mont·bell

自転車車体をお買い上げのお客さまへ

この度はお買いあげいただき誠にありがとうございます。

ご乗車の前に、必ず本説明書をお読みください。疑問点やご質問などがございましたら、販売店もしくはモンベル・カスタマー・サービスまでお問い合わせください。

お問い合わせ先

【モンベル・カスタマー・サービス】

フリーコール 0088-22-0031 ／ 携帯・IP電話から TEL.06-6536-5740

◎フリーコールは携帯・IP電話からはご利用になれません。 ◎受付時間：平日 10:00－17:30 ／土 10:00－15:00 ／日祝休業

必ずお読みください

- 下記記載の作業には適切な道具を用い、正しい手順で行ってください。
- 走行中の緩みや外れは重大な事故を引き起こす可能性があります。正しく取り付けられているか乗車ごとに点検を行ってください。
- 前輪の取り付けやその他の取扱方法は車体に同梱の説明書に記載していますのでご確認ください。
- 取り付けが上手くできない場合は、無理に乗車せずお近くのシャイデック取り扱い店舗または、モンベル・カスタマー・サービスにご連絡ください。

開梱について

- ☐ 箱上部の一番長い辺を開きます。【写真1】
- ☐ 上方向に引き上げます。この時、自転車後方の変速機周辺や車輪が箱の側面にひっかかっていないか確認します。一度戻したり、箱を広げたりして車体に無理の無いように取り出してください。
- ☐ 取り出した状態は不安定なので、倒れないよう壁などに立てかけます。【写真2】
- ☐ 梱包材を取り外します。車輪やハンドルなどがフレームにぶつかると傷になりやすいため、ぶつけないようご注意ください。【写真3】
- ☐ 車輪の軸に付属している黒い樹脂のパーツも取り外します。【写真4】
- ☐ 車体に傷が無いか確認してください。（乗車後の傷については、交換等のご対応を致しかねる場合があります）

【写真1】箱上部の長辺を開ける。

【写真2】取り出して壁などに立てかける。

【写真3】梱包材を丁寧に取り除く。

【写真4】車輪の黒い樹脂パーツも外す。

ハンドルの取り付けについて

- □ 付属の六角レンチを使用し4本のボルトを緩めステムキャップを外します。【写真1】
- □ ハンドルの中心を確認し、キャップでハンドルを挟み込みます。この際、ハンドルが落ちないように下側のボルトだけ2〜3周締め込み、仮止めします。【写真2】
- □ 上のボルトも2〜3周締め込みます。4本のボルトを【写真2】の①⇒②⇒③⇒④の順番に、少しずつ締めていきます。この段階ではハンドルの中心はおおまかな位置で大丈夫です。
- □ ハンドルが動かない程度まで締まったら、ハンドルを上下・左右の正しい位置に微調整します。この際、締めこみが強すぎるとハンドルに傷がつく可能性がありますのでご注意ください。
- □ ステム本体とキャップの隙間を、上下・左右の合計4か所が均等になるように締めこんでください。この隙間に違いがあると、均等に力がかからずボルト、ステムの破損の原因になりますのでご注意ください。【写真3】
- □ 隙間が均等にならない場合は、一度、4本のボルト全てを緩めてから、再度上記の手順で締め直してください。ただし、適正に均等に締めこんだ状態でも隙間は若干残ります。【写真3】
- □ 軽く揺すってもハンドルが動かない程度まで締めこまれたらトルクレンチを用いて、適正な締めこみ加減（5〜6Nm）かどうかを確認します。この時も【写真2】の順番で行います。
- □ 締め込みが弱すぎると、ハンドル脱落の危険があります。また、締め込みが強すぎても破損につながり危険です。必ず適正な締めこみ加減で取り付けを行ってください。
- □ ハンドルの取り付け角度は、良く握る部分が地面と並行になるように取り付けるのがおすすめです。乗りながら何度から調整することで、自分にあった快適な角度に近づけていきましょう。【写真4】

