

*** メールマガジン No.52 - 09.12.2 ***

*** NPO KEEP LEFT メールマガジン NO.52 ***

読者の皆様、毎々の購読有難うございます。

この号から、件名に【題】を付ける事にしました。

【自転車ブーム？】

今って、自転車ブーム？

休日に、大阪市内や淀川河川敷を自転車で流していると、ヘルメットにジャージ、そしてロードバイクのサイクリストさんとよくすれ違えます。

時には、知り合いの先輩サイクリストさんとばったり出会い。「お久しぶりです！お元気ですか？」「どないですか？ 最近、遠乗りされましたか？」「いやぁー。自転車解ってない人が多くて・・・」

部品の調達に自転車屋さん（自転車♥マーク加盟店 第6号 サイクルセンター・サンワ さん）へ行くと、「最近、クロモリフレームを求めるお客さんが多くて・・・」
*確かにクロモリフレームの完成車がずらりと並んでいます 「どうやら、最新のカーボンフレームから、本来のクロモリフレームにお客さんの意識が変わりつつありますねえー」「そうですねえー、自転車の業界も大変ですわぁ」

環境問題（エコ）や健康志向、不景気、ツール・ド・フランス等のロードレース中継で、確かに自転車に興味を持ち、自転車を求める人が増えた事は事実ですが、これを自転車ブームと言って良いものかなあー？

ルール・マナーをわきまえない自転車利用者、自転車に関する知識が乏しい人達
整備不良やサイズ違いの自転車を売る販売店、安けりゃ売れるの販売店

「自転車は、高価なモノ（お道具）です」

言葉を変えます。

「自転車の機能を満たしていない、整備・調整が行き届いていない、サイズが合っていない自転車は、自転車ではありません」

「自転車は使い捨てるの便利グッズではありません」

「自転車は命が乗っかる車両です」「場合に因っては、危険な乗り物です」

昔（約40年以上も前）のサイクリングブームの時代に流行った自転車は、高価なモノでした。

その当時、ランドナーやロードバイクは、裕福な人達やお小遣い・アルバイトでお金を貯めた人達が、手に入れる事が出来たのです。今の貨幣価値に置換えれば、

30万円以上はした筈です。

自転車と言える乗り物は、必然的にそれなりの価格になります。

「自転車は、高価なモノ（お道具）です」

大量生産大量消費の考え方のすべてを否定しません。

大量生産で安くお道具が手に入る事は、消費者にとっては良い事です。

しかし、安全性や機能を見殺した自転車（自転車の形をしたゴミ）を氾濫させて欲しくない。

知識の乏しい消費者に、サイズ違いの自転車を売って欲しくない。

自転車を求める人達も、自転車に関する最低限の知識を持って、自分の目的に合った自転車を購入し、ルール・マナーを守って利用してもらいたいものです。

自転車は素晴らしいお道具です。

20世紀において、最高最良の発明品です。

21世紀の今、環境問題の解決策として、健康維持の手段として、手軽な移動の手段として、社会のなかで有益な存在となって欲しい。

自転車に乗る事が、ステータスになって欲しい。

日本において、自転車の社会的地位が向上し、日本が世界から注目を浴びる様な環境優先超文化国家となってもらいたい。（現在は、エゴ優先低文化国家）

自転車ブームと思い込み、目先の金儲けを企てる皆さん！

自分で自分の首を絞める事にならない様に、ご注意下さい。

今は、自転車ブームではございません。

自転車の正しい普及に努める皆さん！

頑張ってください。

特に、自転車（安全性や機能を有し、十分に整備調整された自転車）を販売する自転車屋さん！

見かけや価格だけで自転車を選ぼうとするお客さんのお相手は、大変だと思いません。

頑張ってください！！

本当の自転車ブームを創りましょう！！

今回は、少し辛口の発信になりました。

お口直しに、楽しい情報を

本：CAMPAGNOLO The gear that changed the story of cycling（日本語翻訳版） 定価 5,040円（税込み）ISBN978-4-7779-1476-0 が発売されています。ご興味のある方は是非！しかし、高い本ですなあー。カンパファンにとっては、高くない・・・？ 私は、然る方から頂戴致しましたが、原

語の CAMPAGNOLO The gear that changed the story of cycling と同様にカンパファンの小生にとっては、宝物です。

