



# ヘルメットをかぶろう

道路交通法の改正により、**自転車に乗るときのヘルメット着用が努力義務**となりました。（令和5年4月1日）

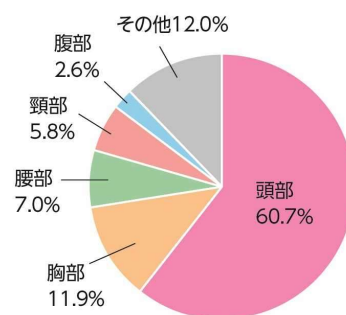
自転車用のヘルメットは、転んだときや交通事故にあったときに、衝撃から頭を守ってくれます。

交通事故の被害を軽減するためには、**頭部を守ることがとても重要**ですので、**年齢に関わらず、日常生活でも、自転車に乗るときはヘルメットをかぶりましょう。**

## 自転車乗車中の事故で亡くなった方のうち、6割以上が頭のケガが原因です

自転車乗車中に事故にあうと、車体に強く打ち付けられたり、転倒して縁石や路面などに強打したりして、頭に大ケガをし、重い障害が残ったり、亡くなったりする確率が高くなります。大切な命を守るためにもヘルメットを着用しましょう。

自転車事故による損傷部位別死者数の割合 (平成27年・全国)



## ヘルメット着用の効果は？

自転車用のヘルメットを正しく着用することにより、頭のケガにより亡くなる方の割合は約4分の1に減るというデータがあります。

ただし、ヘルメットを着用していても、衝撃を受ける前に脱げてしまっては効果が期待できません。「あごひも」を正しく締めることも大切です。

ヘルメット着用状態別 死者の割合 (平成19~23年)  
\*公益財団法人交通事故総合分析センターの分析による。



## 子どもと高齢者のヘルメット着用が大切な理由

平成27年、県内の小学生、中学生、高校生の交通事故に占める自転車事故の割合は、小学生では約半分、中学生・高校生では約8割にもものぼります。

また、自転車事故で亡くなった方のうち8割近くが65歳以上の高齢者です。



小・中・高校生別の交通事故件数 (平成27年・千葉県)

区分	小学生	中学生	高校生
自転車関係	305件 51.4%	246件 78.3%	565件 80.1%
その他事故	288件	68件	140件

年齢層別 自転車事故による死者数 (平成27年・千葉県)