ハンドル取り付けに必要な工具

左/トルクレンチ（※）
中央/市販の六角レンチ（※）
右/車体に付属の六角レンチ

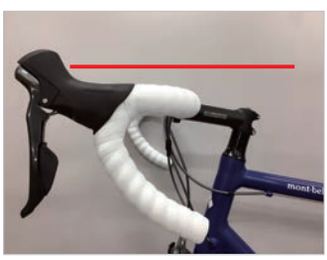
※印の工具は付属品ではありません。お持ちでない場合はモンベル・オンラインショップ、シャイデック取扱店舗、お近くの自転車店にてお買い求めください。

※トルクレンチは商品や種類によって使用方法が異なりますので、トルクレンチ自体の取り扱い方法をご確認ください。

【写真1】ステムキャップを外す。

【写真2】①⇒②⇒③⇒④の順番に少しずつ締め込んでいく。

【写真3】上下・左右の隙間が均等になるように締め込む。



【写真4】よく握る部分が地面と平行になるように取り付けるのがおすすめです。

ペダルの取り付けについて

★納品状態ではペダルの付属、取り付けはされていません。
取り付けのための工具、グリスも付属していません。

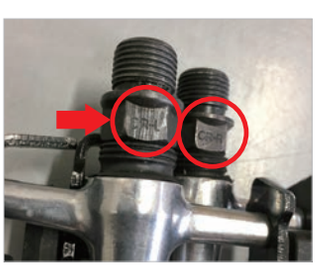
- □ ペダルには左右の別があり、ペダル本体に【R】【L】の刻印が入っています（刻印位置はペダルによって異なります）。自転車にまたがった際の右側に【R】、左側に【L】のペダルを取り付けます。【写真6】

  <注意>ペダルの左右を誤り、無理やり取り付けた場合、クランク側が破損しクランクの交換が必要になる可能性があります。左右をよく確認して作業してください。
- □ ペダルのネジ山にグリスを塗り広げます。さび、固着、異音、ガタつきなどの防止に必要な作業です。【写真7】
- □ ペダルの左右を確認し、まず右側のペダルの軸を持ち、手で締めこんでいきます。締めこみ始めから固い感触がする場合は、ペダルが斜めになっている場合がありますので、一度外して再度まっすぐ締めこんでください。
- □ 手では締めこめない硬さになったら、仮締めの状態で一度締めこむのをやめます。
- □ 左側のペダルを締めこんでいきます。この時、左側のペダルはネジの締め付け方向が逆になっていますのでご注意ください。その他の手順は右側と同じです。
- □ 左右両方のペダルの仮締めが終わったら、ペダルレンチ（ペダルによっては六角レンチ6MM、8MM）を使用し本締めを行います。
- □ 工具がまっすぐ確実にはまっている事を確認し、工具と反対の手で、後輪が動かないように後ろ方向へ力をかけて抑えながら、ペダルレンチに体重をかけてしっかりと締め込んで取り付けます。【写真8】

ペダル取り付けに必要な工具

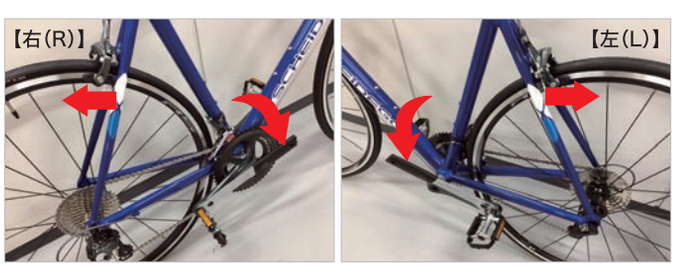
左/グリス（※）
右/ペダルレンチ（※）

※工具はいずれも付属品ではありません。お持ちでない場合はモンベル・オンラインショップ、シャイデック取扱店舗、お近くの自転車店にてお買い求めください。



【写真6】ペダルには左右を表す【R】【L】が刻印されている。

【写真7】ネジ山にグリスを塗り広げる。



【写真8】後輪が動かないように後ろ方向へ押さえながら、ペダルレンチに体重をかけて締め込む。

自転車車体を
お買い上げのお客さまへ

この度はお買いあげいただき誠にありがとうございます。ご乗車の前に、必ず本説明書をお読みください。疑問点やご質問などがございましたら、販売店もしくはモンベル・カスタマー・サービス(裏面記載)までお問い合わせください。