「安全、安心、快適な自転車利用」

特定非営利活動法人 NPO KEEP LEFT

理事長 佐原 純一郎

*** メールマガジン No.53 - 09.12.15 ***

*** NPO KEEP LEFT メールマガジン NO.52 ***

読者の皆様、毎々の購読有難うございます。

【自転車選び】

最近、「自転車に乗りたいが、どの様な自転車を買ったら良いか？」と、よく尋ねられます。

問：自転車を買う目的は、何でしょうか？

答：1 「エコだし、健康にも良さそう、経費もかからないし・・・」

答：2 「テレビでツール・ド・フランスを見て、憧れのロードバイクに乗りたい！」

答：3 「自転車で遊びに行きたい！ サイクリングもしてみたい！！」

等々

便利グッズ（走行 5Km 以内）として自転車を求めたいのであれば、お近くの自転車屋さんで予算に見合ったモノを購入下さい。

もし、貴方の目的が健康維持、体力維持、楽しみの目的で自転車を購入したいのであれば、以下に進んで下さい↓

健康維持や体力維持の目的で自転車を購入したい方へ

「自転車は、危険な乗り物です！」

「自転車にはサイズがあります。間違ったサイズの自転車に乗ると逆に身体を痛める事になります」

しかし、身体に合った自転車で、正しい姿勢と乗り方を会得すれば、素晴らしい「有

酸素運動のお道具」となります。

「少なくとも 1 時間以上自転車に乗らなければ、有酸素運動の効果は現れません」

「機能が十分でない自転車では、1 時間以上や数 10km も快適に走行する事は出来ません」

「自転車の簡単な整備の知識がなければ、自転車に乗る事は出来ません」

先ずは、信頼のおける自転車屋さんと出会う事です。

信頼のおける自転車屋さんとは？

- 自転車に関する知識と経験が豊富な事
- 自転車の組み立てとメンテナンスが出来る事（最低限 自転車整備士資格を有する事）

*自転車は、お客さんに合わせて組上げるのが基本です。

- 自転車の種類や機能そして操作に関して、適切な説明が出来る事
- 自転車の乗り方や扱い方に関して適切な説明が出来る事

前記の事を満たす自転車屋さんを見つけて下さい。

「自転車には、命が乗っています！」

自転車の専門雑誌等は、メーカーさんの有料カタログです。ほとんど良い事しか書いていません。メーカーさんの物を売る為の一方的な宣伝を鵜呑みにせず、信頼のおける自転車屋さんで十分に話し合っ「自分に合った自転車」を購入しましょう。

「自転車は高価なモノです！」

この一言で、自転車をあきらめる方は、ここで終わりにしましょう。

もし、まだ自転車と健康維持、体力維持にご興味のある方は、もう少しお付き合い下さい。

皆さんの体のサイズや体力は、個々千差万別です。

乗り始め → 慣れ → ベテラン → 加齢による体力低下 と個人によっても変化して行きます。

- 自分に合ったサイズの自転車
- 路上を安全に、安心して、快適に走るための機能を備えた自転車
- サドル及びサドル位置、ハンドル位置、その他各部品の変更が行える自転車
- 購入時の体重に耐えられる十分な強度を有した自転車（自転車に日々乗る様になれば、当然体重は減るもしくは維持出来ます）

これらの条件を満たす自転車は高価になります。

昔（約 40 年以上も前）のサイクリングブームの時代に流行った自転車は、高価なモノでした。その当時、ランドナーやロードバイクは、裕福な人達やお小遣い・アルバイトでお金を貯めた人達が、手に入れる事が出来たのです。今の貨幣価値に置換えれば、30 万円以上はした筈です。

自転車と言える乗り物は、必然的にそれなりの価格になります。

「自転車は、高価なモノ（お道具）です」

「自転車は、高価で、危険な、乗り物です！」

その理由は、上記で示した機能及び性能の自転車は、スピードが出ます。普通の体力を有する方であれば、平地で時速 40Km 以上のスピードで走れます。ツーリングで 50Km、100Km、150Km〜 の距離を走る事が出来ます。スピードが出て、長距離を走ると、それだけ事故に遭遇する可能性も高くなります。

「自転車は、危険な乗り物です！」

安全性・機能性・耐久性を備えた自転車を選び、自転車の漕ぎ方、扱い方、メンテの仕方等を把握した時に「**危険で高価な自転車が、素晴らしい健康管理（有酸素運動）のお道具**」に変貌します。

