

# HOP! Wash Your Moto 洗車は“スピード”命!



洗車で大切なのはスピード! 洗いもすすぎもスピード感が命。洗ったらすぐに水で落とす、洗ったらすぐに水で落とす……をマメに繰り返せば汚れはどんどん落ちていく。車体の汚れがひどい「下」から徐々に「上」へ、洗い足していく感覚でスムーズに作業を進めよう!



洗剤類

## パートごとに洗剤を使い分けるべし

ブレーキダストを落とすリムーバーから頑固な油汚れを落とすアルカリ性の洗剤、カーシャンプーや中性洗剤など、車体のパートごとに洗剤を使い分けることでしっかりと汚れが落とせるし、作業効率もがぜんアップする。



ワックス類

## ワックスの世界はとっても広いぞ

ボディをピカピカしてくれる頼もしいワックス類はバイク専用品を中心に製品をチョイスしよう。“ソライクならではの”の諸条件にこだわって開発されているので間違いなく使い勝手がいい。パートごとに分けて使用するのが吉!



クロス類

## 拭き上げもパートごとに数種のウエスで

吸水性の高い厚手のウエスから細かなパートで使いやすい薄手のウエスまで、拭き上げウエスも使い分けがキモ。特に汚れがどうしても残りやすい下周りパートは使い捨てのつもりで、その方がほかの部分に汚れを移さずに済む。



モトアップのホープ!

AKIRA WATABE 渡部 昂  
モトアップ岩槻店メカニックの渡部さんは、まだ36歳の若さながら経歴が20年近いベテランメカニックだ。故・富沢祥也選手のレース活動帯同からキャリアスタート。



軍手・グローブ類

## 両手をしっかりプロテクトしよう!

洗車、メンテナンスで手を保護してくれる軍手やグローブは、なくてはならないマストアイテムだ。軍手は装着状態のままウエス的に車体を拭き上げることができるし、使い捨てのニトリル製グローブは浸水も防いでくれる。



ブラシ類

## ブラシや筆は種類があればあるほど

「車体パートごとにブラシや筆を替えていくと洗いやすくなります」とは渡部さんの弁。安価なもので問題ないが、ダストリムーバーなど強い洗剤でも傷みにくい天然の毛(豚毛など)のブラシは必ず用意しよう。

オジサン だって デキるもん!

## Motorcycle Maintenance course for Older Men

MASAYUKI MIYAZAKI 宮崎正行  
バイクもクルマも詳しくないハッタリ気質。50過ぎてでも大盛とおかわりがやめられないのはそろそろマジでヤバい。編集フリーランス。

TOMOKAZU KOIDE 小出智一  
穏やかな口調のイケメンで男でもほれてしまいそうな講師役の熟練メカニック。昨年まで全日本GP3のメカも務めていた。若そうに見えて実は還暦。モトアップグループ取締役。

HAJIME SAKAKI マルコ坂木  
バイクもクルマも詳しいメカニック体質。ルックスが期待させるほど大食いでないのが玉にキズ? 本誌編集スタッフ。

### オジサンのためのバイク整備講座

# 洗ってピカピカ、ビシツと点検!

日頃からメンテナンス、していますか?  
愛車のコンディションはオーナーさんの愛情次第、  
洗車のコツと点検のハウツーを分かりやすくレクチャーします!

オジサン流メンテナンスとは?

メンテナンスもクソもあるか! という皆さんのツッコミ、ありがとございます。誰かであらいますか? と答えさせていたたきましよう。

朝起きぬけ、なぜこんなに腰が痛いのか? ちょっと走っただけで、なぜこんなに息が上がるのか? 昨夜遅くに寝たにもかかわらず、なぜこんなにも……早起きしてしまうのか? それは全てオジサンだからです! それらの事実から目をそらさず、受け入れ、楽チンにカラダが動かせる対策をしたオジサンのあなただけに、ひと筋の光明が差すはずですよ。

