

① 準備を入念に！車両点検と柔軟体操



いきなり乗車してしまう前に、まずは体操で体をほぐし、バイクも運行前点検(ブレーキ、タイヤ、灯火類、燃料)をしっかりとやる習慣を身につけましょう。体操でなくても、手首やヒザ、足首のストレッチをしておくだけで、疲労度もずいぶん変わります。コレは白バイ隊員さんたちもしっかりやっているメニューです！

② 正しい乗車姿勢、取り回しのポイント

ラクに操作をするために必要な、手足の自然な曲げ具合や、背中の曲がり具合などを教えていただきました。ほかにも、バイクを取り回す時の立ち位置や、バイクを立てる角度によっても、動かしやすさが大きく変わるのだ、ということも学びました！



③ 低速バランス

茨城県警×JAPAN RIDERS

バイク操作の 基本ポイント

動画は9月公開予定！

今回収録した、バイクと上手につきあうポイントを満載した「基礎講座」は、YouTubeのJAPAN RIDERSチャンネルにて9月公開予定！ぜひ一度チェックしてみてください！



とかく不安定になりやすい低速での発進、停車時でのフラつきに関しても、一本橋を使ってマンツーマンで教えていただきました！どのようなコツ、ポイントがあるのかについては、ぜひ動画を見て参考にしてください！



7、8、9月はバイク月間！
楽しいコンテンツ満載の

「バイク月間」特設サイト



JAPAN RIDERS
「バイク月間」特設サイト

活動報告も随時更新中！
「ジャパンライダーズ」の
Twitterも
チェック！



JAPAN RIDERS
Twitter

トにたになるポイントが多かったです！
また、乗車前にする準備運動から乗り方についてまで「こういう乗り方をした方がいい」ではなく「これくらいの余裕がある」と動かしやすいです」といったアドバイスが多く、みなさんのバイクでもすぐに活かせる視点で教えて下さったので必見です。動画は9月に公開予定なので楽しみに！

JAPAN RIDERS

2023 アンバサダー 梅本まどかの

安全運転No.1

第25回

「バイクを上手に操る」基本を 女性白バイ隊員から学びました！

バイクは全身を使って操る乗り物。もっとうまくやりたい、という人も多いと思いますが、今回は上手にバイクを操るうえで欠かせない「基本中の基本」を、茨城県警の女性白バイ隊員さんに教えていただきました！



茨城県警察 交通機動隊 黒崎琴己 巡査長(左)、高松 希 巡査(右)

黒崎巡査長は2022年の「全国白バイ安全運転競技大会」女性の部で優勝したチャンピオン。高松巡査は今年の大会で優勝を目指す茨城県警の代表。今回はこのお2人に教えていただきました！



自分に合ったスタイルで
バイクを扱う大切さを
教えていただきました！

茨城県警交通機動隊の黒崎さんと高松さんに、バイクに乗るうえで大切な取り回しやコツなどを教えていただきました。

黒崎さんは去年の全国白バイ安全運転競技大会・女性の部で優勝されていて、高松さんは今年選手として参加される白バイ隊員さん。そんなお二人だから知っている、バイクをスムーズに扱うためにしている事や大切にしているポイントをお伺いしたのですが、白バイ隊員さんでもみんな体格はそれぞれ違うので、自分に合ったスタイルを見つけて「バイクを知る」事が大切なんだと感じました。

お二人のデモ走行の様子からは、白バイ隊員になったばかりの頃の苦労は想像もつきませんでした。お話を伺っていくほどに、白バイ隊員に憧れ、しっかりと練習してバイクと向き合ってきたことで、今のお二人があるんだな、と感じられ、改めて白バイ隊員のみなさんてかっこいいなと思いました。

今回は実際に実践しながら取り回しのコツを学びましたが、「今まで気づかなかった！」という視点もあり、ホン