kasama/activity/>



(4) 老店改造：笠間市以逐年分區域進行老屋改造徵選。由入選的空屋改造者，政府給予補助金，即屋主人可拿到補助金，後續由企業進行老屋改造後取得經營權。至於公有設施，則由笠間市提出想改造的場域，由民間企業進行評估再利用，至於政府機關是否收取權利金或租金，因笠間市目標是以閒置空間活化，爰僅向民間企業收取租金，權利金則無收取，主要是吸引民間投資意願，北野部長說，有些更偏遠地區甚至收取免租金。(本次因參訪行程時間有限僅聽取簡報說明，未實際參訪老店改造)

(二) 強化笠間市特色「長處」：

利用本身優勢，在文化、運動、美食上分析專屬笠間市獨有特色來吸引更多遊客拜訪，包含合氣道發源地(世界上唯一合氣道神社)、日本最古老的菊花節(2023年為第115屆)、笠間燒、茨城Astro Planets職業棒球獨立聯盟、茨城BACK BONE3對3職業籃球隊及因高爾夫場地(與台灣高爾夫協會亦有往來)、笠間的栗子甜點文化、百年酒莊等。

同時，笠間市也透過在台灣設立辦事處，疫情期間利用農特產品交流，讓笠間市當地國小、國中生可以品嚐來自台灣的水果，包含鳳梨、香蕉、芒果等等。在2022年也因為台灣進口規定放寬，與笠間市有合作關係「JR東日本大飯店台北」下午茶點也使用「笠間產栗子」製作栗子甜點，來吸引二地遊客互訪(如圖19及圖20)。



註：照片取自日本笠間台灣辦事處 FB

(三) 地方創生活動參訪 - 井筒屋門祭及稻荷神社

由笠間觀光協會、茨城華僑台灣總會、笠間市、台灣觀光局合作辦理，在「笠間歷史交流館井筒屋」舉辦以台灣x笠間x美食x生活為主題的門祭活動。由華僑總會台灣分會介紹整個活動過程，經訪問得知，整場活動經費主要由在地協會、茨城華僑台灣總會籌組，笠間市役所補助部分經費20萬日幣(約新臺幣4萬元)，參與的攤位店家則需自付攤位租金及自備帳篷。

井筒屋是明治中期所建造的三層木結構建築，位於日本三大神社之一笠間稻荷神社附近，曾經是一家受歡迎的飯店，在日本大地震中造成建物受損後，以保留建造時的氛圍進行翻新，目前轉型成為旅遊資訊中心，也是每年菊花祭辦理地點，現場也可租借自行車租(電輔車)。

參訪當日適逢笠間稻荷神社6月祭禮活動-大祓式；伏見稻荷神社一年四季皆會舉辦祭禮儀式，在6月最後一日的大祓稱為「夏越之祓」，將我們自元旦以來於日常生活中無意識犯罪與不潔交託人偶，接受除厄儀式，放流河海的活動(如圖21-圖26)。



圖21、由笠間市役所同仁陪同參加門祭



圖22、現場擺設台灣舞龍舞獅



圖23、以台灣為主題的場佈



圖24、電輔車租借



圖25、笠間稻荷神社6月祭典 - 夏越之祓及栗子造型籤詩



圖26、夏越之祓-除厄儀式

三、造訪茨城縣土浦市：

土浦市位於日本茨城縣南部，位於東京 60 公里的位置，距離茨城機場約 20 公里，距離成田國際機場約 40 公里，土浦市擁有發達的交通幹線網路，遊客可轉搭乘交通工具包括 JR 常磐線土浦站、荒川木站和神津站抵達。

