カーブの基本は スローイン・ファーストアウト

カーブの走り方の基本は、スローイン・ファーストアウトです。
見通しのきかないカーブでは、障害物や路面状況の変化などの確認が遅れがちです。
カーブに進入するときは、手前のストレートで十分に減速するようにしましょう。
いつも通っている道だからと油断をせず、路面状況などを判断し、余裕をもって曲がれる安全な速度まで十分に減速して走りましょう。

【カーブを安全に走るためのセーフティポイント】

ブレーキング

▶ 早めのブレーキ操作を心がけましょう。他車の動きや停止車両の有無、急激な路面状況の変化、カーブの大きさに合わせ、いざというときに停止できる速度まで減速します。

ストレート

▶ 標識、センターライン、ガードレールの曲がり具合などからカーブの大きさを判断し、出口方面に目線を移しながら進入速度を判断します。

センターライン

カーブ

▶ カーブの大きさに合わせて、徐々に車体を傾け、カーブに合ったバンク角になったら、一定速度・一定バンク角で走行しながら常に先を見ます。

カーブ出口

▶ 出口が見え、安全が確認できたら徐々にアクセルを開け、車体を起こします。

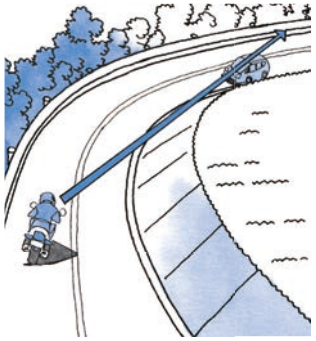
カーブ走行時の姿勢は リーンウィズが基本

【リーンウィズ】

▶ 視線はカーブの先へ先へと移していきます。

▶ ひじの力を抜き、グリップは軽く握ります。

▶ アゴを引き、目線を水平に保つため頭は路面と垂直にします。



カーブでは進行方向の情報の収集が大切

カーブ走行中は積極的に進行方向へ視線を向け、前方の情報を集めます。このとき目線と路面を平行に保って正しい情報収集を行いましょう。

Safety one point

ストレッチングの効果

こまめに休憩をとることが安全運転につながります。スタート前や休憩時にストレッチングを行うと気持ちがリフレッシュされ、身体の筋肉もリラックスできます。

体側・上肢
両手を後ろに回し、ひじを押さえている手を、ゆっくりと押し下げるようにします。上体は傾けません。

腕・肩
横に伸ばしたひじの部分を反対側の腕のひじで抑え込みます。

ふくらはぎ・アキレス腱
後ろ足のつま先は真っすぐ前方に、かかとを上げずゆっくり前の足を曲げます。

腰部・下肢部
前屈の姿勢でかがんだまま、ゆっくりと腕とひざを伸ばしていきます。

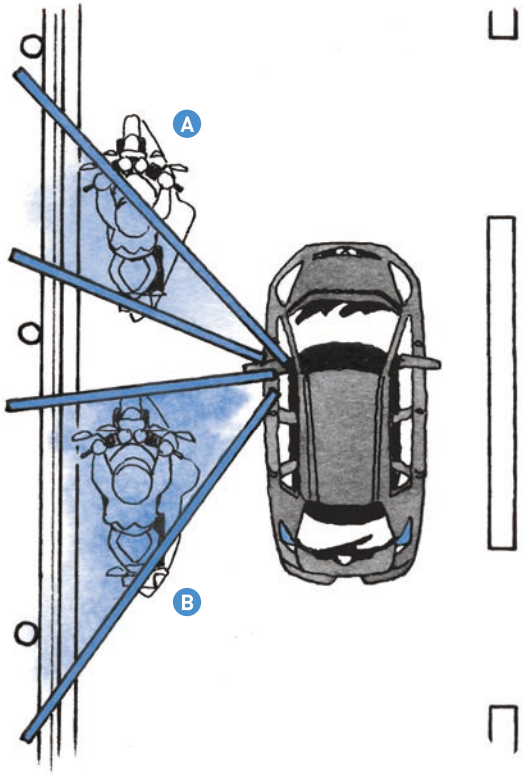
お客様相談センターはこちら！➡ 0120-086819（オーハローバイク）

街にひそむ死角に注意

**クルマに比べて車体が小さいバイクは、
クルマのドライバーから見落とされやすい傾向があります。
バイクを運転するときは、クルマの死角に入らないように心がけ、
クルマのドライバーが気づきやすい位置を走るようにしましょう。**

【クルマからの見え方】

バイクとクルマが次のような位置関係にある場合、お互いが見えない死角に入ったり、ウィンカーが見えずに動きを予測できないことがあります。できるだけクルマの死角に入らないように走行することが大切です。



