

トラック	見出し	アドバイス
yrs001.mp3	プリフェイス	このCDには車の扱い方についての解説が含まれています。このCDに録音されている内容を参考に運転…
yrs002.mp3	ユイレーシングスクールの吉田です	ユイレーシングスクールの吉田です。このたびはYRSオンCDをお買い上げいただきありがとうございます。
yrs003.mp3	ユイレーシングスクールが考える運転	ユイレーシングスクールは1999年12月9日に初めて日本でドライビングスクールを開校しました。埼玉県の…
yrs004.mp3	車の運転とは	みなさんはクルマが好きで、また運転が楽しいと感じていると思います
yrs005.mp3	うまい運転とは	運転が上手であるにことはありません。そのほうが目的を達成しやすいのと同時に楽しいはずです。市街地…
yrs006.mp3	仕組みを知る	どんなことでもそうですが、そのしくみを知ることが上達への早道です。むやみやたらに頑張ってみても、その…
yrs007.mp3	包丁という道具を科学します	ドライビング理論に進む前にちょっと寄り道をします。道具の使い方を知っておくと、使い方を間違わなく…
yrs008.mp3	車と運転の基礎知識	これから先は車を動かす上で最低限知っておいたほうがいい基本的な知識についてお話しします。
yrs009.mp3	ひやっとしたことはありませんか	ユイレーシングスクールが主催するドライビングスクールでは毎回座学を行いますが、それに先立って受講者…
yrs010.mp3	スピンとコースアウトする理由	スピンやコースアウトをしようと思っする人はいません。場合によっては車が壊れたり、最悪の場合は本人…
yrs011.mp3	アンダーステアとは何でしょう	わかりやすく表現すると、アンダーステアというのは前輪に舵角がついているのにも関わらず前輪が向いている…
yrs012.mp3	オーバーステアとは何でしょう	オーバーステアは、前輪は与えられた舵角に忠実に進むのに対して後輪が外側に滑ることによって生じ…
yrs013.mp3	スピンやコースアウトを避ける	さて、スピンやコースアウト。つまり車を運転してひやっとする瞬間がなぜ起きるのか、なんとなくイメージが…
yrs014.mp3	車の機能	さておさらいです。車の機能は3つ。加速と減速と旋回。それだけです。それらを組み合わせて走ります。その…
yrs015.mp3	性能を発揮するということ	車の機能、つまり性能はそれぞれがひとつずつ行われている時に最も発揮されやすいのをご存知でしょうか？
yrs016.mp3	性能を損なうということ	一般的なことですが、速く走ろうとするときによく見られるのが車の性能をそこなうような操作をしている人が…
yrs017.mp3	車とタイヤの関係	車は地面の上を走ります。新幹線のように前もって敷設されたレールの上を走るのではありません。舗装して…
yrs018.mp3	タイヤのグリップの正体	タイヤがゴムでできているのはご存知でしょう。ゴムでできているのには理由があります。乗り心地を良くする…
yrs019.mp3	タイヤのグリップは変化する	実は、車が動いている時、タイヤのグリップの大きさは変化しています。そんな馬鹿な、と思われるかも知れま…
yrs020.mp3	荷重とグリップの関係	では何がタイヤのグリップを変化させるのでしょうか？グリップを変化させる要因はふたつあります。ひとつは垂直…
yrs021.mp3	実はタイヤは滑るんです	もうひとつタイヤのグリップを変化させる要因があります。それは滑り量です。タイヤは路面とこすれることで…
yrs022.mp3	グリップを意識することがキモ	タイヤのグリップを手のひらに感じる抵抗感に置き換えて試してもらったのですが、今2種類の抵抗感を…
yrs023.mp3	タイヤを使えば巧くなる	余談になりますが、タイヤのグリップが絶対ではないというひとつの例を紹介します。
yrs024.mp3	摩擦円という円があります	変化するグリップの量をコントロールしながら走れるようになってこそ上手い運転といえます。そんな難しいこと…
yrs025.mp3	タイヤと加速の関係とは	加速に関してはタイヤは寛容です。どなたでもタイヤのグリップの100%を使って加速することができます…
