

Utajärvi pyöräilyn laatukunnaksi

ohjelma 2015 - 2020



PYÖRÄILYKUNTIEN VERKOSTO

Kulje



viisaasti

Sisällys

1	Esipuhe	3
2	Utajärvi pähkinäkuoressa	4
3	Pyöräilyn edistämisen hyödyt	6
4	Utajärven pyöräilyvisio	10
5	Pyöräilyn kehittämisen tavoitteet ja toimenpiteet	10
5.1	Liikkumistottumukset – pyöräily osaksi kuntalaisten arkea	11
5.2	Pyöräilyolosuhteet – reitit, pysäköinti ja kunnossapito	15
5.3	Saavutettavuus – palvelut ja yhdyskuntarakenne	19
5.4	Sitoutuminen – resurssit ja tahtotila	20
6	Lähteet	21
7	Liitteet	22

Motto

**Kaksi
lisäkilometriä
viikossa riit-
tää!**

1 Esipuhe

Päivittäisen arkiliikunnan, kuten kävelyn ja pyöräilyn, edistämällä voidaan lisätä terveyttä ja hyvinvointia sekä saada myös aikaan myönteisiä ilmastovaikutuksia, varsinkin jos lyhyet matkat kävellään tai pyöräillään autoilun sijaan. Suomalaiset pitävät omaa ja läheistensä hyvinvointia tärkeänä ja arkiliikunnan arvostuksessa onkin tapahtumassa merkittävää muutosta: esimerkiksi pyöräily halutaan tasavertaiseksi muiden liikennemuotojen kanssa. Näiden liikennemuotojen olosuhteiden kehittämistarpeet nousevat esille sekä valtakunnallisesti että myös Utajärven kuntalaisille suunnatun liikkumiskyselyn (2014) vastauksissa. Tätä uutta ajattelutapaa ilmentää myös Liikenne- ja viestintäministeriön ”Kävelyn ja pyöräilyn valtakunnallinen strategia 2020” ja sitä toteuttava Liikenneviraston ”Kävelyn ja pyöräilyn valtakunnallinen toimenpidesuunnitelma 2020”. Näiden asiakirjojen valtakunnallisena tavoitteena on lisätä kävely- ja pyöräilymatkojen määrää 20 % vuoteen 2020 mennessä.

Esillä oleva Utajärvi pyöräilyn laatukunnaksi-ohjelma on pienen kunnan pyöräilyohjelma, jolla halutaan lisätä pyöräilyä arkiliikuntamuotona ja harrastuksena. Ohjelmassa ko-

rotuu turvallisuus, kuntalaisten osallistuminen sekä monipuolinen hyvinvoinnin edistäminen. Ohjelman tavoitteeksi on asetettu lisätä pyöräilymäärää 30 % vuoteen 2020 mennessä. Tällä saatavan säästön yhteenlaskettu hyöty vuoteen 2030 mennessä olisi Utajärvellä 1,1 milj euroa.

Suunnitelmassa hyödynnetään kuntalaisille syksyllä 2014 tehdyn liikkumiskyselyn tuloksia. Lisäksi hyödynnetään vuonna 2013 valmistunutta Liikenneturvallisuussuunnitelmaa ja sen yhteydessä kuntalaisille tehtyä liikenneturvallisuuskyselyä sekä Esteettömyyskieroksen tuloksia. Ohjelman tekemisestä on vastannut Liikenneturvallisuustyöryhmä.

Utajärven kunnan visio on ”Utajärvi luo onnellisen elämän edellytyksiä”. Iso-Britanniassa tehdyn laaja-alaisen ja pitkäkestoisen tutkimuksen mukaan työmatkaliikkuajat ovat onnellisimpia, koska työmatkakävely ja -pyöräily edistävät myös mielen hyvinvointia. Kunnan ja valtion yhdyskuntasuunnittelun ja päätösten lisäksi myös yksittäisten ihmisten omat liikkumisvalinnat ovat erittäin tärkeitä. Elämä on mukavaa pyörän satulassa, lähde sinäkin kokeilemaan!



2 Utajärvi pähkinäkuoressa

Utajärvi on Pohjois-Pohjanmaahan sijoittuva vajaan 3000 asukkaan kunta. Kunnan pinta-ala on 1736,23 km², josta 63,67 km² on vesistöjä. Kunta on harvaan asuttu, väestötiheys on 1,74 asukasta/km². Utajärven vahvuuksia ovat kehittämismyönteisyys, innovatiivisuus, ennakkoluulottomuus ja suunnitelmallisuus palvelujen kehittämisessä. Utajärven maasto on suurimmalta osin tasainen, ja pyöräilyyn houkuttelevia hiljaisia pieniä teitä löytyy harvaan asutun kunnan alueelta runsaasti. Kirkonkylä on tiivis ja siinä on melko helppo liikua pyörällä töihin, kouluun ja asioille. Kuntalaisista 59 % asuu viiden kilometrin etäisyydellä kuntakeskuksesta ja 10 kilometrin etäisyydellä asuu 69 % kuntalaisista. Pyöräilykautunkin Oulu on lähellä, alle 60 km:n etäisyydessä ja sinne pääsee pyörällä valtakunnallista pyöräilyreittiä 22 pitkin.

<http://www.utajarvi.fi/sivu/fi/utajarvi-info/pyorailykunta/>

Kunta on panostanut viime vuosina monipuolisesti kuntalaisten **Hyvinvoinnin edistämiseen**. Hyvinvointi nähdäänkin laaja-alaisesti: se on fyysistä, psyykkistä, sosiaalista, emotionaalista ja hengellistä.

Pyöräilyn on tutkittu alentavan riskiä sairastua sydän- ja verisuonitauteihin, diabetekseen sekä korkeaan verenpaineeseen. Se on lisäksi hyvä väline painonhallintaan. Työmatkapyöräily ja kävely edistävät mielen hyvinvointia ja niillä on myös välittömiä vaikutuksia työhyvinvoinnin kasvuun ja poissaolomäärien vähenemiseen.

Pyöräilemällä rauhallisesti (alle 20 km/h) viitenä päivänä viikossa puolen tunnin ajan saa riittävän määrän kestävyyskuntoa ylläpitävää liikuntaa.



Rokua Geopark

Utajärvi sijoittuu yhdessä naapurikuntien Muhos ja Vaala kanssa **Rokua Geoparkiin** www.rokuageopark.fi Rokua Geopark on Suomen ainoa Geopark, ja sen yhtenä keskeisenä tavoitteena on kestävä kehitys. Pyöräily vastaa loistavasti tätä tavoitetta. Rokua Geoparkin yksi vetonaula on Utajärven eteläosaan sijoittuva Rokuanvaara, joka on poikkeuksellisen suuri hiekkavaltainen harjulaajentuma. Rokuan vaihtelevia maastoja on hyödynnetty viime vuosina myös pyöräilyyn (Geopark Challenge, Rokua MTB), ja jatkokehittämisen mahdollisuudet ja tarpeet alueella ovat erittäin suuret. Rokuan maastopyöräilyreittejä kehitetäänkin parhaillaan eri osapuolien yhteistyönä. Reitistön suunnittelussa ovat mukana Rokua Geoparkiin kuuluvat kunnat Muhos, Utajärvi ja Vaala, sekä Metsähallitus ja Rokua MTB -tapahtuman järjestävä Tervajärvi ry. Reiteiksi etsitään mahdollisimman

kestäviä, jo olemassa olevia polkupohjia, jotka sellaisenaan sopivat maastopyöräilyyn ilman että maastoon tarvitsee rakentaa opasteviittoja järeämpiä rakenteita. Reitit on luonnosteltu alustavasti kartalle ja vuoden 2015 alussa selvitetään maanomistusolot ja otetaan yhteyksiä suunnittelun kannalta tärkeimpiin maanomistajiin. Työ jatkuu keväällä lumien sulettua reittien soveltuvuuden tarkastelulla maastossa.



Rokuan mukaan nimetty Retki Rokua-maastopyörä on harrastajalle mainio peruspyörä.



Maastopyöräilijöitä Rokualla.

Utajärvi kuuluu Pyöräilykuntien verkostoon

Pyöräilykuntien verkosto ry on kuntien, valti-
onhallinnon, yritysten, järjestöjen ja muiden
tahojen välinen yhteistyöverkosto. Verkoston
päätaavoite on pyöräilyn ja kävelyn lisääminen
kestävinä liikennemuotoina ja arkiliikuntana,
mikä tuottaa hyvinvointia yksilölle, yhteiskun-
nalle ja ympäristölle. Verkostoon kuuluu 67
jäsentahoa, joista 47 on kuntia ja kaupunkeja.
Pyöräilykuntien verkoston jäsenkunnissa on
noin 3 200 000 asukasta.