A

バイクがクルマの左少し前を走っている場合

お互いのウィンカーの点滅が見えにくいので、動きが予測できません。

B

バイクがクルマと並行して走っている場合

ドアミラーの死角に入っていて、クルマからバイクは見えにくくなります。

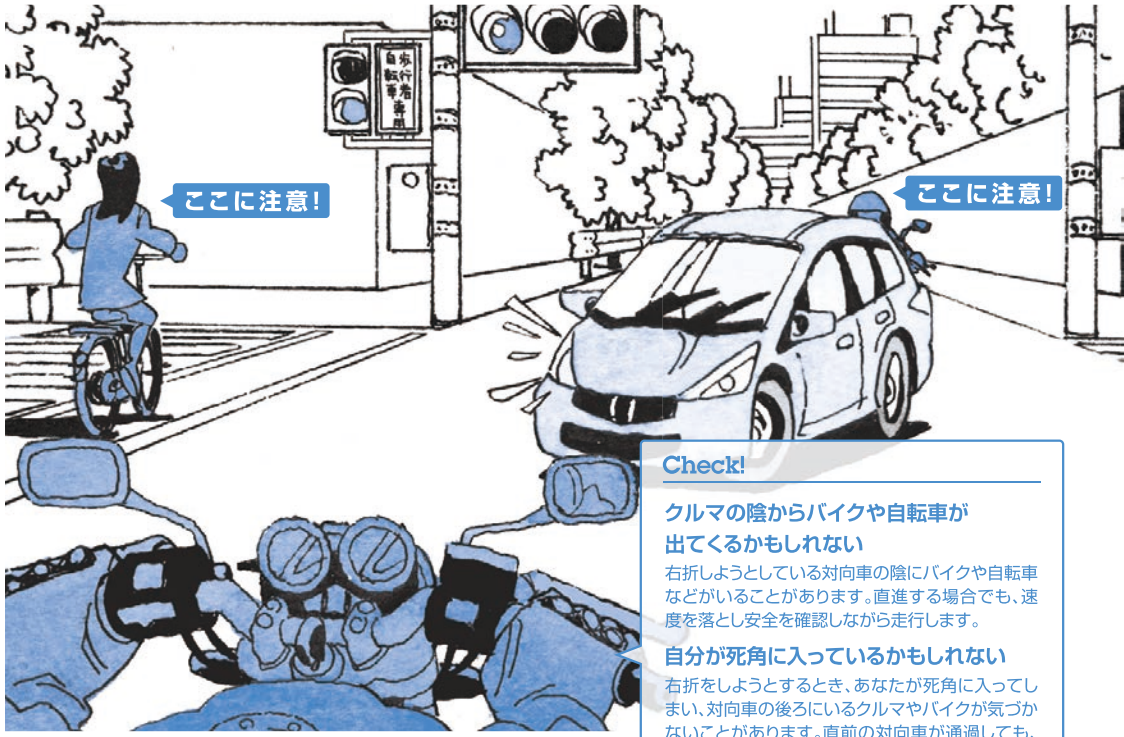
Check!

クルマの左後方を走行

クルマの左後方を走行することで、ミラーにはバイクが映ります。それでもドライバーからすると、バイクの速度が遅く感じられたり、またバイクとの距離が実際よりも遠くに見えることがあります。進路変更などをする場合には、前後のクルマの動きを目視で確認するようにしましょう。

【交差点にひそむ死角に注意】

交差点ではクルマやバイク、歩行者などが交錯してライダーから見えない部分が多く存在します。交差点に進入するときには、安全に停止できる速度で進入し、見えない部分の予知・予測を怠らないことが大切です。



Check!

クルマの陰からバイクや自転車が出てくるかもしれない

右折しようとしている対向車の陰にバイクや自転車などがいることがあります。直進する場合でも、速度を落とし安全を確認しながら走行します。

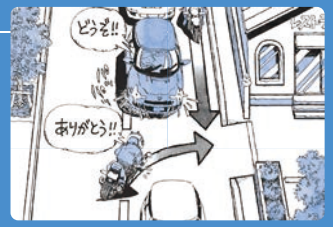
自分が死角に入っているかもしれない

右折をしようとするとき、あなたが死角に入ってしまい、対向車の後ろにいるクルマやバイクが気づかないことがあります。直前の対向車が通過しても、後続のクルマやバイクにも十分に注意して右折するようにしましょう。

Safety one point

サンキュー事故に注意!

