

～乗車姿勢～

7つのポイント

基本の正しい乗車姿勢で安全運転をしましょう！

※車種によって異なりますが、これを基本としてください。

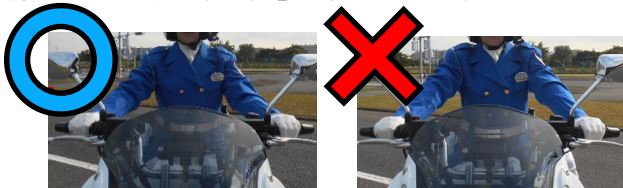


①目

道路の状況やバランスを保つため、目から入る情報は重要です。視点は速度が高くなるにつれて遠方に向けるとともに一点を注視することなく視野を広くとりましょう。

②肩

肩に力が入っているとハンドル操作がスムーズに行えません。肩の力を抜き、自然な状態を保ちましょう。



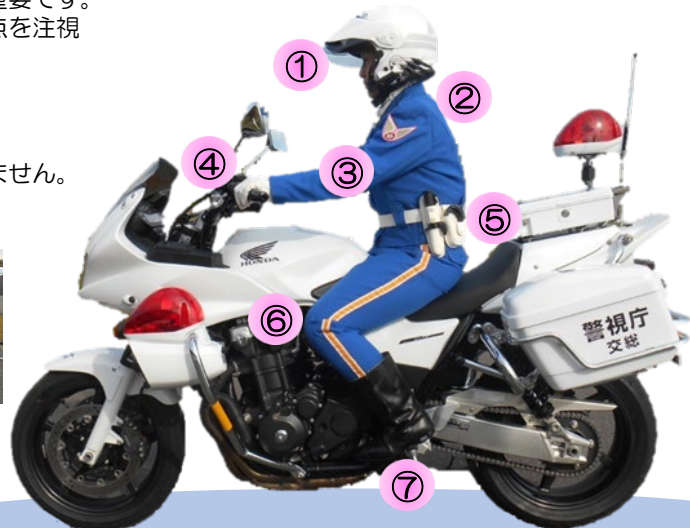
③肘

スプリング（＝バネ）の役割をします。肘が伸びきった状態だと加速時に体が置いていかれるような状態になり、上手くハンドル操作ができません。少し肘に余裕を持たせましょう。

④手

ハンドルの中央を軽く自然に握りましょう。握る角度は、上や下から握りすぎないように注意。

スクータータイプは、ニーグリップができないため、ハンドルを強く握ってしまいがちなので力を入れすぎないようにしましょう。



⑤腰

座る位置は前すぎず、後ろすぎず、ハンドルを握り無理のない運転操作ができる位置に座りましょう。

⑥膝

両膝でガソリタンクを挟み、必要なとき（加速、減速、カーブ等）に強く締め付けます。これをニーグリップと言います。ニーグリップをしっかりと、人車一体を目指しましょう。



⑦足

足は車体と平行、もしくはやや内側に向けるようステップに置きます。つま先が外側に向いていると、ニーグリップしにくくなります。

また、いわゆる“つま先乗り”はリアブレーキの遅れの原因となる場合がありますので、絶対にやめましょう。

スクータータイプは、ステップに足の裏全体をのせ、つま先は外側に向くことなく前方に向けましょう。

