

## BMW / 5-7 フロントフォークオイル交換手順

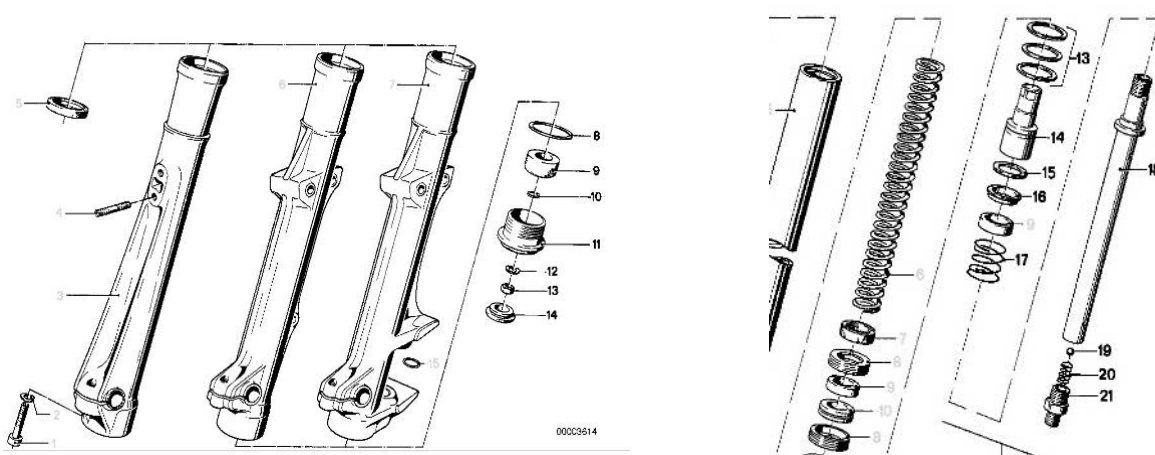
R50/5-R100RS 1969-1980 WITH ATE FRONT BRAKE MODEL

フォークオイル量 : 280cc / 片側

オイル粘度 : #10 (好みにより #5-15)

### 作業手順

- 1 フォークトップのキャップを外す (アルミ製 / メッキ品あり 年式による)  
専用工具が無い場合 ディスクグラインダー用のピンスパナが代用できる  
固着しているケースが多いのでヒートガン (ヘアドライヤー代用可) で暖めるか  
沸騰した湯を掛け温度を上げると緩みやすい (外周をプライヤで掴むと凹みやキズが付く)
- 2 フォークボトムのごムキャップを取り、SW (スパナサイズ) 13ナットを緩める  
奥まったところなのでメガネレンチ75度、パイプレンチなどが便利  
中心の雄ネジ部分はヘキサゴンレンチ用に空洞となっているので強度がありません。  
インパクトレンチの使用はできません。  
ナットを緩めようとするとき7割くらいの確率で中心部分も共回りして緩みません。  
ヘキサゴンレンチ4ミリ (六角棒レンチ) を差し入れ共回りしないように固定します。
- 3 SW13のM8ナットとウェーブワッシャーを取り外し、中心部分を六角レンチで上方に押すと  
フォークオイルは排出されます。2-3分放置しているとほぼ全量のオイルが排出されるので  
ヘキサゴンレンチで共回りしないよう固定しながらSW13ナットを締め付けます。  
**インパクトレンチ使用は禁止**です。
- 4 オイル汚れを拭き取ってからゴムキャップを取り付けます。
- 5 フォークトップの開口部から指定オイルを規定量入れます。いっぺんに入れると溢れることがあるのでゆっくり行う。 ロート (ジョウゴ) やオイル差しを使うのも便利です。
- 6 トップキャップを取り付け終了です。  
RSの場合はハンドルが邪魔しキャップが取れないので場合によってはハンドル移設が必要です。



1 2 : ワッシャーM8 1 3 : ナットM8 1 4 : ゴムキャップ 2 1 : ナットの相手 (フォーク内部)

★フォークシール交換、内部オーバーホールは作業レベルが大きく上がります。



底部：ゴムキャップを外すとナットが見える



トップキャップを取ると・・・



純正工具だがピンは折れやすい



代用品1 (※)



代用品2 (※)



SW13 メガネレンチ75度



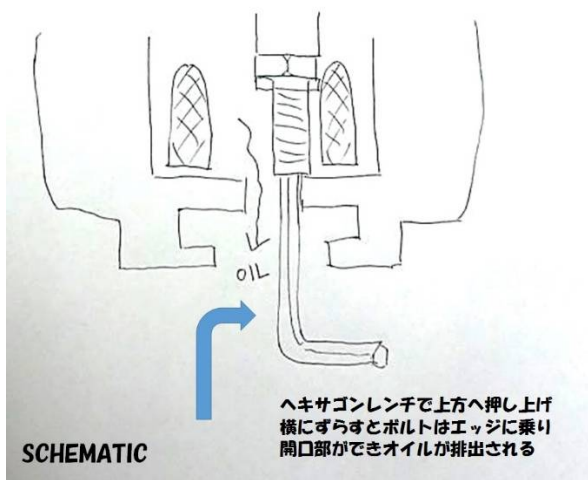
便利工具 パイプレンチ SW13



21：上部半分はフォーク内部にある

上図：ナットは細目M8 x P1.00

下図：共回り回避手段



裏技：中央のロッドはバネの力で押し下げられている  
ガスケットも入っているのナットを緩めただけでは  
オイルは排出されない

※： ディスクグラインダー用の工具でホームセンター／工具店にて購入可能

