

# 自転車を安全に利用しましょう

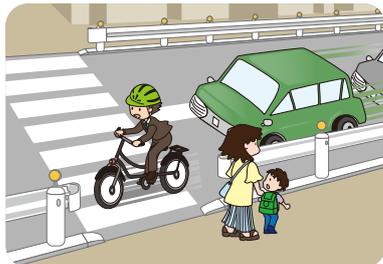
県政/  
スポット

道路交通法が改正され、令和5年4月1日から自転車利用者は年齢を問わず、**全ての人が乗車用ヘルメットの着用が努力義務**となりました。大切な命を守るために、乗車用ヘルメットを着用するなど、交通ルールを守り、自転車を安全に利用しましょう。

## 交通ルール(自転車安全利用五則)を守りましょう

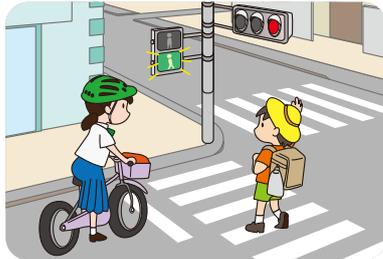
### 1 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先

自転車は「車の仲間」です。歩道と車道の区別がある道路では車道通行が原則です。車道を通行する場合は左側に寄って通行しなければなりません。



### 2 交差点では信号と 一時停止を守って、安全確認

信号機のある交差点では信号に従って安全を確認し通行しましょう。道路標識などにより一時停止するべき場所では一時停止し、安全を確認しましょう。



### 3 夜間はライトを点灯

夜間は必ずライトを点灯しましょう。



### 4 飲酒運転は禁止

自転車も飲酒運転は禁止されています。



### 5 ヘルメットを着用

自転車を利用する全ての人は乗車用ヘルメットを着用しましょう。

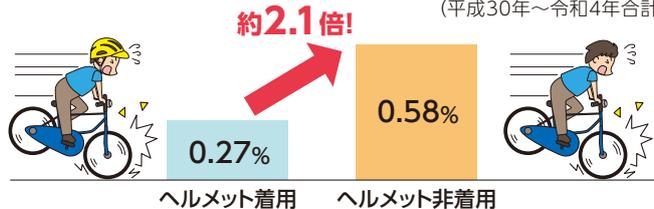


## 自転車を利用する全ての人は ヘルメットを着用しましょう

自転車乗用中の交通事故で亡くなった人の約6割が頭部に致命傷を負っています。また、ヘルメット非着用時の致死率(\*)は、着用時に比べて2倍以上高くなっています。自転車事故による被害を軽減するためには、頭部を守ることが大変重要です。

### ■自転車乗用中のヘルメット着用状況別の致死率

(平成30年～令和4年合計)



※致死率とは死傷者のうち死者の占める割合をいう。  
警察庁資料より

ヘルメットはあなたの命を  
守ります!



## 自転車保険に 加入しましょう

### 奈良県自転車の安全で適正な 利用の促進に関する条例

奈良県自転車条例により、自転車損害賠償責任保険などへの加入が義務になっています。



自転車は正しく利用しなければ  
危険な車両であることを認識し、  
ルールを守って  
安全に利用しましょう。