大好きな愛車のために、丁寧に洗車とメンテナンスをしましょう。さすればあなたのバイクライフはもっと楽しくすくっと快適になります。そこで一も二もなく、まずは洗車。かつては「上から下へ」の順序がセオリーと言われていたが、こちらモトアップのメカニックは「下から上へ」が基本と切り替わります。理由は明快で、バイクの汚れは下側に多く付着しているから。頑固な「足回り」の汚れを先に落とし、「エンジン周り」、「上部の外装」の順で3回に分けて、それぞれのパートごとに水すすぎを行います。この手順のメリットは洗い残しが発見しやすく、洗剤ジミも減らせることです。

モトアップ岩槻店

国内のメジャーレースでその名をとどろかせるのがこちら「モトアップ」。プロショップと聞くといかにも入りにくそうだが、フレンドリーなスタッフの分かりやすい説明が多くのお客さんに大好評。最近NSR250Rのレストア依頼が全国からひっきりなしだ。

埼玉県さいたま市岩槻区加倉4-25-1 ☎048-812-8040 moto-up.com

メンテしたのは、このマシン!

サーキット走行をメインに使用されているモトアップのデモンストレーション車両、CBR600RR。汚れが目立ちやすいマットブラックだ。



別のウエスで作業しよう

下周りは別のウエスを使って拭く。特にチェーン周りはいくら拭き取っても汚れが付着する箇所。捨てる前提のウエスがよい。



最後に水分を飛ばそう

プロはエアダスターが使えるので羨ましいが、一般ライダーはただひたすら丁寧に拭き上げていくのみ。このときの作業だけは、上から下へ。



エンジン周りなどを  
ゴシゴシ

今度はエンジンやスイングアームなど、ミドルゾーンを中性洗剤などを使って洗っていく。ここでも洗剤はケチらずたっぷり!



浮かび上がってくるパープル

その効果は一目瞭然! ディスクの盤面に紫色の泡がジワリと浮かび上がってくる。ブレーキダストが除去されているようすが分かりやすい。



強い水で汚れを飛ばそう

チェーンが一周したら、強い流水で汚れを一気に飛ばしていこう。肝心なのは水勢とスピード。ためらうことなくどんどん進める。先は長い。



まずは下部にのみ放水

たっぷりの水で足周りに放水。水の勢いだけで落ちる汚れもあるのでしっかり当てる。ラップを巻くなどマフラー内への水の浸入も予防すべし。



スクリーンにはコレ!

スクリーンには汚れ落としや艶出し、保護までを担ってくれる「WAKO'S/リアコート」が使いやすい。塗装面や金属、樹脂部分にもOKだ。



こんなツールもあるよ~

充電タイプのエアダスターが便利。写真の「SPICE RRボケッタブルジェットファン (9900円)」は小型なのパワフルで使い勝手がいいぞ。



やっとなごさ上部の外装類へ

よく泡立てたシャンプーで外装を洗う。写真の泡々状態はさすがにツールがないとムリだけど、このくらいの勢いでたっぷり!



ブラシで隙間もゴシゴシ

豚毛の筆ブラシを使ってローターのホールやスリットをくまなくブラッシングしていこう。みるみるうちに汚れた水が垂れてくる。



飛び散った汚れを流す

チェーンからの汚れは強固でつこい。放水で全て流し切れるものではないので、油汚れ用の洗剤を使って飛び散った汚れを拭いておこう。



チェーンクリーナー噴射!

なんといきなりクリーナーをチェーンに吹きかけられる。特に汚れの多いチェーンからやっつける、という発想だ。惜しまずどんどん吹こう。



水アカとりには専用ワックス

水アカが目立つ箇所には除去専用ワックスが便利。もちろん同時にボディもピカピカにもしてくれるので一石二鳥というわけ。ナイス!



フィニッシュは丁寧な手作業

洗車、最後の工程。手作業でボディ全体を丁寧に拭いていこう。水分を取り除きつつ、残された汚れをチェックするためにも大切な作業だ。



洗車用グローブが便利

両手が使える洗車用グローブを使えばデリケートな外装を効率良く洗うことができる。あまり擦りすぎるとキズをつけるので優しくね。



終わったら即座に、放水!

