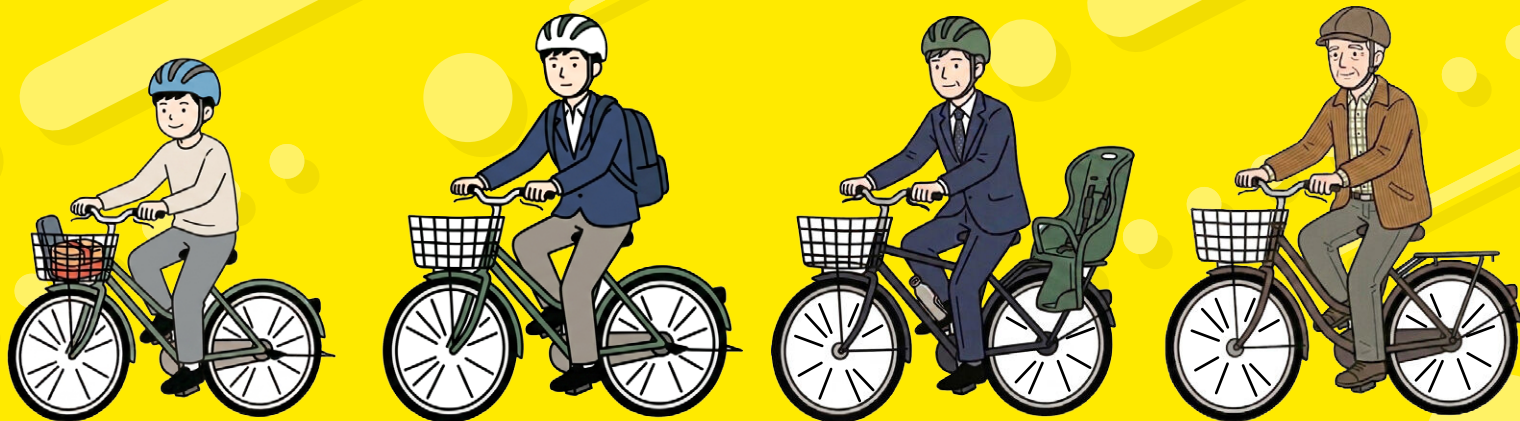
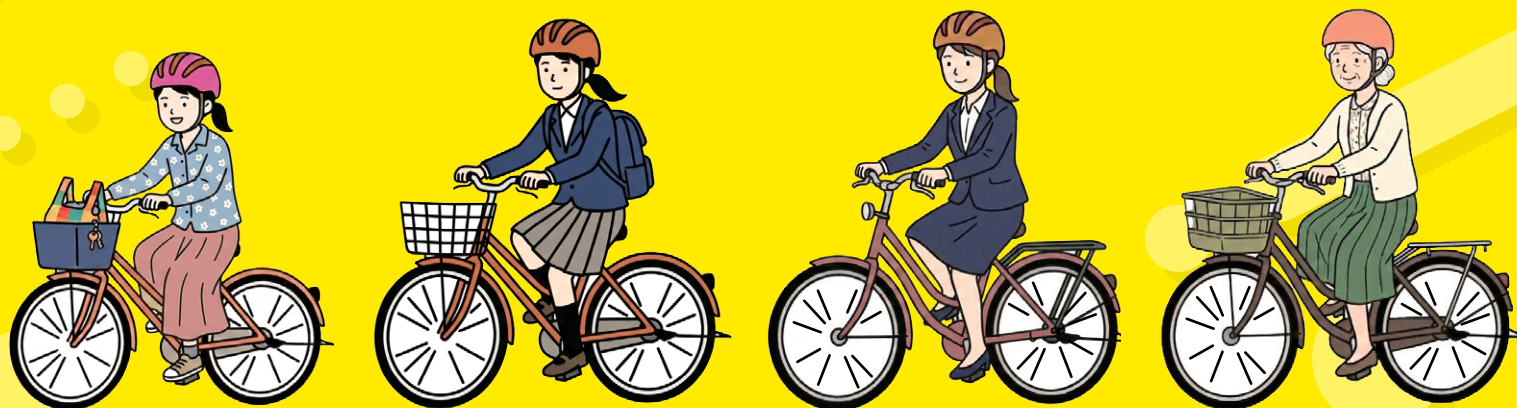


