



# 取り付けと手入れについての注意事項 クリンチャータイヤ

日本語 2018

## 使用と手入れについての一般的注意事項

- ❗ 乗車前に必ず、タイヤの状態が良好で十分なエアが入っていることを確認してください。圧力計のついたポンプで空気圧を確認してください。
- ❗ 乗車前に必ず、タイヤの総合的な状態と、タイヤの位置を、両側のリムラインとリムが常に一定の距離になっているかどうかを見て点検してください。  
また、バルブが斜めになってはいけません(図1)。
- ⚡ 乗車前に必ず、停車したままで、ブレーキの状態を確認するため、ブレーキ・シフトレバーをハンドルの方向にしっかりと引きつけます。リムブレーキでは、左右のブレーキシューが同時にリムのフランジ面に接触し、シューの全面がフランジ面にあたる必要があります(図2)。ブレーキの制動時およびブレーキが開いた状態、またその中間の状態、シューがタイヤに触れてはいけません。ブレーキシューの摩耗状態も確認してください。
- ⚡ 古いタイヤや、脆くなったり、切れやすくなったタイヤで、トレッドが摩耗したり、カーカスが見えるようになったタイヤは交換してください。水分やゴミが侵入して、タイヤの構造や安定性に悪影響を与える恐れがあります。チューブが破裂するかもしれません。転倒の危険があります。
- ⚡ 角のある段差の上を走らないでください。
- ⚡ タイヤの清掃にアセトン、ベンジン、シンナーなどの溶剤は絶対に使用しないでください。
- ❗ タイヤ・チューブ・リムテープは、走行距離に関係なく三年おきに交換することをお奨めします。リムに合うバルブのついたチューブのみを使用してください。
- ❗ タイヤは走行中に摩耗してゆきます。この摩耗を完全に防ぐことはできませんが、走り方に注意して、取り扱いに気を配ることで、ある程度抑えることができます。そのため、車輪がロックして路面を擦ってしまうようなブレーキのかけ方は止めてください。
- ❗ タイヤを直射日光があたる場所や高温の場所に保管しないでください。冬期に自転車を保管する際には、タイヤに常に十分なエアが入っているように注意してください。
- ❗ 保管期間が長くなると(冬期など)チューブから次第に空気が抜けてゆきます。空気の抜けたタイヤの上に自転車が乗った状態が長期間続くと、自転車の構造によくありません。そのため、ホイールまたは自転車全体を吊り下げておくか、定期的にタイヤの空気圧を点検してください。
- ❗ 定期的にタイヤの空気圧を点検して、ラベルや包装、またはタイヤ自体に記載されているコンチネンタルの推奨値をお守りください。
- 💡 お買い上げ直後でもタイヤの一部が白くなることがあります。これは劣化防止用のワックスが表面に出てくる通常の現象です。

## タイヤサイズとリムの対応

タイヤを選ぶ時には、リムの大きさによって決まったタイヤサイズを選ぶ必要があります。タイヤサイズはタイヤの側壁に表示されています。

タイヤサイズの表示には二種類あります。より正確なのは規格化されたミリメートル表示です。例えば、23-622という数字(図3)は、エアを入れた状態でのタイヤの幅が23 mm (B)で、(内)径が622ミリ(D)であることを意味します。もうひとつのサイズ表示では、23x7/8のようにインチでサイズを表示する場合と、700/23cのようにミリメートルで表示する場合があります。

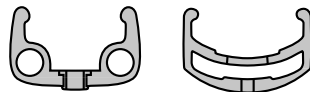
取り付ける際には次のETRTO準拠リム幅対応表に従ってください:

		リム幅 平リム			リム幅 クリンチャーリム			
タイヤ呼び幅 (mm)	18				13C			
	20				13C			
	23	16			13C	15C		
	25	16	18		13C	15C	17C	
	28	16	18	20	15C	17C	19C	
	32	16	18	20	15C	17C	19C	
	37	18	20	22	17C	19C	21C	
	40	20	22	24	19C	21C	23C	
	44	20	22	24	19C	21C	23C	25C
	47	22	24	27	19C	21C	23C	25C
	50	24	27	30.5	21C	23C	25C	
	54	27	30.5		25C			
	57	27	30.5		25C			
62	27	30.5						

原則としてコンチネンタルでは、タイヤを取り付けるのはクリンチャーリムのみを推奨しております。クリンチャーリムの方が固定が確実になるからです。特に空気圧が3barを超える場合には、この点が安全に関わることになります。5bar (72,5PSI) 以上の場合にはETRTO規格ではクリンチャーリムの使用が義務づけられています。このタイプのリムは、たとえば622x13Cのように、リムのビード座直径のミリメートル表記(D寸法)とリム内幅のミリメートル表記(A寸法)にクロシェット(フックを意味する英語)を表す「C」の記号がついています(図4)。