CHECK

安全対策

- ☐ 自転車は、法律上は自動車と同じ「車両」です。安全に運転する義務が定められていることを理解しましょう。
- ☐ 道路交通法に則りブレーキ、ベル、反射器材、ライトを正しく取り付けましょう。
- ☐ お客さまの安全のためにも、反射器材だけでなく前照灯、尾灯を用いましょう。
- ☐ 転倒、事故の際、頭部を守るため、モンベルではヘルメットの着用をおすすめいたします。

CHECK

自転車保険について

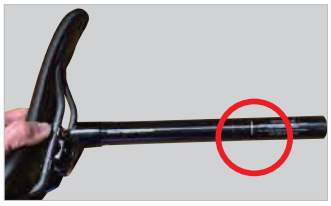
昨今増加する自転車事故に対し、自転車の運転ルールに対する啓発活動が全国的に広がっています。悪質な運転を繰り返す自転車運転者には安全講習を義務づける道路交通法改正も行われ、「自転車賠償責任保険」等への加入を条例で義務づける自治体も増えています。モンベルでは高額な賠償や被害者救済を考え、「モンベル自転車保険」への加入をお客さまにお勧めしております。詳しくはスタッフにおたずねいただくか、店頭のパンフレット、ウェブサイトをご覧ください。

【モンベル自転車保険】http://hoken.montbell.jp/

CHECK

サドル高の調整について

- ☐ サドルに座ってペダルを漕いだ時に、ひざの関節が自然に伸びるようにサドルの高さを調整します。
- ☐ シートポスト(サドル下のパイプ)には、高さ調整の上限を示す刻印があります(写真1)。上限ラインを超えないように、サドル高を調整してください。



(写真1)サドル高の限界値

CHECK

ブレーキについて

- ☐ スポーツ自転車はスピードが出るため、確実に制動できるよう強力なブレーキが装着されています。
- ☐ 右レバーは前輪を制動、左レバーは後輪を制動します。
- ☐ 急ブレーキには以下のような危険があります。慣れるまではご注意ください。
  - ・前輪を強く制動した場合は、後輪が上がり前転する危険があります。(写真2)
  - ・後輪を強く制動した場合は、後輪がロックされて横滑りし、転倒の危険性があります。(写真3)
- ☐ ブレーキに汚れや油が付着すると、音鳴りが発生したり、制動力が低下しますのでご注意ください。

(写真2)前輪だけ強くブレーキをかけると後輪が上がる。

(写真3)後輪だけ強くブレーキをかけると横滑りする危険性がある。

CHECK

シフター(変速レバー)について

- ☐ 自転車の変速は、ペダルの回転数を一定に保つために行います。回転数が安定すると疲労が溜まりにくくなります。
- ☐ シフター操作は常にペダルを前回転させながら行ってください。無理に変速しますと変速機の故障の原因となります。
- ☐ ハンドル左側のシフターは、前方のギアを変速させ、大きく変速する時に使用します。
  ハンドル右側のシフターは、後方のギアを変速させ、細かい調整をする時に使用します。

CHECK

カーボンフレーム／パーツの締め付けについて(カーボンパーツ使用の場合)

- ☐ カーボン素材は、強い力が掛かると変形し、破損する可能性があります。
- ☐ ボルトの締め付け具合は数値化されています(写真4)。
- ☐ 取付や調整の際には、「トルクレンチ」の使用を推奨しています。(カーボン素材に限りません)

