

【自転車のセルフチェック講習会】

自転車に安全に乗って頂くためには、乗車する自転車が安全な状態かどうかを確認する必要があります。この講習会は、ご自身の自転車の状態を自分で定期的に確認し、安全に自転車に乗っていただくことを目的としております。

■点検項目

ブレーキ	ブレーキシュー (リムブレーキ) ブレーキパッド (ディスクブレーキ) ブレーキワイヤー 効き具合	使用限界ラインまで達していないか <input type="checkbox"/> シュー自体が劣化していないか <input type="checkbox"/> 取り付け位置は適正か <input type="checkbox"/> ブレーキパッドの厚みが使用限界を下回っていないか <input type="checkbox"/> ワイヤーにほつれや切れている部分はないか <input type="checkbox"/> ワイヤーがサビていないか <input type="checkbox"/> 左右同じ握り具合か <input type="checkbox"/> 握りの深さはどうか <input type="checkbox"/> 正常に作動するか <input type="checkbox"/> レバーやキャリパーの動きはどうか <input type="checkbox"/>
ホイール	タイヤの摩耗と損傷 ホイールの振れ・ガタ クイックレバーの固定 (スルーアクスル)	スリップサイン有無と残りの深さの確認 <input type="checkbox"/> タイヤのサイドに変形はないか <input type="checkbox"/> タイヤに亀裂や異物はないか <input type="checkbox"/> タイヤの劣化やひび割れはないか <input type="checkbox"/> ホイール空転時に縦横の振れはないか <input type="checkbox"/> ホイールを左右に揺らしてガタつきはないか <input type="checkbox"/> 適正な固さ・向きで固定されているか <input type="checkbox"/>
変速	動作チェック 変速ワイヤー	フロント・リア共にスムーズに変速するか <input type="checkbox"/> ワイヤーにほつれや切断はないか <input type="checkbox"/> ワイヤーがサビていないか <input type="checkbox"/>
フレーム他		フレームに破損等はないか <input type="checkbox"/> ハンドルは固定されているか <input type="checkbox"/> ヘッド・フロントフォークからガタは出ていないか <input type="checkbox"/> サドルは固定されているか <input type="checkbox"/> ペダルにガタつきはないか <input type="checkbox"/> 各所のネジは正しく締められているか <input type="checkbox"/> チェーンやギア歯は汚れてないか・注油はされているか <input type="checkbox"/>