土浦市的「霞ヶ浦」霞浦是佔地面積僅次於琵琶湖的日本第二大淡水湖，同時也是日本第一蓮藕產地，如同笠間市盛產的栗子，這裏的蓮藕則被廣泛運用於各種健康料理中。

在久遠的江戶時代，土浦市為僅次於水戶的第二大城，曾經繁榮一時，目前在各城市街道各處仍可看到昔日風華，遊客也可延著車站周邊探訪江戶時代野村家族(商人)所建造的古樓「土浦町門藏」，已被指定為國家註冊文化財產，目前 1 樓販售當地紀念品，有專人可導覽解說，店內備有自行車可租借；遊覽關東唯一現存櫓門的古城，被保存下來的土浦城遺址本丸內（龜城公園）包含本丸內的正門「太鼓門」和裏門（後門）「霞門」，這兩棟建築物也是整個茨城縣唯一現存的江戶時代建築，也因此讓土浦城獲得城廓專家們的青睞，在 2017 年獲選為日本的「續 100 名城」。自大正 14 年（1925）開辦至今，來自日本各地的煙火職人一同場較勁自己的得意作品，每年 11 月在土浦市辦理的「土浦全國煙火競技會」為日本三大煙火大會之一，已發展為每年吸引遊客特色活動之一。

四、拜會土浦市役所進行單車旅遊意見交流

7 月 2 日拜會土浦市役所，由土浦市長安藤真理子及二位副市長介紹土浦友善自行車規劃(如圖 27 及圖 28)，土浦市長提到目前車站位置屬 JR 東日本公司所有，在此之前為百貨店家進駐，後來因為人口減少，營業額下降，因此，在思索如何轉型之虞，由 JR 東日本公司提案予茨城縣，以結合縣內林林單車道為構想，建構成為友善自行車城市。

整體建設經費由茨城縣補助部分經費，後續由 JR 東日本公司經營，並與星野集團合作，在三方討論協力下，打造成為日本第一間友善自行車旅宿 BEB Hoshino Resorts，也吸引了日本各地機關觀摩。

市長表示以自行車作為旅行交通工具的遊客，其旅行的天數通常較長，因此住宿的花費便成為一大考量，同時，此類型自行車騎士所擁有的自行車單價通常

偏高，星野集團在評估此類型目標客群的需求下，將 BEB Hoshino Resorts 飯店以較優惠的價格提供給來自各地自行車騎士方便、友善的選擇。



五、考察筑波霞浦林林單車道

(一) 日本國家級單車道政策

日本單車普及率高，配套旅遊設施規劃完善，2019 年日本政府施行國家級單車道政策，將單車路線系統標準制度化，迄今已指定 6 條國家級單車道，包含本次考察目標筑波霞浦林林單車道(180 公里)，以及琵琶湖環線(193 公里)及島波海道自行車道(70 公里)等。

日本國家級單車道，在騎乘環境、接待環境、資訊友善性等各面向皆需達到規定標準，其中必要條件包含「長度至少 100 公里以上（離島除外）」、「車道路線應與至少一個火車站相連接，設有單車租借及更衣間等設施」、「每 20 公里一個單車驛站」、「車道路線周邊有單車友善住宿(至少每 60 公里一處)」、「官網及文宣至少包含英日語版」等，而加分條件有「避開連續陡坡」、「能攜帶單車上巴士、火車、渡輪」、「提供至少英日語版旅遊指南」等(如圖 29-圖 31)。



