

消耗品カレンダー・・・いつ、何を、いくらで替えるのか

横軸は走行距離です。ただし交換の時期は「距離」と「年数」の早いほう。乗らない車には、乗らない車なりの傷み方があります。

安全に直結 エンジンまわり 快適さ・視界 その他

部品 何を替えるか	交換の目安（走行距離） 0 — 2万 — 4万 — 6万 — 8万 — 10万km	年数の目安 距離が少なくても	費用の目安 1回あたり	放置するとどうなるか
エンジンオイル		半年～1年	3,000～8,000円	エンジンの傷みが早まる。最悪の場合、大きな修理に
オイルフィルター		オイル2回に1回	1,000～3,000円	オイルの汚れが取れなくなる
タイヤ		3～5年	4本 3～15万円	雨の日に止まらない。いちばん危険
バッテリー		2～5年	1～4万円	ある日エンジンがかからなくなる
ブレーキパッド		—	1～3万円 前後で別	止まらなくなる。金属音がしたら手遅れに近い
ブレーキフルード		2年（車検時）	3,000～6,000円	ブレーキの効きが不安定になる
ワイパーゴム		半年～1年	1,000～3,000円	雨の日に前が見えない
エアコンフィルター		1年	2,000～5,000円	においが出る。風が弱くなる
冷却水		2～4年	3,000～8,000円	オーバーヒートの原因に
発炎筒など		有効期限あり	1,000円前後	車検で指摘される

車によって、ここが変わる

タイヤが大きい車	4本で数万円のちがいが。軽なら3～5万円、大径なら10万円超も
四輪駆動	タイヤは4本まとめて。1本だけの交換は避ける
ハイブリッド・EV	ブレーキパッドが減りにくい傾向。駆動用電池は別の考え方
ターボ付き	オイル管理がより重要。交換の間隔を守る
アイドリングストップ	専用バッテリーで価格が上がる
輸入車	部品代が上がりやすい。消耗が早い車も

買う前に聞いておく一言・・・「この車のタイヤ、4本替えるといくらですか」。同じ車種でもグレードでタイヤの大きさが変わります。

季節ごとの点検

春	エアコンフィルター（花粉のあと）／ワイパー／冬用タイヤから戻す
夏	冷却水の量／エアコンの効き／バッテリー（暑さは負担）／空気圧
秋	ワイパーゴム（雨と台風の前）／ライト類の点灯確認
冬	バッテリー（寒さで弱る）／冬用タイヤ／ウォッシャー液を寒冷地用に

バッテリーは夏の暑さで弱り、冬の寒さで動かなくなるという壊れ方をよくします。3年目を過ぎたら、冬の前に点検を。

自分でできる／店に任せる

自分でできる	空気圧の確認（多くのスタンドで無料）／タイヤの溝とひび割れ／ワイパーゴム／ウォッシャー液／ライトの点灯確認／異音とにおいに気づくこと
店に任せる	ブレーキに関わるすべて／エンジンオイル／冷却水・ブレーキフルード／バッテリー交換／足まわり

空気圧だけは月に一度。無料でできて、燃費にも安全にもタイヤの寿命にも効きます。費用ゼロでいちばん効果の高い手入れです。

🏆 スリップサインを見る

タイヤの溝の中に、少し高くなった部分があります。これが表面と同じ高さになったら交換の時期です。1分で見られて、命に関わる確認。今日できます。

💡 記録が将来のお金になる

いつ、何kmで、何を替えたか。記録が残っている車は、査定でも中古市場でも評価されます。費用はゼロで、数年後にお金になる。これほど割のいい手入れはありません。

⚠️ 乗らない車にも傷みはある

「うちはあまり乗らないから大丈夫」は正しくありません。ゴムは硬くなり、バッテリーは弱ります。交換の時期は距離と年数の早いほう。これが原則です。