yrs026.mp3	スキール音にも種類がある	クラッチを離れた瞬間にタイヤから「キュッ」という音が聞こえたと思います。これをスキール音いいます。公道で…
yrs027.mp3	タイヤと減速の関係とは	車が減速するとき、タイヤはかなりの重労働をしています。制動力を路面に伝えるために、タイヤの回転…
yrs028.mp3	タイヤと旋回の関係とは	タイヤのグリップの限界付近を使ってコーナリングすることができるでしょうか。少しばかり練習すれば誰にでも…
yrs029.mp3	加速の事実	車が直進状態にあるならばスロットルを床まで踏みつけて加速しても危険ではありません。直進状態という…
yrs030.mp3	こんなことがありました	「高速道路への進入が苦手な友人がいるんですが何をアドバイスしたらいいのでしょうか」と、ユイレーシング…
yrs031.mp3	減速の事実	ブレーキペダルを踏めば車は減速を始めます。車が直進状態で、フロントタイヤのグリップ限界を超えなけれ…
yrs032.mp3	こんなことがありました	「レースに参加しているのですが、ブレーキングすると車が不安定になるような気がするのですが」とユイ…
yrs033.mp3	旋回の事実	ユイレーシングスクールが主催しているドライビングスクールでは半径22mの真円のコースを走る練習をしま…
yrs034.mp3	こんなことがありました	サークル走行練習をしている参加者から、「どうしてもアンダーステアが出てパイロンから離れてしまう…
yrs035.mp3	車を動かすということは	加速、減速、旋回。車の機能のうちのひとつだけを使うことはそれほど難しくはありません。もちろん操作…
yrs036.mp3	車を安定させることとは	首都高速で大型トラックが横転したニュースに触れることがあります。ほとんどの場合コーナーを回っている…
yrs037.mp3	慣性力を知って下さい	これから先は少しずつ具体的なドライビング理論に移っていきます。その前に車の運転に大きな影響を与え…
yrs038.mp3	慣性力はくせものです	なぜ慣性力が『くせもの』かということ、あなたが運転中にのけぞったりつんのめったりする感じを受けているとき…
yrs039.mp3	荷重移動を知って下さい	では慣性力をコントロールするとはどんなことをさすのでしょうか。慣性力に逆らう操作とはどんな操作をさす…
yrs040.mp3	ロードホールディングとは	さて、みなさんはロードホールディングという言葉聞いたことがあると思います。一般的には接地性とか安定…
yrs041.mp3	タイヤが細くなる。ホント？	どうでしょう。思いどおりに車を動かしているつもりでも、実はそのとおりになっていないことがあることに気づか…

yrs042.mp3	運転の決まりごと	これまで人間がスロットルを開け、ブレーキをかけ、ステアリングを切ると、車がどう動くかということについて…
yrs043.mp3	トランジションを知って下さい	トランジションという言葉があります。移り変わりとかつなぎ目とかそんな意味ですが、これが運転には非常に…
yrs044.mp3	運転は楽しいですか？	ユイレーシングスクールの目的は理論的な運転を教えることではありません。運転の楽しさをわかってもら…
yrs045.mp3	車の運転は科学です	車の操作にはやっていいことと、やってはいけないことがあります。一言で言えば、やってはいけないこと…
yrs046.mp3	本題に入ります	前置きが長くなりました。これまで車を思いどおりに動かすときに必要なことをお伝えしてきました。次に具体…
yrs047.mp3	運転の極意とは	有名なサッカー選手が後方から送られてきたロングパスを胸でトラップしそのままボレーシュートでゴールに…
yrs048.mp3	車の動きを感じて下さい	無意識に運転するといっても、あてずっぽうで運転してもかまわない、こうなるだろうと憶測で運転してもかま…
yrs049.mp3	大事なドライビングポジション	ドライビングポジションを説明している本などには、手首がステアリングホイールにかかるポジションを取ると…
yrs050.mp3	こんなことがありました	もうおわかりでしょう。ドライビングポジションに求められるものとは手首の位置とか膝の角度などの具体的な…