Pyöräilykuntien verkosto haluaa:

- Laadukkaat ja turvalliset pyöräilyolo-
suhteet kaikille
- Kaksinkertaistaa pyöräilyn määrän
Suomessa
- Vahvistaa pyöräilyn edistäjien ja pyö-
räilijöiden yhteisöä

Pyöräilykuntien verkosto tarjoaa tietoa ja pal-
veluja pyöräilyn edistämiseksi: osallistuu eri-
laisiin pyöräilyä edistäviin ohjelmiin ja kehit-
tämishankkeisiin sekä tekee vaikuttamistyötä
pyöräilyn aseman vahvistamiseksi kuntien ja
valtion päätöksenteossa. Pyöräilyn kampan-
jointia verkosto tekee Suomi Pyöräilee -hank-
keen kautta, jonka toimintamuotoja ovat
muun muassa Pyöräilyviikko, Kilometrikisa,
Vuoden pyöräilijän ja Vuoden pyöräilykunnan
valinta. Pyöräilevät ja kävelevät koulubussit -
hanke on keskittynyt koululaisten turvallisen
ja itsenäisen liikkumisen edistämiseen.

Verkosto ylläpitää seuraavia pyöräilyn edistä-
misen verkkosivuja: [Pyöräillen Suomessa](#),
[Kulkulaari](#), [Pyörällä kouluun!](#) ja [Kilometrikisa](#)

3 Pyöräilyn edistämisen hyödyt

Pyöräilyn edistämisen rahallisia terveysvaiku-
tuksia arvioitiin HEAT-työkalulla. HEAT-työ-
kalu (Health economic assessment tools for
walking and for cycling) on Maailman ter-
veysjärjestön WHO:n kehittämä menetelmä,
jonka avulla voidaan laskea kävelyn ja pyöräi-
lyn terveysvaikutusten yhteiskuntataloudelli-
nen arvo. Työkalu arvioi kävely- ja pyöräily-
määrien kasvun taloudellisia vaikutuksia ko-
konaiskuolleisuuden kautta. Työkalu ei ota
huomioon muita lisääntyneen fyysisen aktiivi-
suuden aiheuttamia muutoksia sairastavuus-
dessa, koska sen mittaamiseen ei ole pystytty
luomaan luotettavaa mittaria.

Kävelyn ja pyöräilyn lisääntymisen ja ennen-
aikaisen kuoleman (riskin pienenemisen) vä-
lillä vallitsee yhteys, jonka HEAT-menetelmä
huomioi laskiessaan kulkutavan määrän nou-

sun taloudellista arvoa. Menetelmä on tarkoi-
tettu tavanomaisen käyttäytymisen vaikutuk-
sen arvioimiseen väestötasolla ja kohderyh-
mänä ovat aikuiset (20–64-vuotiaat). Lisätie-
toa työkalusta on saatavissa käyttäjän op-
paasta (LIKES 2013) ja itse työkalu on va-
paasti käytettävissä internetissä:

<http://www.heatwalkingcycling.org>

Pyöräilyn edistämisen terveysvaikutuksia
Utajärvellä arvioitiin tilanteissa, joissa pyöräi-
lyn määrä on kasvanut 20 % tai 30 %. Työkalu
tarvitsee taustatiedoksi tiettyjä tunnuslukuja,
jotka on koottu alle:

- **Matkaluku (matkaa/vrk): 3** (suoma-
laisten keskimääräinen arvo, kuva
hyvin myös Utajärven tilannetta)
- **Pyöräilyn kulkumuoto-osuus: 9,60 %**
(arvioitu hyödyntäen syksyllä 2014 to-
teutetun liikkumiskyselyn tuloksia)

- **Pyöräilymatkan keskimääräinen pituus 3055 m** (Henkilöliikennetutkimuksen mukainen suomalaisten keskiarvo)
- **Hyötyvän väestön määrä on Utajärven väestön 20–64 –vuotiaat: 1553 henkilöä** (Tilastokeskus)
- **Kuolleisuusaste, 20–64 –vuotiaat: 324 /100 000 as.** (HEAT-oppaan suositus)
- **Laskenta-aika: vaikutukset vuoteen 2030**
- **Kuoleman taloudellinen arvo: 4 605 000 euroa** (HEAT-työkalun ohjearvo ja suositus)
- **Diskonttokorko: 4 %** (suositus)

Laskenta tuottaa taloudellisia säästöjä ilmentäviä tuloksia usein eri tunnusluvuin.. Utajärven laskennoista poimittiin seuraavat tunnusluvut:

- **Vuosittainen keskimääräinen hyöty [€]**, joka ilmentää säästettyjen ihmishenkien kokonaisarvoa vuodessa. Hyötyluku kuvaa keskiarvoista vuosittaista hyötyä laskennassa käytetyltä aikaväliltä.
- **Hyötyjen yhteenlaskettu nettonykyarvo [€]**, joka kertoo kokonaishyödyt tarkasteltavalta aikaväliltä.

Laskennan mukaan pyöräilymäärän 20 % nousu tuottaisi vuosittain 63 000 euron hyödyt ja hyötyjen kokonaismäärä vuoteen 2030 saakka olisi yhteensä 751 000 euroa. Vastavasti, jos pyöräilymäärä nousisi 30 %, olisi vuotuinen keskimääräinen hyöty 97 000 euroa ja kokonaishyöty vuoteen 2030 saakka yhteensä 1 147 000 euroa. (Taulukko 1)

Hyödyt	pyöräilymäärän nousu	
	20 %	30 %
Vuosihyödyt [€/vuosi]	63 000	97 000
Hyötyjen nettonykyarvo koko laskentajaksolla [€]	751 000	1 147 000

Taulukko 1. Pyöräilymäärän nousun tuottamat hyödyt Utajärvellä.



Tammikuusta 2015 lähtien...

...otsalamppu riittää polkupyöräilijän valoksi pimeään aikaan. Liikenteen turvallisuusvirasto Trafi suosittelee kuitenkin jatkossakin pyörään kiinnitettävää valoa, koska se näyttää pyörän liikkeitä muulle liikenteelle otsalampua paremmin.



Mitä pyöräilymäärän kasvu 30 % tarkoittaa?

- pyöräilyn kulku-
muoto-osuuden
nousua 9,6 -12,5 %
- noin 2,5 uutta (yh-
densuuntaista)
pyöräilymatkaa
kuukaudessa jo-
kaista utajärve-
läistä kohti
- noin 1,8 pyöräilyki-
lometriä viikossa

Pyöräilyn lisääntymisen myötä saatavien euromääräisten hyötyjen suuruutta voidaan arvioida vertaamalla hyötyjä esimerkiksi liikenneympäristön parantamistoimenpiteiden kustannuksiin. Pyöräilyn määrän lisääntymisestä saatavilla vuosisäästöillä (97 t€) saisi toteutettua esimerkiksi noin 10 hidastetöyssyä tai noin 3,5 kilometriä tievalaistusta. Vastaa- vasti koko laskenta-ajan säästöillä (1,1 milj.€) saisi toteutettua keskimäärin kolme kiertoliit- tymää tai reilu 5 kilometriä kevyen liikenteen väylää.

Euromääräiset tulokset kuvaavat koko yhteis- kunnalle syntyviä hyötyjä, jotka saadaan pyö- räilyn lisääntymisen

aiheuttamasta kuolleisuuden vähenemästä. Toisin sanoen kuolemat, jotka lisääntyneellä aktiivisuudella pystytään ehkäisemään, on ar- votettu käyttäen menetetyn ihmishengen ti- lastollista arvoa. **Tärkeää on tiedostaa, että todellisuudessa ehkäistyjen kuolemien li- säksi saadaan muita sairastuvuuden vähene- misestä aiheutuvia hyötyjä, mitä HEAT-työ- kalu ei ainakaan toistaiseksi ota huomioon. Todellisuudessa hyödyt ovat vielä merkittä- västi suuremmat.** Alle on koottu joitakin muissa tutkimuksissa todettuja arkiliikkumi- sen terveyshyötyjä:

- Hyvinvointia liikkeellä -hankkeessa on todettu, että liian vähäinen liikkumi- nen aiheuttaa Suomessa arviolta noin

300–400 miljoonan euron kustannukset, muun muassa lisääntyneiden sydän- ja verisuonisairauksien ja diabeteksen myötä. Kustannuksista yli puolet koostuu sairauspoissaoloista ja työn tuottavuuden heikkenemisestä. Tarkasteltaessa yksilötasolla, on ylimääräisten kustannusten kertymä noin 57–75 euroa henkeä kohden.