汚れ落としが終わったらソッコーで強めに水をかけて汚れを洗い流す。水をたっぷり使うことで強力なクリーナー成分を残さないようにする。



ホイールは大きめのブラシを使う

作業効率をアップするためにホイールには大きいブラシを使おう。毛足が長めでソフトなブラシだと隙間に差し込みやすいので便利だ。



ブラシでゴシゴシ~!

毛足の短いブラシでチェーンにこびり付いたつこい汚れを落とす。ホイールを回転させながらくまなくクリーンアップしよう。

ミドルエイジ必見! 楽チンメンテTIPS 1

作業前の「ラジオ体操」を笑うべからず!



一、二の、三四郎!

カラダのトラブル未然に防ごうぜ

これを「ベタだな~」と思うことなかれ。その効果が絶大なことはみんな知っている。それがラジオ体操だ! 凝り固まったカラダの節々をほぐし、血の流れを良くし、さらにメンテへのモチベーションをアップ。終わった後に疲れを残さないためにもぜひ励行してほしいぞ。



ここでも水をたっぷり

たっぷりの泡を流すためにはたっぷりの放水が大切だ。優しくシャワーして、ケーブル類やメーター周りに水をかけないように注意。



ラジエーターに異物多し!

ラジエーターの隙間には、意外ほど多くの汚れや異物が残留している。ここでは強い水圧で放水し不要物をスッキリと洗い流しておこう。



飛び散った汚れを再び洗う

ブレーキ周りの汚れを洗い流したはずだけど……やっぱりそんな簡単に汚れは除去できていない。飛び散った汚れを中性洗剤で。



ブラシも都度、マメに洗おう

汚れを落としたりしたらすぐに洗剤を足しがちだが、流水で都度ブラシを洗うべし。ブラシに付着した汚れを再度塗り広げるのって、ナンセンス。

必殺「ラストリムーバー」登場!

ブレーキディスクにシュッシュュ。鉄粉を浮かび上がらせて除去するクリーナーがこのラストリムーバーだ。匂いもなかなか強烈。

ディスクだけ吹きつけ



## ブレーキパッド



ブレーキパッドの状態を知る

ブレーキキャリパーの内部、パッドの残量と状態をチェック！ハンドライトを当てると見えやすくなる。2mm以下になったら要交換。



フルードのレベルを確認しよう

ブレーキフルードはパッドが減ることで“水位(液面)”も徐々に下がっていく仕組み。液体の汚れ具合も見えるので交換の目安にしよう。



リアブレーキのパッドも忘れずに

パッド部分が比較的外側に露出するキャリパー形状のCBRの場合、定規を当てて残量を計測できた。通常は目視での判断でOKだ。

## ミドルエイジ必見！楽チンメンテTIPS 2

### 布ツナギはメンテ最強服かも



布ツナギ、持っていますか？すごくいいですよ！とても動きやすいし、汚れも気にしなくていい。スタイルアップにも貢献してくれるし、メンテへのやる気も高めてくれる。オジサンのお腹周りも自由度満点。安全にバイクを押し引きするため、かかとのある靴も必須！