yrs051.mp3	こんなことがありました	あるオーバルスクールでの話です。どうしてもターンイン直後にアンダーステアを出してしまう人がいました。いろ…
yrs052.mp3	こんなことがありました	ユイレーシングスクールでは運営を委託されていた筑波サーキット公式ドライビングスクールの2年目から…
yrs053.mp3	では試してみましょ	ドライビングポジションを調整するときの注意点を思い出しながら、実際にあなたの車のシートに座ってみて…
yrs054.mp3	こんなことがありました	ユイレーシングスクールを受講された女性の方からメールをもらったことがあります。ユイレーシングスクールの…
yrs055.mp3	こんなことがありました	ロードスターでレースに参加されている方がオーバルスクールを受講されたときのことで。いつものように同乗…
yrs056.mp3	加速について説明します	操作の練習の最初は、車を走らせる基本中の基本、加速です。スロットルを開けると車は加速します。スロ…
yrs057.mp3	タイヤを過信しないで	先ほど、タイヤは加速に関しては寛容fだといいました。確かに進行方向に回転するタイヤですから障害になる…
yrs058.mp3	こんなことがありました	YRSオーバルスクール浅間台でのことです。前夜からの雨が降り続き路面はすっかり濡れています。ところ…
yrs059.mp3	こんなことがありました	今度はYRSオーバルスクール富士スピードウェイでのことです。後輪駆動のパワーがあるFRが参加…
yrs060.mp3	加速を極める	さて、車の加速についておさらいです。車は加速に関してはのびのびと走ることができます。加速性能は車…
yrs061.mp3	では試してみましょ	今までお話ししたことを元に、実際に車を加速させてみましょう。ただし、公道で試す場合には周囲の交通の…
yrs062.mp3	加速度を感じて下さい	車を加速させるときに大切なのは加速度を感じることです。内燃機関はガソリンエンジンでもディーゼル…
yrs063.mp3	加速が意味するもの	車を運転しながらこのCDを聞いている方は、一度車を安全なところにとめて話を聞いて下さい。加速する…
yrs064.mp3	ドライビングポジションを確認	話を元に戻しましょう。加速度を感じることでできたついでに、ドライビングポジションの確認してみませんか…
yrs065.mp3	では試してみましょ	今度は加速度をいろいろな形で感じてみたいと思います。ですが、こうするとああなるとか、こうやるとこうなる…
yrs066.mp3	加速度を増やすということ	2速や3速の加速は4速や5速の加速度を上回ります。先にお話しした高速道路の合流が苦手な方は…
yrs067.mp3	加速をやめるということ	加速中にスロットルを緩めると車の加速は鈍ります。ギアがどこに入っていようと、駆動力が減るわけです…
yrs068.mp3	荷重移動を感じて下さい	当たり前のことを改めて説明したのも、いろいろと試してももらったのも、車を加速させるときに忘れてはなら…
yrs069.mp3	加速度をコントロールする	スロットルを開けると車は加速し、スロットルから足を離すと車は減速を始める。このことが車にとって何を意味…
yrs070.mp3	車を安定させる	さて、車を走らせるためには加速しなければなりません。するとタイヤのグリップレベルに差が生じてしまいます。どう…
yrs071.mp3	イーブンスロットルを使う	加速についての説明を終わる前に、あとひとつだけみなさんに試してほしいことがあります。
yrs072.mp3	減速について説明します	さて次は、減速です。減速するということは、文字どおり速度を減らすことです。公道にしてもサーキットに…
yrs073.mp3	減速を理解して下さい	サーキットを走る人たちの間では、制動距離を縮めるためにブレーキを改造することが当たり前のように語ら…
yrs074.mp3	タイヤを使いきります	これまでタイヤが路面を常につかまえているものだと思っていた人にとっては、タイヤのグリップレベルが変化する…
yrs075.mp3	では試してみましょ	それでは、少しでもスレッシュホールドブレーキングができるように練習してみましょう。いったんCDを聞くのを…