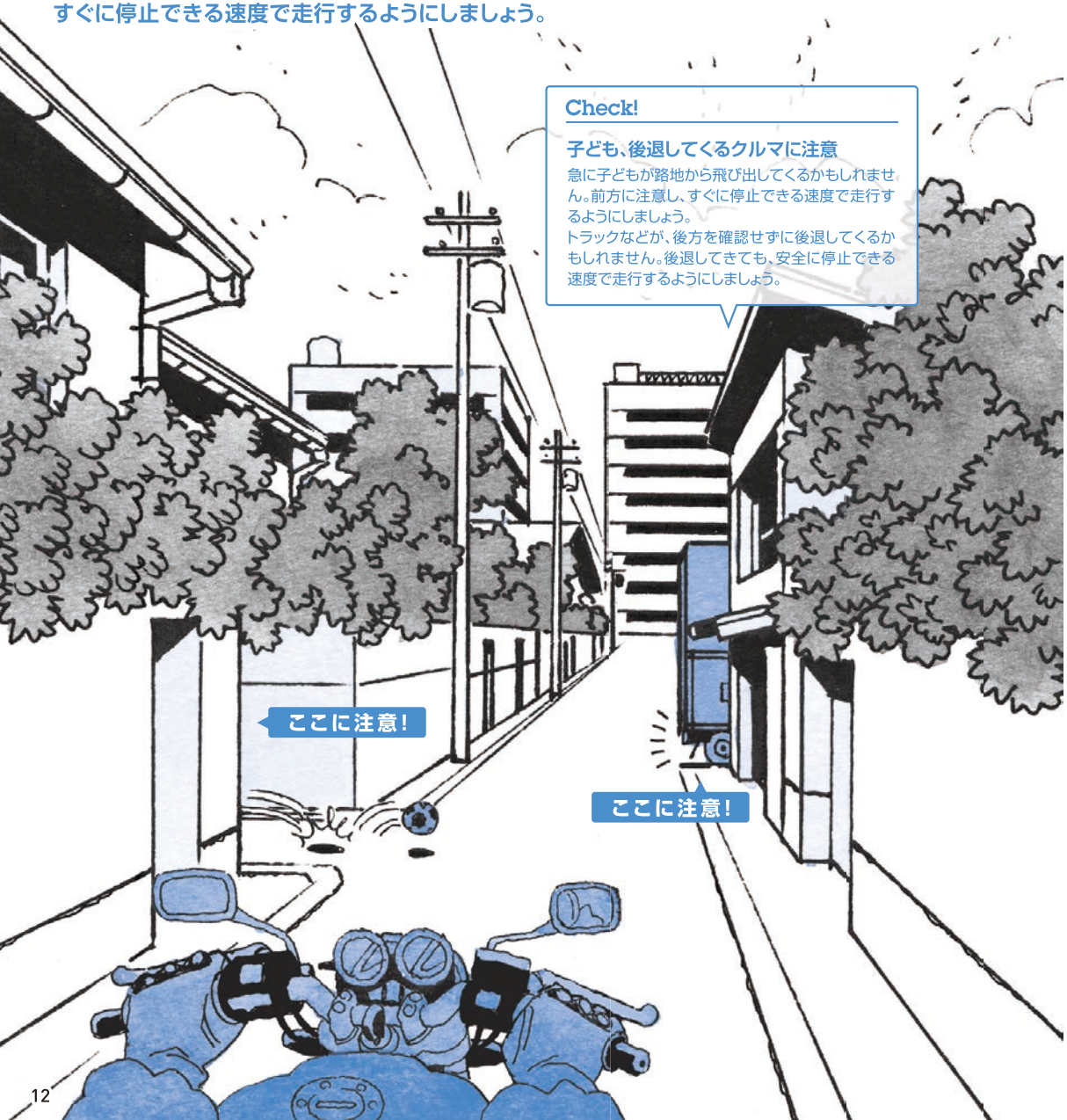
反対車線にあるファミリーレストランなどに入りたくて停車して待っていると、対向車のドライバーが「先に曲がってもいいよ」と手やヘッドライトで合図をおくってくれることがあります。ここですぐに右折を開始せずに、もう一度安全確認を忘れないようにしましょう。対向車の後ろからバイクや自転車が出てくるかもしれません。「ありがとう（サンキュー）」という気持ちが、あなたの注意力を低下させているのです。進路をゆずられたとき、もう一度安全確認を忘れないようにしましょう。



