



自転車社会の環境改善を目指して No.34

自転車によって広がる仲間の輪

文

特定非営利活動法人 自転車活用推進研究会 会員 沖本 信之
会社員 スポーツ自転車歴38年

事務局：〒 141-0021 東京都品川区上大崎 3-3-1 自転車総合ビル 4 階
TEL 080-3918-2932
URL <http://www.cyclists.jp/>



1. 自転車を始めたきっかけ

中二の春だったと思う。同じ学年の友達数人で福岡市から三瀬峠を越えて佐賀市までサイクリングするというので私も参加することにした。

本格的な峠越えなどこれまでしたことなかった私にとって、延々と続く登りはきつかった。友達の自転車は1人が外装10段変速ドロップハンドルのスポーツ車。他はみな外装5段変速セミドロップハンドルのジュニアスポーツ車だった。10段変速の1人だけが軽やかにペダルを回し、乗ったまま登っていたが、他の人たちはいつの間にか、みな自転車を押し始めていた。30分くらい自転車を押し続けたらどうか。ようやく峠に到着。あとは下るのみだ。私の自転車にはアナログ式のスピードメーターがついており、それまでは平地でどんなに頑張っても30km/hがやっとだった。しかし峠の下りではみるみるうちにスピードがあがっていき、ついに50km/hを超え55km/hに。自転車でこれだけのスピードを出したのは全く初めての経験だった。体力がそれほどない中学生でも下りだとこんなにスピードが出るものかと驚いた。当然ながら下りではほとんどペダルをこがずにす

むし、このスリルと楽しみは苦勞して上った者にしか与えられない褒美のようなものだ。このときの経験が本格的に自転車に夢中になる原因となったのは言うまでもない。

この日の走行距離は約100km。生まれて初めて長距離といえる距離を走った満足感に浸っていた。ただ今のジュニアスポーツ車だと、峠の登りを自転車を降りずに乗ったまま登ることが難しく、峠も乗って楽に登れるような自転車が欲しくなった。

その後、夕刊配達をして資金を集め、私が購入したのは丸石自転車(株)のエンペラーキャンピングRE-C-R、外装15段変速、サイドバッグ4個、アルミボトルが標準装備で定価85,000円だった。この自転車で、中学から高校にかけて大分、熊本、長崎、佐賀、山口、広島、島根県を走破した。

2. 新しい自転車の購入

その後、大学、社会人と自転車生活を楽しんできたが、徐々に仕事が多くなり、あまり自転車に乗れなくなっていた2002年の秋頃だったと思う。当時30代後半で体重は71kgもあり、このまま運動もせず今のような生活を続けていたら、不健

康だし、そのうち成人病になってしまふのではないかと感じていた。

“そうだ、また自転車に乗ろう！そして今度買う自転車は人生で最後にしよう”とこの時は思っていた。

この先一生乗り続けられる自転車は何かと考えた結果、ロードではなくランドナーを選択することにした。私自身自転車を始めたきっかけは旅であり、雨の多い日本では泥除けは必要である。また長時間快適に走るには、荷物は自転車に積んだほうがいい。タイヤも太い方が、走行抵抗は高いが、空気圧が低いので路面からの振動は少ない。

ただこの20年くらいで自転車を取り巻く環境が大きく変わっており、国産メーカーはほとんど姿を消してしまい、ランドナーという車種も絶滅しかけていた。

専門誌の広告で見つけた横浜市保土ヶ谷区のブルーウィートサイクルが丸石を取り扱っているというので行ってみることにした。そこにはたまたま1台だけランドナーが展示してあったが、それはメーカーの特別仕様車。そのため通常より1万円高い。話を聞くと翌年からはフロントキャリアとダイナモライトがなくなり、ロードバイクに泥除けがついたような外観になるという。これら