yrs076.mp3	荷重移動を感じてますか？	どうでしたか？荷重移動は感じられたでしょうか？フロントタイヤのグリップを感じられましたか？
yrs077.mp3	トランジションを意識します	さてどうやって荷重移動を感じることができるか考えてみましょう。。先に、加速で試したスロットルを開ける方法を…
yrs078.mp3	踏力のかけかたが大切です	トランジションの概念はわかったでしょうか。車を運転するとき心がけなければならないのは、まず車が働き…
yrs079.mp3	ドライビングポジションを確認	さて、繊細に踏力をかけていくには、ドライビングポジションがきまっていなければなりません。もしブレーキ…
yrs080.mp3	試してみましょ	加速度を感じるためにドライビングポジションを意識してブレーキングの練習をしてみましょう。
yrs081.mp3	ステアリングの重さを感じます	どうでしたか。手のひらの密着度を下げたはずなのに、ブレーキングしている間に密着度が高まりませんでしたか。
yrs082.mp3	こんなことがありました	ある日のドライビングスクールのことです。座学で「トランジションを意識して荷重移動に合わせ
yrs083.mp3	では試してみましょ	ユイレーシングスクールではスレッシュホールドブレーキングを練習しますが、「できるだけ短い距離で車を止め…

yrs084.mp3	どうでしたか？	3通りのブレーキングを試してもらいましたが、それぞれに違いはあったでしょうか。ブレーキングの練習ですから…
yrs085.mp3	スレッシュホールドブレーキング	富士スピードウェイのレーシングコースを走っている人がユイレージングスクールを受講されたとき、「富士の…
yrs086.mp3	制御するという事	さて、ここまでのおさらいです。車を思いどおりに動かすためには、タイヤのグリップの助けを借りなければなり…
yrs087.mp3	旋回について説明します	交差点を曲がる時や、サーキットでヘアピンをクリアするとき。車の向きを変えるときには、ステアリング…
yrs088.mp3	さて、試してみましょう	さて、コーナリングの説明に入る前に、ご自身の運転を検証してみることをお勧めします。どこでもかま…
yrs089.mp3	どうでしたか？	あなたはどんなコーナリングをしていましたか？ターンインのときの荷重はどこにかかってましたか？ステアリング…
yrs090.mp3	車の動きを分解します	ここで、車の動きについて少し説明します。加速と減速の際についてまわるピッチング。これは車の進んでいる…
yrs091.mp3	コーナリングを科学します	最初に、車はひとつの運動をしているときには安定していると言いました。加速や減速にしても、既に説明…
yrs092.mp3	エネルギーを制御する	冒頭で、運転中にヒヤッとしたことはありませんか、と聞きました。このCDをお聞きの方でヒヤッとした経験の…
yrs093.mp3	タイヤに働いてもらいます	旋回中の車のタイヤは、『4本』で車の重さを支え、同時に遠心力を受ながら回転しています。その状態で…
yrs094.mp3	スリップアングルを知って下さい	ここでは、路面とズレながら回転しているタイヤに遠心力だけがはたらいている、という前提で話を進めます。
yrs095.mp3	荷重移動を感じてますか？	それでは、タイヤのグリップを有効に使ってコーナリングするにはどうすればいいのでしょうか。タイヤのグリップ…
yrs096.mp3	レーシングカーの話です	余談になりますが、車に興味のある方なら、レーシングカーについての知識もあると思います。自動車レース…
yrs097.mp3	目指すものは同じです	さて、なぜレーシングカーの話をしたか説明しましょう。理論的に速さを求めて作られたレーシングカーと量産…
yrs098.mp3	では試してみましょう	車が最も苦手なコーナリングのイメージができたところで、実際に試してみることにしましょう。
yrs099.mp3	ターンイン その1	先ほどコーナリングを試したコーナーで、今度は積極的に姿勢変化を制御しながら走ってみます。これから…