世の中には、モノを所有する事を喜びとする方々も多くおられます。

形や色、素材感、そのモノの雰囲気拘る方々も多くおられます。

トッププロが使用するギア（道具）に憧れる方々も多くおられます。

問：トッププロと同じ自転車を、素人に乗る事ができますか？

答：「乗る事は出来ます！」

但し、それなりの技量、体力が伴わないとその自転車の性能をフルに発揮する事が出来ません。

トッププロがレースで使用する機材に素人が乗ると・・・

- フレームの硬さ → 硬いですから一般の方では身体に負担がかかります
- クイック → ハンドリングのタッチが繊細ですのでそれなりの技量がないと転けます
- 高速走行用ギア比 → 一般の方の脚力では不必要なギアが装備されています
- 速く走る為に → シートチューブと後ろのホイールが接近している → チェーンステーが短い → それなりの脚力と技量がないと転けます
- サドルとハンドルの高低差 → 腹筋・背筋・首を支える筋肉が、鍛えられていないと筋肉痛を起こします 場合に因っては、体を痛める事になります
- 軽量（UCI 規定 6.8Kg まで） → 軽い事は山岳を攻めるのには大きな武器ですが、軽量フレーム（特にカーボンフレームは横からの衝撃には弱い）は事故を起こすと使用不可能になる場合があります。

トッププロ、トップアマ、将来トップを狙う方、ロードレースへの参加を望む方以外の人には、トッププロが使用するロードレーサーは不向きです。

自転車を健康維持や楽しみの為に乗る我々には、ロードバイクが適切と思います。
*なかには、ロードレーサーに股がりゆっくりと流すのも楽しみ と言う方もおられますので、その辺は、お好きにどうぞ！

自分の目的に見合った自転車

自分の体型に見合ったサイズの自転車

自分の技量や体力に見合った自転車

を、信頼のおける自転車屋さんで組んで（オーダーする）もらう事をお薦めします。

そして、自転車はお道具です。

道路を走行するお道具ですので、日々のメンテナンスを自分で出来る様に、お勉強も必要です。【[自転車でのツーリング安全講座（1）](#)】でも触れましたが、機材の点検整備が重要です。 その一例を本文より抜粋します

● ツーリングでの注意事項

◆ 準備

機材の点検整備

機材の各部にゆるみがないか

前後のホイールにゆがみは無いかな

ブレーキシューが正確にリムに当たるか

ブレーキシューがすり減っていないか

タイヤの空気圧が適切か

タイヤに異物が刺さっていないか

前後のクイックリリースレバーが硬く締まっているか

各稼働部に引っかかりやきしみが無いかな

装着している各アクセサリが固定されているか

電池を内蔵している各器具の電池の残量は十分か

ビンディングにクリートがきっちりハマるか

クリートがすり減っていないか

これ以外にも、パンクの修理やディレーラーの調整、ブレーキの調整等々自転車のメンテナンスに関しては沢山の事柄があります。

誰しも最初からすべてを行えません。信頼のおける自転車屋さんで自分に合った自転車を購入し、色々な事に関しアドバイスを受ける事が肝要です。

自転車屋さん一言

自転車を売る事をお仕事にされているのは十分承知した上で、
「自転車を安全に安心して快適に利用したい方々（お客さん）へ、自転車に関するすべての事を説明して上げて下さい。店頭に並べてある完成車を売りたいのは解りますが、サイズ違いや、機能が十分でない自転車などを売るのはやめて頂きたい。アフターサービスが出来ない自転車屋さんには商売を辞めてもらいたい。この文面（自転車選び）を読んで、自転車屋さんへ足を運んでいる人達は、信頼のおける自転車屋さんを求めている訳で、この人達の期待を裏切らないで欲しい。我々が命を預ける自転車を組むのは、自転車屋さんの仕事です。信頼のおける自転車屋さんで自転車を手に入れないと安心して、安全に、そして快適に自転車遊びが出来ません。」

自転車や自転車関連部品のメーカーさんへ一言

「自転車が発明されて 100 年以上、この 10 数年の素材の変わり様。技術革新や素材転換が企業にとって大切な事は十分理解出来ますが、この急激な変わり様と、毎年のモデルチェンジや新規開発テクノロジーの導入はいささか度が過ぎていませんか？ 皆さんが宣伝広告媒体として各ロードレース等のサポートをされ、それらのロードレースがテレビ放映され、多くの人々が自転車レースに興味を持ち始めたのは良い事ですが、市場ニーズを変な方向に誘導していませんか？ トッププロがしのぎを削るロードレースは各メーカーさんの実験場であり、宣伝広告の場です。しかし、トッププロが使用する機材一般の人達が使える機材ではない筈です。もっと一般の人達が使用出来る機材の提案や発信、そして安全・安心・快適な自転車利用の啓蒙に、より積極的に企業として取り組むべきではないでしょうか。

最近、嬉しかった事、フランスの M 社が新開発した完組ホイールのリコールを行いました。小生もこのホイールを 2 組所有していましたが、無事新しい物が手元に帰って来ました。M 社さん素晴らしい！ 正直者は徳をする！！ 今後、M 社さんのホイールを皆さんに薦めます。」