- Useissa eri tutkimuksissa on todettu, että esimerkiksi työmatkakävely ja -pyöräily vähentävät riskiä sairastua sydän- ja verisuonisairauksiin, 2. tyyppin diabetekseen, kohonneeseen verenpaineeseen ja rasvakudoksen lisääntymiseen (Kinnunen 2013).
- WHO:n suorittaman tutkimuksen perusteella riittämätön liikunta on neljänneksi suurin riski elintapasairauksien aiheuttamiin kuolemiin (WHO 2009). Vähäistä liikuntaa suurempia

riskitekijöitä ovat mm. tupakointi ja korkea verenpaine (WHO 2009).

- Tanskalaisessa tutkimuksessa todettiin, että liikunnallisesti aktiiviset ihmiset elävät keskimäärin 5,3 vuotta pidempään kuin passiiviset. Liikunnallisesti aktiiviset myös sairastavat elinlängän pitkäkestoisia sairauksia neljä vuotta vähemmän kuin passiiviset. Sama trendi ilmenee myös sairauspoissaolojen suhteen, aktiivisesti liikkuvilla oli keskimäärin viisi päivää vähemmän sairauspoissaoloja vuodessa kuin liikunnallisesti passiivisilla. (Tahkola 2010, Trafitec 2007a:n mukaan.)

Tulosten yksityiskohtaisten tarkastelujen sijaan on tärkeää todeta, että pyöräilyn edistämishankkeista saatavat hyödyt ovat mittavia ja ne tulisi tiedostaa sekä ottaa huomioon hankkeiden priorisoinnissa.



Pyöräily ja
terveys –
voittamaton
yhdistelmä!

Pyöräilyn
terveyshyödyt voi
muuntaa euroiksi
ainakin WHO:n
kehittämällä
HEAT-työkalulla.

4 Utajärven pyöräilyvisio



Onnelliset utajärviset liikkuvat polkupyörällä kaikki mahdolliset matkat, koska arvostavat terveyttään ja pitävät myös ilmastovaiikutuksia tärkeinä. He ajavat turvallisia reittejä ja huolehtivat itsensä turvallisuudesta, käyttävät pyöräilykypärää, pimeällä myös valoa ja talvella nastarenkaita.

5 Pyöräilyn kehittämisen tavoitteet ja toimenpiteet

Päätavoite:

- Pyöräilyn kulkumuodon osuuden kasvattaminen 30 %:lla vuoteen 2020 mennessä.

Pyöräilyn kulkumuodon osuuden ollessa tällä hetkellä 9,6 %, 30 % lisäys tarkoittaisi, että vuonna 2020 pyöräilyn kulkumuodon osuus olisi 12,5 % kaikista tehdyistä matkoista. Mikäli tavoite saavutetaan, kunta säästää 97 000 euroa vuodessa ottaen huomioon lisääntyneen liikkumisen kautta säästetyt kuolemat. Yhteenlaskettu saavutettava

hyöty vuoteen 2030 mennessä on yhteensä noin 1,1 milj. euroa. Huomattavaa on, että tämän lisäksi pyöräilyn edistämällä on muutakin sairastavuutta vähentävää vaikutusta, mitä ei laskelmissa ole otettu huomioon. Tavoitteen toteutumista seurataan uusimalla liikkumiskysely säännöllisesti.

- Autolla tehtävien matkojen määrää halutaan vähentää, erityisesti lyhyillä matkoilla.

5.1 Liikkumistottumukset – pyöräily osaksi kuntalaisten arkea

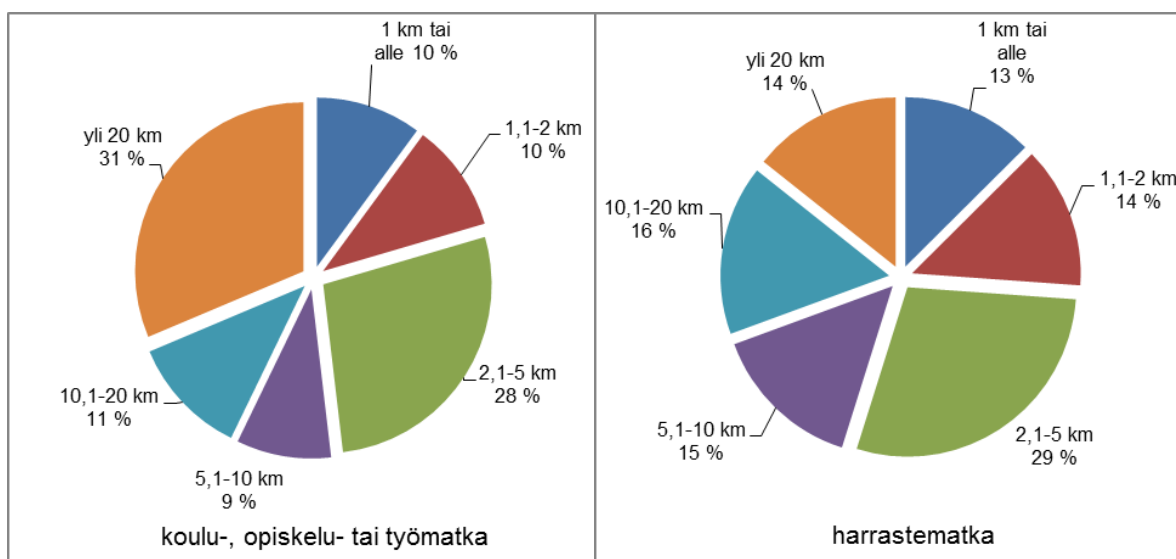
Nykytila ja kehittämistarpeet

Utajärvellä toteutettiin liikkumiskysely syksyllä 2014. Kyselystä saatiin tietoa kuntalaisten liikkumistottumuksista. Kyselyn mukaan (Sito Oy, In-nolink Research Oy: Kajaanin ja Utajärven liikkumiskysely) utajärveläisillä on hyvät lähtökohdat pyöräilyn edistämiseen. Joitakin keskeisiä kyselytutkimuksen graafeja on koottu pyöräilyohjelman liitteeseen. Seuraavassa keskeisiä tietoja utajärveläisten liikkumisesta ja ajatuksia, joita ne herättävät pyöräilyn kehittämistä silmälläpitäen:

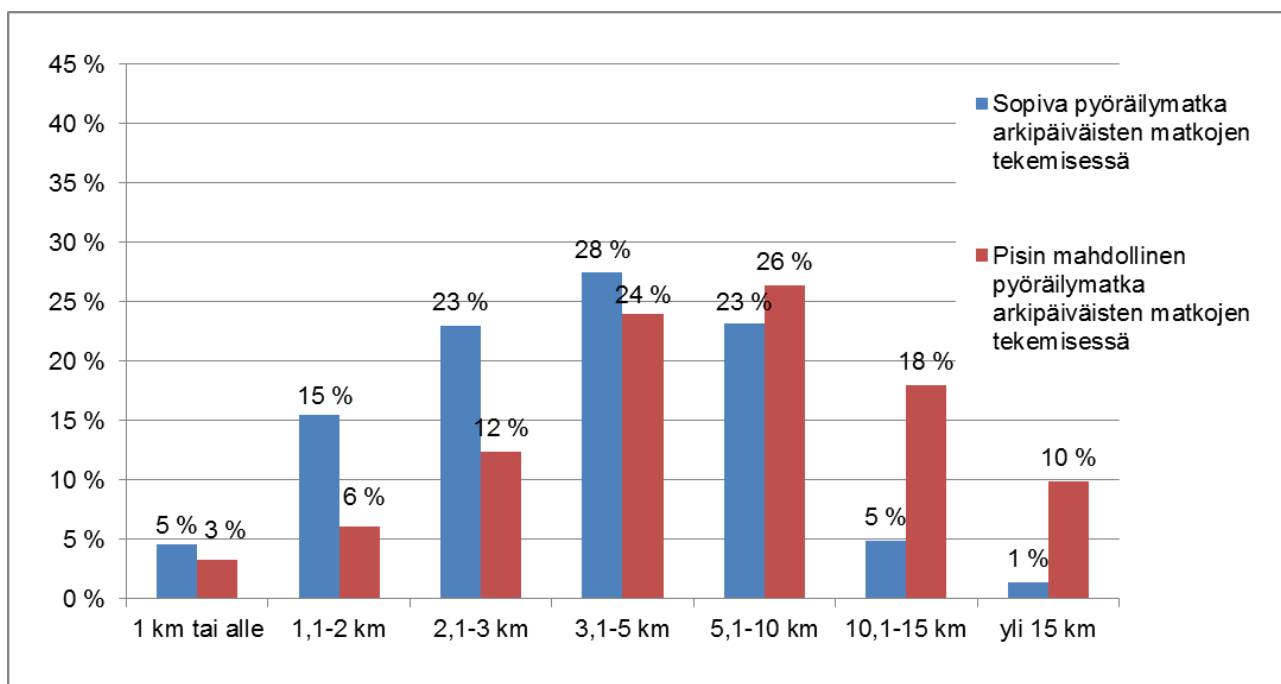
- ✓ Utajärveläisistä 83 % omistaa ajokuntoisen pyörän, mikä tarkoittaa, että **lähes kaikilla on mahdollisuus pyöräillä!**
- ✓ Yli puolella (57 %) utajärveläisistä lähin ruokakauppa sijaitsee alle 5 kilometrin etäisyydellä kotoa. Hieman alle puolella (48 %) utajärveläisistä yhdensuuntaisen koulu-, opiskelu- tai työmatkan pituus on alle 5 kilometriä. **Noin puolelle utajärveläisistä pyörä olisi potentiaalinen kulkuneuvo arjen matkoille!** (Kuva 1)
- ✓ 32 % utajärveläisistä pyöräilee kesällä arkimatkoja pyörällä päivittäin tai lähes päivittäin ja 17 % vähintään kerran viikossa.

