

# 自転車に乗るときの2つの約束

# ヘルメットを 着用

## しましょう



### 1

正しい角度で装着しましょう。



ヘルメット本来の機能を発揮するためには正しい角度で装着することが大切です。ヘルメットの先端がまゆ毛付近にくるように角度を合わせかぶりませう。

### 2

あごひものバックルを  
しっかり締めませう。



万一の事故の際にヘルメットが外れてしまわないよう、あごひものバックルはしっかり締めませう。

### 3

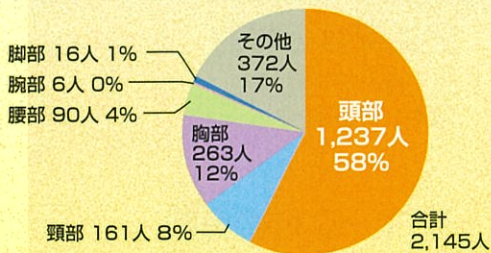
あご下に適度なあそびを  
残させませう。



あごとあごひもの間に、人差し指一本が入るほどのあそびを残させませう。指が入らない場合や緩すぎる場合は、適度にあごひもの長さを調整させませう。

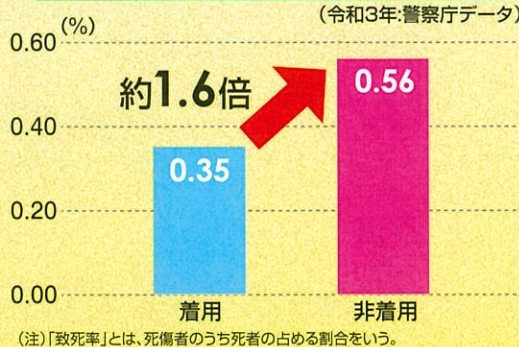
自転車用ヘルメットにはカジュアルな帽子タイプのものやロードバイク向けのスタイリッシュなもの、またジュニア用などさまざまな種類があります。詳しい装着方法などは各メーカーの取り扱い説明書等をしっかり確認して正しい方法で装着させませう。

## 致命傷の約6割は頭部!!



●「その他」とは、顔部、腹部等をいう。  
自転車乗用中の死者の致命傷部位  
(平成29年～令和3年合計・警察庁データ)

## ヘルメット着用状況別の致死率比較



自転車乗用中の死者の致命傷部位は約6割が頭部です。また、自転車乗用中の交通事故でヘルメットを着用していない人はヘルメットを着用している人に比べ致死率が約1.6倍になっています。大切な命を守るため、自転車に乗るときはヘルメットを着用させませう。



# 自転車に乗るときは

# 保険に 入りましょう



## 加入状況確認シート

自転車利用中の事故により他人にケガをさせてしまった場合などに備えて、相手の生命または身体の損害を補償できる保険(自転車損害賠償責任保険等)に加入していますか?

※点検整備した自転車に貼られる「TSマーク」も該当します。

はい

わからない

いいえ

自動車保険、傷害保険、火災保険のいずれかに加入していますか?

はい

わからない

いいえ

共済、各種団体保険(職場で加入する保険や学校のPTA保険等)のいずれかに加入していますか?

はい

わからない

いいえ

自転車損害賠償責任保険等に相当する補償が基本補償または特約としてついていますか?

※特約の名称は、日常生活賠償特約など保険会社によって異なります。

はい

わからない

いいえ

すでに自転車損害賠償責任保険等に加入しています。

保険証券をご用意のうえ、ご加入の保険会社にご確認ください。  
※相当する補償がない場合には加入が必要です。

自転車損害賠償責任保険等への加入が必要です。

## 事故による損害を補償する自転車損害賠償責任保険等の種類

### ■日常生活での賠償責任保険等

#### 自転車向け保険

自転車事故に備えた保険



#### 自動車保険の特約

自動車保険の特約で付帯した保険



#### 火災保険の特約

火災保険の特約で付帯した保険



#### 傷害保険の特約

傷害保険の特約で付帯した保険



#### 共済

全労済、県民共済など



#### TSマーク付帯保険

自転車の車両に付帯した保険



問合せ先／神奈川県くらし安全交通課 TEL 045-210-3552