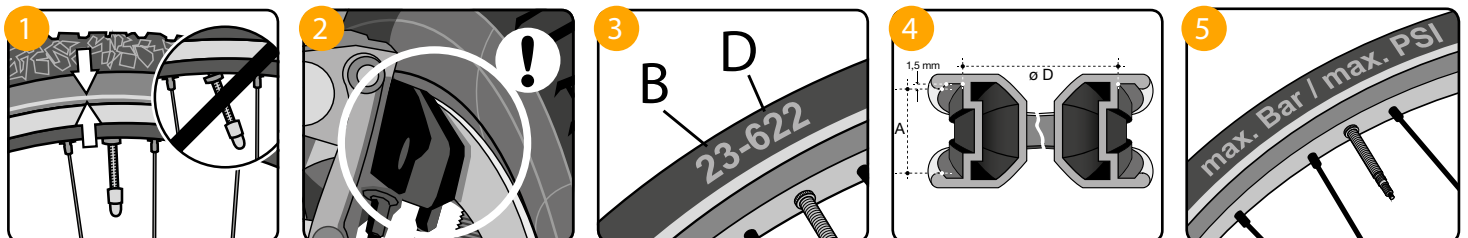
- ⚡ タイヤのビードに表記されている最大空気圧も必ず守ってください(図5)。

- ⚡ 5bar以上の空気圧を入れることができるタイヤは、例えば622x19Cのように名称に「C」がついたクリンチャーリムに取り付ける必要があります。コンチネンタル取扱専門店にご相談ください。



- ⚡ 合わないタイヤとリムを組み合わせると、突然チューブが破裂したり、タイヤが外れたりする原因になります。事故や不測の事態に至る恐れがあります。

- 💡 リムが古いものでサイズ表示が読めなくなってしまった場合には、フック間の距離をノギスで測ればリム内幅がわかります。



発行人:  
Continental Reifen Deutschland GmbH  
Continentalstr. 3-5  
D-34497 Korbach  
www.conti-fahrradreifen.de

文・企画・制作:  
Zedler – Institut für Fahrradtechnik  
und -Sicherheit GmbH  
www.zedler.de

更新:  
2018年2月  
2018-01版

© 著者の書面による事前の承認なき転載・複製、翻訳は、それが一部または電子メディアであっても、その他の形での使用と同様に固くお断りします。技術仕様の一部が、本説明書に記載の内容および図とは異なることがあります。

❗ 空気圧が高いとリムに損傷を与える恐れがあります。お使いのリムがタイヤの空気圧に耐えられるかどうか、専門店またはリムメーカーに問い合わせを確認してください。

❗ 空気圧が低すぎると、チューブが押しつぶされる恐れがあります。

⚡ **タイヤはていねいに扱ってください。適正空気圧範囲を超えるエアをタイヤに入れることは厳禁です。タイヤが走行中にリムから外れたり、破裂することも考えられます。**

⚡ **リムの状態をこまめに確認しましょう。リムブレーキの場合には側壁が摩擦してチューブの破裂につながる可能性があります。不安がある場合には、コンチネンタル取扱専門店にお問い合わせください。**

## 取り付け

まず、リムとリムテープの状態を点検してください。リム底が完全に覆われていますか。尖った角や穴がありませんか。リムテープは、むらや損傷、亀裂等がなく、スポークのニップルと穴をすべて覆っていないとなりません(図6)。

⚡ **リムテープに問題がある場合には、すぐに交換する必要があります。**

⚡ **タイヤを取り付ける時には、チューブを傷つける可能性のある砂や小石などの異物がタイヤの内部に入らないように注意してください。**

リムの片方のビード座をタイヤの中に入れます(図7)。

そちら側のタイヤのビードを親指で押してゆき、ビード座の全周にわたってリムの中に入るようにします(図8)。この作業は通常なら工具がなくても可能なはずですが。

❗ この時、タイヤの側壁に書いてある所定のタイヤ回転方向を守ってください。

❗ チューブも老化します。そのため、新しいタイヤには新しいチューブを取り付ける必要があります。リムに合うバルブのついたチューブのみを使用してください。

👉 **タイヤの取り付けを詳しく説明したビデオを次のアドレスのビデオセンターでご覧いただけます。**  
[www.continental-reifen.de/fahrrad/service/videocenter](http://www.continental-reifen.de/fahrrad/service/videocenter)