お客様相談センターはこちら！➡ 0120-086819（オーハローバイク）

住宅地には危険がいっぱい

**路地から急に飛び出してくる子ども、後退してくるトラックなど、
住宅地の道路には、危険がいっぱいです。
住宅地などの生活道路をバイクで走るときは、
すぐに停止できる速度で走行するようにしましょう。**

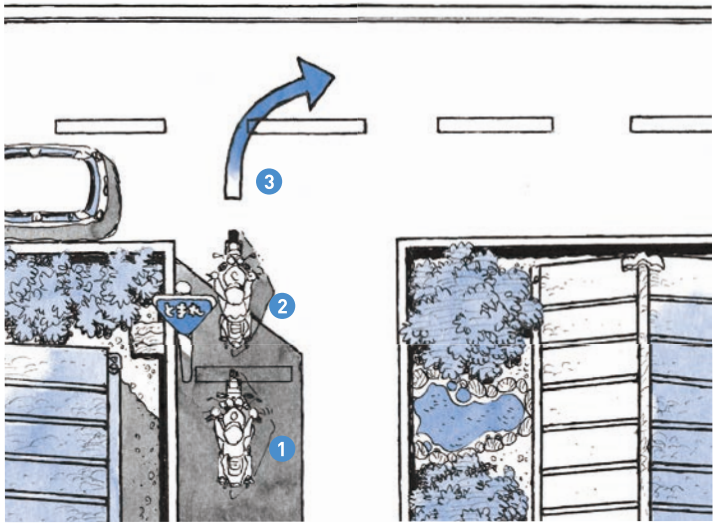


Check!

子ども、後退してくるクルマに注意

急に子どもが路地から飛び出してくるかもしれません。前方に注意し、すぐに停止できる速度で走行するようにしましょう。
トラックなどが、後方を確認せずに後退してくるかもしれません。後退してきても、安全に停止できる速度で走行するようにしましょう。

【見通しの悪い交差点では必ず一時停止】



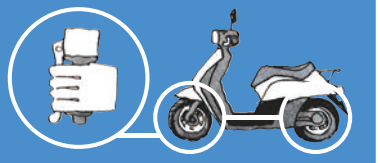
1. 交差点手前の停止線では必ず一時停止しましょう。
2. 交差点の手前で交差点の状況がよく見えるところまでゆっくり進んで停止し、右左右を確認。幹線道路を走るクルマや自転車にバイクのフロントを見せることで、相手に注意を促すことにもつながります。
3. クルマや自転車などが幹線道路を通過し、もう一度右左右を確認し、安全であると判断してから発進しましょう。

Safety one point

Hondaのブレーキテクノロジー

バイクを効率よく減速させるためには、路面状況にあわせて前・後輪のブレーキを適切に操作することが重要です。スポーツタイプのバイク等に搭載されている前・後輪ブレーキシステム（コンバインドABS）は、より高度なテクニックが必要とされるブレーキ操作を電子制御で実施する安心システムです。なお、スクーター等には、左ブレーキ（後輪ブレーキ）レバーを握ると前輪ブレーキがバランス良く連動するコンビブレーキを搭載しています。
※車種により、搭載されているブレーキシステムが異なりますので、取扱説明書でご確認ください。