「安全、安心、快適な自転車利用」

特定非営利活動法人 NPO KEEP LEFT

理事長 佐原 純一郎

*** メールマガジン No.54 - 09.12.21 ***

*** NPO KEEP LEFT メールマガジン NO.53 ***

読者の皆様、毎々の購読有難うございます。

【自転車選び-2】

メールマガジン 52【自転車選び】を配信した所、多くの問合せや質問を頂きました。

お一人お一人にお答えするのが本来ですが、諸般の事情にてそうもいきませんので、【自転車選びシリーズ】の題にて、メールマガジンとして配信致します。

問い 1：近くに信頼出来る自転車屋さんが無いのですが、良い自転車屋さんを紹介して下さい。

返事 1：お薦めの自転車屋さんと問われたら、ズバリ 自転車♥マーク認定店「サイクルセンター・サンワ」さんをお薦めします。近畿圏の方なら是非に！もっと遠方の方に、お薦めするのは心苦しいのですが、やはり「サイクルセンター・サンワ」さんです。

*1 その面倒見の良さ、経験、技術の高さ、豊富な在庫、西日本でナンバーワンです。（関東の自転車屋さんを良く知りませんので、敢えて西日本でと言いますが、多分日本でナンバーワンです）

*2 すべてのジャンルの自転車（完成車）の在庫量では、他の量販店さんには劣りますが、ロードバイクとモルトン（英国製小径車）の分野ではピカイチです。

*3 特にクラシックロードバイク（クロモリフレーム）の在庫は、パーツも含めて、凄いです。

但し

◆1 お忙しいお店ですので、時間の余裕を持って訪れて下さい。これは、お客さんお一人お一人に十分な説明の時間を取りたいと言うお店の方針ですので、ご理解頂きたいと思います。

◆2 高価なロードバイク等の購入を検討するのですから、十分納得する事が肝要です。

◆3 簡単な整備、パンク修理等が苦手な方は、お近くの自転車屋さんで購入する方が賢明です。

メンテや修理に遠方（サンワさん）まで自転車を運ばなければいけない事も考慮に入れて下さい。

◆4 他店と値段の比較だけで自転車選びをされる方は、お店を訪れても無駄です。

サンワさんの自転車はサンワさんが組んだものですので、価格の比較だけではなくその自転車の完成度やアフターサービスの事も比較検討材料と考えるべきです。

問い2:何軒か自転車屋さんを廻りましたが、どのお店が良いか判断出来ません。

返事2:どの様な自転車屋さんを廻られたか解りませんが、量販店さんは余りお薦め出来ません。

それと、メーカーさんのブランドを掲げた直営店の様なお店は、商品構成が片寄っていますので、色々なメーカーさんのものを扱っているお店の方が多くの情報が得られチョイスが広がります。

ロードバイクの在庫や特にフレームの在庫が豊富なお店は、それなりに経験や組み立て技術を有する自転車屋さんと判断出来ます。

問い3:今乗っている自転車を買ったお店ではちゃんと直してくれません。チェンジが上手く出来ません。部品の交換を薦められていますが、悩んでいます。

返事3:自転車のメンテは、その自転車を販売した所が受け持つのが基本です。自転車屋さんも他店で購入された自転車のメンテを好んでは行いません。

今乗っておられる自転車の部品に不具合があるのか、それともそのお店に直す技術が無いのか、貴殿の技量が十分でないのかは、判断出来かねます。申し訳ないです、お悩みの解決にはならないと思いますが、お買い求めになった自転車屋さんと信頼関係を構築するのが先決と考えます。

【自転車♥マーク加盟店 第6号店をご紹介します】

「自転車に優しいお店 自転車♥マーク加盟 第6号店」

*認定 No.006 2009年11月11日承認

『サイクルセンター・サンワ』・・・ 自転車屋さん

〒660-0881

兵庫県尼崎市昭和通8丁目285

電話:06-6412-3802

<http://www.cc-sanwa.com>

定休日:毎週水曜日(祝日は営業)

営業時間のご案内:

1F MTB・クロスバイク・ミニベロ・折りたたみ 11:00~20:30

2F ROAD・アレックスモルトン・アパレル・パーツ 13:00~20:30

但、日曜日と連休最終日は19:30までの営業です

◇ サンワさんの大将のコメントです。
買った後からが、本当のお付き合い
アフターパーツ・専門工具・高度のプロ技術の組み立
引き渡し時の商品説明
実績に基いたメーカーさんの対応等 あらゆる点で
SANWA なら安心 です！

「安全、安心、快適な自転車利用」
特定非営利活動法人 NPO KEEP LEFT
理事長 佐原 純一郎