チューブに軽くエアを入れて、円形に膨らませます(図9)。

チューブのバルブをリムのバルブ用の孔に挿入して、タイヤの中にチューブ全体を入れます。チューブにしわが寄らないように注意してください(図10)。

次に、バルブの反対側から始めて、まだ外に出ているタイヤのビードをビード座の内側に押し込みます。チューブがタイヤとリムの間に挟まって押しつぶされてしまわないように注意してください。タイヤの周に沿って、左右均一に作業を進めます(図11)。この時にタイヤのビードをできる限りリムの中央に向かってリム底の奥まで押し込んでおくと、最後の部分をリムにはめる作業がかなり楽になります。

うまくはまらない場合には、プラスチック製のタイヤレバーを使い、タイヤのビードを持ち上げてビード座の中に入れる必要があります。タイヤレバーの丸くなっている側がチューブに向くようにして、チューブを傷つけないように注意して下さい(図12)。

タイヤの取り付けが終わりました。バルブがまっすぐになっていますか(図13)。もしバルブが曲がっていたら、タイヤの片側をもう一度外して、チューブの位置を直す必要があります。

タイヤとチューブがリムにしっかりと落ち着くように、タイヤに半分空気をいれた状態で、タイヤを全周左右にもんでやります(図14)。

⚡ **そしてバルブを一度ぐっと内側に押し込んでから、再びリムから引き出して、リムナットで固定します。チューブに最大空気圧までエアを入れます。エアを入れることのできる最大空気圧は、タイヤ側面に書いてあります。**

ビード座の上にある細い基準線(リムライン)を見てタイヤの位置を確認します。この線がどちら側でもタイヤ全周にわたってビード座と均一の間隔になっている必要があります(図15)。

タイヤの走行性をライダーの体重や路面に合わせて調整するために、次の規定値に従ってタイヤの空気圧を変えることもできます：

**シティ/ツーリングバイク:**ライダーの体重が約80kgの場合には、タイヤの最大空気圧の約80%のエアをタイヤに入れることをコンチネンタルは推奨します。

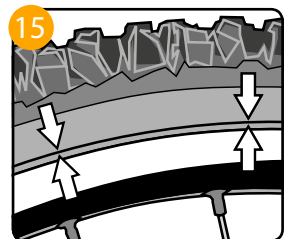
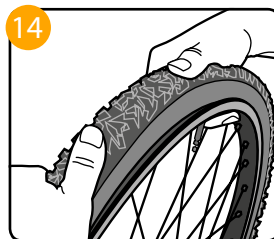
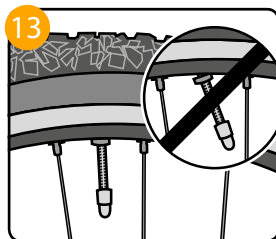
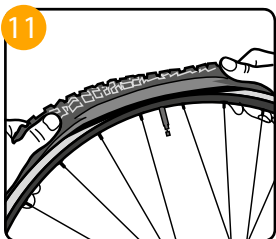
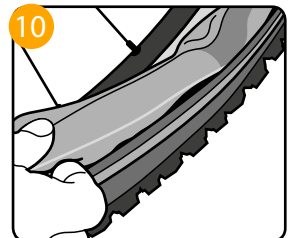
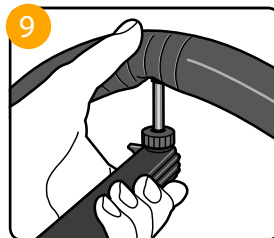
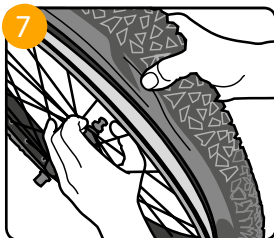
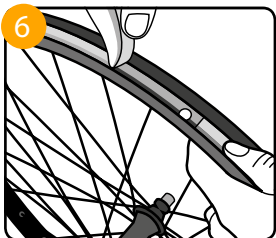
**MTB:**ライダーの体重が約80kgの場合には、タイヤの最大空気圧の約75%のエアをタイヤに入れることをコンチネンタルは推奨します。

**レース用:**ライダーの体重が約80kgの場合には、タイヤの最大空気圧よりも約0.5bar低いエアをタイヤに入れることをコンチネンタルは推奨します。

⚡ **高負荷時(荷物、チャイルドシートなど)および許容最大総重量に達している場合には、タイヤは必ず最大許容空気圧での走行をお奨めします。**

⚡ **走行中に、表示されている適正空気圧範囲を外れることがないようにご注意ください。**

最後にゴミよけキャップをバルブにねじ込みます。





## 取り外し

バルブからキャップとリムナットを外し、空気を完全に抜きます。

タイヤをその全周にわたって、リムの側壁から中央に向けて押し込みます。こうしておくと、取り外しが楽になります。

プラスチック製のタイヤレバーの1本を、バルブのすぐ横の位置でタイヤの下に入れて、タイヤの側壁がリムの縁を越えるように持ち上げます。レバーをこの位置で押さえておきます。もう1本のタイヤレバーを、バルブの反対側の、最初のタイヤレバーから10センチぐらい離れたところで、リムとタイヤの間に差し込んで、やはりこちらもタイヤのビードがリムの外に出るように持ち上げます(図16)。

