



自転車用ヘルメット

16 Aug 10

先ずは、使用可能な状態か確認！



- **外部シェル(外装):**
 - 衝撃などによりひび割れや擦り傷が表面に無いか目視で点検
 - 凹む部分が無いか指で押して見る(既により衝撃を吸収した部分は凹んでしまい、衝撃吸収効果が無い。)
 - シェルの表面の変色(衝撃を受けた箇所は変色する事が多い)
- **ライナー(内部):**
 - 取り外し可能なフィテティング調整用パッドは取外し、破損などないか発泡フォーム素材の状態を注意深く点検
- **バックル・ストラップ:**
 - 損耗、部品の欠損が無いか点検。 必要に応じて交換。

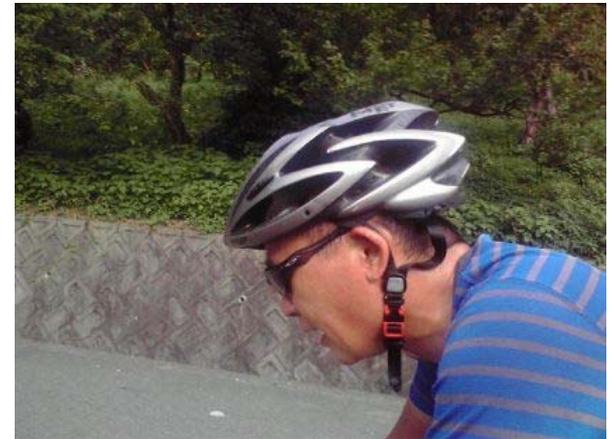


自転車用ヘルメット

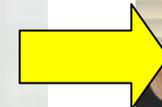
- 正しく装着しましょう！

悪い装着例

何が間違っていますか？



© ADAM, Inc.





ヘルメット - 機能と効果

正しい装着例

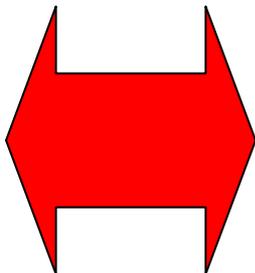


間違い

この様な被り方は格好よく思うかも知れませんが顔を防御しないばかりか首の損傷の可能性が高まります

首の保護

頭部が前方に押し出される傾向になり後ろへの突き返しが低減



首の損傷の可能性

ヘルメットの後端が首の後ろに入り込み首を押し出し損傷する可能性が増大

ヘルメットが先に接地
衝撃をヘルメットが受け止め、直接頭部に伝わるのを防ぐ



“舗装用パテ”

表皮がめくれるばかりか、骨折等によりその破片が筋肉等(眼球や脳)を突き破り損傷を与える可能性が増大



ヘルメット交換のサイン

まとめ:

- クラッシュした、衝撃を受けたら、即交換。
- 落下等で外部シェルや内部の緩衝材にひびが入るような衝撃を受けた場合、即交換。
- 1970年頃の年代物? 即交換。
- 外装が発泡素材のみ、製造時からプラスチックの代わりに布素材が使われている製品、即交換。 
- CPSC, ASTM 又はSnellの標章の無い製品、即交換。(日本のSG、JIS基準も含む) 
- サイズが自分の頭に正しく合わない? 即交換!!