Talvella vastaavat osuudet ovat 9 % ja 13 %.

- ✓ Polkupyörää käytetään eniten koulu-, opiskelu- ja työmatkoilla sekä säännöllisillä harrastematkoilla kesäkaudella. Talvikaudella matkat tehdään usein kävelen, henkilöautolla tai joukko-liikenteellä. **Ympärivuotista pyöräilyä tulisi tukea!**
- ✓ Alle 14-vuotiaat pyöräilevät selvästi eniten, **työikäisten joukossa on paljon käyttämättömää pyöräilypotentialiaalia!** (Liite)
- ✓ 28% piti sopivana pyöräilymatkana 3,1-5 kilometrin pituista matkaa. Yli 3 kilometrin matkoja oli valmis arkisin pyöräilemään noin 57 %. **Pisin mahdollinen pyöräilymatka oli suurimmalle osalle utajärveläisistä joko 3,1-5 tai 5,1–10 kilometrin mittainen.** (Kuva 2)
- ✓ Utajärveläiset pitävät pyöräilyolosuhteiden kehittämistä tärkeänä!



Kuva 1. Yhdensuuntaisen säännöllisen matkan pituus.



Kuva 2. Sopiva ja pisin mahdollinen pyöräilymatka utajärveläisten vastaajien mielestä.

Utajärven liikenneturvallisuussuunnitelman laadinnan yhteydessä vuonna 2013 toteutetussa kyselyssä tiedusteltiin mm. turvavälineiden käyttöä; vastaajista 48 % ilmoitti käyttävänsä valoa aina tai yleensä pimeään aikaan pyöräillessään.

Pyöräilykypärää puolestaan ilmoitti käyttävänsä aina tai yleensä vain 18 % ja nastarenkaita talvella 27 %. **Pyöräilyä edistettäessä erityisen tärkeää on edistää myös pyöräilijöiden turvavälineiden käyttöä.**

Faktaa pyöräilyonnettomuuksista

Keskimäärin 21 pyöräilijää kuolee ja 820 loukkaantuu vuosittain. Kuolemaan johtaneista pyöräilyonnettomuuksista kaksi kolmesta tapahtuu moottoriajoneuvon kanssa. Pyöräilijöiden kuolemantapauksista yli puolet ja loukkaantumisista yhdeksän kymmenestä tapahtuu taajamissa. Kaikista kuolleista pyöräilijöistä neljä kymmenestä on yli 64-vuotiaita. Loukkaantumisriski on suuri myös 10–14-vuotiailla pyöräilijöillä. (Liikenneturva)

Puutteet tilastoinnissa vaikeuttavat loukkaantuneiden pyöräilijöiden määrän arviointia. Sairaala-tilastojen ja väestöhaastatteluiden perusteella on arvioitu, että vuosittain loukkaantuu noin 30 000 pyöräilijää. Suurin osa poliisin tilastoista puuttavista onnettomuuksista on pyöräilijöiden yksittäisiä kaatumisia tai suistumisia ja niissä tapahtuu

myös vakavia loukkaantumisia. (Liikenneturva, LINTU 4/2008)

Pyöräilijä loukkaa usein päänsä sekä törmäyksissä ajoneuvoon että yksin kaatuessaan. Pään vammojen määrää ja vakavuutta voidaan tehokkaasti ehkäistä käyttämällä pyöräilykypärää. Tutkimusten perusteella pyöräilykypärän käyttö vähentää kuolemanriskiä 73 prosentilla. Pää- ja aivovammojen riski pienenee eri tutkimusten perusteella 63-88 prosentilla. Liikennevahinkojen tutkijalautakuntien vuonna 2013 tutkimissa kuolemaan johtaneissa pyöräilyonnettomuuksissa kuolleista 23 pyöräilijästä kypärää ei käyttänyt 21 pyöräilijää. Kypärää käyttämällä heistä joka toinen (10) olisi eri todennäköisyyksillä voinut pelastua. (Liikenneturva)

Lainsäädäntömme mukaan polkupyöräilijän sekä polkupyörän kyydissä olevan matkustajan on ajon aikana yleensä käytettävä asianmukaista suojakypärää. Liikenneturvan tarkkailun mukaan 41% pyöräilijöistä käyttää kypärää.

Lähteet:

www.liikenneturva.fi/fi/liikenteessa/pyorailijat/pyorailykypara www.liikenneturva.fi/fi/liikenteessa/pyorailijat

LINTU 4/2008 –julkaisu: Pyöräilijöiden, mopoilijoiden ja moottoripyöräilijöiden liikennetapaturmat.

Kyselyn perusteella utajärveläisten liikkumistottumuksiin liittyviä keskeisimpiä haasteita ja kehittämistarpeita:

- ✓ Osalla utajärveläisistä on erittäin pitkä työ- tai opiskelumatka, jolloin polkupyörä ei sovellu arkimatkojen liikkumisvälineeksi. Tälle joukolle olisi tärkeä kehittää mm. kimpakyytimahdollisuuksia.
- ✓ Työikäisten pyöräilyn lisääminen siten, että pyörästä tulisi keskeinen liikkumisväline arjen matkoilla. Potentiaalia on paljon, mutta tarvitaan pitkäjänteistä ja jatkuvaa työtä pyöräilyn innostavien asenteiden kehittämiseksi. Olisi tärkeää, että

ajokortti-iässä pyöräilyn määrä ei romahdtaisi vaan se saataisiin säilytettyä nykyistä suurempana läpi aikuisiän.

- ✓ Talvipyöräily on vielä melko vähäistä. Mahdollisia syitä ovat mm. hankalammat ajo-olosuhteet (jää ja lunta, pimeys, kylmyys) mutta todennäköisesti myös osaamattomuus (ei osata laittaa nastarenkaita, ei tiedetä, miten lisätään valot pyörään jne.). Talvipyöräily kaipaakin markkinointia ja kenties brändäystäkin. Turvalisuusnäkökulma ja oikeanlainen pukeutuminen on pidettävä tiiviisti mukana markkinoinnissa. Pyöräily on oiva hyötyliikuntatapa läpi vuoden.
- ✓ Turvalaitteiden, etenkin pyöräilykypärän, käytössä on puutteita.

Tavoite:

Keskeistä on herättää yhteinen tahtotila. Siihen on hyvät mahdollisuudet, koska pienen kunnan yhteishenki on voimissaan ja kuntalaiset ovat halukkaita sitoutumaan asioihin, joiden uskotaan hyödyntävän kuntaa. Pyöräily tuo jokaiselle hyvinvointia ja kunnalle säästöjä (ks. HEAT-laskelmat). **Valistus, positiivinen kannustaminen ja tiedon jakaminen ovat rutiinien ja tottumusten muuttamisessa keskeisiä työkaluja.**

- Turvavälineiden käytön lisääminen: Kypärän ja valon, sekä talvella nastarenkaiden, käyttöaste nousuun
- Talvipyöräily paljon yleisemmäksi. Talvipyöräilyn lisäämisessä on paljon potentiaalia.