【コンビブレーキ】

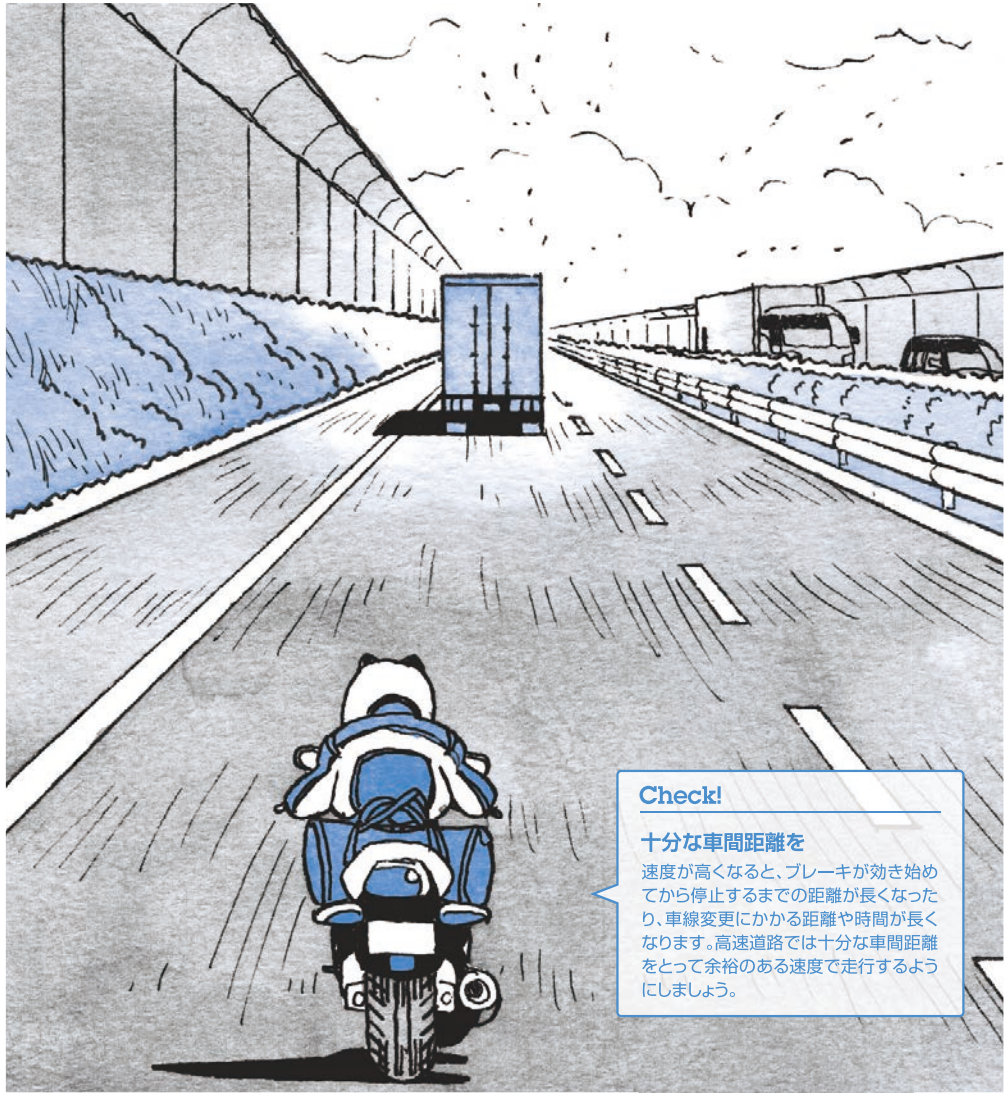


お客様相談センターはこちら！➡ 0120-086819（オーハローバイク）

高速道路の走り方

高い速度で走行する高速道路では、危険を発見してから停止するまでの距離が長くなります。十分な車間距離をとって余裕ある速度で走行するようにしましょう。

【高速道路では十分な車間距離を】



Check!

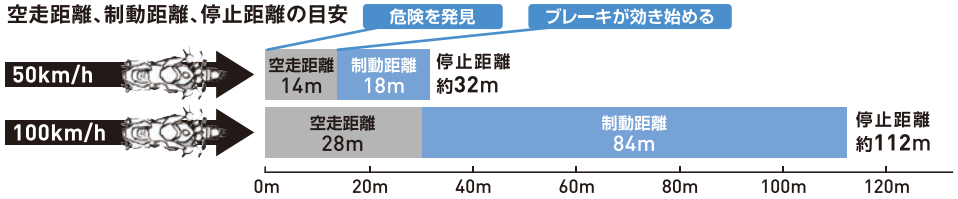
十分な車間距離を

速度が高くなると、ブレーキが効き始めてから停止するまでの距離が長くなったり、車線変更にかかる距離や時間が長くなります。高速道路では十分な車間距離をとって余裕のある速度で走行するようにしましょう。

速度が高くなると停止するまでの距離は長くなる

危険を発見してから停止するまでの停止距離は、時速50kmで約32m、時速100kmで約112m。速度が2倍になると空走距離は速度に比例して2倍になり、制動距離は約4倍に伸びます。さらに個人の運転技術の差や路面状況でも制動距離は変化します。速度が高くなる高速道路では一般道路よりも十分に車間距離をとり、余裕のある走行を心がけましょう。

