



自転車ヘルメットを着用しましょう

～ 「ナイス！ヘル着」していないアナタは「レッツ！ヘル着」～



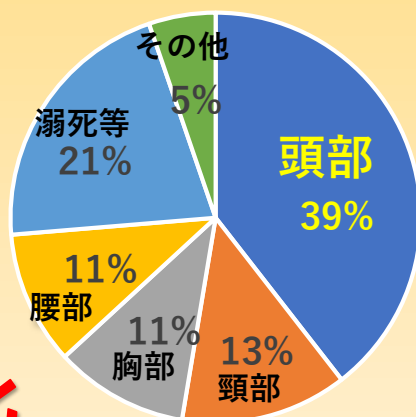
ヘルメットを着用しないと致死率が約1.7倍

自転車乗用中の交通事故で亡くなられた方の
約4割が頭部に致命傷
を負っています。

また、自転車乗用中の交通事故において、ヘルメットを着用していなかった場合、着用していた場合に比べて、致死率が**約1.7倍**高くなっています。

（令和3年から令和7年までの5年間）

ヘルメット非着用の
損傷主部位



すべての世代で

ヘルメット着用が努力義務化

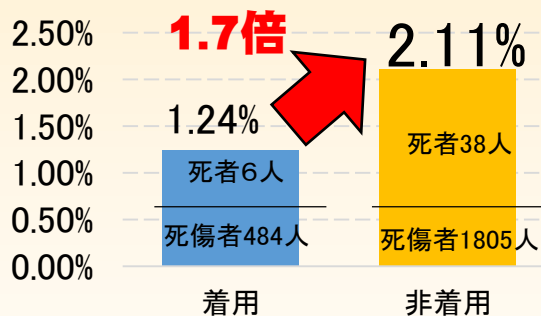
令和5年4月1日から全ての自転車利用者のヘルメット着用が努力義務化されました。

交通事故の被害を軽減するためには、頭部を守ることがとても重要です。

スポーツの時だけではなく、買物や通勤・通学等、日常生活で自転車に乗るときもヘルメットを着用して、頭部を保護しましょう。

ヘルメット着用状況別の致死率

【過去5年間（令和3年～令和7年）】



ヘルメットは

正しく着用しましょう☑

- 頭のサイズに合ったものを選びましょう
- 先端は眉毛の上辺りに合わせて水平にしましょう。
- あごひもは、指が1～2本入る程度に調整しましょう。



岐阜県警では交通安全情報を配信しています！

交通安全情報URL <https://www.pref.gifu.lg.jp/site/police/3246.html>

交通事故統計・分析URL <https://www.pref.gifu.lg.jp/site/police/6169.html>

X(旧ツイッター)URL <https://twitter.com/gpkoutsuukikaku>



X(旧ツイッター)



交通安全情報



交通事故統計・分析