

みんなの
笑顔と

命を守ります!

ヘルメット!



自転車に乗るときは、
自転車乗車用ヘルメットを
正しく着用しましょう。

ルールを守って安全に!

令和5年4月1日より

すべての自転車利用者に「乗車用ヘルメットの着用が努力義務化」されました

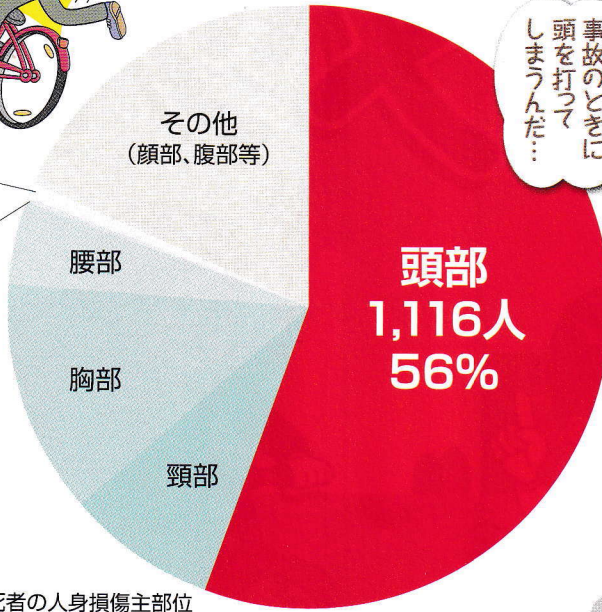
枚方市・枚方市交通対策協議会

知っていますか?

自転車乗用中の事故で亡くなられた方の 約6割が、頭部に致命傷を負っています。

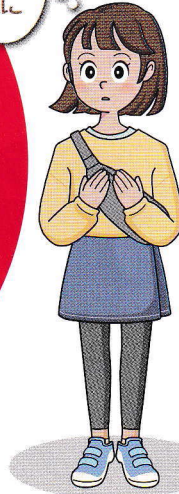


脚部
腕部

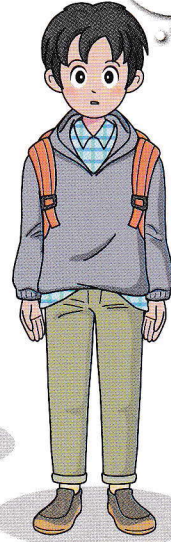


自転車乗用中死者の人身損傷主部位 (致命傷の部位)
(平成30年~令和4年合計 2,005人/警察庁HPより)

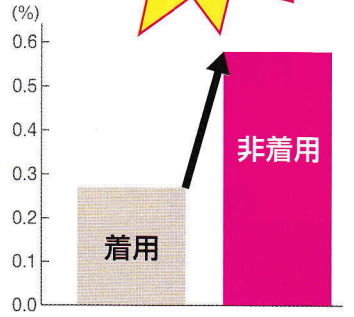
事故のときに
頭を打って
しまったら…



ヘルメットを
かぶらないと
死亡する割合が
こんなに高く
なるんだね…



約2.1倍!



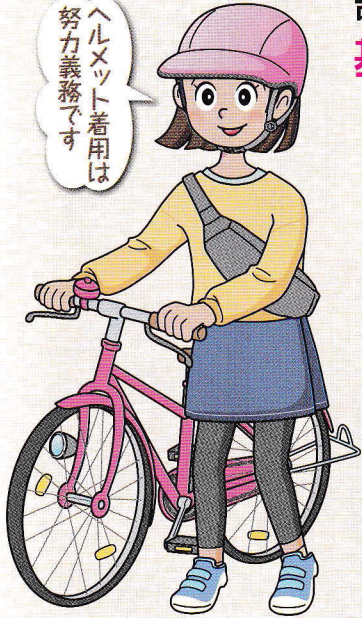
自転車乗用中のヘルメット着用状況別の致死率
(平成30年~令和4年合計/警察庁HPより)
※「致死率」とは、死傷者数に占める死者数の割合

備えましょう!

事故で負傷した際の後遺障害を軽減するためにも、頭を守ることがとても大切です。もし、ヘルメットを着用せずに事故にあった場合は、自転車側の過失割合が高くなる可能性があります。

基準に合った、自分に合ったヘルメットを、正しく着用!

ヘルメット着用は
努力義務です



ヘルメットを選ぶときは…

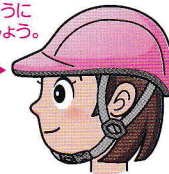
- SGマークやCEマークなど、安全基準をクリアしている表示が付いた製品を選ぶ。
- サイズが合っているものを選ぶ。
実際にかぶってみて、緩かったり、きつかったりしていないか、痛いところはないかなどを確かめましょう。



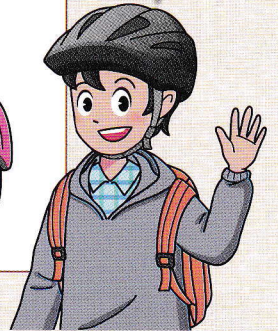
ヘルメットを着用するときは…

- ヘルメットを正しい角度で装着する。
- あごひものバックルをしっかり締める。
事故の際にヘルメットが外れてしまわない程度に締めます。苦しくならないように、あごごあごひもの間に人さし指1本が入る程度を目安に、長さを調整しましょう。

ヘルメットの先端が
眉毛付近近くになるように
角度を合わせましょう。



「髪にクセがつく」とか
「ムシめいやだ」とかの
ストレスを
軽減するタイプや、
デザイン性に優れた
ヘルメットもあります



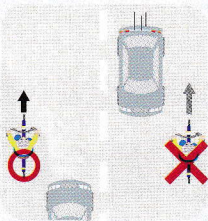
相手のため、自分のために、万が一の事故に備えて、自転車保険等に参加しましょう。

守りましょう!

自転車安全利用五則

(令和4年11月1日 中央交通安全対策会議 交通対策本部決定)

1. 車道が原則、左側を通行
歩道は例外、歩行者を優先



2. 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
3. 夜間はライトを点灯
4. 飲酒運転は禁止
5. ヘルメットを着用



※保護者は、自身がヘルメット着用にも努めるとともに、幼児を幼児用座席に乗せるときや、児童、幼児が自転車を運転するときは、ヘルメットを着用させるよう努めなければなりません