

第4回自転車セミナーを開催しました！

第4回目のテーマは、「自転車で人生を楽しむ」。講師として、サイクルボランティア・ジャパンの 瀬戸 圭祐 氏 にご講演いただきました。

日 時：平成23年9月29日（木）18：00～19：30

場 所：自転車会館3号館11階会議室

講 師：サイクルボランティア・ジャパン 瀬戸 圭祐 氏

テ ー マ：「自転車で人生を楽しむ」

プロフィール：1960年生まれ 大阪府出身

同志社大学卒業（サイクリングクラブ所蔵）

トヨタ自動車株式会社入社

東京本社、英国駐在、御殿場勤務などを経て、現在、愛知県にて勤務

2008年にサイクルボランティア・ジャパンを共同で設立



セミナーの様子

<要旨>

瀬戸氏は、世界5大山脈を走破したアドベンチャーサイクリストでもあり、トヨタ自動車に勤務する傍ら、自転車関連の本を多数出版するとともに、自転車活用推進研究会等で自転車の普及活動を行っております。2008年にサイクリングボランティアジャパンを共同で設立しました。 HPアドレス <http://www.cvjapan.org/w/event/>

今回のテーマは、「自転車で人生を楽しむ」ということについて、お話をしました。

瀬戸氏は、本日、勤務先のトヨタ自動車が節電の影響で、毎週木・金が操業停止のため、お越しいただけることになりました。

同氏は、自転車普及協会の活動と目標を同じにして、より良い自転車社会を構築するた

め活動されており、自動車メーカーに勤務しながら、自転車も大好きなようで40年以上楽しんでおられます。

それでは、本題の講演内容について語っていただきます。

私は、中学1年で初めてサイクリングを行い、当時、たまたま見つけた時刻表により、旅行したい気分かられたが、お金もなかったため、自転車ならと思いつき淡路島一周をしたのが最初の旅行でした。

その後、高校生で日本各地（山岳サイクリング中心）を走破、大学1回生で日本全国走破、2回生で北米ロッキー山脈走破、3回生でアルプス・西ヒマラヤ山脈を走破しました。

世界各地の山脈を走破している中、ふと気がついたのは、各山脈には、それぞれ異なった色彩があるとのことでした。

ロッキー山脈は、灰色・アルプス・スカンジナビア山脈は、青色・カラホルム山脈は、黒色です。

ロッキー山脈を走破中は、キャンプ場が閉鎖されていたため、宿泊場所に苦慮しました。

北米の最高峰モスリートパス（4,020m）を下る段階では、道が枝のように分かれていて、何度も同じ箇所を巡ってしまいました。

標高3,000m付近だと、大気中の空気も地上の半分となり、よろけてガレパに転落しそうになり、定位置に戻るのも大変でした。

グランドキャニオンは、標高2,000mの世界で一番深い谷でもあり、上下幅が1,000mにもおよぶため、下から登るのに苦慮しました。

デスバレーを走破中は、海拔がマイナス86mもあり、自動車は、1台も通らない場所、なるほどデス（死）ということを実感しました。

北極圏のラップランドを走行中は、天候が安定しないばかりか、2ヶ月間も白夜が続きました。

スカンジナビア山脈（ノルウェー）を走行中は、背景に氷河が点在し、物価が高くパン1個が500円と高く貧乏旅行となりましたが、漁業国のため、毎日、魚ばかり食べていました。

アルプス山脈を走行中は、観光用に開発されているため、道路も整備されて自動車の数も多く雄大な景色ではあったが、山岳コースとしては、物足りなかった。

今回の山岳走行中一番大変だったのは、4,000m級の山岳氷河のあるオーバーメンヒヨッホを走破中、地元の山岳協会の協力も得られないまま、強硬突破したあまり九死に一生を得た体験でした。氷河縦断中に、クレパスに転落しそうになりました。

たまたま、自転車が若干クレパスの穴より幅広だったため、ひっかかって助かりました。無茶は、しないものですね。

ヒンズークシュ山脈（西ヒマラヤ）の麓の村に宿泊した時は、村に自転車自体が存在しないため、大変珍しがられ、常に黒山の人ばかりでした。

山岳走行というのは、苦難と驚きの連続でかなりの気力と体力が必要とされるのですね。

常人ではなし得ない偉業だと感服します。

瀬戸氏の功績を称え、サイクルスポーツ誌の2010年5月号に「世界五大山脈を自転車で走破」というタイトルで掲載されました。

また、同氏は、「青春をかけるっていいぜ」「自転車ツーリングビギナーズ」「雪上ハイキング」他多数の自転車関係の出版物があります。

以上、山岳サイクリングについてお話をいただきましたが、後半は、「自転車という乗り物の本質」について以下の3項目についてご講演いただきました。

- ・サイクリングの勧め
- ・自転車を選び所有し、自分仕様に
- ・パーツ交換の楽しみ

最初に「サイクリングの勧め」ですが、サイクリングは、人生の楽しみを創造できるスポーツで、年齢も時期も関係なく始められます。

具体的に、自動車と違い渋滞もなく移動そのものが楽しみになる他、健康になる・老化防止になり医療費の抑制、果ては国家財政にまで寄与する素晴らしい乗り物です。

今年3月の東日本大震災以降の自転車ブームで、自転車通勤者数がかなり増加しました。

一方で、首都圏においては、自転車のルール・マナー問題が顕著化し、マスコミにも取り上げられ警察も取り締まりの強化を行っているのが実態です。

次に「自転車を選び所有し、自分仕様に」ですが、自転車には、様々な種類（クロスバイク・MTB・小径車等）があり、かつ用途に応じて選択できるため、自分に合った世界で1台の自転車が作れるのです。

購入の際のショップ選びは、大切な要素であり、常連客が多く、オーナーがサイクリストであればいいアドバイスも受けられベストです。

3番目の「パーツ交換の楽しみ」ですが、ギア交換をするだけで、自分仕様の1台を作ることができます。

近年、自転車のフリーマーケットは、各地で増加傾向にあり、部品をアレンジすれば自分仕様への改造も多岐に亘るため、楽しみは無限大であり、自分だけのオリジナルな1台を作ることができます。

最後に、サイクルボランティア・ジャパンは、自転車を通じた社会貢献活動を続けることにより、自転車の楽しみを広げていきたいと思えます。

質疑応答後、以上をもちまして、本講演は、終了となりました。

次回のセミナーは、10月25日（火）18時からロンドン在住の青木陽子氏による「ロンドン自転車革命（案）」を開催予定です。次回の参加もお待ちしております。

次回予定

<第5回>

平成23年10月25日(火) 18:00~19:30

講師：青木 陽子 氏

テーマ：(仮)「ロンドン自転車革命」

※詳細が決まり次第、本会ホームページ等で、改めてご案内申し上げます。



このセミナーは競輪の補助金を受けて実施いたしました。

<http://ringring-keirin.jp>