(写真4)締め具合の数値

CHECK

フロントホイールについて

● フロントホイールの取り外し方

①ブレーキ本体を開放します。

【キャリパーブレーキの場合】

開閉レバーを開放し、パッドを左右に広げる（写真5）。

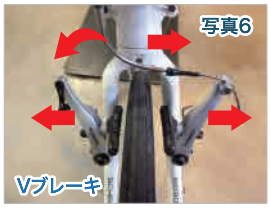
【Vブレーキの場合】

ブレーキ本体を手で挟み、ブレーキ上部のワイヤーをブレーキ本体から外す（写真6）。

【ディスクブレーキの場合】

ブレーキの開閉操作は必要ありません。

②クイックリリースレバー（以後QRレバー）を「OPEN」の刻印が見えるように倒し（写真7）、QRレバーと反対側のナットをゆるめて車輪を外します。



● フロントホイールの取り付け方

①QRレバーを車体の左側に来るように取り付け、QRレバーを半分程度閉じ、その状態でレバーが固くなるまで反対側のナットを締めて調整します。

②QRレバーの倒し込み加減は、しっかり手応えを感じる強さまで、奥まで倒します。走行中に誤って開放しないように、フロントフォークと平行になる位置に倒しこみましょう。

③フロントフォークとタイヤの間隔が左右均等であることを確認し、開放していたブレーキを元に戻します。

CHECK

リアホイールについて

● リアホイールの取り外し方

①ペダルを回しながら左右のシフターを操作し、前後ともに一番歯の小さいギア同士にチェーンを掛けます。（写真8）

②フロントホイールと同様にブレーキ本体を開放し、QRレバーを開け、チェーンを横へずらしながらホイールを外します。

（写真8）一番小さいギアに変速してからリアホイールを着脱します。

● リアホイールの取り付け方

①取り外し時と同じように、チェーンを一番小さいギアに合わせ、チェーンの位置に注意しながら、車輪を装着します。

②前輪と同様に、QRレバーの締め込み加減を調整します。

③倒したQRレバーがフレームと干渉しない位置で、進行方向にしっかり手応えを感じる強さまで、奥まで倒します。

④フレームとタイヤの間隔が、左右均等であることを確認し、開放していたブレーキを元通りに戻します。

QRレバーをフレームに干渉しない位置にしっかりと倒します。

※ ディスクブレーキ車のホイール着脱時の注意点

□ ディスクローターは制動を繰り返すと、降車後も高温になっています。火傷に注意しましょう。

□ ホイールを外した状態でブレーキレバーを握ると、ブレーキ内部のピストンが閉じてしまい、車輪が装着できなくなります。パッドスペーサーを挟んで、不意に閉じることを防ぎましょう。万一ピストンが閉じてしまった場合は、脱脂したマイナスドライバーなどで押し開いてホイールを装着します。

ディスク付きホイールを取り外した後は、パッドスペーサーを取り付けます。

CHECK

保管・メンテナンス・防犯対策について

□ 自転車は主に金属・樹脂・ゴムでできています。性能低下を防ぎ、永くご使用いただくためにも、直射日光や雨の当たる場所での保管は避けてください。

□ 空気圧の低下したタイヤは、パンクの可能性が高まります。空気圧のチェックは必ず行いましょう。タイヤの適正空気圧は、タイヤ側面に記載されています。

□ チェーンの汚れや油切れは、チェーンや関連パーツの寿命を大幅に縮めます。こまめな注油をし、汚れている場合はディグリーザーでクリーニングを行なってください。

□ 防犯対策として、カギは異なる材質のものを2つ以上併用することをおすすめします。フレームと前後のホイールを柱などにつなぐと防犯性能を高められます。

□ 盗難に備えて、防犯登録には必ずご加入ください。

適正な空気圧を維持するために、ゲージ（圧力計）つきのポンプがおすすめです。

汚れやさびを放置すると、チェーンの寿命を大幅に縮めます。こまめに注油を。

フレーム+両車輪を柱などにつなぐと防犯性能が高まります。

mont·bell お問い合わせ先
【モンベル・カスタマー・サービス】 0088-22-0031 ／携帯・IP電話から 06-6536-5740
受付時間：平日 10:00－17:30 ／土 10:00－15:00 ／日祝休業