

# 自転車に乗るときは、大人も子供も ヘルメット着用をわすれないで！

奈良県警察



令和5年4月1日から、全ての年齢層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です！

ホントにヘルメットは必要なの？

頭部の保護が重要です！



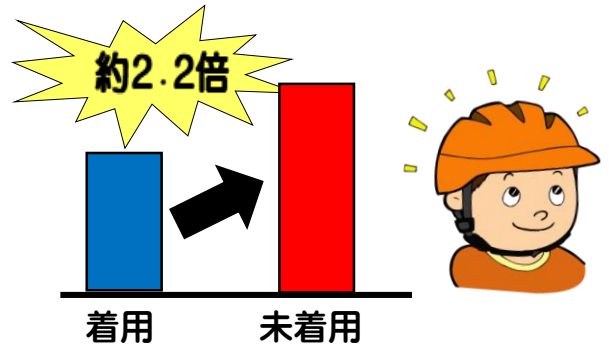
自転車乗用中の  
死亡事故  
(全国統計 過去5年)

約6割が

頭部に致命傷。

ヘルメットを着用していないと…

ヘルメット着用状況の致死率



正しい  
ヘルメットの  
かぶり方！

だから、ヘルメット！

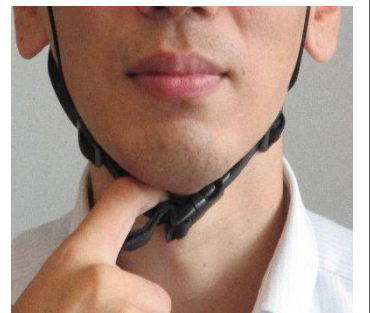


あごひもは「カチッ」としめる！



ひもが耳に当たったり、  
ねじれたりしていない  
かな？

※水平に深くかぶろう！



あごとあごひもの間  
は、人差し指1本～  
2本が入るくらい。

ヘルメットは頭部への被害を軽減する効果があります！