

初めての電動アシスト自転車

以前、サイクリングの記事をこのホームページに載せていました。この度、歳のことも考えて、電動アシスト自転車を購入し、前とはちょっと違った写真写しながらのサイクリングを始めました。

[A]電動アシスト自転車の購入

1. 電動アシスト自転車

ヤマハの PAS CITY-X です。20"で重さが 21kg、走行距離エコモードで 90km です。内装 3 段のギヤがついていて、ペダル一回の走行距離が 5.7m です。

2. 購入仕様

購入にあたって、次のことを考慮しました。

*軽いこと----駐輪で、持って少し階段を上がる。NO アシストでも普通の自転車として走れる。

*走行距離が長いこと----山里まで足を伸ばし風景写真でも写したい。約 100km ほしい。

[B]走ってみて

買ってから 1 ヶ月くらいになりますが、200km 位は走ったかと思う。どれだけ長距離走れるかが興味のあるところです。体力と電池の保ちの両面で・・・。

1. 快適なアシストとギヤの組合せ

スタート時はペダルが軽くて楽と思いますが、だんだん疲れてくると最大アシストが丁度良くなりました。アシスト強/ギヤ 3、の組み合わせです。

2. 登坂斜度

普通の自転車では登れないところを登れますが、アシストあっても坂は辛いです。

「電子国土 web」という地図があって、これで登ってみた坂の斜度を検証してみると、7%位までがこのアシスト自転車ですら余裕をもって登れる斜度のように感じました。斜度 7%というのは 100m で 7m 登っている坂です。

3. サイクリングルート

アプリの「自転車 NAVITIME」を使っています。目的地を入れて検索すると、推奨、坂少ない、最短、裏道などのルートが出てきます。推奨は無料で見られますが、その他は 300 円/月のプレミアム会員になる必要があります。

推奨を参考にして走りますが、自転車専用レーンのある国道・県道、車の少ない裏道、土手道などを主に通っています。鉄道、高速道路、川等の横断は、安全なう回路を見つけて横断することにしています。これらを考慮して、地形図にルートを朱書きして走っています。帰ってから反省しルートを見直ししています。

4. 走行距離

今のところ、一回の走行距離は片道 20km 位がいいところです。結構疲れ、いい運動になります。往復約 40km で電池の残量は約 60%です。スタート時は NO アシストでも走れますが、帰りは疲れて無理です。

5. 安全対策

*何よりも一時停止です。十字路の一時停止標識のない優先側道路でも、左右確認して横断します。道交法では自転車は車両扱いのようですが、安全面では歩行者のつもりで走った方がいいとおもいます。

*ブレーキの定期的整備