

自行車國家標準 暨安全騎乘講習會

圖、文 ◎ 張晉銘

騎乘自行車風氣的盛行，自行車的安全要求同樣浮出檯面，值得大家開始重視，因此經濟部標準檢驗局為了讓自行車業者與愛好者了解新修訂的自行車國家標準 CNS366，以及如何選購單車和正確、安全的騎乘方式，擇於 7-8 月份舉辦講習會，並在台灣各地分為五場次，讓有興趣的參加者免於舟車勞頓，同時邀請 CHC 創意前瞻組專案經理常挽瀾博士與單車安全協會理事長謝正寬蒞臨解說，會後的討論相當熱絡，讓自行車的同好和業者收穫良多。

自行車的歷史

講習會一開始就由 CHC 創意前瞻組專案經理常挽瀾主講自行車的歷史，他提到荷蘭是自行車最發達的國度，平均每個人有 3 輛自行車，而且街道上的停車格幾乎都是擺放自行車，如果有機會去荷蘭一定要到 Velorama Fiets Museum 自行車博物館去逛逛，相信人人都會滿載而歸。



▲CHC 創意前瞻組專案經理常挽瀾博士幫大家上了一堂寶貴的自行車知識課。



▲單車安全協會理事長謝正寬與其最得力的助教，展現出校長活潑熱情的個性。



▲經濟部標準檢驗局台中分局長吳明德表示，因為部分自行車標準不合時宜，因此有必要推出新的標準規範。

說到全世界最早的自行車設計，是達文西的設計圖，但直到 1969 年才在義大利的修道院被發現。然而，自行車走到蓬勃發展的階段，是由於內胎的改良、合金材料發展以及變速器專用的齒輪組三項因素，才使得高品質和輕量的自行車嶄露頭角。但是到了二次世界大戰後，歐洲的汽車高速成長，讓自行車發展停滯不前，但美國朝向休閒發展，直到 1970 年左右，這股熱潮才回到歐洲地區。

單車萬花筒

此外，常挽瀾經理也介紹道自行車的種類、設計概念與操控幾何，這對於不是業



▲謝正寬校長（左）與負責安排講習會細節的標檢局技士唐明永（右）合影。

者的民衆來說，可說是一堂機會難得的自行車知識課，這在外面平時可是有錢也聽不到的課程，隨後再說明「如何選購合適的自行車和配備」與「正確的騎乘觀念」，特別是重要的配備，常經理認為最好是一次到位；至於出門騎乘必須檢查操控、變速、煞車、傳動與警示系統，或許自行車界都熟習這些觀念，但很少有機會有系統地吸收這些知識。

國家標準CNS366

接下來是講習會的重頭戲，國家標準 CNS366 的說明，「城市與旅行自行車 - 安全要求與測試方法」，完整詳細的內容可以前往標檢局的網站查詢，至於登山車和公路車的部份目前正在修訂，希望今年可以公佈。常經理指出，標準的制定是為了實際騎乘所遇到的狀況而設定的，同時也是在使用中常見的問題。

單車偵探 苛難出動

講習會的下午時段則由單車安全協會理事長謝正寬接棒，謝校長針對近年來發生的自行車意外事件，以偵探家的角度重

回現場推理事故發生的原因，這樣一來，車友們便可以藉由經驗記取教訓，研擬預防事故的對策，配合謝校長生動活潑地解說，無不讓台下的來賓聽進心坎裡，培養良好的騎乘習慣和技巧，避免重蹈覆轍。由此可見謝校長平時就非常重視騎乘安全和相關常識，目前已經有兩本著作「單車學校教你的 52 堂課」與「單車校長的私房筆記本」，他希望能讓車友們獲取最寶貴的經驗。

三橫環島防衛術

正逢暑假是環台旺季，擁有豐富環台經驗的謝校長自然不能缺席，首先必須具備騎車四護具：安全帽、手套、護目鏡與防曬油，並在出發前完成體能訓練，校長也特別指出，路肩不要騎，因為是玻璃碎片鐵釘最多的地方，反倒是沿著車道的白線 30-50cm 騎乘，離路旁汽車 1m，不擋人財路最安全，同時也要清楚煞程觀念、正確的煞車姿勢與 Ω 轉彎技巧。

談到注意力的分配，謝校長說後方佔 60%，留意後方的車況，可以用眼瞄、耳聽以及身體感覺；前方則佔 40%，注視前方 15m，掌握路況隨機應變，因此騎車不可以戴耳機聽 MP3。謝校長強調，有 85% 的車禍是可以避免的，只要修得行車安全技術和曲道訓練，並遵守安全法則，秉持道路共享的理念，相信大家都能有一個愉快的環台之旅。



▲謝校長連休息時間也不得閒，忙著幫粉絲簽名和回答問題。