空走距離、制動距離、停止距離の目安

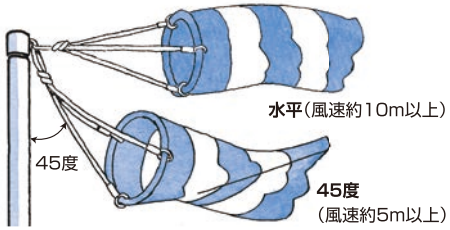


※ 上記の制動距離は、ライダーの運転技術やタイヤの状態によって大きく変化したり、速度が速くなることにより二輪車のブレーキ操作が難しくなる等の様々な状況を考慮し、長めに表記しています。

【高速道路では風に注意】

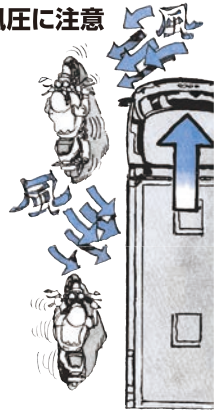
吹き流しを参考に、横風の影響をチェック

高速道路には、横風の発生する場所などに吹き流しが設けられています。吹き流しがほぼ水平になっている場合は、およそ風速7mから10m以上です。横風に注意して運転をしましょう。



追い越されるときの風圧に注意

高速道路では大型車に追い越されるとき風圧で押されたり、引き込まれそうになる力が働くことがあります。大型車とは距離をとって走行しましょう。



Safety one point

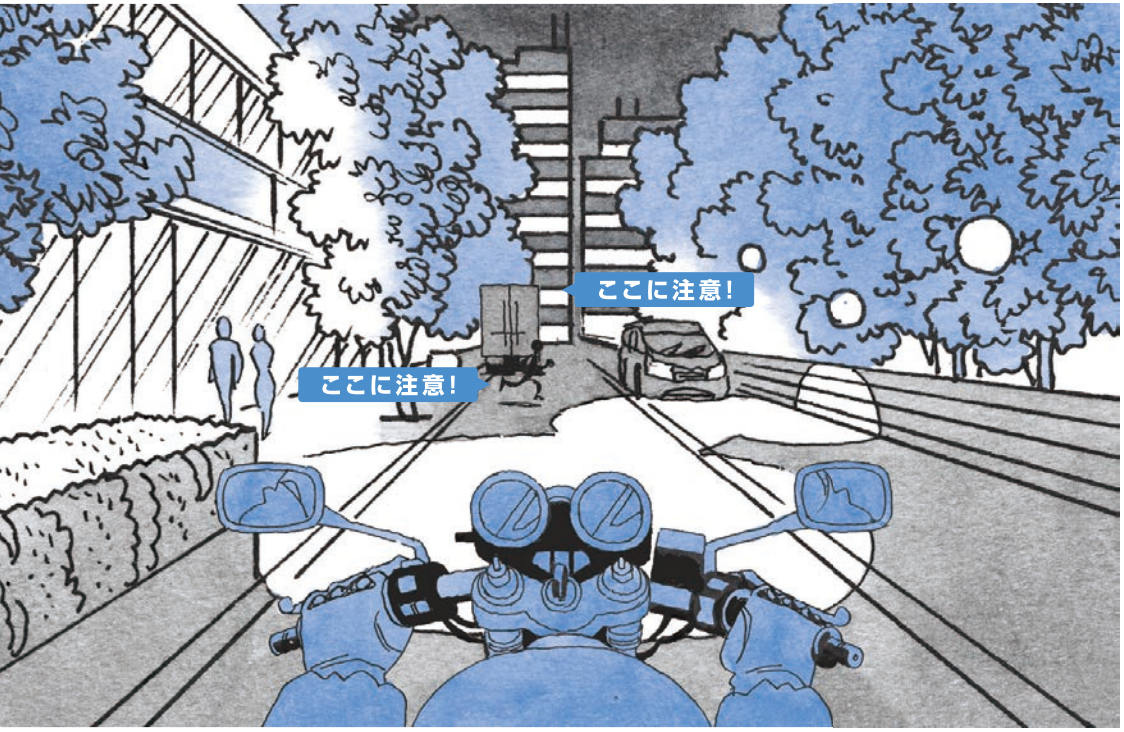
バイク用ETCを利用するときに注意すること

ETCカードの期限切れや入れ忘れ、ETCの不具合などでETCの開閉バーが開かない場合があります。万一開閉バーが開かなかった場合は、後続車両による追突事故防止などお客様の安全を確保するため、開閉バーおよび後続車両等に十分注意を払い、安全を確認の上、開閉バーを避けてETCレーンから退避してください。
また、バイクから離れるときはカードを必ず抜いておきましょう。

