

あなたにもかぶって欲しい ヘルメット

令和5年4月から
道路交通法でもヘルメット着用が
努力義務になりました



「東京都自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」により、
自転車利用者のヘルメット着用は努力義務とされています。
東京都生活文化スポーツ局都民安全推進部総合推進課 TEL.03-5388-3127

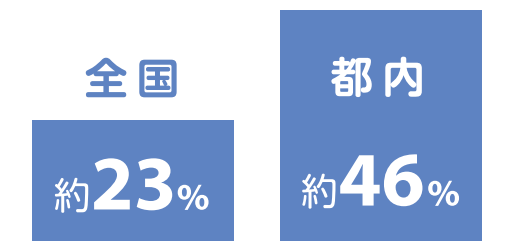


大人も子供もヘルメットをかぶって 自転車を安全に利用しましょう

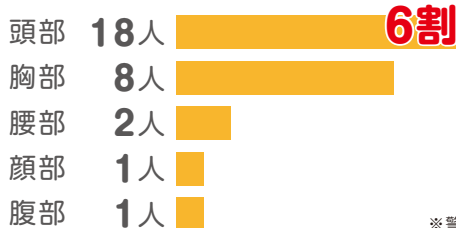
安全安心を推進する
マスコットキャラクター
みまもりいぬ



都内は交通事故全体に占める
自転車関与事故の割合が高い



※警視庁「自転車事故の推移(令和4年中)」より



※警視庁統計(令和4年中)より

自転車事故による死亡者30人のうち
6割が頭部損傷を主因として亡くな
られています。

ヘルメットを正しく着用することにより
頭部損傷による死者の割合はおよそ

1/4に低減

※イタルデザインフォーメーション「交通事故分析レポートNo.97」より

ヘルメットの正しい着用方法

1 正しい角度で装着



2

ヘルメットの先端がまゆ毛のすぐ上にくるように
角度を合わせ、左右均等にかぶる

3

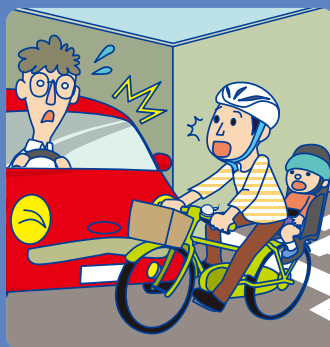
あごとあご紐の間に人差し指一本入れられるか確認

4

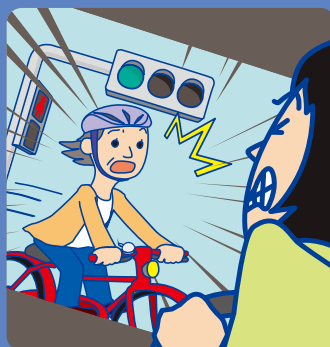
耳元のV字部分のねじれチェック

※株式会社オーケーカブトHelmet Guide「ヘルメットをかぶろう」より

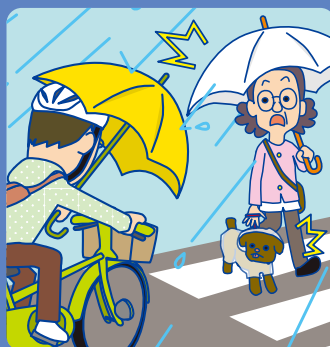
一時不停止や信号無視などの**交通ルール違反**による事故が多発しています。



一時不停止



信号無視



傘さし運転



スマートフォン等のながら運転