

# 安全に楽しく走ろう



## ロードバイクを利用する皆さんへ

### 運転上の注意点！

- **体調管理**  
体調が悪くと、せっかくのツーリングも楽しむことができません。  
普段から体調をチェックし、万全の状態にしましょう。
- **スピードダウン**  
スピードの出し過ぎは、ちょっとした段差や小石などにより転倒する危険があります。  
予期しない出来事にも対処できるよう、スピードは控えましょう。
- **危険の予測**  
運転には危険が伴います。  
危険を予測した運転を心掛け、早期に危険を察知しましょう。
- **こまめな休憩**  
前傾姿勢が続くと、疲労がたまり、集中力や注意力が散漫になるおそれがあります。  
長時間・長距離に及ぶツーリングでは、こまめに休憩を取り、心も体もリフレッシュしましょう。
- **交差点に注意**  
交差点を直進する場合でも、対向する自動車が意に反して突然右折してくる時があります。  
交差点では、直進だからといって優先意識を持たず、進路の安全を確認しながら走行しましょう。

### 乗車前点検を忘れずに！

- ブレーキの利き
- タイヤの空気圧
- クイックリリース等の締め具合
- チェーンのたるみ
- 車体のゆがみ、車輪のゆがみ



岩手県警察  
シンボルマスコット  
風びかぼ



岩手県警察  
シンボルマスコット  
雨びかぼ