タイヤのビードの一部がビード座の外側に出れば、あとはタイヤレバーを全周にわたってゆっくりとスライドさせることで、たいいていの場合ビードを完全に外すことができます(図17)。

これで、チューブを抜き取れる状態になりました。タイヤのもう片方のビードも簡単に外すことができます。

⚠️ タイヤがパンクした時は、ご自分の安全のために、新しいチューブを使ってください。

⚡️ リムテープを点検してください。リムテープがずれていたり、破損していたり、合っていないかたりすると、突然空気が抜けることがあります。不安がある場合には、コンチネンタル取扱専門店にお問い合わせください。

⚡️ 再び走り出す前に、取り付けしたホイールのフランジ制動面やブレーキディスクにグリスなどの潤滑油がついていないかどうか確認してください。ブレーキシューが制動面に当たっているか確認してください。車輪がしっかりと固定されているかどうか、ハブギアの場合にはしっかりと保持されているかどうかを確認してください。必ず停車したままでブレーキのテストを行ってください。

⚠️ 車輪の取り付けまたは取り外しを行う前に、自転車メーカーの説明書をよく読んで、車輪の固定方法をしっかりと理解してから作業を始めてください。不安がある場合には、コンチネンタル取扱専門店にお問い合わせください。

## コンチネンタルのクリンチャータイヤのカーボン製クリンチャーリムでの使用

カーボン製のクリンチャーリムでは、ビード座の縁の加工が鋭利になりすぎていると、タイヤのビードが切れてしまう可能性があります。

取り付けの前にリムのフックが丸くなっていることを確認してください。有名メーカーのアルミニウム製クリンチャーリムが比較の基準となります。ホイールの両側のビード座を指で慎重になぞってゆきましょう。ざらついている部分や鋭い部分が指で感じられるようだと問題があります(図18および19)。ご自分の安全のためにも問題のあるリムは交換してください。疑問がある場合には経験の豊富なコンチネンタル取扱専門店に相談しましょう。

## コンチネンタルのタイヤおよびチューブのリムテープを貼っていないカーボン製およびアルミニウム製のクリンチャーリム(「チューブレス対応」)での使用

ロードバイク用のアルミニウムやカーボンを使ったリムには、密閉タイプのもものが多くなっています。そのためメーカーはリムテープを使用しなくなっています。しかしその場合、リムブレーキにより生じる熱がそのままタイヤに伝わってしまうという問題があります。

⚡️ リムの素材として使用されるカーボンは、熱伝導率が低いのが欠点です。ブレーキをかけると熱がこもり、チューブやタイヤに過度の熱負荷がかかる恐れがあります。このためチューブが突然破裂することがあります。転倒の危険があります。

⚡️ リムテープを使用しないと、長い下り坂などでブレーキを長時間かけ続けた場合に突然チューブが破裂することがあります。リムテープによって、チューブが破裂する危険が低下します。チューブが破裂すると自転車コントロールできなくなり、身体と生命に関わる不測の事態に至る恐れがあります。転倒の危険があります。特に破裂しやすいのは、ラテックスチューブや重量70グラム未満の軽量チューブなどです。

チューブ破裂の危険を減らすためにコンチネンタルでは以下の注意事項を守ることを強くお奨めします：

⚡️ ホイールメーカーがリムテープの使用を規定していなくても、必ずコンチネンタルのリムテープEasy Tapeを使ってください(図20クリンチャーリム、図21深底リム)。

⚡️ 起伏のある地形を走行する場合には必ずコンチネンタルのレースチューブを使用してください(図22)。ラテックスチューブや軽量チューブ(「ライト」や「スーパーソニック」等)は使わないでください(図23)。

コンチネンタルではこの他にも、ご自分の走行テクニックを磨くことを強くお奨めします。長時間にわたってブレーキをかけて、ブレーキの摩擦状態が持続すると、温度が上がりすぎてチューブが突然破裂する原因になります。

下り坂で減速する時には、必ず両輪のブレーキをかけてください(図24および25)。そうすればブレーキの熱が両輪のリムに分散します。

カーブに入る前にブレーキをかけたら、できるだけまたブレーキを解放しましょう。その後は地形が許す限りブレーキをかけずに走りましょう。このように断続的にブレーキをかけることで、リムの温度がいくらか下がります。

急な下り坂で長時間ブレーキをかけざるをえなかった場合には、必要に応じて停車して、リムの温度が下がるのを待ちましょう。