圖 29、日本國家級單車道位置圖



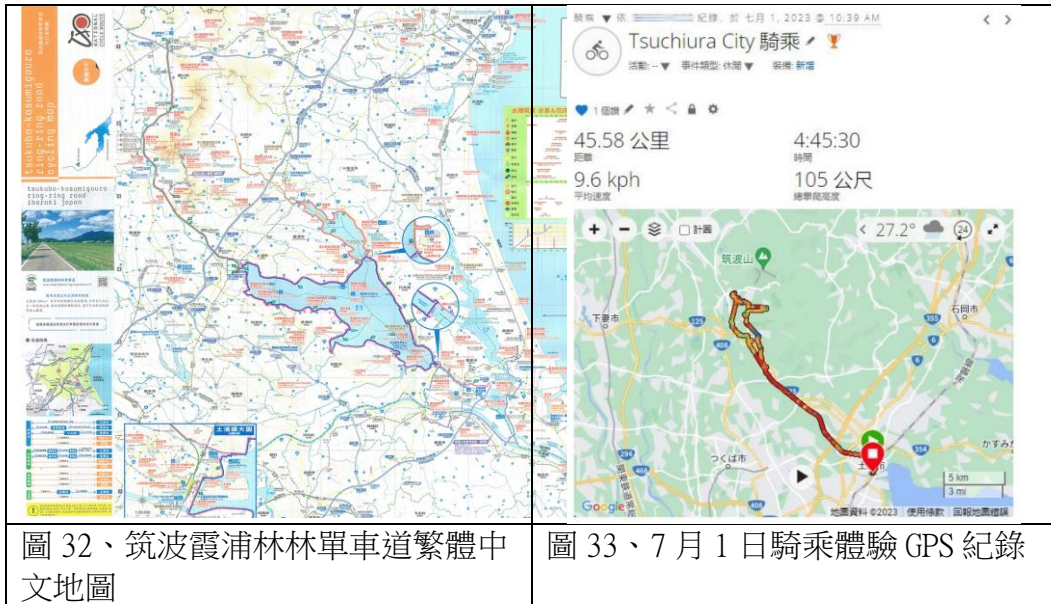
圖 30、筑波霞浦林單車道繁體中文騎乘指南



圖 31、筑波霞浦林單車道繁體中文租借 DM

(二) 筑波霞浦林單車道

筑波霞浦林單車道於 2019 年 11 月與琵琶湖環線及島波海道同為第一波被指定為國家級的單車道。筑波霞浦林單車道路線全長 180 公里，行經茨城縣筑波市、土浦市及霞浦市等 14 個城鎮，由縣廳為首及各行政區派員組成專責協會共同管理。距離東京不到 1 小時車程，全路線平坦親民，景觀開闊，途經日本百名山的筑波山(高 877 公尺)，以及日本第二大湖霞浦湖(面積 220 平方公里)。茨城縣觀光網站並提供英日韓泰越繁簡中共 7 個語版路線及周邊景點介，騎乘難度低、交通及資訊可及性高，對外國旅客相當友善(如圖 32 及圖 33)。



本次考察目標為舊筑波鐵道所改建之單車道路段，筑波鐵道於 1918 年開通，由土浦站到岩瀨站間運行，經過 3 個城鎮共 18 個車站，於 1960 年達到鼎盛，隨後因私家車普及、人口外流等因素，主要客群轉為學生上學通勤使用，再受日本少子化學生減少學校廢校影響，於 1987 年廢線，當時因欠缺資金而未拆除沿線車站及鐵道設施。1992 年沿線市役所決定活化路線，於 10 年間分段改建為專用單車道(長 40 公里)，保留鐵道特性，全線無急彎且無地形高低落差，沿途可見舊車站月台設施。原鐵道缺乏遮陰之情形，以種植櫻花等樹木補足，創造季節性景觀吸引旅客造訪。

本次考察騎乘體驗由茨城縣廳縣民生活環境部運動推進課安排，請日本單車旅遊協會及筑波在地團體領騎導覽，自 JR 土浦站出發至筑波休憩所，繞進筑波山腳下小鎮街道後折返，路程約 46 公里，經過 8 個舊火車站。其中 4 個舊站已改建為單車休憩所，提供公廁、單車架、休憩涼亭等設施，分別為蟲掛休憩所、藤澤休憩所、小田休憩所及筑波休憩所。沿途可見明顯單車交通標示，除少數路段與汽車共用車道外，大部分路段為單車專用道，與汽車道交會時有明顯路擋及停止標誌，請騎乘者停下確認車輛通行情形後再前進。

騎乘路線經過許多遊憩景點，其中小田休憩所即位於日本國家史蹟小田城遺跡，該城建於 12 世紀，為日本戰國時代大名小田氏治宅邸，16 世紀期間於戰爭中數次易主，1602 年被破壞。當筑波鐵道鋪設時，由小田城

正中間穿過，鐵道廢止後日本政府修復該城基座並設置博物館，現今單車道路線環繞城外圍並跨越護城河而過。筑波休憩所緊臨筑波山巴士總站，提供單車租借，設有電動單車充電樁及飲料販賣機等設施，經登山賽道(長 11.5K、爬升 500m)及纜車通往 3 千年歷史的筑波神社及筑波山三角點。位於路線上的另一個日本國家史蹟，為千年前統治常陸國筑波郡之平澤官衙遺跡，原配置包含辦公室、住宿所及稅賦倉庫等。自 1997 年起耗時 6 年調查及修復後，現今於原址可見用來存放百姓繳納稻米及麻布的巨大架高倉庫。