- Polkupyörä luontevaksi ja yleiseksi kulkuneuvoksi 15 vuotta täyttäneille ja erityisesti työikäisille.

Kun ostat uuden pyörän...

...valitse oikeankokoinen runko! Pyydä lisäksi myyjää säätämään penkki ja ohjaustanko niin, että ajoergonomia on hyvä. Keskeisen tärkeä on myös hyvä penkki, muuten ei jaksakaan istua kovinkaan pitkiä aikoja.

Toimenpiteet

- Kaikenikäisten kuntalaisten - lasten, nuorten, työikäisten ja senioreiden - innostaminen pyöräilemään erilaisten kisojen ja haasteiden avulla
- Pyöräilytietämyksen lisääminen:
 - ✓ Koulutus: pyöräilymerkin opetuksen jatkaminen Utajärven koululla, pyöräilytyöpajojen ja -kurssien tarjonta kaikille kuntalaisille
 - ✓ Pyöräkorjauspaja-toiminnan kehittäminen, mahdollisesti liikkuva korjauspaja
 - ✓ Kuntapyörä-toimintamallin kehittäminen. Kuntapyörä voi hyödyntää maksutta esim. työpäivään sisältyvillä lyhyillä siirtymillä.
 - ✓ Talvipyöräilyn markkinointi ja oikeanlaisesta talvipyöräily-varustuksesta ja sen merkityksestä tiedottaminen
 - ✓ Kunnan some-kanavien sekä sähköisten infotaulujen aktiivinen käyttö pyöräily-asioista tiedottamiseen
 - ✓ Julkisesti lainattavat pyörät –mallin kehittäminen
 - ✓ Infopiste, josta voi kysyä pyöräilyä koskevia asioita, esim. huoltovinkit, varusteet, liikenneturvallinen pyörä ja ergonominen ajoasento
 - ✓ Tavarapyörän esittely
 - ✓ Sähköavusteisen pyörän esittely ja lanseeraus
 - ✓ Pyöräilyasiantuntijan yhteystiedot: Thomas Virta puh. 040 7340 272 tai [thomas.virta\(a\)utajarvi.fi](mailto:thomas.virta(a)utajarvi.fi)

Talvipyöräilijän Top3:

- ✓ Nastarenkaat
- ✓ Valo
- ✓ Kypärä



5.2 Pyöräilyolosuhteet – reitit, pysäköinti ja kunnossapito

Nykytilanne ja kehittämistarpeet

Fyysisten pyöräilyolosuhteiden merkitystä pyöräilijöille on selvitetty sekä Liikkumiskyselyssä että Utajärven liikenneturvallisuussuunnitelman yhteydessä. Myös valtakunnallista tietoa on olemassa.

Pyöräilyn olosuhteet Suomen kunnissa -selvitystyössä (2010) pureuduttiin muun muassa pyöräilyn mahdollisuuksiin ja haasteisiin erikokoisissa kunnissa. Selvitys sisälsi kyselyn, johon vastasi kaikkiaan 138 kuntaa. Kyselyn perusteella yhtenäiset ja jatkuvat pyöräreitit, riittävä pyöräteiden määrä ja laadukkaat pyörätiet tunnistettiin keskeisimmiksi tekijöiksi edistettäessä pyöräilyä. Myös pyöräpysäköintipaikkojen määrä ja laatu koettiin merkittäviksi tekijöiksi.

Utajärven liikenneturvallisuussuunnitelman laadinnan yhteydessä vuonna 2013 toteutetun kyselyn perusteella utajärveläiset kokevat kävelyä ja pyöräilyä hankaloittaviksi tekijöiksi kevyen liikenteen yhteyksien puutteet ja/tai niiden huonon kunnon (päälystevauriot ja epätasaisuus), mopoliijoiden kaahailun tai temppuilun sekä autoilijoiden ylinopeudet.

Esteettömyyden edistäminen parantaa myös pyöräilijöiden olosuhteita. Liikenneturvallisuussuunnitelman (2013) yhteydessä Utajärvellä toteutettiin myös esteettömyyskierros, jossa käveltiin läpi kunnan keskeiset palvelut ja kirjattiin ylös sekä esteettömyyden että liikenneturvallisuuden kannalta ongelmallisia kohteita ja pohdittiin kehittämisehdotuksia. Tässä yhteydessä nousi esiin muun muassa joidenkin kevyen liikenteen väylien ohjautuminen suoraan piha-alueille, joilla peruuttavat autot aiheuttavat kulkijoille turvallisuusriskin. Tunnistettiin myös seuraavia tarpeita: kunnanvirastolta torille johtavan kevyen liikenteen väylän suojatien lisävalaistus, paikka paikoin korkeiden tai osin murtuneiden reunakivien korjaaminen, Vanhatien/Asemantien liittymän ja K-marketin kevyen liikenteen yhteyksien parantaminen sekä Osuuspankin ja Apteekin piha-alueen liikennejärjestelyiden suunnittelu. Osa näistä puutteista korjataan kesällä 2015 Vanhantien parantamisen yhteydessä.

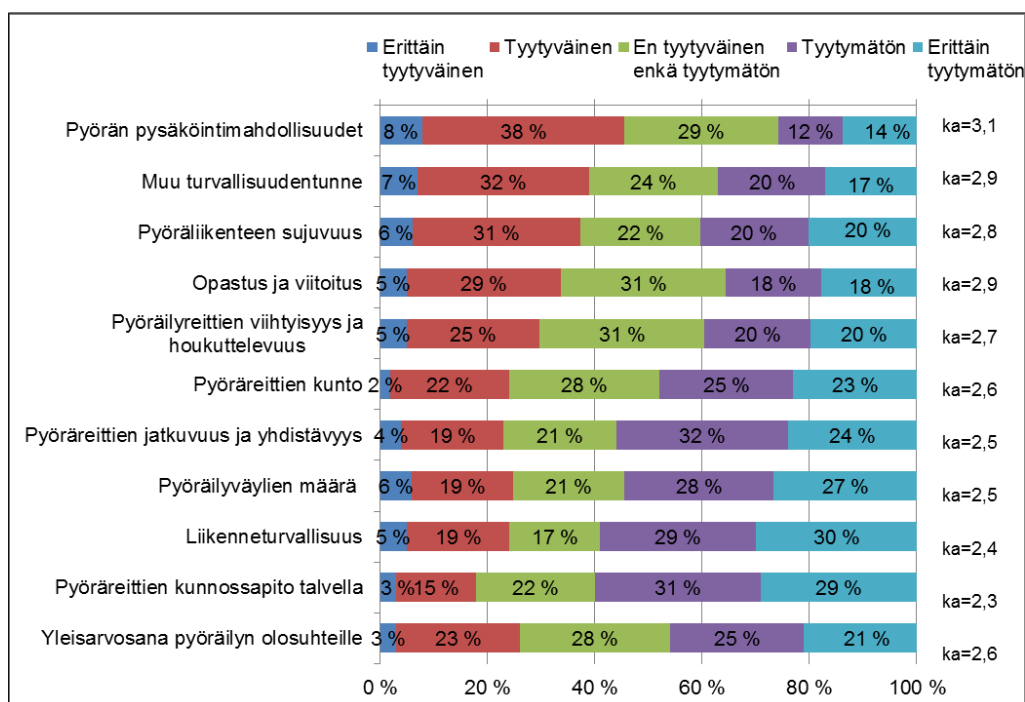
Palvelut, jotka sopivat pyöräilijöille, ovat yleensä myös ikäihmisten ja liikkumisesteisten helposti saavutettavissa. Kunta huomioi pyöräilyn lisäämisen mahdollisuudet kaavoituksessa. Tärkeisiin käyntikohteisiin (kunnanvirasto, kaupat, apteekki ja pankki jne.) toteutetaan hyvät pyöräily-yhteydet laadukkaita pysäköintipaikkoja unohtamatta.

Esteettömyyskierroksella inventoitiin myös pyöräpysäköintipaikat. Muistioon kirjattiin, että keskusta-alueella tulisi olla pyöräpysäköintipaikkoja enemmän ja ”vanhanaikaisia” telineitä, jotka vääntävät vanteet, ei tulisi käyttää lainkaan. Lisäksi katoksellisia pyöräpysäköintipaikkoja tulisi olla keskeisillä paikoilla (koulut, nuoriso- ja liikuntatalo yms.).

