

TCAの合言葉 ①自転車で風を追いかけよう ②健康と友情の輪をひろげよう ③道と自然と文化に親しもう



# TCA ニュース

= 1996年8月発行 = 【No. 101号】

発行 東京サイクリング協会 広報委員会

〒110 東京都台東区上野3-8-8 ☎03-3833-3969 FAX 03-3832-6391

サイクリストの五楽 ①輪楽・自転車を楽しみ ②行楽・旅を楽しみ ③道楽・道を楽しみ ④友楽・友を楽しみ ⑤遊楽・遊びを楽しむ

## TCA技術研修会：予告

指導部

最近、会員になられた方々で、輪行(自転車を分解して輪行袋に収め鉄道などを利用して運びサイクリングをする)を上手にしてみたいが自信がない、誰かつきあってくれないかと望んでおられる様です。そこで、以前にも実施しましたが、技術向上を願い、仲間を募って研究したいと研修会を予定しました。10月に事業部が予定しているTCAラリー(山梨県)で応用できれば尚良いと考えています。詳細は次のニュースで連絡します。

日時： 9月28日(土) 2時～5時

場所： 未定 (八丁堀か水道橋を考慮中)

参加費： 1,000円 (会場費、茶菓代)

\* 輪行袋、工具など検討品があったら持参願います

担当： 渡辺副部長

問合せ先： 中村事務局 Tel 03 - 3541-6466

## TCAラリー in 山梨(予告)

ワインと日本酒の旅!

事業部

日時 10月12日(土), 13日(日) どちらか一日の参加も可

コース ・12日(土) 輪行にて

勝沼～ワイナリー～笹子峠～笹子(笹一酒造)～真木温泉(民宿)

・13日(日)

真木～大峠～小金沢溪谷～深成～七保～大月(輪行で新宿へ)

(真木小金沢林道) オフロードなので太めのタイヤが望ましい

担当 磯部 光博 TEL 03 - 3987 - 2045

\* センチュリーラン笠間(9/15 締切8/31) 要項あります

\* 近畿サイクリングフェスティバル in 兵庫県(10/19 締切8/28) 要項あります

\* 都民スポレク・ウォークラリー(9/1) 問合せ・申込先 都レク03 - 3267 - 2591

\* チャレンジサイクルロードレース大潟大会(秋田県ソーラースポーツライン)

9/15 締切 8/15 問合せ 0185 - 45 - 2111 大潟村役場

# スピード感と爽やかな風にかかれて

第14回 視覚障害者とタンデムを楽しむ集い  
1996・6・9(日) パレスサイクリング道路

早いもので、この集いも回を重ねること14回。今回は、はじめてパレスサイクリング道路で行われた。今まではおなじみの神宮外苑サイクリング道路で走っていたが、パレスサイドにもタンデム車が用意されたのを機に、たまには環境のかわったところで、ということでここパレスサイドを計画し、実施された。申し訳ないが、久しぶりに参加させてもらった。

当日は、都盲協の方々、ボランティアの付き添いの人達、われらインストラクタなど総勢約40名が、午前9時30分に集合。早速貸し出し前のタンデム車の中から15台を引き抜いてきて確保をする。ブレーキ等の点検をし、準備OK。鈴木副会長の簡単な挨拶につづいて、中村事務局長が今日の説明と諸注意を行う。天気がどうもパツとしない。

10時。いよいよサイクリング道路が開く。サドルの高さを調整したりして、各ペアごとにサア出発。スタートはちょっとコツがいる。二人分で重いし、最初の踏み込み側のペダルが上にあがっているとは限らないので、うまくスーツとスタートダッシュができない。「行きますヨー」の掛け声とともに、少しふらつきながら走りだす。サイクリング道路の事務局のテントの前を通過するころはすでに軌道にのり、「行ってきまーす」で右手を振る余裕も。

