

# My Hawaii Bicycle Ride

## ハワイでの自転車の乗り方



Aloha! Exploring Hawaii by bicycle is a wonderful way to experience the islands. Follow these basic guidelines to have a safe and enjoyable ride for yourself and those around you. We appreciate your respect and *kouka*, mahalo!

アロハ! ハワイの素晴らしい島々を自転車で観光する事で素晴らしい体験ができます。このガイドラインは、あなたご自身、また同行する方達にハワイを楽しんで頂くための、安全な自転車の乗り方を記載しています。皆さんの敬意とご協力に感謝致します。マハロ!

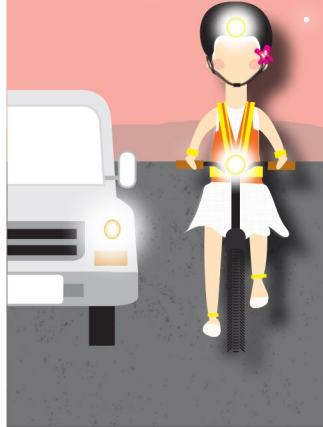


Hawaii Bicycling League  
3442 Wai'aleae Avenue, Suite 1  
Honolulu, Hawaii 96816

website: [www.HBL.org](http://www.HBL.org)  
email: [bicycle@HBL.org](mailto:bicycle@HBL.org)  
phone: 808 735 5756

Remember, bicycles are considered vehicles, just like cars.

自転車は車と同じ乗り物と考慮されます。(日本と同じ規則です。)



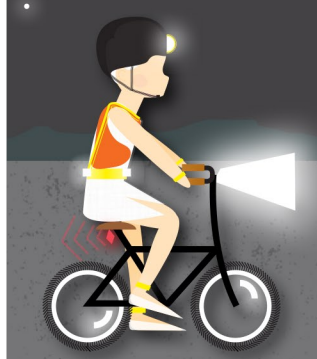
Use designated bike racks and a heavy-duty lock to secure your bicycle frame.

指定された自転車専用のバイクラックに頑丈な錠を使ってバイクフレームを施錠します。



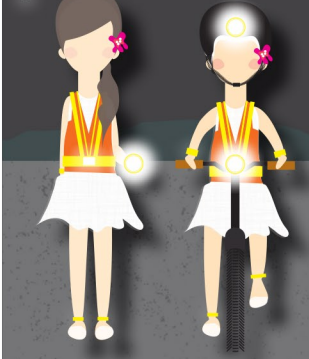
You must use a front white light and at least a red rear reflector after dark.

暗くなってきたら必ず白い前方のライトを点灯し、少なくとも後方の赤い反射鏡は必要です。



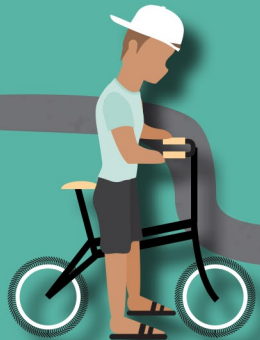
When walking or bicycling at night, be extra visible with bright clothing, reflective gear and lights.

夜歩くとき又は自転車に乗る時は、目立つ明るい色の服装、反射装置やライトを点灯し、暗いところでも周囲に見えるようにします。(安全確保をします)



Before heading out, make sure your bike is in proper working condition. Check your seat height, brakes and tire pressure. A short pre-ride to get a feel for your bicycle never hurts. Enjoy!

まず、自転車での旅に出発する前に、自転車の状態が安全であるかの確認を行います。シートの高さ、タイヤの空気圧、そしてブレーキが正常に作動するかをチェックしてください。次に少し試し乗りをし、長時間の走行も身体に負担なく楽しむ事ができるかどうか踏まえながら状態を再確認をします。



The Bus is equipped with front racks to accommodate your bike.

バスは、自転車を収容するフロントラックを装備しています。



Helmets are required for ages 16 and under but are recommended for all.