林林單車道親切舒適的騎乘氛圍並不僅止於政府部門的努力，亦得力於在地居民的參與及付出，沿途可見民宅於單車道側種植有景觀花木，供騎乘者欣賞。當行經城鎮街道時，可見許多貼有藍色自行車補給站貼紙的店家，提供打氣機、修理工具及廁所。在筑波山腳下有一前身為田村和服店的歷史建築，已登錄為國家有形文化財產，現在為當地社區發展協會營運的旅遊諮詢及免費休憩空間，田村先生熱情向旅客介紹當地歷史，原來過去日本各地民眾到筑波山神社參拜必經該路段，造就沿路聚落繁榮發展，現今仍隨處可見傳統宅邸大院，充滿歷史風情(如圖 34-圖 47)。

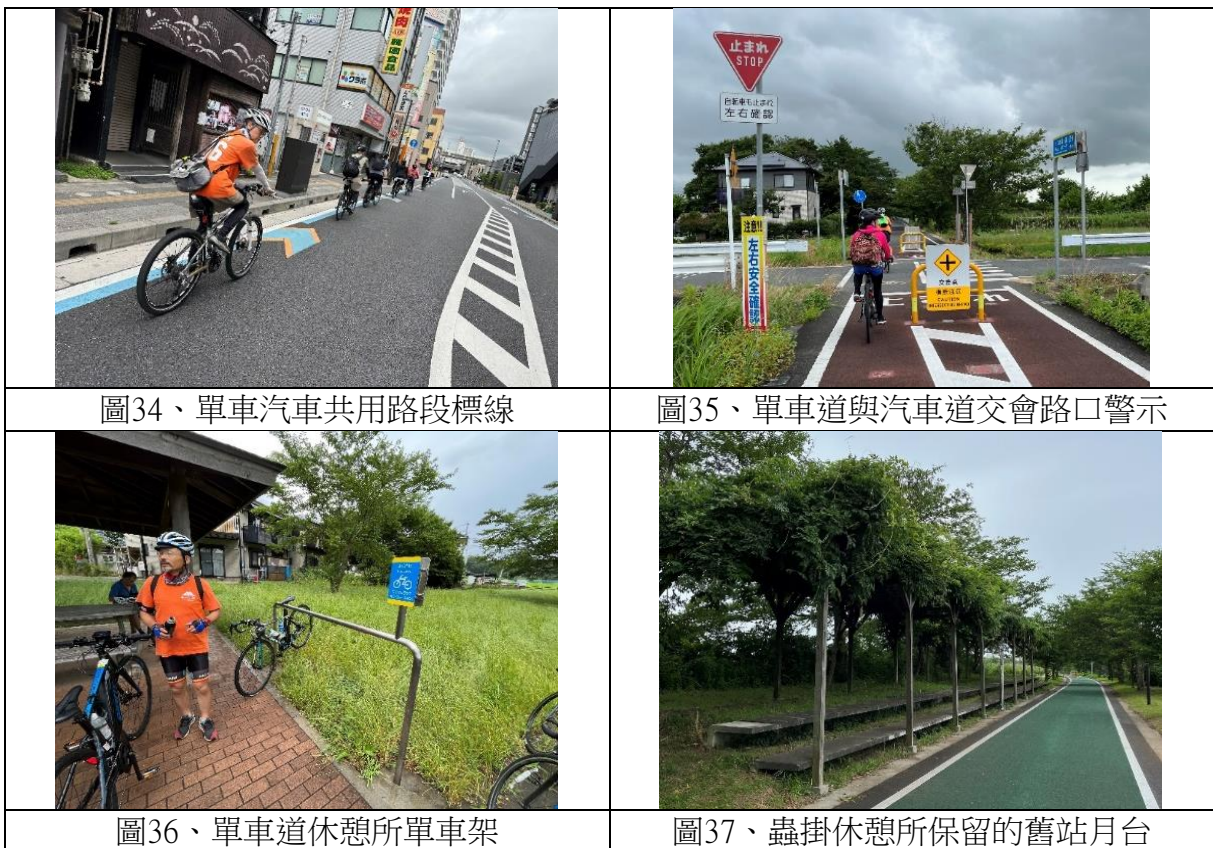




圖 38、單車道休憩所公廁



圖 39、單車道延護城河繞過小田城遺跡



圖 40、平澤官衙遺跡用午餐



圖41、筑波山腳下街道隨處可見傳統建築



圖42、舊和服店提供免費休憩空間



圖43、百年和菓子店門提供自行車補給



<p>圖44、土浦市街道上自行車補給站旗幟</p>	<p>圖45、補植樹木改善鐵道遮陰及景觀(取自茨城單車官方社群平台照片)</p>
	
<p>圖 46、筑波休憩所電動單車電樁</p>	<p>圖 47、自行車周邊旅遊摺頁</p>

(三) JR土浦站單車設施及友善旅客

從東京站搭乘常磐特急列車到 JR 土浦站只要 49 分鐘，將林林單車道納入首都單日生活圈範圍。車站共構建物內包含單車友善旅館及商場，整棟建築物劃設有清楚的藍色單車動線標誌，通道額外寬敞，旅客可自在地帶著愛車進出，商場各處店鋪門口皆設有單車架，讓旅客在購物用餐的同時，也不用與愛車相隔太遠(如圖 48 及圖 49)。

	
<p>圖48、土浦站單車牽行動線藍色標線</p>	<p>圖49、土浦站隨處可見單車停放架</p>

土浦林林單車廣場位於車站一樓及地下室，一樓為單車用品店，提供單車租借及維修，地下室為無人化多功能單車空間，提供多種類型單車租借、投幣式淋浴間(日幣 300 元)、獨立單車寄物櫃、免費更衣室、單車停車場及電扶梯，應有盡有，旅客什麼都不用帶也可以享受騎乘樂趣(如圖 50-圖 57)。