ゲートを通り抜け、「右へカーブします」二人四脚も息が合ってくる。「真正面が二重橋です」。信号の通りに進むから「信号が赤なのでブレーキをかけて停まります」。同乗者の両脚はペダルの上だから、左脚一本で自転車を支える。「出まーす」。本コースへ出るため「左へ曲がります」

直線コースでスピードが増す。後ろで力強くこいでいる感じが足うらから伝わってくる。「日比谷公園の手前で折り返しです。正面のずっと先に東京タワーがあります」。祝田橋の交差点で「Uターンをしますから少しゆっくり...」。定置担当者に軽く会釈を送る。『風が爽やかで気持ちがいい』といわれる。トップでハンドルを握っていればもっといいだろうけれど

神宮外苑で、アシストが後部でこいだというペアがいると聞いたが、弱視の人だったのか。「いま片側3車線の広い道路を走っています」。この広いコースは匂いや香りに欠けるかも知れないが、風をたっぷり感じるができると思う。ガンガンとばしている男の方とのペアがいたが、いかにも気持ち良さそうに走って行った。

かえり道、皇太子御成婚記念の噴水に仲間がいたので、寄ってみる。パレスホテルからの自動車が通る車道を横断するので緊張する。徒歩で立ち寄り。ナイヤガラ状の滝のゴーゴーという音ははっきり感じられたことと思う。水にひたした指先が心地よかった。花壇の花がきれいにさきそろっている。柔らかい花びらに触れてもらう。朝顔のような形をしているが名前が分からない。色もきれいだが伝えることができない。難しい。せめて匂いをかいでもらうしかない。定置の人に断りもせず、勝手に横道に入り込んだということで、あとでこれらの行為を指摘された。普段巡回で注意をして回っている側なのに、ちょっと配慮が足りなかった。反省。

二重橋のT字路で「これで一回り終わりです。左へ曲がります」。きょうはあいにくのくもり空だったが、おかげさまで汗もほとんどかかず、おまけにコースがすいていて走りやすかった。

「ゴールです。お疲れさま」。『どうもありがとう』。

パレスサイクリング事務局差し入れのウーロン茶が気持ちよくノドをうるおす。ごちそうさま。

(追記：今回たまたま都盲協からの感謝状は忘れてきたとのことでもらえなかったが、これは特にいらぬのではないかと?)

## 3級インストラクターを受講して

ACC 小川和也

目覚めが良い、昨夜支度しておいたリュックサックを背負いマウンテンバイクで出発。途中、神田淡路町でACCの佐藤おじさんに会う。今日パレスサイクリングの手伝いに行くとの事、皇居まで一緒に走る。御苦労様です。

警視庁前を通り、外苑サイクリングセンター前に行くと何人が集まっていた。事務局の中村さんにJCAカードを提出受付をする。本日のスケジュールを渡される。16時までびっしりです。指導委員長挨拶から、各委員及び受講者の自己紹介とグループ分けが行われた。1、2班は4名、3～5班は3名に別れチェックを行う。各自の自転車点検に入る。磯部委員は、さすがに不具合箇所を次々と指摘していく、この班は全員1、2点注意を受ける。

次は、実技走行。スタートから青山一丁目、山王下から自転車文化センターへ（イベント見学、渋谷さんから分解できるタンデムの説明を受ける）センターから桜田門、パレスサイクリングコースを走り貸し出しテントへ、用意された弁当とお茶で昼食、芝生で食べる弁当はおいしい。

昼食後全員で乗り方教室へ、見てビックリ、ペダルを外して足で蹴っている。ハンドル操作が良ければ右ペダルを次のステップで左を、二三時間で乗れるようになるとの事。実際に見て指導法に納得しました。午後の部スタート、八丁堀にある労働スクエア東京へ、司会の渡辺さんより、「インストラクターとして必要なことを講義されるので心して聞いて下さい。」との事。