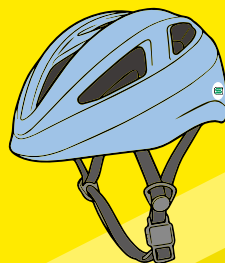


自転車に乗るときは ヘルメットを着用しよう



乗車用ヘルメットとは

自転車事故に備えるためのヘルメットのことで。道路交通法など国の法令により定められた規格はありませんが、一般財団法人製品安全協会のSGマークなど、特定の安全基準を満たすものが望ましいとされています。



あなたは、こんな
「命がけの言い訳」
していませんか？

- ☐ 「ちょっとそこまで」だから大丈夫。
- ☐ ずっと無事故だから、自分は運転が上手い。
- ☐ スピードを出さないから、転んでも平気。
- ☐ ヘルメットを被るのは恥ずかしい。

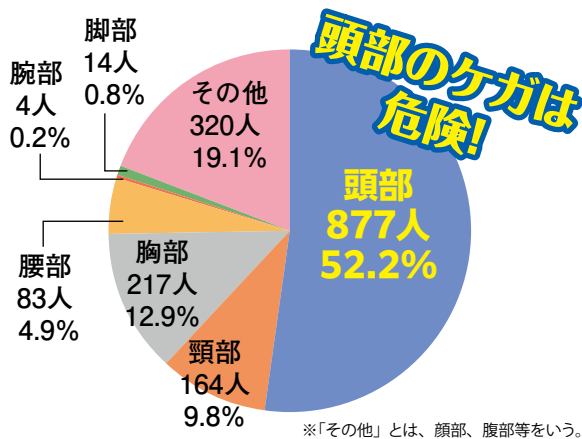
ヘルメットを着用しましょう

自転車事故の被害を軽減するため、乗車用ヘルメットを着用して頭部を守りましょう。

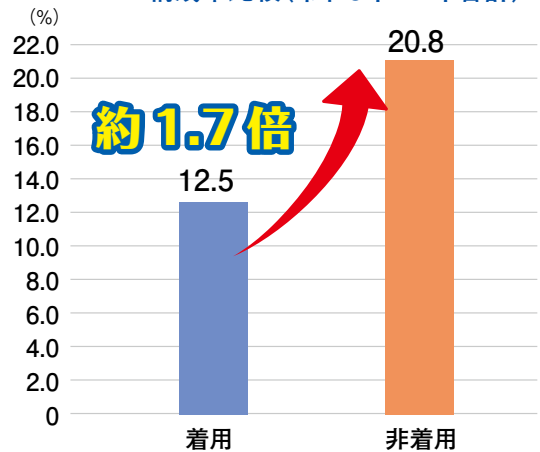
ヘルメットの効果

本県で、令和5～7年に自転車事故で亡くなった方は19人。うち、5人は着用していれば助かっていた可能性があったとされています。※令和5年～令和7年合計(警察庁調べ)

自転車乗用中死者の人身損傷主部位「致命傷の部位」
(令和3年～7年合計)



ヘルメット着用有無別人身損傷主部位「頭部」
構成率比較(令和3年～7年合計)

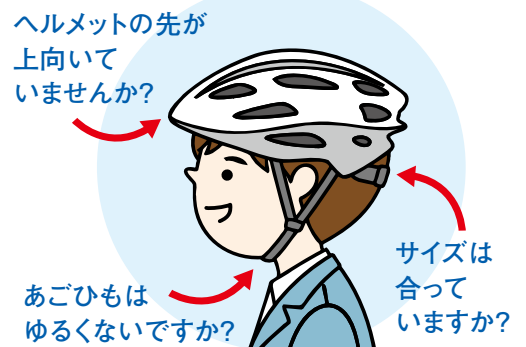


※自転車乗用中の死者・重傷者における人身損傷主部位が「頭部」であった者の構成率を比較した。

ヘルメットのかぶり方

ヘルメットをかぶっていても、事故の際にずれたり、外れてしまえば効果がありません。自分の頭の形や大きさにあったヘルメットを、正しい方法でかぶりましょう。

- ☑ 頭のサイズに合ったヘルメットを選びましょう。
- ☑ 頭全体を保護できるように、水平にかぶりましょう。
- ☑ あごひもは、口を大きく開けたときに、引っ張られるくらいしっかりと締めましょう。



ヘルメットのデザイン

最近のヘルメットには、様々なデザインがあります。ご自分の自転車や服装、利用するシーンなどにあわせ、お気に入りのヘルメットを探してみませんか。(写真は一例であり、県が特定の商品やメーカーを推奨するものではありません。)

スポーティ



カジュアル



帽子型