ひとたび着ると  
手放せないぞ～

## エンジンオイル



### エンジンオイルはバイクの血液

車体に合ったオイルの粘度と量はユーザーマニュアルで知ることができる。オイル量はもちろん、白濁など劣化の有無もチェック！



チェーンの“張り”  
をチェック

もっとも高低差が出るチェーンの箇所にてゲージを当てて、その振幅を計測しよう。規定値は車体に記載か、もしくはマニュアルを参照のこと。

## ガソリンタンク



ガソリンはちゃんと入ってる？

燃料のガソリンが足りているかを目視しよう。見えない場合は車体を左右に揺すればタンク内の音である程度判断可能。匂いもチェック。



ガソリン添加剤という手もある

ガソリン添加剤の目的はズバリ、性能維持。エンジン内部の汚れやカーボンを除去してくれるので定期的な添加がオススメだ。



## チェーン

チェーンライダーの劣化

硬いゴム製のチェーンライダーも着実に劣化が進んでいる。自立たない箇所だけに忘れられがちだが定期的な交換が必要なパーツだ。



# 点検はミニマムに！

スキルの高い低いにかかわらず、誰にでもできる主要な点検項目をギュッと集めてみました。これらを日常的に行うことでトラブルが未然に防げるので、ぜひとも習慣にしたいですね！ただし、疑問や不具合が出たら、すぐにプロのメカニックさんを頼るのが大切です。

### 点検は最低限でいいのワケ

洗車が終わった。次は「点検」だ！ 鼻息荒くして作業に臨むのはOKだけど、その前にちょっとだけ聞いてほしい。愛車の点検作業はミニマムでいいのである。バイクのコンディションを知ることとはとても大切なことだけど、一般のオーナーさんがプロのメカニックと同等のチェックができるわけもなく、その必要もないだろう。むしろ大切なのはそれらの点検を「口頭から習慣にする」こと。それでもなおその点検作業から得られる情報はたくさんある！というのを声を大にして言いたい。例えて言えば、それは毎朝に誰もが行う歯磨きや洗顔みたいなもの。洗面台の鏡に映るジーンと向き合うことで、体調の良し悪しを知るよすがになる……ということ。ひととおり同じ意味ってわけ。最後はグリスアップ、注油をしよう。これは面倒な洗車や点検が終わったあとの、何というか、ライダーへの御褒美みたいなものかも。ボディ各部のグリスアップが終わると一体何が起きるか？「バイクの作動がスムーズでキモチいい」と、「何だか新車のときに戻ったみたい！」というカンゲキが全てのライダーに去来するのである。なんだか早くやってみたくなくて来たんじゃない？

## タイヤ



タイヤそのものを注視せよ

タイヤのトレッド面やサイドウォールなどにダメージがないか、きちんと確認しよう。同時にスリップサインで溝の残量もチェック。



タイヤの製造年月を知っておく

履いている前後タイヤがいつ製造されたものかを知っておくこと、溝のあるなしにかかわらず適正な交換タイミングを逃さないのが安全だ。



携帯型電動エアポンプが便利

「KIJIMAスマートエアポンプJP03」なら、タイヤ空気圧の測定とエアの充填が同時にできる。場所を選ばず作業ができる充電式だ。



まずは空気圧をチェックすべし

タイヤのエアが適正に入られているかはライディングにおいてとても重要。精度の確かなエアゲージを使ってきちんとチェックしよう。



ベストな口金タイプを選ぶ

エアゲージの口金は製品によって角度が異なる。自分のバイクのバルブ形状や位置、向きなどを確認し、使いやすいものを選ぼう。



エアバルブに裂けはないか？

ゴム製のエアバルブは劣化が進みやすい箇所。経年劣化で根元に亀裂が入りやすいので折り曲げてチェックをしよう。裂けたら即交換。

## ツール



必須のプラスドライバー、マイナスドライバー

まずはこれです。よ質なプラス&マイナスドライバー。特に2番のプラスは必須だ。ベッセルなど、きちんとしたブランドの製品を選ぼう。



コンビネーションレンチが便利

締め付けトルクの強弱や使用箇所でもメガネとスパナを使い分けができるコンビレンチ。10、12、14、17、19mmは使う機会が多い。



六角レンチも使用頻度高し！

バイクで使うことが多いのが六角レンチ。一般ユーザーなら写真のようなグリップ付きでなく、L字棒タイプのセット品でもOKだ。



日頃の安全は  
足元から！

# JUMP!

Grease up  
Your  
Moto

## 注油は“適量”がキモ!

注油（グリースアップ）は洗車や点検とセットでの作業が吉。マメに、積極的に行っていこう！ 専用ケミカルも充実しているので、選ぶ楽しみも満喫できる。吹きつける箇所と量、そしてその後の拭き取りが大事。作業の効果が体感しやすいのもうれしいし、何よりキモチいい!