Laadukkaan pyöräpysäköinnin vaatimukset:

- ✓ Mahdollisimman lähellä määränpäättä
- ✓ Pyörän saa lukittua myös rungostaan
- ✓ Ratkaisut sopivat ympäristöön
- ✓ Pyörä ei kastu sateella

Syksyllä toteutetussa liikkumiskyselyssä kysyttiin myös utajärveläisten tyytyväisyyttä pyöräilyolosuhteisiin. Vastaajat antoivat Utajärven pyöräilyolosuhteille yleisarvosanan 2,6 (asteikolla 1-5). (Kuva 3.) Tyytymättömmimpiä oltiin pyöräreittien kunnossapitoon talvella, pyöräilijöiden liikenneturvallisuuteen sekä pyöräreittien määrään ja jatkuvuuteen. Pyörien pysäköintimahdollisuuksiin oltiin puolestaan melko tyytyväisiä, kuten myös yleiseen turvallisuudentunteeseen ja pyöräliikenteen sujuvuuteen.



Kuva 3. Tyytyväisyys pyöräilyolosuhteisiin.

Liikumiskyselyn mukaan lapsille mieluisimpaan kävely- ja pyöräily-ympäristöön liittyi usein kävely- ja pyöräilytie, asfaltoitu tiepinta, turvallinen ja rauhallinen ympäristö. Metsät ja hiekkatiet tuotiin esiin ehkä enemmän kävely-ympäristöön liittyen. Lasten ja nuorten pyöräilyn ja kävelyn määrää lisäisi erilliset pyörä- ja kävelytiet, paremmat tiet, turvallisempi liikumisympäristö ja lyhyemmät matkat esimerkiksi kouluun, kavereille ja harrastuksiin sekä kaverien esimerkki. Muutamat totesivat lapsen jo nyt kävelevän ja pyöräilevän

niin paljon, että mahdollisuuksia määrän lisäämiseen ei ole.

Aikuisten vastaajien osalta pyöräilyn määrää lisääviksi asioiksi mainittiin lapsia useammin fyysiseen pyöräily-ympäristöön ja matkapituuksiin liittyvien syiden lisäksi myös säätila, vastaajan oma terveys, motivaatio tai elämäntilanne. Esimerkiksi kiire, viitsiminen, autoilun helppous ja innostuksen puute tuotiin esille. Vastaajien joukossa oli henkilöitä, jotka totesivat jo nyt pyöräilevänsä paljon.

Uutta rengasta ostettaessa...

...kannattaa suosia pistosuojattuja malleja. Lisäksi heijastava pinta renkaan sivussa on hyvä olla. Talvella nastarenkas on hyvä, etenkin eteen. Nastat mielellään monessa rivissä, jolloin ne suojaavat kaatumiselta myös mutkakohdissa.



Yhteenveto tyypillisimmistä sanoista vastauksissa kysymykseen: ”Millaisessa ympäristössä lapsenne kävelee tai pyöräilee mieluummin?” Kysymys esitettiin 6–14-vuotiaille.



Yhteenveto tyypillisimmistä sanoista vastauksissa kysymykseen: ”Mitkä asiat saisivat teidät käyttämään useammin matkoillanne polkupyörää?” Kysymys esitettiin yli 14-vuotiaille.



Yhteenveto tyypillisimmistä sanoista vastauksissa kysymykseen: ”Mitkä asiat saisivat lapsenne liikkumaan enemmän pyörällä tai kävellen?” Kysymys esitettiin 6–14-vuotiaille.



Kuten monet kyselyt osoittavat, pyöräily-ympäristön turvallisuus ja houkuttelevuus on keskeinen tekijä pyöräilyn edistämisessä. Utajärvi on panostanut ja edelleen panostamassa hyvään reitistöön (mm. Hyvinvointiraitin sekä Rokuan maastopyöräilyreittien kehittäminen). Utajärven kunnan alueen kautta kulkee myös kansainvälinen EuroVelo11 -reitti, jota pitkin kuntalaiset pääsevät vaikka Kreikan Ateenaan ja Pohjois-Norjaan.

Tavoite:

Tärkeintä on tarjota kunnan keskeisiin palveluihin laadukkaat pyöräily-yhteydet, jotka pidetään hyvässä kunnossa ympäri vuoden, sekä toteuttaa hyviä ja turvallisia pyöräpysäköintipaikkoja. Olosuhteita kehitetään yhdessä kuntalaisten kanssa.

Toimenpiteet

- Pyöräily huomioidaan liikennesuunnittelussa. Suunnittelun avulla ohjataan kuntalaisia kohti kestäviä arjen liikkumismuotoja.
- Laadukkaiden kevyen liikenteen yhteyksien toteuttaminen keskeisten palveluiden ja asuminen yhteyteen. Kävely- ja pyöräily-yhteyksien tulee olla sujuvat asuinalueilta kouluun, palveluihin, työpaikka- ja virkistysalueille.
 - ✓ Kunnan kaavoitustyössä edistetään lähipalvelujen saavutettavuutta kehittämällä uutta ja olemassa olevaa kevyen liikenteen verkostoa niin kortteleiden sisällä kuin katujen ja maanteiden varsilla.
 - ✓ Hyödynnetään olemassa olevat polut ja vapaa-ajan reitit osaksi kevyen liikenteen verkostoa.
 - ✓ Kehitetään kevyen liikenteen reitit paremmin palvelemaan arkiliikkumisen tarpeita poistamalla lyhyitä kevyenliikenteen yhteyspuutteita ja toteuttamalla turvallisia tien ylityksiä.
 - ✓ Kevyen liikenteen väylästön kunnossapidosta huolehditaan niin, että se vastaa asetettuja laatuvaatimuksia. Erityisesti lumien poistoon ja liukkauden torjuntaan kiinnitetään erityistä huomiota.
 - ✓ Utajärven taajama-alueeseen sijoittuvan Hyvinvointiraitin kehittäminen pyöräilyn laatuikäväväksi, joka tarjoaa nopean, sujuvan ja turvallisen yhteyden rauhallisessa autottomassa ympäristössä. Laatuikävävän kunnossapito on oltava tehokas, jotta sen hyödyntäminen myös talvella on mahdollista ja siihen voi luottaa. Laatuikävävän ja taajama-alueen kunnossapidon lumisademäärän liikkeelle lähtörajaksi määritetään 3 cm.
- ✓ Taajama-alueen lisäksi myös sivukylät huomioidaan pyöräilyolosuhteita parantamalla.
- Laadukkaiden pyöräpysäköintipaikkojen toteuttaminen keskeisten palvelujen yhteyteen.
 - ✓ Pyörätelineiden ja -katosten tekeminen automaattisesti aina uusiin rakentamiskohteisiin ja lisääminen olemassa olevien rakennusten yhteyteen (koulu, kaupat, kunnanvirasto, jne...) on osoitus pyöräilijöille, että heitä arvostetaan.
- Liikenneturvallisuuksuunnitelmassa esitettyjen esteettömyystoimenpiteiden toteuttaminen yhteistyössä Ely-keskuksen ja kiinteistön omistajien / liikkeenharjoittajien kanssa.
- Keskeisimpien tienylityspaikkojen turvaaminen hillitsemällä autoilijoiden nopeuksia ja panostamalla suojateiden näkyvyyteen (mm. Puolangantien suojatiet).
- Talvihoidon tehostaminen pyöräilijöiden näkökulmasta. Oikea-aikainen auraus, riittävä hiekoitus ja tarvittaessa täsmähoitokohteiden määrittäminen (tehostettu hiekoitus mahdollisissa ongelma-kohteissa).
- Maastopyöräilyreittien suunnittelu ja toteutus (mm. Rokuan hankkeen toteuttaminen).
- Jatkuva ja helppo palautemahdollisuus pyöräilijöille ja palautteisiin reagointi. Vuorovaikutus pyöräilijöiden kanssa on tärkeää.



Utajärven Pantterit ovat näyttäneet esimerkkiä, että pyöräily onnistuu kun on innokkuutta: he ovat voittaneet valtakunnallisen Kilo-metrikisan jo neljänä vuonna peräkkäin. Ajokilometrejä on tullut 9801 km jäsentä kohti, yhteensä 49004 km.

5.3 Saavutettavuus – palvelut ja yhdyskuntarakenne

Merkittävä osa kuntalaisista (59 %) asuu tällä hetkellä viiden kilometrin etäisyydellä kuntakeskuksesta ja 10 kilometrin etäisyydellä asuu 69 % kuntalaisista, joten pyöräily on luonteva vaihtoehto työ-, koulu- tai asiointimatkoille. Koululaiset pyöräilevät paljon, joten Utajärven koulun lähialue vaatii työtä kevyen liikenteen olosuhteiden parantamiseksi. Utajärveläisten mielestä mm. pyöräilyväylien määrässä, pyöräreittien jatkuvuudessa ja yhdistävyydessä ja niiden kunnossa on reilusti parantamisen varaa (Kajaanin ja Utajärven liikkumiskysely). Myös Utajärven liikenneturvallisuuksuunnitelmaan merkityt puutteet tulee poistaa tärkeysjärjestyksessä.

