



タンデム自転車パイロット講習会

○タンデム自転車の魅力

- ・ 2人で協力しながら進むことができ、自然を感じることができる。
- ・ 2人の距離が近いため、話しながら自転車に乗ることができる。
- ・ 目の不自由な方も、自転車の楽しさを味わえる。

1 タンデム自転車の歴史

デンマーク人のミカエル・ペデルセンによって発明された自転車で、1908年のロンドン五輪に正式に採用された。タンデム自転車は、パラリンピックで今も花形競技の1つとして実施されている。

タンデム自転車は、英語では「Tandem Cycling」と呼ばれ、ラテン語に語源を持つ「Tandem」は「縦に並んで」・「縦に並んだ」という意味を持ち、もともとは2頭の馬による馬車を示す際などに使われていた。

2 タンデム自転車の構造

1台の自転車にサドルとペダルが2つずつ。

最前部に乗車する人はパイロット、それ以外の後部に乗車する人はコパイロット（英：co-pilot）と呼ばれる。

2人乗りのタンデム自転車は、2人で漕ぐことにより出力が2倍になる一方で空気抵抗はあまり増えないので、1人乗り自転車と比較して高速での走行が可能となる。

3 タンデム自転車の特徴

【分類】

●タンデム自転車は普通自転車とは違う。

(1) 普通自転車

①車体の大きさ

- ・長さ190cm以内、幅60cm以内であること

②車体の構造

- ・側車を付けていないこと
- ・運転席以外の乗車装置を備えていないこと
- ・制動装置が走行中に容易に操作できる位置にあること
- ・歩行者に危害を及ぼすおそれがある鋭利な突出部がないこと

(2) タンデム自転車

①分類

- ・軽車両（リアカー、人力車、馬・牛、馬車・牛車など）

【乗り方】

- ・タンデム自転車では普通自転車とは違い、息を合わせて漕ぐ必要がある。
 - ①乗るとき：先がパイロット、後がコパイロット
 - ②降りるとき：先がパイロット、後がコパイロット
 - ③漕ぎだすとき：声をかけ、「せーの」でペダルを踏み出す
 - ④ブレーキをかけるとき：ブレーキをかけると声を出して伝える
 - ⑤曲がる時：曲がる方向を声に出して伝える

4 タンデム自転車パイロット講習会

- 日時—令和3年10月17日（日）
- 場所—大宮体育館（2階研修室・シビック広場）
- 参加者—約20名
- 内容

午前：講義

- (1) タンデム自転車概要
- (2) タンデム自転車の乗車心得
- (3) 体験談

- ・障害者から見たタンデム自転車（講師：嶋恒謹哉）

【ポイント】

- ①視覚障害者の方は、人によって見え方が違うため、最初に見え方を聞く。
- ②時計の方向で示してあげる。
※例) 右斜め前に山が見えたとき → 2時の位置に山が見える
- ③乗車中は、お互いに連携し合う。

※コミュニケーションによって、怖さが軽減される

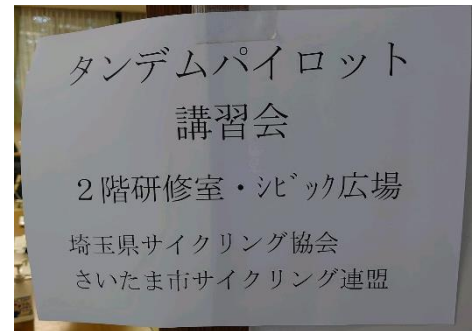
- ・パイロットとして経験したこと

【ポイント】

- ①坂道発進の難しさ
- ②二段階右折の難しさ
- ③路上駐車を避ける行為の難しさ

※路上駐車を避けるためには、大きく道路をはみ出すため危険である

- ④しっかりとリードすること



午後：実技講習

(1) シビック広場での実技講習



(2) 河川敷（公道）での実技講習



5 タンDEM自転車に乗って

大宮体育館でタンDEM自転車パイロット講習会が開かれ、実際に講習会に参加してみました。タンDEM自転車は、風を切って走る爽快感が味わえる乗り物だ～。しかし、当日はあいにくの天気。これが、快晴な日だったら、もっと爽快感を味わえたのではないか・・・残念!!

また、タンDEM自転車を2人で話しながら乗りました!こんなに、コミュニケーションが取りやすい乗り物だとは・・・

しかし、実際にタンDEM自転車に乗ったら、こんな難しさも!!

まず、バランスのとり方。2人乗りのため、お互いに呼吸を合わせなければバランスが取れない。こぎ出しは特に難しい・・・こぎ出す際は、車体を斜めから直立させることとなり、それに伴って乗っている人の体が左右に揺れるのだ!また、後ろに乗っている人はハンドルが固定されているため、揺れに対してバランスをとることが非常に難しいのである。

次に、小回りがきかない。タンDEM自転車は車体が長く、曲がる際には大きな弧を描くことになる。急に曲がることや鋭角に曲がることは困難だ・・・また、後ろに乗る人は前方が見えないため、急に曲がる場合にはバランスを崩す可能性が多くある。

タンDEM自転車は、普通の自転車と異なる点が多く、公道で走行する際は練習が必要ではないか。しかし、細心の注意を払うことで安全に乗ることができ、より爽快感を味わうことのできる魅力ある乗り物である!!

6 埼玉県警察 HP より (タンDEM自転車の2人乗車が可能になりました)

令和3年
7月1日
から施行

埼玉県内で タンDEM自転車[®]に乗れます

自転車利用に関する規則が改正されました

※2輪または3輪で、2人乗り用としての構造を有し、かつ、ペダル位置が個別に設けられた自転車

タンDEM自転車で走行するときの注意点

- 安全な場所で十分に練習をしましょう
一般的な自転車と運転感覚が異なります。声を掛け合ってコミュニケーションをとりましょう。
- スピードの出しすぎに注意しましょう
2人でペダルをこぐためスピードが出やすくなります。道路状況にあった安全な速度で走りましょう。

※詳細はこちら

ヘルメットを着用しましょう! 自転車乗用中に亡くなった方の約半数は頭部に致命傷を負っています。

彩の国 埼玉県

タンDEM自転車のルール

タンDEM自転車は一般的な自転車(普通自転車)と異なる交通ルールがあります!しっかりと確認し、楽しく安全に乗車しましょう。

通行できない場所があります

- **歩道は通行できません!**
車道の左側端、道路左側の路側帯、自転車専用通行帯などを通行しましょう。

この標識がある歩道も通行できません

ごとも通れません! [自転車を除く]の補助標識があってもタンDEM自転車は除かれせん!

自転車を除く
車両進入禁止

自転車を除く
車両通行止め

自転車を除く
一方通行

「スクールゾーン」なども通行できません

土・日曜・休日を除く
7.30-8.30

交差点では二段階右折です

交差点での右折は普通自転車と同じように「二段階右折」をします。

① 青信号に従って直進、向きを変える。

② 対面の青信号に従って直進。

埼玉県警察本部 交通課 交通安全課 (048-832-0110 (内))

埼玉県警察リンク先

<https://www.police.pref.saitama.lg.jp/f0010/kotsu/tandem.html>

8 問い合わせ

〒330-0074 さいたま市浦和区北浦和 5-6-5
埼玉県浦和合同庁舎別館
埼玉県サイクリング協会 TEL: 048-824-27112