ヘルメット 命のお守り 忘れずに

令和8年広島県自転車マナーアップスローガン

5月は自転車マナーアップ強化月間

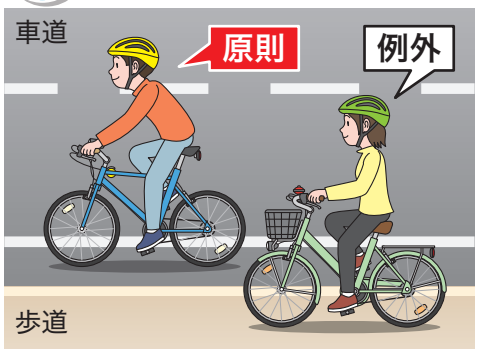
毎月1日は自転車安全利用の日

ひろしま高校生自転車啓発ポスターコンテスト　最優秀賞
広島県立熊野高等学校　1年（受賞当時）　平原 和奏さん

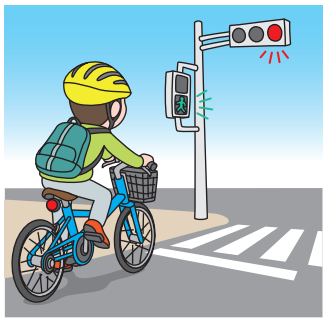
広島県交通対策協議会　広島県自転車安全教育推進委員会
公益財団法人広島県交通安全協会・広島県交通安全活動推進センター

「自転車安全利用五則」を守りましょう！

1. 車道が原則、左側を通行
歩道は例外、歩行者を優先



2. 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認



3. 夜間はライトを点灯

4. 飲酒運転は禁止

5. ヘルメットを着用

自転車に乗るときは、ヘルメットを着用！

【令和５年4月1日から道路交通法で努力義務化されました】

自転車利用者は、ヘルメットを着用するよう努めなければなりません。

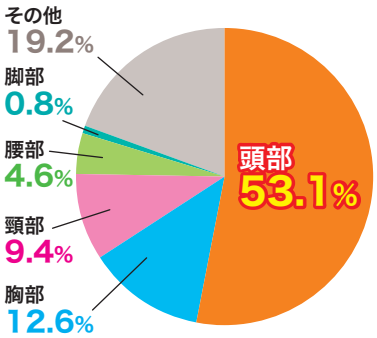
自転車乗用中の交通事故で亡くなられた方は、約５割が頭部に致命傷を負っています。

また、自転車乗用中の交通事故で主に頭部を負傷した死者・重傷者について、ヘルメットを着用していなかった方の割合は、着用していた方に比べて約1.7倍高くなっています。

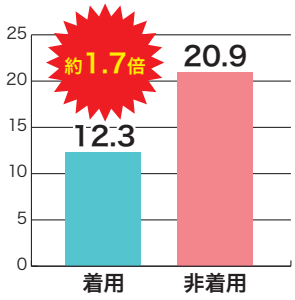
令和７年６月に警察庁が全国で実施した自転車乗車時のヘルメット着用率によれば、広島県のヘルメット着用率は11.5パーセントで、全国平均（21.2パーセント）よりも低い状況です。

大切な命を守るため、自転車に乗るときは、ヘルメットを着用しましょう。

●自転車乗用中の死者の致命傷部位（令和２年～令和６年合計）



●自転車乗車中の死者・重傷者における主要損傷部位が頭部であった場合の構成率（令和２年～令和６年合計）



【出典：警察庁ホームページ参照】

自転車保険に加入しましょう！

自転車事故に係る高額賠償請求事例も発生しています。
万一の事故に備えて、**自転車保険に加入**しましょう。

【令和５年4月1日から広島県自転車の活用の推進及び安全で適正な利用の促進に係る条例で義務化されました】

《高額賠償事例》
小学生が夜間、自転車で帰宅中、歩行中の女性と正面衝突。
女性は頭蓋骨骨折等で意識不明の重体となった。
（神戸地方裁判所：平成25年7月判決）

賠償額 約9,521万円

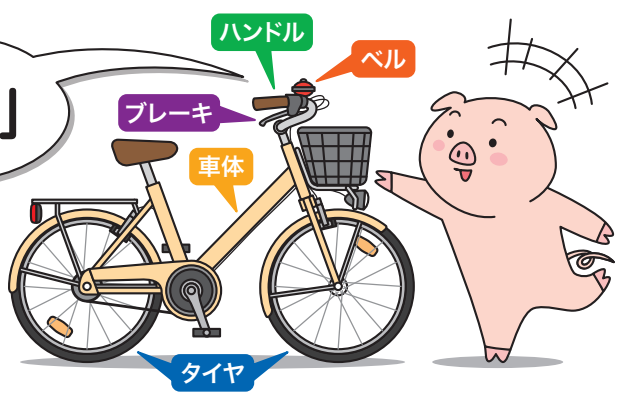
令和8年4月1日から自転車の交通反則通告制度（青切符）開始！

16歳以上の者が行った自転車の交通違反に対して、適用されます。

詳しくはこちら→
自転車ルールブック

自転車の点検整備を忘れずに！

自転車を利用する前には、忘れず安全点検をしましょう。

合い言葉は「ブタはしゃべる」です。

- ブ…ブレーキは、前後ともよく効きますか
- タ…タイヤの空気は入っていますか
- は…ハンドルは曲がっていませんか
- しゃ…車（シャ）体（サドル、フレーム）は曲がっていませんか、チェーンはゆるんでいませんか、反射板は付いていますか
- べる…ベルはよく鳴りますか、壊れていませんか