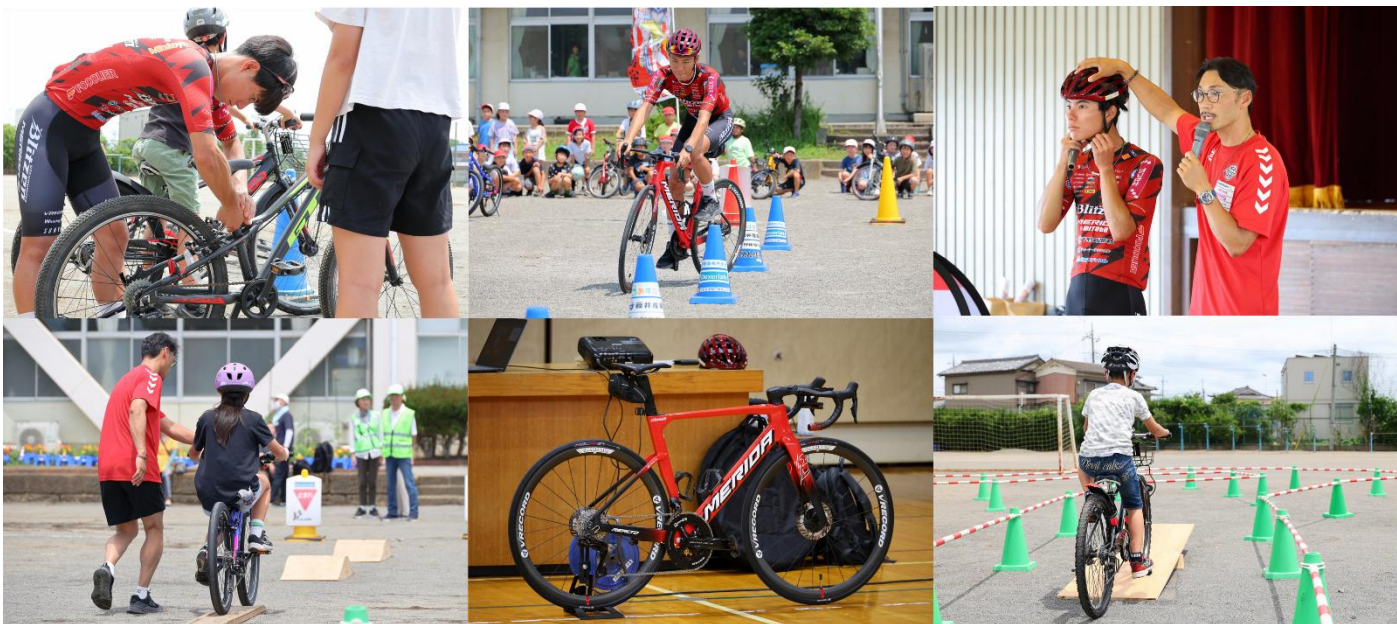


# Astemo *utsumomiya* **Blitzen**



## 自転車安全教室 実施概要

## 活動理念

「自転車交通ルール厳守の意識改革」  
「地域の子どもたちの未来を守る」  
「モビリティの楽しさを育てる」

## 概要

### ◆実施内容

1. 講師：宇都宮ブリッツェンのプロ選手が講師として参加いたします。
2. 座学（所要時間：30～40 分程度）
  - プロジェクターで資料を見ていただきながら進行します。
  - 宇都宮ブリッツェンというチームについてのお話をします。
  - 交通ルールやマナーについてのお話をします。
  - 正しい自転車の乗り方についてのお話をします。
3. 実技（所要時間：40～60 分程度） ※受講人数等により時間は変動します。
  - カラーコーンやコーンバーで作ったコースを一人ずつ、もしくは二人ずつ自転車で走行していただきます。
  - 乗車技術の向上を目的として、コース上にスラロームや一本橋などの各種課題を設置します。

### ◆準備していただきたい物

1. 座学で使用するプロジェクターとスクリーン
2. マイク 2～3 本（屋内・屋外共）→屋外は拡声器などでも可
3. 実技のコースで使用するラインカー（白線引き）



## ◆実施条件

1. より多くの学校に本教室を受講していただくため、2年連続での実施は控えさせていただきます。
2. 本教室で使用する自転車、ヘルメットは、基本的に学校側でご準備いただけること。  
(小学校等、どうしてもご準備できない場合に限り、こちらで貸出いたします。)
4. 教室開催における会場準備及び後片付けは、学校側からもお手伝いいただけること。  
(※教室開始1時間前からと終了後30分を目安に。)
5. 教室開催中、生徒さんの誘導及び貸出自転車や貸出ヘルメットの受け渡しの際はお手伝いいただけること。
6. 雨天時は体育館で実技(自転車に乗ること)も実施させていただけること。
7. SNSやHPへの写真の投稿を了承していただけること。

## ◆その他連絡事項・注意事項など

1. 栃木県内における学校等の公立施設にて行う教室については、基本的に無料で実施させていただきます。  
※ただし、宇都宮市外の遠隔地での開催に際しては交通費等諸費用をご負担いただく場合がございます。
2. 講師を務めるAstemo宇都宮ブリッツェン所属選手のスケジュールの都合上、実施できる日時を平日の**木曜日**に限定させていただきます。  
尚、スケジュールに空きがない場合もございますので予めご了承ください。
3. 実施にあたっての必要時間や規模に関しましては、上記実施概要を基本形とさせていただきますが、対象児童人数等によってはご相談に応じさせていただきます。
4. 当教室を受講していただいた皆様に、オリジナル記念品を人数分プレゼントいたします。

以上の内容をご理解・ご了承いただいたうえで、宇都宮ブリッツェン自転車安全教室の開催をご検討いただきますよう何卒よろしくお願い申し上げます。



## オリジナル記念品の例

表

氏名				
誕生日	平成	年	月	日生
住所	栃木県			
学校				
交付	平成	年	月	日
番号	号			

自転車運転免許証

自転車安全運転の限り有効

弱虫ペダル × BLITZEN

宇都宮ブリッツェン

宇都宮ブリッツェン

裏

### 交通安全のやくそく

- 自転車は左側を走ろう!!
- 歩道は歩行者優先で、ゆっくり走ろう!!
- 二人乗りや、並んで走るのはダメ!!
- 携帯電話や傘さしの片手走行は、とっても危険!!
- 信号は絶対に守ろう、交差点では止まって安全確認!!
- 暗くなったらライトを点けよう!!
- 正しい場所へきれいに駐輪しよう!!
- 子どもは、ヘルメットをかぶろう!!



## 弱虫ペダル × Astemo 宇都宮ブリッツェン 自転車安全免許証



ぷくぷくキーホルダー



マスコットキャラクター  
ライト君ぷくぷくステッカー



マスコットキャラクター  
ライト君反射材ステッカー