yrs100.mp3	どうでしたか？	最初にご自身がいつもやっているコーナリングと車の動きは変わりましたか。ターンイン直後の過重はどこに…
yrs101.mp3	こんなことがありました	富士スピードウェイジムカーナ場に44m x 104mのオーバルコースを作ってオーバルスクールを開催していた…
yrs102.mp3	ターンイン その2	先ほど、イーブンスロットルのコーナリング練習をしてもらいましたが、同じコーナーで同じようにもう一度走って…
yrs103.mp3	どうでしたか？	どうでしたか。ひとつのコーナーに対してスロットルワークとステアリングワークに変化を持たせてアプローチして…
yrs104.mp3	こんなことがありました	YRSオーバルスクールでイーブンスロットルでのコーナリング練習をしていたときの事です。練習は45キロ…
yrs105.mp3	ラインに乗せて下さい	ユイレージングスクールの10年間でオーバルスクールを受講された方は述べ2500名を超えます。中には…
yrs106.mp3	コーナリングするという事	改めて、車にとってのコーナリングとは何か、定義してみましょう。前後のタイヤのスリップアングルがゼロの…
yrs107.mp3	ターンアウト	コーナーが延々と続いているということはありません。公道にしてもサーキットにしてもコーナーの先に直線区…
yrs108.mp3	自分の速さを知って下さい	オーバルスクールでラインに乗れない人達にはその理由を聞きます。ほとんどの場合、本人はアドバイス通り…
yrs109.mp3	トレイルブレーキングとは	さて、コーナリングの練習はまだ続きがあります。今までのアドバイスを振り返り、車を安定させて走るにはどう…
yrs110.mp3	では試してみましょう	今までに同じコーナーで3種類のコーナリングを試しました。初めにあなた独自のコーナリング。次にイーブン…
yrs111.mp3	どうでしたか？	さて、車が最も苦手とするコーナリングについていろいろと試してみました。何か発見はありましたか。あなたの…
yrs112.mp3	こんなことがありました	オーバルスクールではパイロンで作ったオーバルコースを一日中走ります。最初にイーブンスロットルで…
yrs113.mp3	サーキットを走りませんか	運転のコツがわかってきて、人馬一体ならぬ人車一体を感じられるようになると、人間はどうしても何かに…
yrs114.mp3	ミニサーキットとは	国内には公式な自動車レースを開催できるサーキットが12ヶ所ありますが、それ以外にもミニサーキット…
yrs115.mp3	サーキットを走る前に	日本でも様々なモータースポーツが行われていますが、市民権を獲得するまでにはいたっていません。自動…
yrs116.mp3	ラップタイムの真実	サーキットを走る人に共通しているのはラップタイムを気にすることです。一周の長さが決まっているサーキット…
yrs117.mp3	サーキット攻略方法	サーキットを走って自分のドライビングポテンシャルを確かめたいと思ったら、まず最初にやらなければならない…
yrs118.mp3	サーキットの走り方 1	サーキットでも、車を安定させて走ることを忘れてはいけません。車が安定していなければ、性能を引き出す…
yrs119.mp3	サーキットの走り方 2	実は、サーキットを速く走るためには、できるだけ短い距離でブレーキングをして、できるだけ早くスロットルを…
yrs120.mp3	まず安全を確保する	サーキットに限らず一般公道でも、車を運転する人が守らなければならないことがあります。それは自分の…
yrs121.mp3	余裕を持って運転して下さい	車を運転していてヒヤッとしたことのある方は少なくないと思います。なぜヒヤッとしたのでしょうか。言うまでもなく…
yrs122.mp3	謙虚に運転して下さい	車は人間の能力を拡大してくれる魔法の機械です。しかしながら、いつもいつも人間の言うことを聞いてくれ…
yrs123.mp4	興味を持って下さい	このCDに収録されていることを理解され、少しずつでも実践してもらえれば、おそらくあなたは決定的にヒヤッ…
yrs124.mp4	終わりにあたって	ユイレージングスクールでは、ことあるごとに操作に一生懸命になりすぎないように受講生にお話しています…