

*** メールマガジン No.103 - 2010.9.7***

*** NPO KEEP LEFT メールマガジン NO.103***

読者の皆様、毎々の購読有難うございます。

会員の皆様への、会員更新手続きと団体自転車総合保険加入に関するお知らせです。

【会員登録及び更新のご案内】

◆ 会員登録更新の件 ◆

会員の皆様、日頃は当 特定非営利活動法人 NPO KEEP LEFT の活動に、ご参加、ご協力を頂き誠に有難うございます。

お陰さまで、第三期を終え第四期をむかえようとしています。

会費の徴収案内です。

◆ 正会員の方は（年会費 1 万円）

*会員継続の場合には入会金は不要です。年会費のみです。

◆ 賛助会員の方は（年会費 2 万円）

*会員継続の場合には入会金は不要です。年会費のみです。

◆ ボランティア会員の方は（年会費 5 千円）

を下記の当 NPO 法人銀行口座へお振込をお願い致します。

尚、大変申し訳ございませんが、振込手数料等は別途負担お願い致します。

銀行名：三菱東京 UFJ 銀行 森小路支店(金融機関コード：0005 店番：029)

口座名義：トクヒエヌピーオー キープ レフト

口座番号：普通預金口座 4568355

* * * ご本人のお名前と違う口座からの入金の場合には、ご本人のお名前（フルネーム）を特記願います。

以上、よろしくお願い致します。

尚、当法人にて契約しております「団体自転車総合保険」の更新手続き期日は 9 月 20 日ですので、会員更新の意思表示は、出来るだけ早い目をお願い致します。

* 「団体自転車総合保険」に関する詳細は、ホームページの案内ページをご覧ください。

領収書が必要な方は、その旨を連絡下さい。又、領収書の宛名もあわせて連絡下さい。

* 団体自転車総合保険の詳細は、WEB 最終ページに掲載しております。ご一読

下さい。

「NPO KEEP LEFT 団体自転車総合保険について」 (PDF/149KB)

当 NPO 法人に新たに入会ご希望の方は

◆ 新規会員登録の件 ◆

当 NPO 法人の WEB サイトより入会手続き及び入会金 & 年会費の振込をお願いいたします。

<http://www.npokepleft.com/>

◆ NPO KEEP LEFT 団体自転車総合保険 ◆

年会費の入金が確認された方から、当 NPO 法人が加入している団体自転車総合保険への加入手続きをしております。予定では、10月1日に会員名簿確認後契約成立となります。

本年（2010年）10月1日（午後から）～翌年（2011年）10月1日（午前まで）の適応となりますので、よろしく安全運転お願いいたします。

* 団体自転車総合保険の詳細は、WEB 最終ページに掲載しております。ご一読下さい。

「NPO KEEP LEFT 団体自転車総合保険について」 (PDF/149KB)

尚、新規入会手続き、会員継続手続き及び団体自転車総合保険の加入手続きにおける個人情報の取扱いに関しましては、最大限の注意を払っております。

以下が、NPO KEEP LEFT 団体自転車総合保険の引き受け会社（株式会社損保ジャパン）の個人情報の取扱いに関する事項です。

当社は、本契約に関する個人情報を、保険引受・支払いの判断、本契約の履行、付帯サービスの提供、損害保険等当社の取り扱う商品・各種サービスの案内・提供、アンケートの実施、等を行うために利用するほか、下記①から④まで、その他業務上必要とする範囲で、取得・利用・提供または登録を行います。

①当社が、上記業務のために、業務委託先（保険代理店を含む）、保険仲立人、医療機関、保険金の請求・支払いに関する関係先、等に提供を行い、またはこれらの者から提供を受けることがあること。

②当社が、保険制度の健全な運営のために、（社）日本損害保険協会、損害保険料率算出機構、他の損害保険会社、等に提供もしくは登録を行い、またはこれらの者から提供を受けることがあること。

③当社が、再保険契約の締結や再保険金等の受領のために、再保険会社等に提供を行うこと（再保険会社等から他の再保険会社等への提供を含む。）があること。

④当社が、グループ企業や提携先企業に提供を行い、当該企業がその取り扱う商品等の案内または提供を行うことがあること。

なお、保健医療等の特別な非公開情報（センシティブ情報）については、保険業法施行規則により限定された目的以外の目的に利用しません。

当社の個人情報保護宣言、当社のグループ企業や提携先企業、等については当社のホームページ

<http://www.sompo-japan.co.jp> をご覧ください、下記の窓口までお問い合わせ願います。

お問い合わせ窓口： 株式会社損害保険ジャパン お客様フリーダイヤル

電話番号 0120-888-089

受付時間 月～金 9:00～20:00 土・日・祝日 9:00～17:00 (12月31日～1月3日は休業)