夜間や雨天時の速度は抑えめに

夜間走行では、目（視覚）から得られる道路情報は昼間に比べると大幅に減少します。
速度を昼間の走行より抑えめに、いつでも安全に停止できる速度で走りましょう。
また雨の日は路面が滑りやすく、停止距離も長くなります。
夜間と同じように慎重な運転を心がけることが大切です。

【夜間は見えないところに何かある】

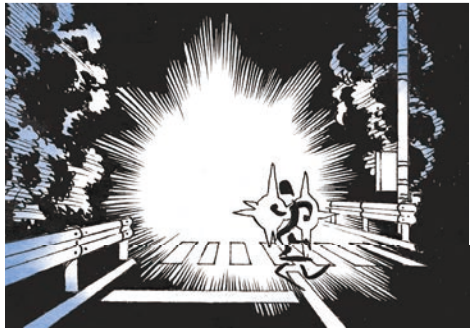


Check!

クルマが駐車しているかもしれない
歩行者が暗がりから飛び出してくるかもしれない

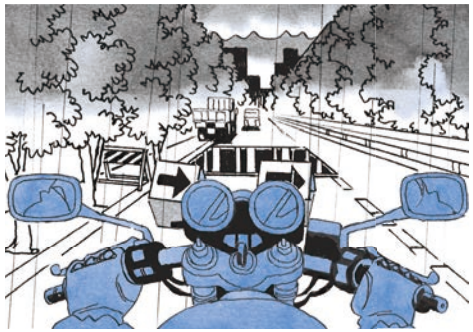
ヘッドライトの灯りが届かないところも注意しましょう。駐車中のクルマがあるかもしれません。発見が遅れると追突などの事故につながるおそれがあります。また、飛び出してくる歩行者がいるかもしれません。安全に停止できる速度で走ることはもちろん、対向車がいない場合はハイビームを使用するなど、前方の安全確認をしましょう。

【蒸発現象に注意】



夜間、信号のない横断歩道などで対向車とすれ違うとき、お互いのライトの影響により、歩行者や自転車が一瞬見えなくなることがあります。これを蒸発現象と呼びます。対向車が近づいてきたときには速度を十分に落とし、歩行者や自転車がいないかを確認しましょう。

【雨の日の運転は慎重に】



雨の日は視界が悪くなり、濡れた路面は停止距離が長くなります。工事現場の鉄板やマンホール、横断歩道などの白線、電車のレールなどは非常に滑りやすいので、できるだけ上に乗らないようにし、万一乗ってしまう場合には速度を落とし車体を立てながら走行しましょう。大きな水たまりなども避けて走行しましょう。また雨の日は体が冷えるなど悪条件が加わります。無理をせず、早めに休憩をとりながら慎重な走行をしましょう。

Safety one point

夜に視認性がよいウェアは?

ライダーは周囲から認識されることが安全につながります。そのためにウェアは明るく目立つ色が有効です。（財）全日本交通安全協会の実験によると、反射材が付いているウェアは明るい服よりさらに目立つというデータも出ています。

夜間における被服色彩別平均視認距離（前照灯下向き）

（財）全日本交通安全協会

お客様相談センターはこちら！➡ 0120-086819（オーハローバイク）

安全・快適な タンデム走行のポイント

バイクの2人乗りでは、
パッセンジャー（同乗者）の動きはライダーの運転操作に大きな影響をあたえます。
そのためライダーはパッセンジャーに正しい乗車姿勢を伝える必要があります。
また、パッセンジャーに思いやりをもって不安をあたえない運転をしましょう。

