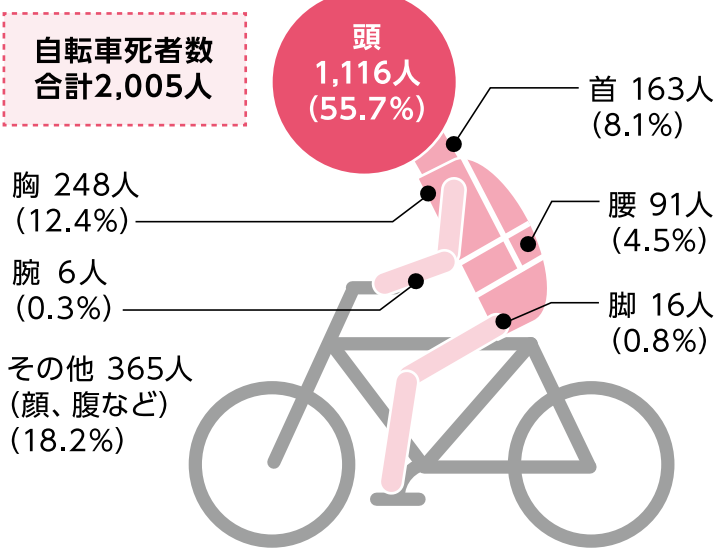


自転車に乗るときはヘルメットを着用しましょう!

警察庁の統計では、自転車乗車中の死者の致命傷の部位は、頭部が約6割を占めています。

大人も子どもも、自転車に乗るときは必ずヘルメットを着用しましょう。

* 令和5年4月1日から、自転車に乗る全ての人にヘルメット着用が努力義務となりました。



自転車乗車中死亡者の致命傷の部位
平成30～令和4年合計 (出典:警察庁)

! 自転車に乗るときの5つのルール

ルール 1、車道が原則、左側を通行
歩道は例外*、歩行者を優先

* 歩道に「普通自転車歩道通行可」の標識や標示がある場合、普通自転車は通行することができます。



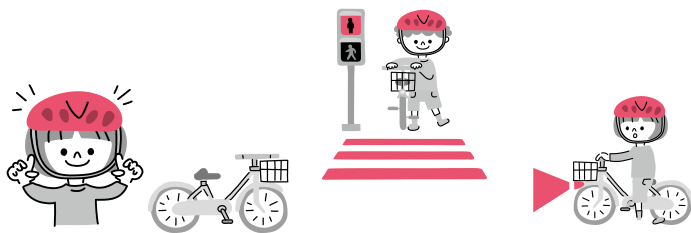
普通自転車歩道通行可

ルール 2、交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

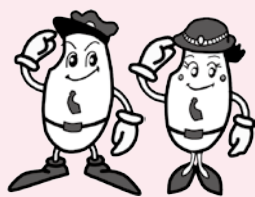
ルール 3、夜間はライトを点灯

ルール 4、飲酒運転は禁止

ルール 5、ヘルメットを着用



交通ルールを守って、自分自身や周りの人の命を守りましょう



ひかるくん ひかりちゃん
新潟県警察マスコットキャラクター

新潟県は、「信号機のない横断歩道での車の一時停止率」と「自転車ヘルメットの着用率」が、**全国最下位**です。自転車ヘルメットの着用は、自転車事故から**自分の命を守るため**です。自転車を運転するときは必ずヘルメットを着用しましょう!

また**横断歩道は歩行者優先**です。横断歩道を横断しようとしている人がいるときは、**必ず止まりましょう!** (新潟県警察糸魚川警察署)