

理事長からのお知らせ

自転車には自転車の専用油を！

雨の日が続く梅雨の6月は自転車に乗れる機会が激減・・・

倉庫などの屋内で自転車を保管していても「あれっ！？自転車のチェーンが錆びてる」なんて事はないでしょうか？実は自転車チェーンにはチェーン専用の油があり、今回はそんなチェーン油のお話です。

チェーンは自転車に自身の力を伝達させる重要なパーツです。最悪、ハンドルやサドルがなくてもチェーンがあれば走れます（やったらダメよ）チェーンの整備によって速度や疲労度にも直結してきますからこの機会にしっかりと整備しておきましょう！

僕自身、自転車に関心を持つまでは「KURE 556」さえ塗布していれば大丈夫！と思っていました。しかし、塗布してもサビは広がるばかりで近くの自転車屋さんへ行き教えていただいたのは、「KURE 556」はサビ取りには有効だが、揮発性が高く専用油に比べると自転車には向かないとの事でした。そして通勤・通学はいいかもしれないがロングライドなど長距離を走る場合は、特にそれ相応の油がおすすめなんだとか。専用の油にも多くの種類があります。今回は大きく分けてドライ、ウエットの2種類を紹介します。



【ドライ】

ドライは名前の通り、ゴミや砂などが付着しにくい性質があります。

ロードバイクに乗られている方も多くはドライではないでしょうか？しかし、水分に弱いので雨で簡単に流れ落ち油切れを起こしますのでこまめな注油を。クリテやレースでよく使われるイメージです。もちろん日常使用も。

【ウエット】

悪天候など全天候に左右されにくい性質があり走行にとっても有効です。

しかし、浸透圧性、防錆効果の高さゆえ、粘度が高いのでゴミや砂などの汚れを呼びやすいです。ロードに乗る僕は、ドライではなくウエットタイプを使用しています。天候に加えて山道を走りますので悪路などの環境下でも走行するロードバイクにウエットも実はおすすめです。

走行環境や天候などの状況にあわせて使い分けをしてみてください。また新たに注油する際は古い油を全て取り除いて注油すると効果を発揮します！

6月のイベント情報

- ・いずれのイベントも、当日はMaze-Cleの広報・活動記録として写真・動画撮影を致しますので、ご理解・ご協力のほどお願い致します。
- ・新型コロナウイルス感染症対策として消毒と検温のご協力をお願いいたします。
- ・体調のすぐれない方、37.5度を超える方は参加をご遠慮ください。
- ・いただいた個人情報は適切に管理し、万一新型コロナウイルス感染者が確認された場合の感染経路追跡および防止目的で使用させていただきます。
- ・当日は運動のしやすい格好でご参加ください。

お問い合わせ

NPO法人 高知Cycling project Maze-Cle

TEL：090-1300-1028

E-mail：kochi.cycling.project.mazecle@gmail.com



第16回

あっ、そうだ！自転車でカフェに行こう！

開催日時：**6月12日（土）9:00～14:00**
(延期日時：6月27日（土）9:00～14:00)

集合場所：**香南市天然色劇場**（高知県香南市吉川町吉原1843-1）
駐車場あり ※駐車場内での事故・盗難については一切責任を負いません。

主要コース：**天然色劇場 ▶ あじさい街道 ▶ 工科大 ▶ 昼食場所**

参加費用：**お一人1,500円**（昼食料、保険代を含む）

定員：**15名（先着）**

締め切り：**6月10日（木）まで**

※ただし、定員に達した時点で締め切ります。

※天候などによる決行の判断は10日午後10時に判断してSNS

「LINE・Facebook」よりお知らせ致します。

あわせて延期についても再度お知らせいたします。

受付方法：イベント保険に加入しますので以下の事項をMaze-Cle齊藤までご連絡をお願いします。

■氏名(カタカナ) ■性別 ■生年月日(西暦) ■ご住所 ■電話番号



梅雨時期の今回のカフェライドは、香南市ではアジサイが見頃を迎えその他の近隣市町村でも沢山の美しい景色が楽しめる時期です。自然を見ながらゆっくりとサイクリングしましょう！昼食は香美市にあります大人気カレーを食べに行きますよ！



開催日時： **6月20日**（日） 9:00～12:00

集合場所： 香南市サイクリングターミナル（香南市夜須町手結山1304）

駐車場あり ※駐車場内での事故・盗難については一切責任を負いません。

参加費用： **無料** ※ただし、昼食代は各自実費とさせていただきます。定員： **15名**（先着）

締め切り： 6月17日（木）午前中まで ※ただし、定員に達した時点で締め切ります。

受付方法： 保険に加入、また新型コロナウイルス感染症対策として以下の事項をMaze-Cle齊藤までご連絡をお願いします。

■氏名（カタカナ） ■性別 ■生年月日（西暦） ■ご住所 ■電話番号 ■昼食の有無

自転車を楽しく乗るには守らなければいけないマナーや交通ルールがあります。また服装や持つべき道具についてのお話と、天気良ければ乗り方をレクチャー後、実際にサイクリングに行きます。

堅苦しい講習会ではありませんのでお気軽にご質問・ご参加ください！



自転車日和

第二回 齋藤光明

自転車歴：ロードバイクは11年目

三輪車に乗り地元札幌の地下鉄改札口を通過しようと試み、警察に捕まり自宅まで護送されたのが当時3歳（母からの伝え）この時から自転車は暮らしの一部だったのかもしれない。じっとしてられない性格で学生の頃、友人と海に行きたくて早朝4時に札幌～小樽間片道20kmを学校をサボってよく行っていました。

ローカル番組「水曜どうでしょう」の原付旅コーナーに感化され、いつか北海道を一周してみたい、世界を自転車で旅したいと思うようになりました。気持ちに合わせて自転車もママチャリからロードバイクへ変身し、また資金繰りや体力増強のため陸上自衛隊の道へ進みました。世界を回る前に日本の名所や地酒などの文化を勉強したほうが海外の友達ができるだろう。そう思い日本一周を決意し、自衛隊を退職した翌日に出発しました。



旅では基本、テント泊だったり自転車と衣食住をともにしていく中で何度もパンクやスポーク折れ、フレームの再溶接とハプニングもあり、自転車の厳しさや楽しさを得ることができました。3年半と長いみちのりの中で、自転車は地域の事をよく知ることができる乗り物で、車よりは遅いけど、歩く走るよりは速くてちょうどいい乗り物ということと、人の歩みに一番身近な乗り物なんだと思いました。

今では高知へ移住し、息子2人を授かりまして、長男に何とか乗ってもらおうとすれど興味があることは虫と金柑とアンパンマン。いつか息子と自転車で旅がしたいです。

私たちはNPO法人 高知Cycling project Maze-Cleを応援しています。

SENA R1

仕出し・宴会

曾我 茶房 古古

Rue Cafe

旅館 かとり

