

ヘルメットを着用しましょう

道路交通法の改正により、**全ての自転車利用者のヘルメットの着用が努力義務**となりました（令和5年4月1日～）。

交通事故の被害を軽減するためには、**頭部を守ることが重要**です。
お気に入りのヘルメットを着用し、**大切な命**を守りましょう！

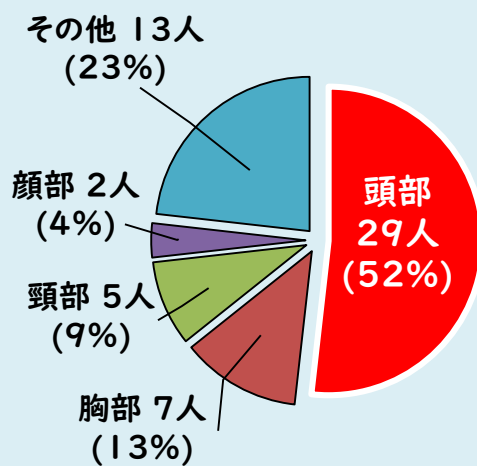
当たり前の ヘルメット文化



高校生自転車ヘルメット着用促進動画・ポスターコンクール優良賞

自転車乗車中死者の 人身損傷主部位

（令和元年から令和5年までの
累計・福岡県）



自転車事故で亡くなられた方の
約5割が頭部に致命傷
を負っています。

大人も子供も**頭部の保護**
が重要です！

ヘルメットは、SGマークなどの
安全性を示すマークが付いた
ものを使い、あごひもを確実に
締めましょう。

ヘルメットは正しく着用しましょう！

頭のサイズに合ったものを選びましょう！

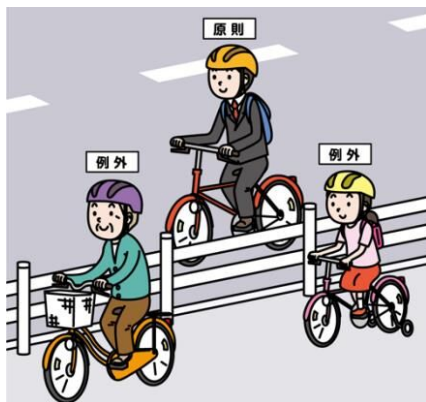
先端はまゆ毛の上辺りに合わせて水平！

あごひもは、指が1～2本入る程度に調整！

福岡県警察

自転車安全利用五則

① 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先



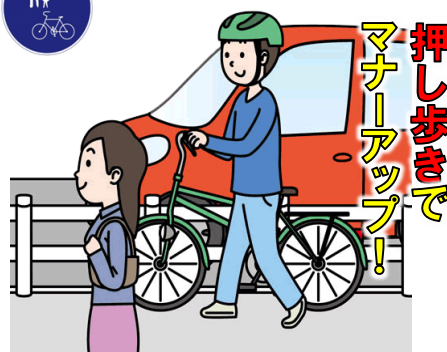
自転車は車両です。歩道と車道の区別があるところは車道通行が原則です。



車道では左側（車両通行帯のない道路では左側端）を通行しなければいけません。

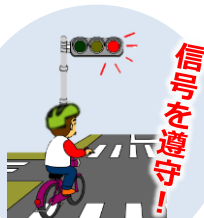


※普通自転車の歩道通行可標識



上記の標識※などにより歩道通行が認められる場合でも、車道寄りを徐行し、歩行者の通行を妨げることとなるときは一時停止しなければいけません。

② 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認



どんなに急いでいても守りましょう。信号が点滅したら渡り始めてはいけません。



一時停止の標識がない交差点でもしっかり安全を確認しましょう。

③ 夜間はライトを点灯

周りに気付かれにくく危険です。

④ 飲酒運転は禁止

少しでも飲んだら運転禁止！

⑤ ヘルメットを着用



子どもから大人までヘルメットを正しく着用！

- ヘルメットは頭のサイズに合ったものを選びましょう！
- 先端はまゆ毛の上辺りに合わせて水平にかぶりましょう！
- あごひもは、指が1～2本入る程度に調整しましょう！

このような運転も絶対にやめましょう！



傘差し運転！
携帯電話の操作や通話！

「ながら」運転



周囲の迷惑！

横断歩道上の歩行者妨害

自転車に乗る前にチェック



整備士による定期点検！



自転車保険への加入！

※ 県条例で自転車保険への加入が義務化（令和2年10月～）