「安全、安心、快適な自転車利用」

特定非営利活動法人 NPO KEEP LEFT

理事長 佐原 純一郎

*** メールマガジン No.104 - 2010.9.8***

*** NPO KEEP LEFT メールマガジン NO.104***

読者の皆様、毎々の購読有難うございます。

最近、多くの方々から、安全・安心・快適ツーリングに関する問合せを頂いております。

会員さん以外の方々からの問合せもありますので、改めて我々NPO KEEP LEFT が主催する「安全・安心・快適ツーリング」に関し、ご説明させていただきます。

【安全・安心・快適ツーリング講習会】

- 安全・安心・快適ツーリング講習会は、当 NPO 法人の会員さんを対象に行っております。
- 会員さん以外の方々で自転車総合保険に加入されていない方の参加は、ご遠慮して頂いています。
- 交通量の少ない公道を利用し、実際に走りながら、安全の確保、自転車の扱い方、足の使い方、ポジション、等々を説明させて頂いています。
- 参加される方には、自己責任と相互補助の自覚を持って頂いています。
- 参加に際しては、「自転車でのツーリング安全講座【1】」*web 最終ページに掲載 を熟読して頂いています。
- ツーリングの巡行スピード及び距離、休憩は、走行するメンバーさんの体力、技量、そして気象条件に応じて責任者が判断します。場合に因っては、快適チームと激走チームに分かれて走行します。

我々NPO KEEP LEFT の「安全・安心・快適ツーリング講習会」は、自転車の楽しみ方を提案することを目的としています。

ケガ無く、事故なく、無理せず、自転車を楽しみ、次のツーリングが待ち遠しく

なることを心掛けています。

メンバーさんには、クライマー、スプリンター、ダウンヒラー、引き役と呼ばれるレーサーもおられますが、安全・安心・快適ツーリング講習会時には、参加者の安全確保そして快適の追求に努めて頂いています。

NPO KEEP LEFT のメンバーさんは、各々の自転車ライフを尊重し、自己責任と相互補助の自覚を持ち、けっして群れず、けっして周囲に流されない、「大人の自転車遊び仲間」と自負しております。20歳代から60歳代の男性・女性が、自転車を楽しむ目的で繋がり、お互いを尊重し、それぞれのペースで自転車に乗っている。時にはツーリング、時にはレース、時には単独200Km走破、時には飲み会、日々練習、それぞれが有効且つ有益な時間を過ごされています。

自転車は、危険な乗り物です。

落車は、絶えず起ります。

しかし、我々NPO KEEP LEFT のメンバーさんが加害者になったことは、今の所一度もありません。

今後も無いことを祈りながら活動を続けます。

こんな集団です。

メルマガの読者の方で、NPO KEEP LEFT に入会ご希望の方は、是非！

今月が、団体自転車総合保険の更新手続き期日です。グッドタイミングです！！

<http://www.npokepleft.com>

佐原

「安全、安心、快適な自転車利用」

特定非営利活動法人 NPO KEEP LEFT

理事長 佐原 純一郎

*** メールマガジン No.105 - 2010.9.9***

*** NPO KEEP LEFT メールマガジン NO.105***

読者の皆様、毎々の購読有難うございます。

【会員さんからのレポート】

9月5日の「福知山 安全・安心・快適ツーリング講習会」のレポートが届きました。

福知山ツーリングレポート



稲穂の香り（もう稲刈りが始まっていました！！）、草を焼く煙のにおい、福知山は、秋 でした。私の故郷の大分県日田と、同じ風景で郷愁をそそられました。

今回のテーマは、前日、サンワさんに組んで頂いた、新車の初乗りを体感することでした。結果は、今の私の自転車歴からは、上手く伝えられないですが、とにかく違和感無く、乗ってすぐに「これなら、何十年も楽しめそう！！」と思いました。

サンワさん！！有難うございました。

前日も、走ったコースですが、佐原さんのリードのおかげもあり、身体に不可が少なく感じられたので、50キロが速く走破できたように思いました。

また、地元のKさん、Tさん、Mさんともお仲間になれて、嬉しかったです。

ありがとうございました。また、次回を楽しみにしています。

日々の鍛練をせず、いまだに、腹囲に変化の見られない私ですが、佐原さんの情報に刺激され、結構楽しんでます。ビジュアル的にプロ選手のかっこよさに魅かれ、ミーハースタートから、だんだん深みにはまっていっています。