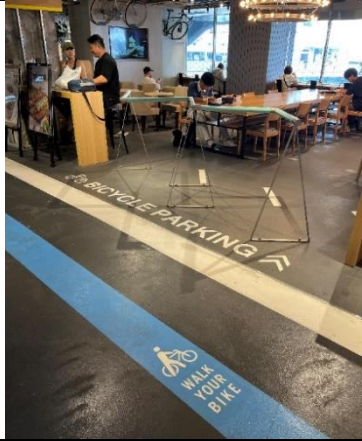


圖50、咖啡廳外的單車架及單車牽行標線



圖51、單車用品店



圖 52、單車維修租借價目表



圖 53、自助單車租借區



圖 54、自助單車租借操作



圖55、投幣式淋浴間



圖56、投幣式單車櫃(每30分鐘日幣200元)



圖57、單車電扶梯

BEB5 土浦為星野集團於日本的第一家單車友善旅館，自 2020 年開始營運，主打年輕、隨性的運動風格，位於土浦車站共構建築的三樓至五樓部分，旅館入口距離車站檢票口不遠，對於搭車大眾運輸的單車旅客非常方便。旅館大廳為歡樂的運動酒吧風格，中央有播放單車賽事的大電視、靠牆側停靠整排可借用的單車、桌面擺放五花八目的桌遊，並有 2 臺以單車改裝而成的人力果汁機，可以向櫃臺買冷凍水果後，踏著單車自製冰沙(日幣 800 元)。旅館配合日本夏初特產以哈密瓜為主題進行裝飾，提供季節限定哈密瓜甜點，並經常依季節改變主題風格(如圖 58 及圖 59)。



圖 58、旅館大廳桌上有許多桌遊供旅客自由使用



圖59、單車果汁機

BEB5 飯店共有 90 間房，依其年輕化的市場取向大多數為平價雙人房(Double room，面積 23.45~26.85 平方公尺，一張雙人床)，另有空間規劃活潑的三人房(Yagura room，面積 26.71~27.33 平方公尺，沙發床及雙人

床各一)，以及 15 間可帶單車入住的雙床房型(Cycle room, 面積 26.4~33.9 平方公尺，兩張單人床)。單車房型與車站出入口及旅館大廳位於同層樓，愛車可如展示品般掛於房間牆面並打光，同時允許住客將單車帶上床共眠，僅需告知旅館更換專用床單，店長表示該房型住客約 3 成會帶單車入住。旅館另提供兩種類型共 12 輛電動單車出借，並提供小朋友尺寸的單車。於一般旅宿設施外，館內設有專業的自助單車修理工具間供住客可免費使用，走廊寬敞且設有單車架，整體空間規劃皆以單車族為優先(如圖 60-圖 67)。







