

## 5月は自転車安全利用強化月間

### ○ 期間

令和6年5月1日（水）から  
5月31日（金）まで

### 自転車にはヘルメット！

- 「ヘルメットをかぶる」というのは**自分自身の命を守る**こと
- 「ヘルメットをかぶらせる」というのは、家族、生徒、社員など**大切な人の命を守る**こと
- ヘルメットの着用が万が一の交通事故の時に**致命傷を回避し、救命効果を著しく高める**こと



福島県・福島県交通対策協議会  
福島県交通安全母の会連絡協議会

詳しくは「自転車安全利用強化月間」をご覧ください。  
福島県 自転車安全利用強化月間

自転車を利用する皆さん、  
**自転車も車の仲間**  
です。  
自転車の交通違反は、  
**事故に直結する危険な行為**  
です。  
自転車を利用する際は、  
**交通ルールを守り、正しいマナー**  
を実践しましょう！  
**大人がこどもの見本**  
になりましょう！  
万が一の交通事故に備えるため、  
**自転車損害賠償責任保険に加入**  
しましょう！

### 自転車はルールを守って安全運転！

#### 自転車五則 安全利用 を守りましょう！

令和4年11月1日、中央交通安全対策協議会が定める「自転車安全利用五則」に基づき、自転車利用者の安全意識を高め、交通事故の発生を防止することを目的として策定された。また、令和5年4月1日から全ての自転車利用者に対して、乗車用ヘルメットの着用が努力義務となっている。

#### 1 車道が原則、左側を歩道は例外、歩行者を優先

自転車は軽車両に該当します。車道と歩道の区別がある道路では車道通行が原則です。歩道に上りかけた場合は歩行者を優先して通行してください。

#### 2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

信号、一時停止は必ず守り、道路を横断する際は、安全確認を行いましょう。

#### 3 夜間はライトを点灯

夜間、無灯火では、前方の安全確認ができません。また、周りからも見えにくくなり、大変危険です。

#### 4 飲酒運転は禁止

自転車も、自動車の場合と同様に、飲酒運転したときは、運転してはいけません。

#### 5 ヘルメットを着用

乗車用ヘルメットは、交通事故防止における重要な役割を果たします。子どもから大人まで、全ての自転車利用者が乗車用ヘルメットを着用しましょう。

#### 絶対にやめましょう！「ながらスマホ」

自転車運転中に、スマートフォンや携帯電話の画面を指したり操作するいわゆる「ながらスマホ」が原因となる交通事故の発生が後を絶ちません。中には、事故の相手方である歩行者が亡くなる事故も発生しています。自転車運転中の「ながらスマホ」は、不安定な運転になり、周囲の自動車や歩行者などに与える危害が十分分り、重大な交通事故につながり得る極めて危険な行為です。絶対にやめましょう。

#### 自転車運転者講習制度

自転車の運転に関し、交通の危険を生じさせるおそれのある一定の違反(危険行為)を反映して行った者が講習制度の対象となります。  
(危険行為)：信号無視、指定場所一時停止、通行禁止違反、通行区分違反等