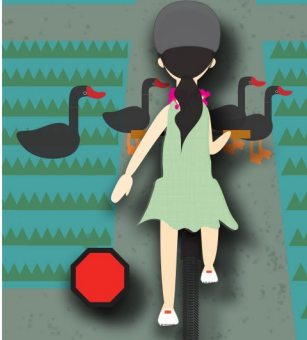
ヘルメットは、16歳以下の方は必ず着用となっていますが、安全の為にすべての方への着用を推奨しています。



Be safe and predictable by signaling ahead of time.

事前に合図(手信号)をする事で、周囲の人達が自分の動向の予測、確認ができ、安全に自転車走行できます。

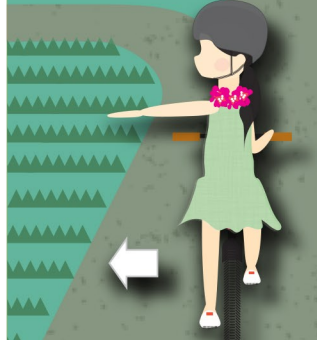
Stop Signal  
一旦停止の合図



Be safe and predictable by signaling ahead of time.

事前に合図(手信号)をする事で、周囲の人達が自分の動向の予測、確認ができ、安全に自転車走行できます。

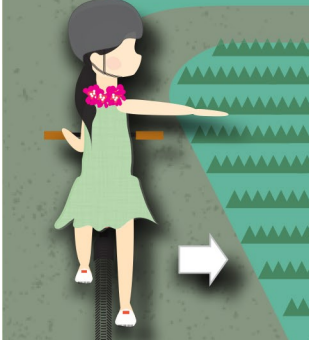
Left Signal  
左折の合図



Be safe and predictable by signaling ahead of time.

事前に合図(手信号)をする事で、周囲の人達が自分の動向の予測、確認ができ、安全に自転車走行できます。

Right Signal  
右折の合図



Be courteous by riding single-file.

一列縦隊で走行します。

Sidewalk riding is okay in residential areas but travel slowly and cautiously. Yield to pedestrians.

住宅街では歩道を走行することができますが、ゆっくりと慎重に走行します。あくまでも歩道は歩行者優先です。

Sidewalk riding is illegal in business districts, like Waikiki and downtown Honolulu.

ワイキキやダウンタウンなどのビジネス地域では、歩道を自転車で走行することは違法となります。

When riding on wide lanes with room, stay as far to the right as is practicable.

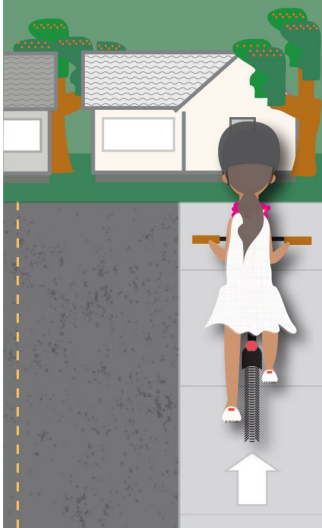
道幅の広い道路であっても、走行可能な位置で右端を走行します。

Avoid the door zone by riding at least one arm's length away from parked cars.

停車中の車の横を通過する際には、ドアが開く幅として、少なくとも片腕の長さ分の間隔を開けて走行します。

Bicycles may take the full lane of traffic if avoiding hazards, turning left, or if a lane is too narrow for a car and bicycle to safely ride side by side.

自転車は、左折、危険を避けるため、道幅が車と自転車が並んで走行するには狭い場合、安全確保のために車道の真ん中を走行することができます。



Be aware of your surroundings by removing headphones.

走行中はイヤホンなどは外し、周囲の様子に気を配るようにします。

Notify pedestrians audibly (or by bell) before passing them slowly on the left.

歩行者を追い越す際には、追い越す前に声掛けやベルを鳴らし、追い越すことを知らせます。

If a bike lane is available, use it. Make sure to ride in the direction of the arrows.

バイクレーンのある場所では、バイクレーンを使用します。矢印の方向に従って走行します。

Ride with the flow of traffic.

自転車の走行は、車両の流れと同じ方向で走行します。

Follow traffic rules including traffic lights and stop signs.

信号や停止標識を含め、交通ルールに従って走行します。

Always yield to pedestrians and slower-moving traffic.

常に歩行者に注意をはらい、歩行者優先で走行します。