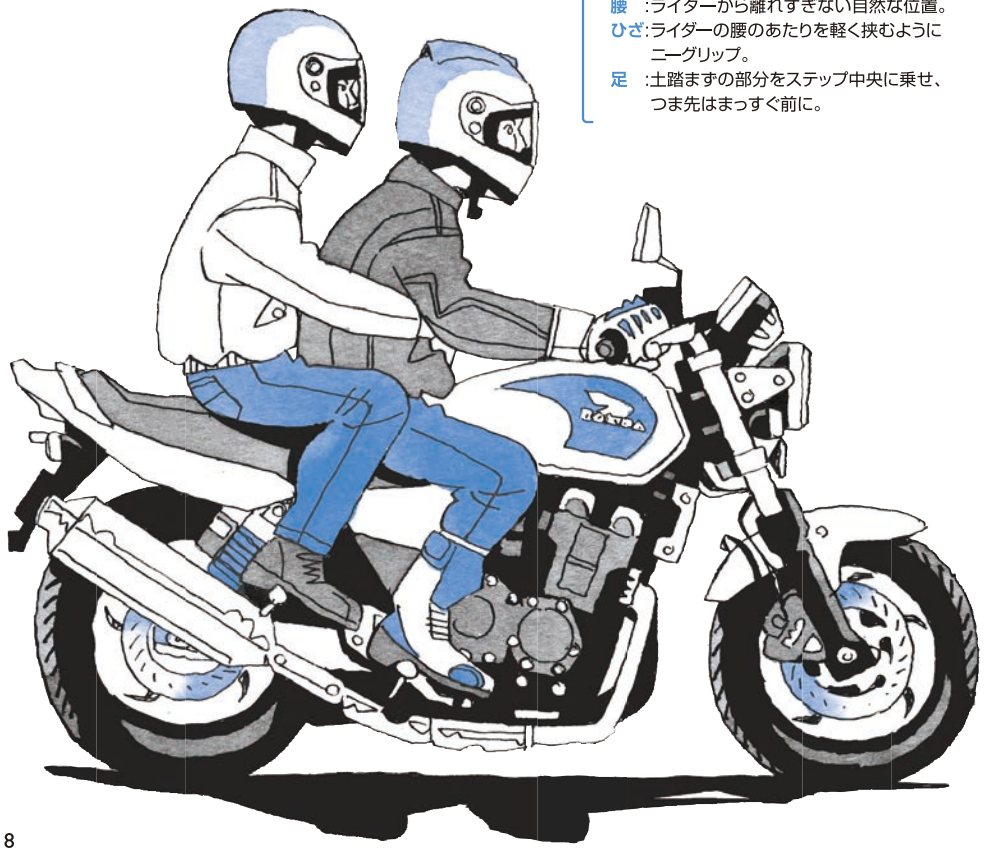
【パッセンジャーの乗車姿勢のポイント】

ライダーと一体感が持てる姿勢が基本

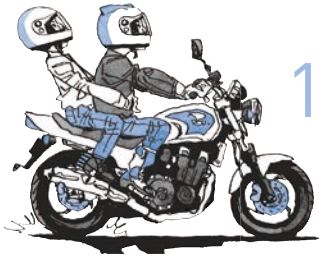
ライダーと一体感を持てる姿勢が安全運転につながります。

乗車姿勢の7つのポイント

- 目　:ライダーと同じように進行方向を見る。
- 肩　:力を抜いてリラックス。
- ひじ:力を抜いて軽くライダーの腹部に添える。
- 手　:ライダーの腹部の前で両手を組む。
- 腰　:ライダーから離れすぎない自然な位置。
- ひざ:ライダーの腰のあたりを軽く挟むようにニーグリップ。
- 足　:土踏まずの部分をステップ中央に乗せ、つま先はまっすぐ前に。



【ライダーが注意すること】



1 急加速は転落をまねく

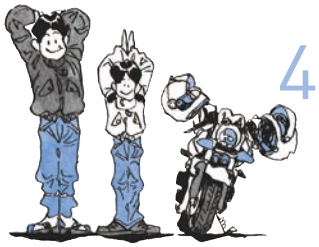
急加速は転落の原因になり、パッセンジャーが最も恐怖感をもつ運転です。パッセンジャーに恐怖感や不安感をあたえるような運転は避けましょう。

2 急減速は転倒をまねく

急な減速は、パッセンジャーだけでなくライダーもバランスをくずしてしまい、転倒の原因にもなります。

3 カーブでは速度を落として

カーブでは、パッセンジャーもライダーとともに内側へ体を傾けることで、走行が安定します。カーブへの進入速度が高いと、パッセンジャーは不安になり外側に体を起こそうとすることがあります。速度を落とした走行をしましょう。



4 パッセンジャーの状態に気を配る

一般道路でも強い風を受けることがありますが、それが高速道路になると、台風並みの強風となります。風で体温を奪われ、パッセンジャーも体力が消耗します。パッセンジャーの体調にも配慮し、早めに休憩をとるようにしましょう。

Safety one point

2人乗りができないのは……

50cc以下の原付バイクは2人乗り禁止です。50ccを超える小型二輪、普通二輪、大型二輪であっても、後部座席のないバイク、免許の種類や取得してからの年月、年齢によって2人乗りができない場合があります。
また高速道路では、125ccを超えるバイクの2人乗りができますが、20歳以上で普通・大型自動二輪免許を取得後3年以上経過しないと2人乗りができない、といった規則があります。あらかじめ、交通法規を確認しておきましょう。