	
<p>圖60、Cycle room(旅館官網照片)</p>	<p>圖 61、Cycle room 可帶單車上床(照片出自旅館官網)</p>
	
<p>圖 62、Yagura room(旅館官網照片)</p>	<p>圖 63、Double room(旅館官網照片)</p>
	
<p>圖 64、Cycle room 單車架及投射燈</p>	<p>圖 65、宿客上鎖於房門前的單車</p>



圖66、旅館內設有單車維修間供住客自由使用



圖67、提供自助式洗衣機及烘衣機

肆、心得與建議：

一、地方創生：

(一) 設施活化：

在人口持續減少的現行情況下，以現有市政工作項目結合上級政府資源，從醫療改善、空屋活化、深耕原有陶瓷、栗子產業，達到地方創生目標。其中，針對閒置空間與土地的媒合機制，與企業合作改造閒置或經營不善之私人或公有場域，因以閒置空間活化為目的，爰公有場域僅收取租金(部分更偏遠地區甚至免收租金)，與台灣「促進民間參與公共建設」略有差異，可參酌；至於創生後的行銷推廣，則由接手的企業全權負責(公有場域則由市役所協助行銷)。

(二) 場域規劃：

本次觀摩由茨城縣營業戰略部國際觀光課幡谷佐智子課長帶領參訪地方創生實績「道之驛」及星野集團「BEB5 飯店」，不難看出日本在小細節的處理上有其創新及用心之處，充分結合在地產業(栗子與笠間燒)，轉化設計於細節。而利用既有設施場站重新活化改造，也為笠間增添旅遊亮點。

(三) 行銷推廣：

在地方創生行銷上，結合交通場站、觀光巴士、文宣、企業名氣等協助宣傳，創新手法上則聘請國內外人才、留學生，以其不同國際觀與視野，投入地方創生，擔任協力夥伴，使地方開始激盪出不同的火花，也逐步活化。

二、筑波霞浦林林單車道及周遊自行車友善設施：

(一) 自行車友善設施：

做為自行車友善的笠間市，以騎乘者角度思考，自火車站下車，即有完善指標系統，騎士所需一切設施，包含住宿、租車、維修、自行車置物櫃、淋浴間、停車場站等等，全部由市役所以地創生媒合改造，並以共構方式與鐵道場站結合，相當便利。全縣除了自行車道有著完善規劃外，在有著自江戶時代保存的老街區，在指標牌示、地面自行車標示等設計上，同時兼顧歷史古蹟保護及符合現代使用方式，融合於日常生活中。

(二) 安全道路騎乘：

本次考察騎乘體驗路程約 45 公里，部分自行車道與一般道路交會，於騎乘路程中，可以充分感受日本開車對行人或騎乘自行車者的友善，不僅開車放慢速度、也停車禮讓行人優先通行，與台灣人車爭道、搶快的情況不同，在日本觀摩期間發現，日本開車普遍速度不快、摩托車少、主動停車禮讓行人通過，對行人友善程度確實高於台灣，也利於自行車推廣及騎乘。

(三) 自行車保險：

日本自行車與一般車輛一樣都有自己的車牌號碼，茨城也已完成交通安全條例修正，認為騎乘腳踏車者與開車一樣，作為車輛「司機」應要負起責任。因此，在自行車保險規劃上，自行車擁有者可自行投保個人險，屬營業用者，則可投保專屬營業險。台灣自行車目前自行車無車牌，因此，在規劃旅遊產品上，多以旅遊平安險替代，而針對自行車租賃業者，則尚無保險可投保，建議可參考日本作法，完善保險制度，同時兼顧騎士安全及自行車租賃業者的保障。茨城交通安全條例：<https://www.pref.ibaraki.jp/seikatsukankyo/seibun/anzen/20190625.html>

