



自転車に乗るとき



ヘルメット着用努力義務

令和5年4月1日～

全ての年齢層に対する自転車乗用時のヘルメット着用の努力義務化

どうしてヘルメットが必要なの？

自転車事故からこんな分析結果が

自転車の交通ルールを
マスターしよう♪

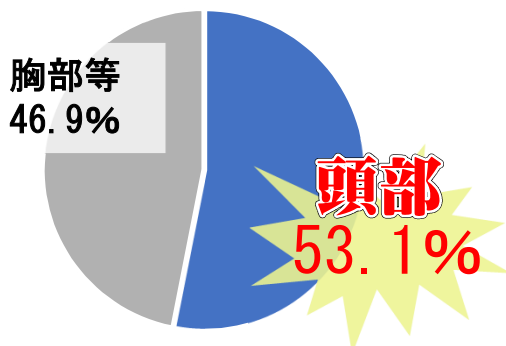
くわしくはこちら



- 自転車事故で亡くなった人の**半数以上**が頭部にけがをしています。
- ヘルメット非着用時の「頭部」損傷は、ヘルメット着用時と比べ**約1.7倍**高くなります。

【自転車乗用中死者の人身損傷主部位】

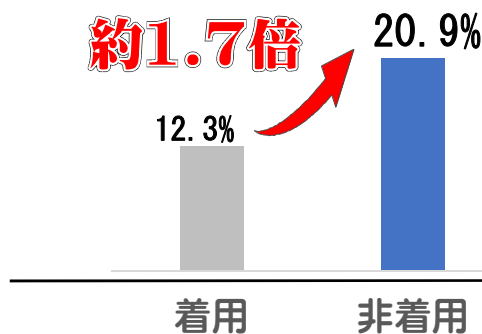
令和2年～令和6年合計



注 「人身損傷主部位」とは、損傷程度が最も重い部位（致命傷の部位）をいう。（資料：警察庁HP）

【ヘルメット着用有無別人身損傷主部位「頭部」構成率比率】

令和2年～令和6年合計



注 自転車乗用中の死者・重傷者における人身損傷主部位が「頭部」であった者の構成比を比較（資料：警察庁HP）



村上 守 医師

京都田辺中央病院副院長
脳神経外科部長
脳卒中・心臓血管病センター長

ヘルメットを着用することで、**交通事故による衝撃が吸収・分散**され、**脳へのダメージを軽減し頭部外傷リスクが減少**します。

◆ 自分の頭に合った正しいサイズのヘルメットを被りましょう！



◆ SGマーク等の安全基準を満たしているものを選びましょう！

SGマーク

JFC公認マーク



京都府田辺警察署