

自転車に乗るときは

ヘルメットを着用

しましょう



1

正しい角度で装着しましょう。



ヘルメット本来の機能を発揮するためには正しい角度で装着することが大切です。ヘルメットの先端がまゆ毛付近にくるように角度を合わせかぶりませう。

2

あごひものバックルを
しっかり締めませう。



万が一の事故の際にヘルメットが外れてしまわないよう、あごひものバックルはしっかり締めませう。

3

あご下に適度なあそびを
残ませう。



あごとあごひもの間に、人差し指一本が入るほどのあそびを残ませう。指が入らない場合や緩すぎる場合は、適度にあごひもの長さを調整ませう。

自転車用ヘルメットにはカジュアルな帽子タイプのものやロードバイク向けのスタイリッシュなもの、またジュニア用などさまざまな種類があります。詳しい装着方法などは各メーカーの取り扱い説明書等をしっかり確認して正しい方法で装着ませう。

高松市交通安全都市推進協議会

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へ

香川県警察

交通ルールを守って
つながる笑顔



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

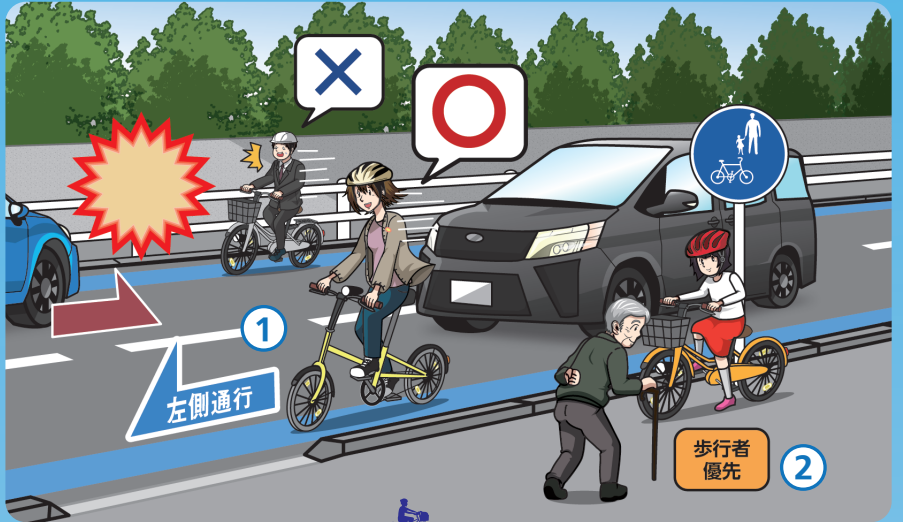
RULE
1

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、渡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。

香川県内の
自転車指導啓発重点地区・路線は

コチラを
チェック!



安全運転

