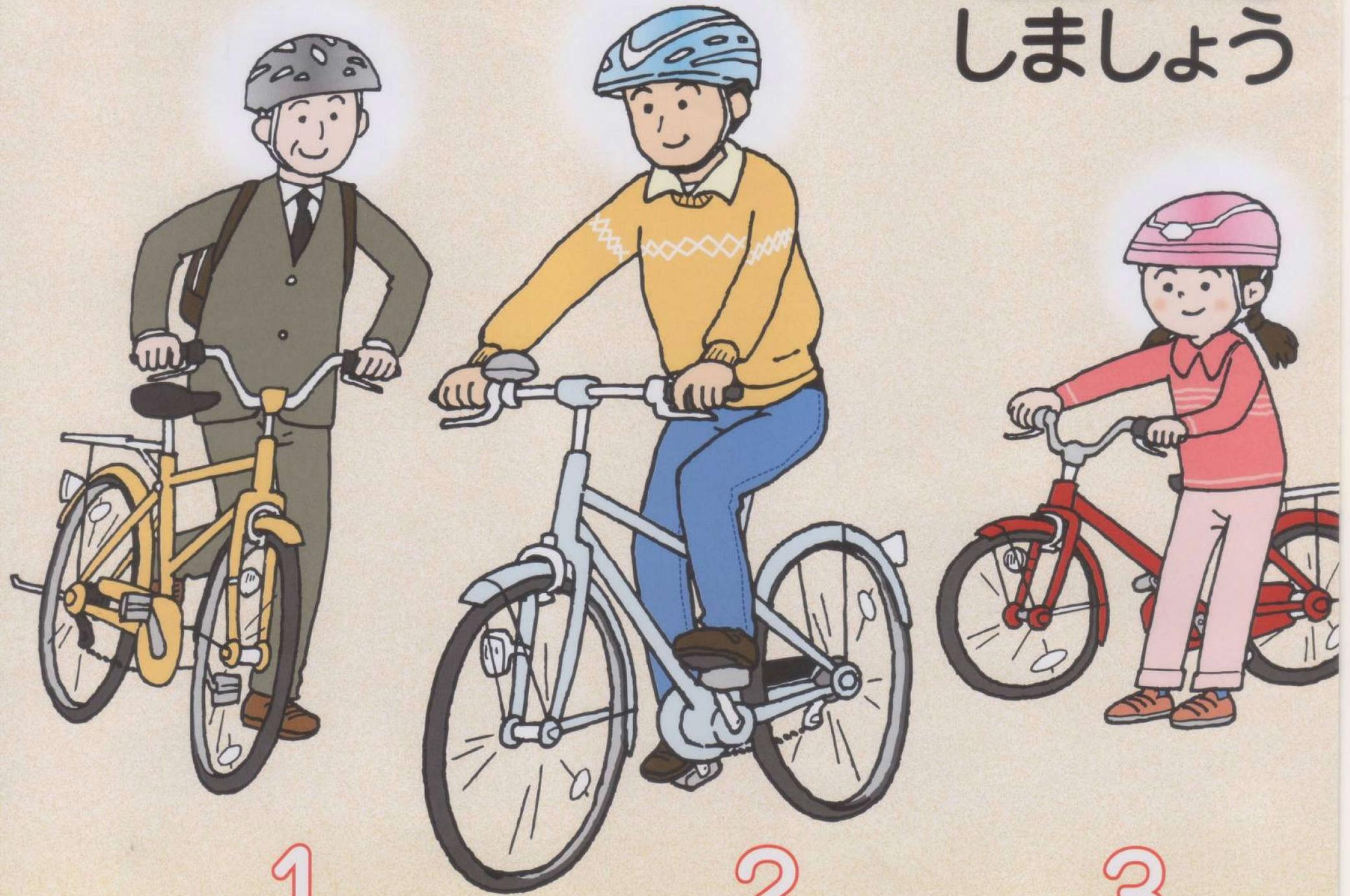


自転車に乗るときは

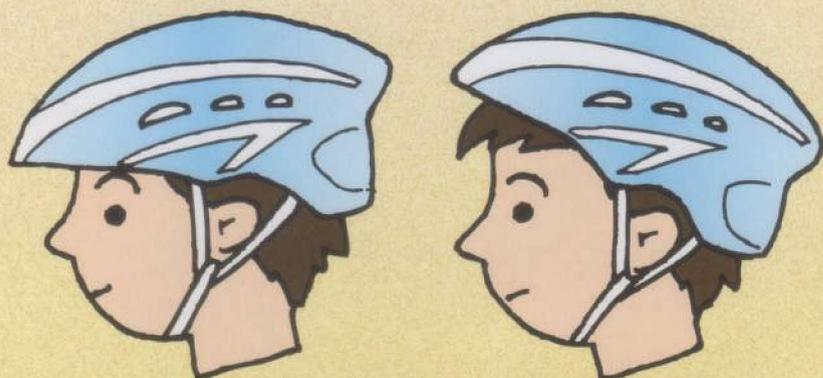
# ヘルメットを着用

しましょう



1

正しい角度で装着しましょう。



ヘルメット本来の機能を発揮するためには正しい角度で装着することが大切です。ヘルメットの先端がまゆ毛付近にくるように角度を合わせかぶります。

2

あごひものバックルを  
しっかり締めます。



万が一の事故の際にヘルメットが外れてしまわないよう、あごひものバックルはしっかり締めます。

3

あご下に適度なあそびを  
残しましょう。



あごとあごひもの間に、人差し指一本が入るほどのあそびを残します。指が入らない場合や緩すぎる場合は、適度にあごひもの長さを調整します。

自転車用ヘルメットにはカジュアルな帽子タイプのものやロードバイク向けのスタイリッシュなもの、またジュニア用などさまざまな種類があります。詳しい装着方法などは各メーカーの取り扱い説明書等をしっかり確認して正しい方法で装着しましょう。