

ネジサイズ	ネジの呼び	推奨トルク値 (N・m)	使用例
M4	小ネジ	1〜3	電子部品、DIY小物
M5	小ネジ	2〜6	自転車のアクセサリ、ステー固定など
M6	小ネジ	5〜12	バイクのレバー、外装パーツなど
M8	中ネジ	15〜25	エンジンまわり、サスマわりなど
M10	中ネジ	30〜50	ブレーキ、マフラー、フレーム
M12	大ネジ	60〜100	車のホイールナットなど
M14	大ネジ	90〜140	足まわり、トラック、重機関連