- ・サイクリング活動と組織 北川委員  
JCAのあゆみと組織と運営について話された。又、コースガイドにおいて地図をどう活用するか
- ・インストラクター制度と道路交通法 森嶋委員  
インストラクター制度の経過説明と道路交通法、施行令、施行規則について
- ・サイクリングの種類とTCAの活動 池田委員  
分類は、固定していない。TCAの行事、パレスでの指導、フリーランの企画等協力願いたい。
- ・点検整備と走行技術 磯部委員  
ブレーキのかけ方について興味をひいた。タイヤ交換は、パルプ位置から外すことが以外でした。
- ・今後のスケジュール 中村委員  
一人二人審議にかかるかもと驚かされる。合格後は、TCAの行事に協力をお願い致します。

最後に質問が2・3あり、受講者が常日頃疑問に思っていることを委員から回答を得て、講習会を終了する。

### \*まとめ

インストラクターとして人にものを伝え、人の世話をするには、自分にそれなりの能力がなければいけないと、どなたか委員が言われていた。その通りだと思う。技術的知識や技法を習得することも大切であるが、自転車を通じて人を指導出来るように努力したい。また、JCA、TCAの行事及びお手伝い出来ることには、積極的に協力して行きたい。なお、自分自身も大いにみんなと一緒にサイクリングを楽しみます。

以上

## 第38回 自然公園大会 田貫湖畔で開催

第38回自然公園大会は、7月の24、25日の両日、富士箱根伊豆国立公園の静岡県・富士宮地区の田貫湖畔で開催されました。サイクリングは野外活動団体の一つとして、JCAの単位での参加ですが今回は、100名近い参加者がありました。このうちTCAの参加者は、23名でした。

今回の会場は富士山の西麓、美しい富士山が見れると思ったのですが、二日間の日程中一度も姿を見せてもらえず残念でした。しかし、静岡県協会の皆さんが準備して下さった実走コースは、豊かな緑、きれいな水、すばらしい景観に恵まれたコースでした。

また、参加記念品を色々頂きましたが、サイクリング部門だけに県協会が準備してくれたと思われる。SCAの文字の入った紺のTシャツがありました。当日、実走で着るのかと思ったのですが特に指示がなかったので、そのまま持って帰りました。家で着てみたところ体に良くフィットし、又、胸に小さなポケットが付いているのも使い勝手が良さそうです。愛用させて頂きます。静岡県協会の皆さん、お世話になりました。

### 自然公園大会で苦言！

7月24日25日、静岡で実施された第38回自然公園大会で、TCAの参加者に対して苦言が呈せられました。愉快的話ではないのですが、ここに状況を報告します。

弁当配布等の実行委員に、好意的なつもりであっても余計な口をはさんだ事で作業の妨害をして迷惑をかけた。

テント間の通路で飲酒していて他の団体の参加者（少年グループ）の通行を邪魔しなおかつ絡んだ。

このため、JCA竹之下部長、TCA高木専務理事に実行委員会より口頭で嚴重注意がありました。単なる言葉の行き違いに過ぎないことかも知れませんが、マナーを疑われます。他の団体と合流するサイクリングラリーが続くおり参加者の自重を促すと共に、協力をお願いいたします。常識ある態度で楽しく参加し、他団体、他県の仲間と楽しく交流しましょう。遊びの仲間との交流の場でお互いに不愉快な感情を持ちあう結果になることはナンセンスです。

### TCAニュースに原稿を

TCAニュースは、基本的に毎月JCAニュースと一緒に会員の手元に届くようにしております。

現段階で協会や会員の情報を全員に伝達する唯一のものです。皆様の中で自分の意見・情報等がありましたら原稿を送って下さい。採用した分には粗品を用意する旨、役員会で決定しました。ただし、最大で1頁以内（800～1600字）として下さい。

事務局より 本部Te1 03 - 3833 - 3969 暫時閉鎖中  
支局（中村）Te1 03 - 3541 - 6466

\* 号外でお知らせした、佐近会長は、無事退院され自宅療養中です。先ず安心。尚、夏の間は自重願ひ、復帰は涼しくなつてからの予定です。