Pyöräily tulee ottaa huomioon kaavoituksessa.

Maankäytön suunnittelussa määritellään yhdyskuntarakenteen eheys ja palveluiden saavutettavuus. Kaavoituksen merkitys on erittäin suuri asuminen ja palveluiden sijoittumisessa. Siinä määritellään työpaikkojen, koulun, asumisen ja palvelujen sijoittuminen ja se, miten palvelut ovat kävelen ja pyöräillen saavutettavissa. Kävelyn ja pyöräilyn lisäämisen edellytyksenä on riittävä ja turvallinen kevyen liikenteen verkosto, joka myös rakennetaan tärkeänä osana kunnan liikenneverkkoa. Kevyen liikenteen yhteyksille tulee varata oma tila kaavoihin. Asemakaavassa voidaan määrittää myös polkupyörien pysäköinnistä. Mahdollisuuksien mukaan pyörätieverkosto suunnitellaan ja rakennetaan erilleen autoliikenteestä sekä tonttikatuja hyödyntämällä.

Tavoite:

Kunnan infrastruktuurin parantamisella edistetään turvallista pyöräilyä. Kaavoituksessa pyritään siihen, että matkapituudet taajama-alueen palveluihin, työ- ja koulupaikkoihin ja liikuntapaikkoihin ovat mahdollisimman lyhyitä eli pyörämatkan päässä. Matkan teko pyörällä tulee olla turvallinen ja ympäristöltään miellyttävä.

Kuntaan on hankittu kaikille vapaasti käytettävissä oleva kiinteä pumppu sijaitsee kunnanviraston pihalla.

Tiesitkö, että...

... täytteen pumpattu rengas kestää pitempään ja pyörä rullaa paremmin?
Renkaan suosituspaine löytyy sen sivusta ja pumppaus onnistuu kunnan yleiskäyttöisellä pumpulla.



5.4 Sitoutuminen – resurssit ja tahtotila

Utajärven kunta on liittynyt vuonna 2013 Pyöräilykuntien verkostoon ja sitoutunut sen tavoitteisiin. Pää tavoite on pyöräilyn ja kävelyn lisääminen kestävinä liikennemuotoina ja arkiliikuntana.

Alueidenkäytön suunnittelussa Utajärven kunta on sitoutunut valtakunnallisiin alueidenkäyttöavoitteisiin, joiden yhtenä päätavoitteena on ilmastomuutoksen haasteisiin vastaaminen. Autoilun korvaaminen pyöräilyllä sopii siihen mainiosti. Niin ikään pyöräily vastaa hyvin Utajärven

Green Care -työ-ryhmän tavoitetta parantaa kuntalaisten hyvinvointia luonnossa liikkumisen ja oleskelun kautta

Kunnan kaikki hallintokunnat sitoutuvat Utajärvi pyöräilyn laatukunnaksi- ohjelman toteuttamiseen. Keskeinen toimija pyöräilyn edistämiseksi on kunnan Liikenneturvallisuus-työryhmä, joka myös seuraa tämän pyöräilyohjelman toteutumista.



"Kun näen aikuisen ajamassa polkupyörää, tiedän että ihmiskunnalla on vielä toivoa."

H.G. Wells

Kunnanjohtaja Kyösti Juujärvi ajaa kuntaan hankitulla sähköavusteisella pyörällä, joka on kaikkien kuntalaisten lainattavissa ja kokeiltavissa.

6 Lähteet

Hyvinvointia liikkeellä, 2008–2012: <http://www.slu.fi/hyvinvointialiikkeella/tiesitko>

LIKES, Liikunnan ja kansanterveyden edistämissäätiö, 2013. Kävelyn ja pyöräilyn terve-ysvaikutusten taloudellinen arviointi. Menetelmät ja käyttäjän opas. http://www.kki.likes.fi/pages/UserFiles/File/Materiaalit/heat_raportti_nettiversio.pdf

Kinnunen Liisamaria, 2013. Kestävän liikkumisen seminaari 4.9.2013 Kajaani. http://www.kainuuntomija.fi/attachments/File/Aineistoa/Kinnunen_04_09_2013_Kajaani.pdf

Maastopyöräilijät saavat oman maisemareitin Rokualle. http://www.luontoon.fi/uutisarkisto/-/asset_publisher/ayZYXOdAYU9E/content/maastopyorailijat-saavat-omat-maisemareitit-rokualle;jsessionid=7C9AE7B17CBF6F62540346769C6BC141

Pyöräilykuntien verkosto www.poljin.fi

Pyöräilyn olosuhteet Suomen kunnissa. 2010. Hanna-Mari Maijala (toim.). Liikunnan ja kansanterveyden julkaisuja 243. Julkaisu internetissä: http://www.suomimies.fi/filebank/1302-pyorailyselvitys_netti.pdf

Sito Oy, Innolink Research Oy. Kajaanin ja Utajärven liikkumiskysely. Pohjois-Pohjanmaan elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus, Kajaanin kaupunki, Utajärven kunta. 12/2014

Trafitec 2007a. Cykling, sundhed og økonomi.

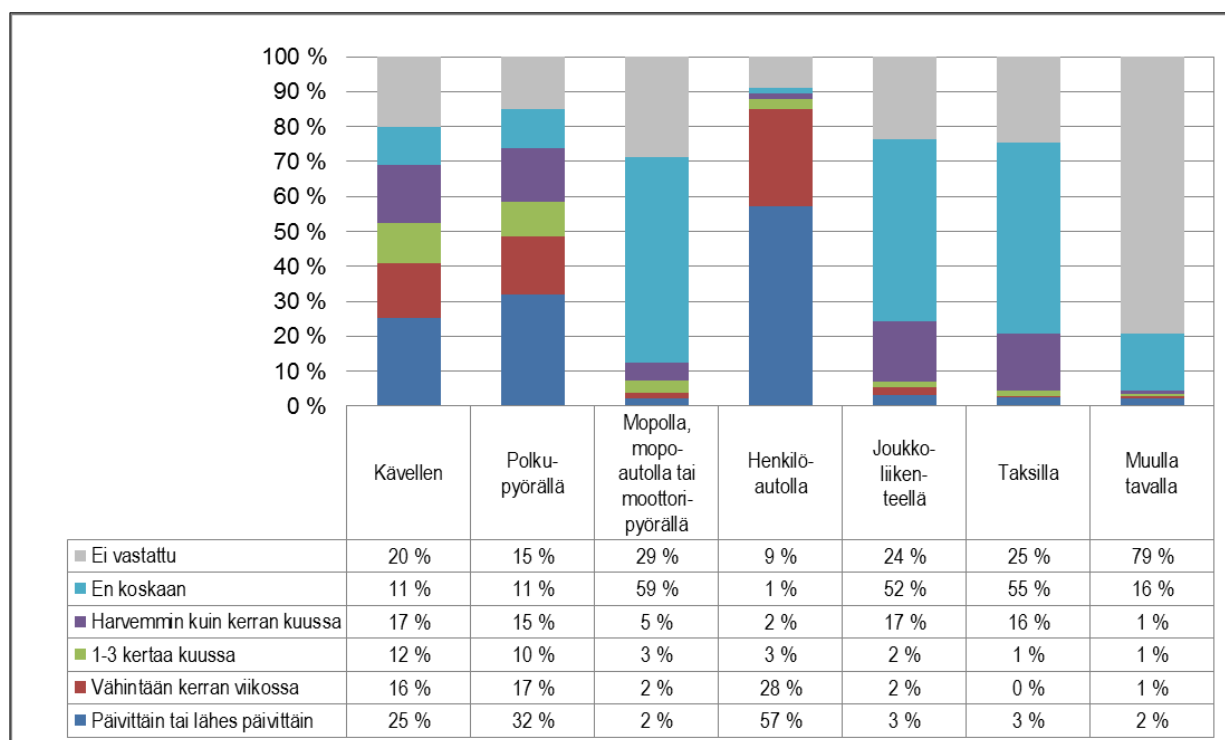
Trafitec. 2007b. Bicycle Track and Lanes. A Before After Study. Denmark. <http://www.vehicularcyclist.com/copenhagen2.pdf>