写真1

がないと、ランドナーらしさがなくなってしまう。買うなら今しかない。購入を決意した(写真1)。

自転車を再開してしばらくは、近くの川沿いのサイクリングロードを中心に走り、徐々に山の中も走るようになっていた。

3. 自活研との出会い

自転車を再開して約1年、2003年9月頃、専門誌にエコサイクルマイレージ(エコサイ)のモニター募集の記事があった。

サイクルコンピューターを無償配布し、自転車に取り付け、走った距離だけ全日空のマイレージがもらえる。またその距離に対応するCO₂排出量を計算するというもの。この時は面白そうだと思ったが、いつのまにか忘れてしまい、応募する機会を逸してしまった。

その後エコサイのモニターが終わった12月頃だったろうか、再び専門誌でエコサイの記事を見た。全日空のマイレージは付かないが、今後とも自転車で走った距離と時間を入力し、自動車を利用した場合のCO₂排出量と消費カロリーを積算してホームページ(HP)で公表し続けていくという。

エコサイを運営していたのは、現在の特定非営利活動法人自転車活用推進研究会(NPO自活研)で、当時は(財)社会経済生産性本部・自転車活用推進研究会とっていたようだ。

ようやくエコサイのサイトに登録し、この時から自転車で走った距離の入力を始めるようになった。このことが後に自転車仲間が増え、自転車に関わる大きなきっかけとなろうとは、この時は思ってもみなかった。

走行距離の入力と合わせて日記を書くのだが、これをほぼ毎日続けることで、他のメンバーとコメントをやり取りしたりして、会ったことのない人とも親しい関係になった。またオフ会を企画してくれるメンバーがいて実際に会って食事をしたり、自転車で走りに行ったりした。

エコサイのメンバーには長距離の自転車通勤をしている人が多く、自分にもできるのではないかとまずは休日に自転車で会社へ行ってみることにした。距離は約18km。道に迷ったものの、所要時間は1時間ちょっと。これなら十分通えると思い、自転車通勤を始めることにした。最初は家でほとんど使っていなかった外装6段変速のママチャリのシートポストを長いものに変更し、サドルを幅狭のものに交換したものを使っていた(写真2)。これでも十分通えたが、途中アップダウンが多かったため、後にランドナーに変更した。職場は途中で多摩市から川崎市麻生区に変わったが、通勤距離はほとんど変わらず、約4年間自転車通勤を続けた。自転車通勤することにより、道路の不備や交通ルールの矛盾点など多くのことを発見し、エコサイの日記にあげていった。



写真2

体の方も毎日自転車通勤を続けることで、体重は57kgくらいまで減り、体脂肪率も11%くらいまで下がった。

自活研では時々新聞や雑誌の取材募集などもあり、雑誌と新聞に自転車通勤のことをとりあげてもらったこともあった。またサイクルモードでも一度だけではあったが、NHKテレビの朝のニュースに出演する機会もいただいた。

残念ながら時代の流れとともに、mixiや他の便利なSNSが登場し、エコサイは2010年にHPとともに閉鎖された。その後は走行距離の入力や日記などを書くため、エコサイのみなさんは他のSNSへ移っていったようだが、当時の仲間のほとんどの人とは今でもSNSを通じてつながっている。自活研のほうは2006年3月に社会経済生産性本部から独立し、同年7月にNPO自転車活用推進研究会となった。

4. おわりに

2006年から自活研の正会員として活動する傍ら、自転車関係のイベントのお手伝いをさせていただいている。自活研以外ではグッド・チャリズム宣言プロジェクト、TEAM KEEPLEFT、エキップアサダ後援会、オダックスジャパンの会員となることで出会いの場が広がり、知人、友人の数は増え続けている。

自転車仲間の輪はほんのちょっとしたきっかけで広がり、会社で普通に働いているだけでは決して出会うことがなかったような様々な業種の人たちまで広がっていった。自転車は生涯スポーツだと考え、今後も楽しみながら続けていきたいと思っている。 **PP**



「自転車検定」を始めました

インターネットで、いつでも受験できる「自転車検定」サイトを設けました。無料のお試し検定も行っています。自転車活用推進研究会のホームページ(<http://www.cyclists.jp/>)からどうぞ。