(四) 自行車租借系統(水鄉筑波廣域租借自行車)：

為了讓遊客可以享受騎乘單車興趣，除了可以現場租借單車外(依現場單車數量或款式提供)，也可以提前上網預約單車(3 天前)，網站貼心提供中文(繁體及簡體)、英文等語言服務，也有多種車款供選擇。實際操作租借系統，必須先註冊，其中姓名需填列平假名(可用翻譯軟體轉成日文)，需留電話(只能留手機，倘只留住宿飯店電話仍被系統判定有誤，無法註冊)，雖然有中文介面，建議對國際旅客使用上省略註冊，直接預訂，將會更方便(參考日本 Toyota Rent a Car 租車業面採用直覺式訂購頁面，免註冊更方便快速，台灣業者可參考使用)。

- 茨城縣筑波霞浦林林自行車道租借官網：<https://ibaraki-rentalcycle.jp/>
- 日本 Toyota Rent a Car 租車：[TOYOTA Rent a Car](#)

(五) 領騎人員及解說導覽：

日本領騎人員沿途精彩解說，惟受語言及騎乘距離影響，領騎人員的音量無法傳遞至後方騎乘者，經騎乘隊形調整，改由駐東京辦事處同仁騎

在領騎人員後面，協助翻譯解說內容，再一一口語傳遞給我們理解，有鑑於此，未來本處在推廣國際自行車遊程或活動時，建議需考量及時翻譯需求採購解說器材及耳機或改由定點解說。

再者，我們也發現台灣及日本在領騎上手勢略有不同，日本領騎手勢在背後(靠臀部)，隨騎者重覆領騎者手勢，一個個往後通知；台灣領騎手勢則在頭部以上，後面騎乘者可以清楚看到領騎者手勢，再一一傳遞領騎者手勢。比較二方在領騎手勢上的差異，跟隨在後方的我們認為台灣在這方面較容易讓後方跟騎者更容易清楚了解前方路況。

(六) 遊程規劃：

本次考察目標為舊筑波鐵道所改建之單車道路段，騎乘過程遇到同樣騎自行車的騎士並不多，經詢問可能因疫後遊客到訪目的地仍以觀光勝地如東京、京都等一線城市遊客居多。茨城縣、土浦市各自製作多樣化自行車旅遊摺頁或手冊供遊客參考，遊客依手冊建議騎乘路線自行安排遊程，同時也提供「遊輪+自行車」Cycles 遊程，遊客可將自行車放在遊輪上，選定出發港口(目前共 5 個港口)，從各種路線上欣賞霞浦湖的美景。目前尚未與旅行社合作推行自行車套裝行程(僅在官網中查到提供旅行社或學校觀摩相關指引手冊)。

自行車旅遊在台灣近年來隨著觀光政策推廣及 16 條自行車多元遊程及台鐵兩鐵列車加入下，本處以「徐行縱谷」作為自行車旅遊品牌推廣，與旅行社合作開發多條自行車遊程，未來也將與台鐵東部 10 場站及台鐵兩鐵列車合作，朝小鎮自行車旅遊方向前進，期望打造台灣東部成為友善自行車旅遊目的地。

(七) 單車友善旅宿：

日本國家級單車道標準包含周邊單車友善旅宿數量，單車道官網並設有友善旅宿搜尋專頁，可從路線、地區、設施、單友存放處所等各種方式查詢旅宿，非常便利。而土浦站單車友善旅宿以年輕人為目標客群，成功營造活潑有趣的品牌形象，可以作為促參觀光旅館招商參考商業模式。

伍、參考資料：

- 一、日本國家級單車道官網
<https://www.mlit.go.jp/road/bicycleuse/good-cycle-japan/national-cycle-route/>
- 二、茨城縣觀光網站-筑波霞浦林林單車
<https://visit.ibarakiguide.jp/zh-hant/column/31401/>
- 三、筑波霞浦林林單車道官網
<https://www.ringringroad.com/>
- 四、筑波霞浦林林單車道官網-單車友善旅宿搜尋
<https://ringringroad.com/cyclingibaraki/inn/>
- 五、BEB5 土浦單車友善旅館官網
<https://hoshinoresorts.com/zh-tw/hotels/beb5tsuchiura/>
- 六、日本笠間台灣辦事處官網
<http://www.kasamacity.com.tw/>
- 七、日本笠間台灣辦事處 Facebook
<https://www.facebook.com/TaiwanOfficeofKasamaCity/>