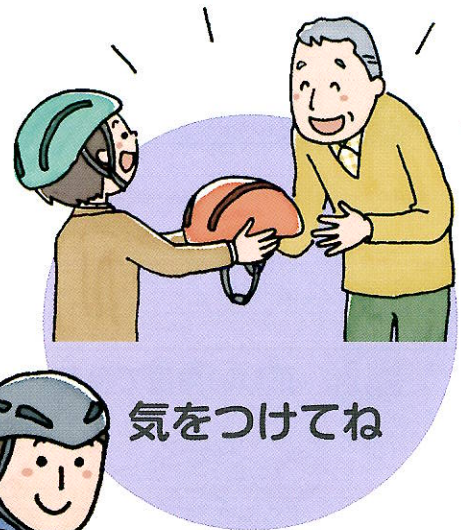


# あなたにも かぶって欲しい ヘルメット



自転車事故で亡くなられた方の多くは頭部の損傷が主因です。  
「自分は大丈夫」という気持ちが、重大な事故につながります。  
東京都民安全推進本部交通安全課 TEL.03-5388-3127

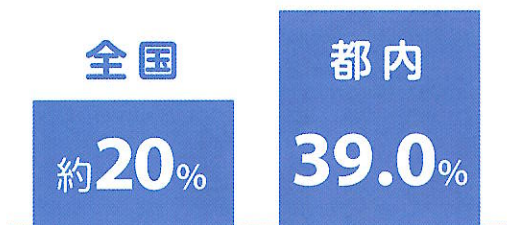


東京都  
リサイクル選性  
この印刷物は、印刷用の紙へ  
リサイクルできます。



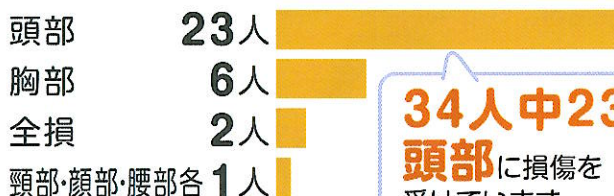
# 大人も子供もヘルメットをかぶって 自転車を安全に利用しましょう

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「自転車事故推移(令和元年中)」

自転車事故による死者のうち、約7割が  
**「頭部」**の損傷が主因で亡くなっているの  
を知っていますか？



**34人中23人**が  
**頭部**に損傷を  
受けています。  
(令和元年) ※警視庁統計より作成

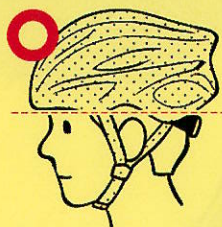
ヘルメットを正しく着用することにより  
頭部損傷による死者の割合はおよそ

## 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」より作成

## 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

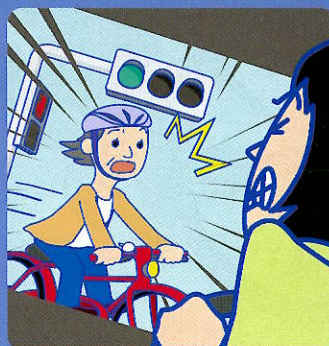
4 耳元のV字部分のねじれチェック

※関オージーケーカプトHelmet Guide「ヘルメットをかぶろう」より作成

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。



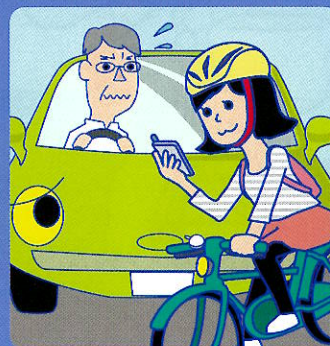
一時不停止



信号無視



傘さし運転



スマートフォン等のながら運転