今回も、楽しいツーリングに参加させて頂いてありがとうございました “”

GoGo るり子



前回は、病み上りと灼熱地獄のせいかわらぬ50KM多少へばりましたが。

今回は、水分、エネルギー供給、体調共に万全で、快適、快走でした。

前回、理事長から指摘のあったサドルとBBの角度が浅すぎる兼、サドル位置を15MM前に出しトライしました。もともと少しサドル位置を後ろに下げすぎだったため、今回の調整で、踏み込みも力強く、（でも引き足を意識して）ハンドルを握る腕にもゆとりができ、腰も立てやすくなりました。

回を重ねるごとに、僅かずつですが、フォームが安定し、走りやすくなってきたように思います。

金、土、日と、妻の新車受け取り、ヨットトレーニング、福知山ツーリングと激しい週末でしたが、いずれも楽しいことばかりなので楽勝でした。

妻の700Cですが、理事長をはじめ沢山の助言を頂き、サンワの大将と濃密な打ち合わせの結果、妻のサイズはもちろん、今後を含めた全てのデータ、デザインの好みを集約した、素晴らしいロードバイクが完成しました。

本当に皆様ありがとうございました。納得、納得、納得です。

新車、初の福知山でしたが、以前のBD-1（自称かなりチューンナップした）とは比べ物にならないようで、振動吸収、安定性、スピード、快適性、安心感等格別のようなものでした。特にハンドル周りのシックリ感は感動のようです。さすが大将。50KMのうち7割程度はハンドル下部を握り『これが楽ちん』との事です。サドルはまだ少し上げれそうです、もう少し乗り込んで状態が読めてくると、ハンドルを下げるべきか大将に相談に行く予定です。

毎晩、和室に置いている自転車のクランクをくるくる回しながら、ワインを飲んでいる今日この頃です。
(KEEP LEFTでは清水症候群と呼ばれている)

追伸、会員Sさん、コース情報ありがとうございます。関東は遠いですが、きかいがあれば、関東Sコース是非走ってみたいです。

Oya Oya deshita

るり子さん、大矢さん、レポートありがとうございました。

過去数度のツーリングで、その都度、新たな発見と技量の積み重ねをされているお姿は、たのもしく、嬉しく、楽しく感じております。

自転車に取り憑かれた私達は、ある意味「病人」です。そして、この病いは接触感染*する病気です（乗ってみなければ、かからない＝空気感染ではない様です）。めでたく清水症候群**（接触感染の末期症状）の症状がでて来たのは、治す薬の無い「不治の病」にかかってしまったと言わざるを得ません。NPO KEEP LEFTのメンバーさん達は、「同病相哀れむ」の患者友達の様です。その病人を看病&介護してくれているのが、サンワの大将です。サンワさんは、自転車と言う多剤耐性菌がはびこり、院内感染が蔓延している病院です。この病院には、ドクターは不要です。我々の病（やまい）は、完治したくない、健康の為の病ですから。

接触感染*にも、直接接触感染、間接触感染と飛沫感染の3種があるらしいです。我々が自転車と言う「病い」は直接接触感染です。まずは乗らなければかからない。自転車の間接触感染や飛沫感染（かつては空気感染の一つに数えられていた）とは、レースの放映や関連雑誌等で興味を持ち自転車を手に入れる事だけで満足する病いの事です。

清水症候群**とは、自転車に乗るだけではなく、自転車の整備やクリーニングを楽しみ、自室に自転車を持ち込み、お酒を飲みながら眺め、時には触る、末期的症状の事です。これに加え、走行の前日にウェアや必要品を枕元に並べ仮眠するような症状に至った場合には、佐原症候群と言われています。この佐原症候群は、病から終焉をむかえ天国に昇った状態の事です。

*時節柄、病をキーワードにしておりますが、健康を害する病にかかれたりその看病や介護をされているご家族の方の事を揶揄したものではありません。悪しからずご了解を。一日も早い完治と安寧なる日々を過ごされます様、お祈り申し上げます。親の看病&介護をしている立場の一人として 佐原

佐原

「安全、安心、快適な自転車利用」

特定非営利活動法人 NPO KEEP LEFT

理事長 佐原 純一郎