

いいいつもんだね。ヘルメットをかぶってもらいたいりゆうはね…

4月^{がつ}からじてんしゃにのるときはヘルメットをかぶる「こと」になったけど、なんでかぶらなきゃいけないの？

ちゃ

さやまけいさつしょ

こんにちは。おーちゃんとヘルメットをかぶっているね！

こんにちはー

さやま 茶

じてんしゃ^{ひと}じこでなくなる人のほとんどが **あたま**をケガしてなくなっているんだ

あたまをケガして、なくなる人がおおいんだ。だから、ヘルメットをかぶる「こと」で **あたま**を **まも**ってほしいんだ。

さやま

そうだね！ **た**だしくヘルメットをかぶって、あんぜんにじてんしゃにのろうね

ヘルメットは **あ**たまと **い**のちを **ま**もって **く**れるんだね！

さやま

Tea

ただしくかぶろう！ヘルメット★



おでこをしっかりと覆い被せて、先端が眉毛のすぐ上で深く、水平に被ります。



あたまにあご紐の長さを調整します。あご紐とあごの間に指が1本分入るくらいがちょうどいい長さです。



こうとうぶ後頭部にあるアジャスターのダイヤルを回し、頭部とヘルメットの隙間をなくします。

おうちのひとといっしょにかくにしようね！