### ケミカル

愛車のスムーズネスを支えます!



コンタクトスプレーが適材!

ハンドル周りのスイッチは、付け根のすき間から接点復活剤を吹き込み、何度か操作して浸透させ、固着を予防する。ドライタイプがオススメだ。



クラッチレバーへの注油

クラッチレバーの付け根部分に潤滑剤をスプレー。レバーの作動がスムーズになると、ライディング時のストレスは大幅に減るのだ。



サイドスタンドには頻繁に

サイドスタンドの付け根は雨水が当たりやすいので油分が切れがち。たびたびスムーズさを失うので潤滑剤を頻繁にスプレーしよう。



ブレーキレバーへの注油

フロントブレーキのレバー付け根部分にも潤滑剤を塗布しよう。“引き”がスムーズになると制動感覚のインフォメーションも増えるぞ。



Maintenance completed!



使用箇所でも潤滑剤などは使い分ける。今回はWAKO'SのチェーンクリーナーとCR-D接点復活剤、WD-40潤滑剤、MOTULチェーンオイルを使用。



チェーンの洗浄注油は500km毎が吉

クリーナーでもオイルでも、チェーンへのスプレー時は意図しないほかの箇所へ付着させないためにも裏にウエスなどを当てよう。



一も二もなく“適量塗布”に励む

注油では必ず吹きつけが“適量”であることを意識しよう。多くても少なくてもNG。吹いた後には必ず余分をウエスで拭き取る習慣を。



チェーン洗浄の効果は絶大

「駆動系の要であるチェーンをクリーンアップし注油すれば、まずノイズが減り、加減速はスムーズになり、マシンの挙動も安定します」

### バッテリー



バッテリーターミナルも確認

シート下やサイドカウルの中などに収まっているのが車載バッテリー。ターミナルはコードの取り付けボルトが緩みやすい箇所だ。



ブラリベツはなくなりがち

外装などのカウル類を留めているブラリベツは、振動や経年劣化によって破損したり、紛失しやすいパーツ。予備を買っておくと安心。



走行前点検で  
心身ヘルシー

洗車も点検もメリットしかない!

「スピード洗車、手抜きのない点検……安全ライドを実現するには一定の手間がかかるけれど、キモチ良さももれなくついてきますよ」

### ミドルエイジ必見! 楽チンメンテTIPS 3

#### ヒザに優しいアイテム2種はこちら



ニーパッド(左)と、柔らかいクッションシート/メカニックマット(上)。どちらもメンテ時にオジサンの弱々しい? 膝を優しく守ってくれる頼もしいアイテムだ。硬い地面に膝を着くときには、きつとその有り難みを感じるはず。リーズナブルな製品でOK。

わがままボディに幸あれ!

### STEP! 点検はミニマムに!

### レバー



### スムーズライドへの要所パーツ

クラッチレバーはライディング時の操作や振動などで緩みがちなパーツ。増し締めや遊びの調整を定期的に行って快適ライドを実現しよう。



### ブレーキ



ブレーキのガタは命に直結

ブレーキキャリパーの取り付けボルトなどの緩みやガタつきは定期的にチェック、増し締めしよう。まず緩むパーツではないが、念のため。

### リンケージ



シフトリンケージのガタを確認

変速をつかさどる左足元のシフトペダル。作動をつなぐシフトリンケージもガタつきが起きやすい。緩みがあつたら増し締め!



調整は2種のコンビレンチで

シフトリンケージの調整、増し締めは2種類のコンビネーションレンチで行う。両端のナットを緩めてロッドの長さを調整しよう。



点検や調整はミニマムでいい

「できることをできるだけ——これが点検の鉄則です。アバウトな作業ならやらない方がまし。困ったらすぐにプロに頼みましょう」

手に余ったら  
すぐプロへ