Utajärven liikenneturvallisuussuunnitelma 2013. Pohjois-Pohjanmaan Ely-keskus ja Utajärven kunta. http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/95630/Raportteja_35_2013.pdf?sequence=3

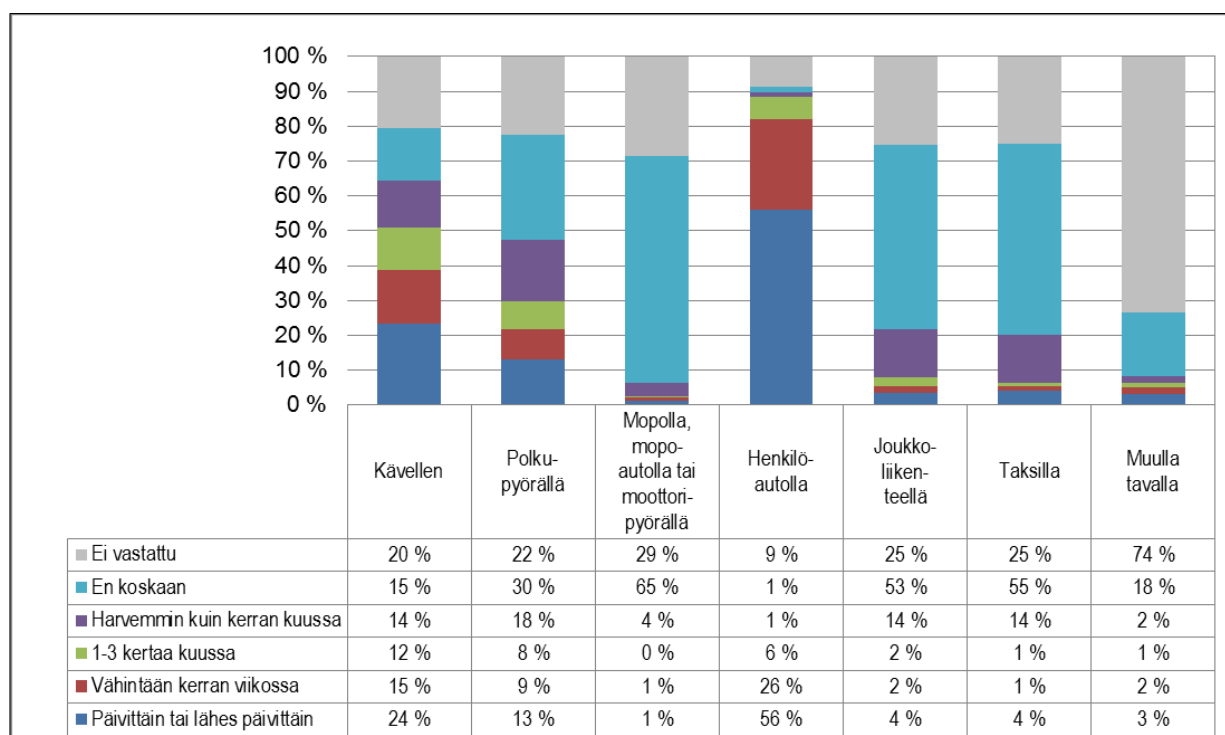
WHO 2009. Global Health Risks. http://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/GlobalHealthRisks_report_full.pdf

7 Liitteet

Liite: Utajärveläisten liikkuminen arkena



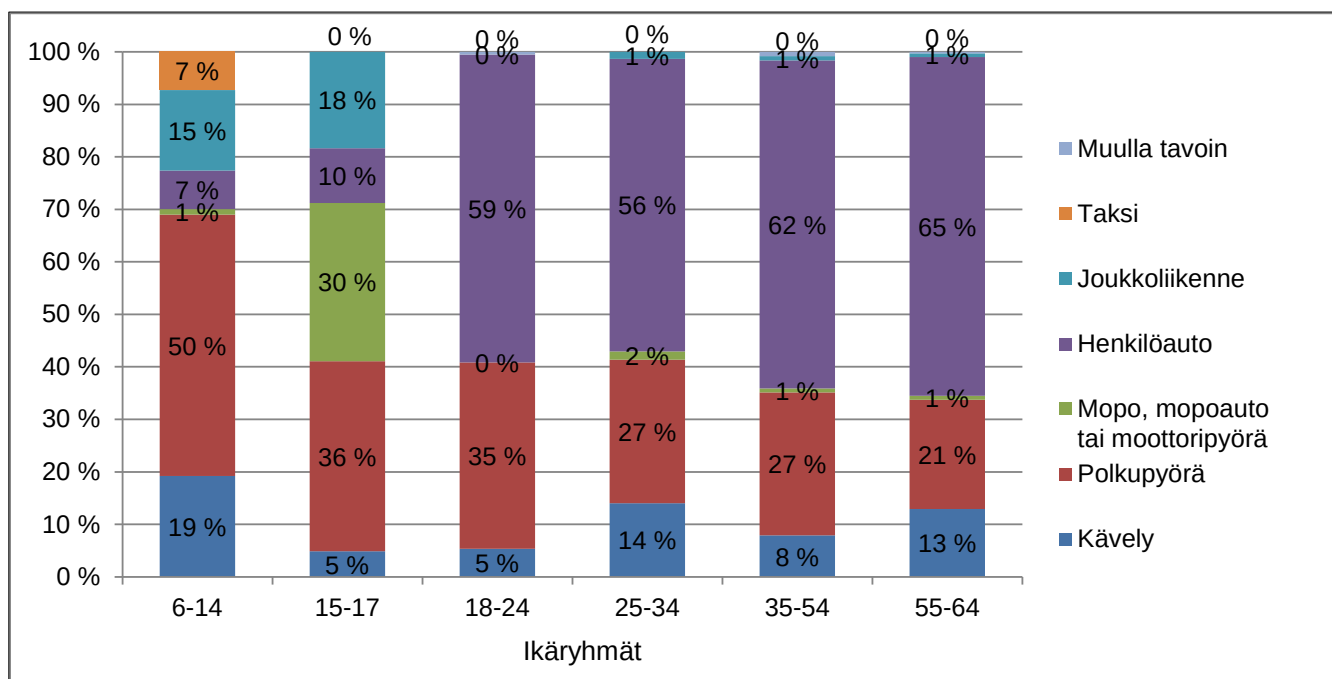
Kulkutapojen käytön toistuvuus arkipäivisin Utajärvellä kesäaikana (toukokuu-lokakuu).



Kulkutapojen käytön toistuvuus arkipäivisin Utajärvellä talviaikana (marraskuu-huhtikuu).

Ikäryhmät	Kävelen		Pyörällä		Mopolla, mopoautolla tai moottoripyörällä		Joukko- liikenteellä		Autolla	
	kesäaika	talviaika	kesäaika	talviaika	kesäaika	talviaika	kesäaika	talviaika	kesäaika	talviaika
6-14	62 %	68 %	83 %	33 %	2 %	2 %	16 %	21 %	79 %	76 %
15-17	64 %	59 %	58 %	23 %	43 %	14 %	15 %	39 %	75 %	87 %
18-24	55 %	55 %	53 %	28 %	2 %	0 %	1 %	5 %	86 %	84 %
25-34	62 %	62 %	42 %	25 %	6 %	0 %	0 %	1 %	81 %	85 %
35-54	53 %	54 %	47 %	22 %	4 %	1 %	2 %	1 %	86 %	86 %
55-64	65 %	62 %	43 %	19 %	3 %	1 %	2 %	2 %	84 %	84 %
65-74	60 %	61 %	37 %	20 %	1 %	1 %	0 %	1 %	76 %	74 %
yli 74	54 %	56 %	24 %	5 %	1 %	1 %	4 %	7 %	44 %	41 %
Kaikki	59 %	59 %	47 %	22 %	6 %	2 %	4 %	7 %	78 %	79 %

Vähintään kerran viikossa arkipäivinä eri kulkutapoja käyttävien osuus talviaikana (marraskuu-huhtikuu) ja kesäaikana (toukokuu-lokakuu). Mukana ovat sekä Kajaanin että Utajärven vastaajat. Prosentit on laskettu kaikista vastaajista, eli mukana on myös ne vastaajat, jotka eivät vastanneet kysymykseen.



Pääasiallinen kulkutapa ikäryhmittäin koulu-, opiskelu- ja työmatkoilla kesäaikana. Vastaajien osuus (%), jotka käyttävät kyseistä kulkutapaa. Kuvasta on jätetty pois vastaajat, jotka eivät tee kyseisiä matkoja tai olivat jättäneet kohdan tyhjäksi.