

# 富士交通安全情報

令和 5 年 4 月 7 日  
 富士警察署 交通課  
 0545-51-0110



## 自転車乗車時ヘルメット着用努力義務化

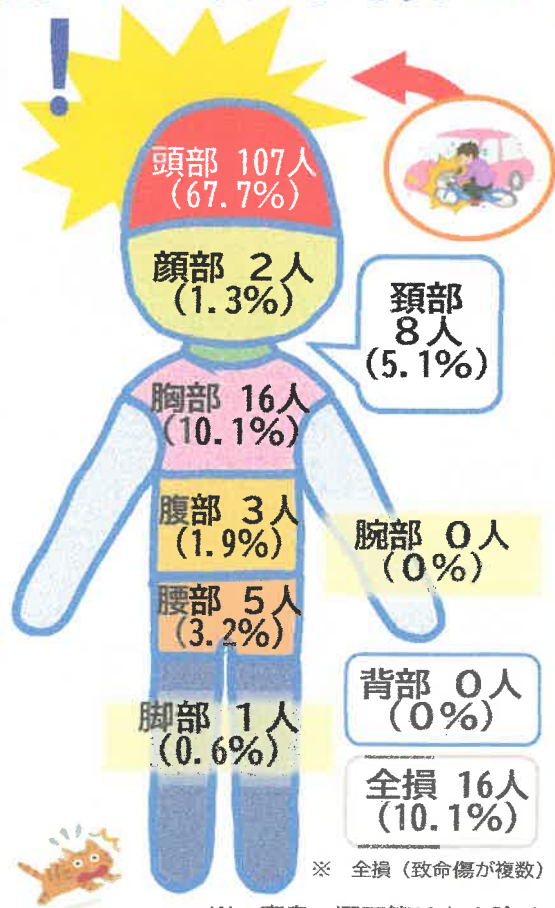


令和5年4月1日から、改正道路交通法の施行により、全ての自転車利用者に対して、ヘルメットの着用が努力義務化されました。

# 自転車事故死者の致命傷は 頭部が約7割！

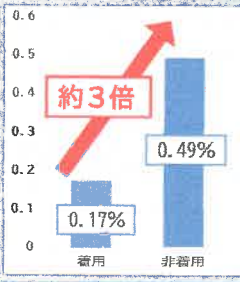
～頭部を守れ！自分を守れ！～

自転車は不安定な乗り物です。過去の事例をみると、「頭部」のケガが致命傷になったケースが最多です。頭部を守るため、「ヘルメット」をかぶりましょう。転倒した場合などに、頭部への衝撃を軽減する大きな効果があります。



※ 全損（致命傷が複数）  
 ※ 窒息・溺死等10人を除く  
 自転車事故死者の人身損傷部位  
 （過去10年・平成25年～令和4年・静岡県内）

ヘルメットを着用しないと  
 致死率が約3倍に！



H25～R4	着用	非着用
死者(人)	10	158
死傷者(人)	5,842	32,261
致死率(%)	0.17	0.49

自転車乗車中に事故に遭った場合、ヘルメットを着用しないときは、着用したときと比べて致死率が約3倍にも高くなります。

## ヘルメットの着用効果を動画で確認

ヘルメット着用の重要性を、専門家の方がお話しされている動画です。



二次元コードを読み込んでください→



※ 静岡県警YouTube公式チャンネル（動画：警察庁）

ヘルメットの有無による頭部損傷の程度を比較した実験動画です。



二次元コードを読み込んでください→



※（一社）日本自動車連盟（JAF）のご協力を頂いております。



# ヘルメットは自分の未来を守るため

令和5年4月から全ての自転車利用者に対し、乗車用ヘルメット着用の努力義務が課されました。



ルールを守る!

||  
命を守る!

交通ルールを守ることが  
事故のリスクを  
減少させます

みんながヘルメットをかぶる未来

OK!

警察庁・都道府県警察

交通ルールを守って  
つながる未来





ルールを守って、安全!安心!自転車ライフ

# 自転車安全利用五則

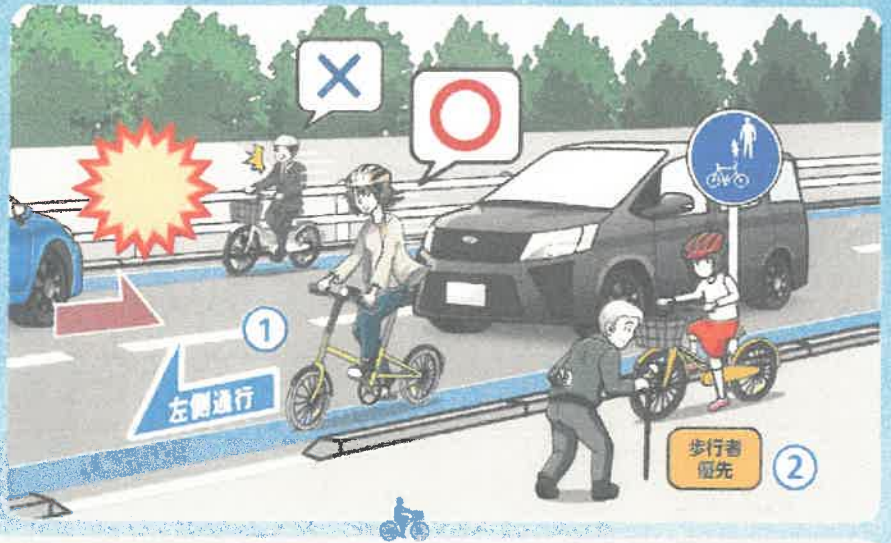
令和4年11月1日、中央交通安全対策会議交通対策本部決定

**RULE 1**

**車道が原則、左側を通行  
歩道は例外、歩行者を優先**

① 自転車は、車道が原則、左側を通行  
道路交通法上、自転車は軽車両と位置付けられており、歩道と車道の区別がある道路では車道通行が原則です。自転車が車道を通行するときは、自動車と同じ左側通行です。道路の中央から左側部分の左端に寄って通行してください。

② 歩道は例外、歩行者を優先  
道路標識などにより、歩道を通行できる場合は、車道寄りの部分を徐行しなければなりません。歩行者の通行を妨げるときは一時停止しなければなりません。



**RULE 2**

**交差点では信号と一時停止を守って、安全確認**

交差点では一時停止と安全確認  
一時停止標識のある交差点では、必ず止まって左右の安全を確認しましょう。

**信号は必ず守る**

信号は必ず守り、譲るときは安全を確認しましょう。



**RULE 3**

**夜間はライトを点灯**

夜間は必ずライトを点灯する

無灯火は、周りから自転車が見えにくくなるので非常に危険です。夜間はライトを点灯し、反射器材を備えた自転車を運転しましょう。



**RULE 4**

**飲酒運転は禁止**

飲酒運転は禁止です!  
自動車の場合と同じくお酒を飲んだときは、自転車を運転してはいけません。



**RULE 5**

**ヘルメットを着用**

必ずヘルメットをかぶりましょう  
事故による被害を軽減させるため、乗車用ヘルメットをかぶりましょう。

※令和5年4月1日から、  
全ての自転車利用者に対して乗車用ヘルメット着用の努力義務が課されています。



## 「自転車指導啓発重点地区・路線」の設定

都道府県警察では、自転車指導啓発重点地区・路線において、重点的・計画的に自転車通行空間の整備、啓発活動及び指導取締りを推進しています。

自転車指導啓発重点地区・路線は各都道府県警察のウェブサイトでチェック!

安全運転

