

群馬県内で、自転車を利用する方には、

**自転車ヘルメットの着用**が、

# 努力義務化 されました。

[ 令和3年4月1日 群馬県交通安全条例改正 ]

## ヘルメット着用は誰が対象？

群馬県内で自転車に乗るすべての方が対象です。  
未成年の場合は、その保護者がヘルメットを着用  
させるよう努めなければなりません。

## 自転車保険等に加入しましょう！

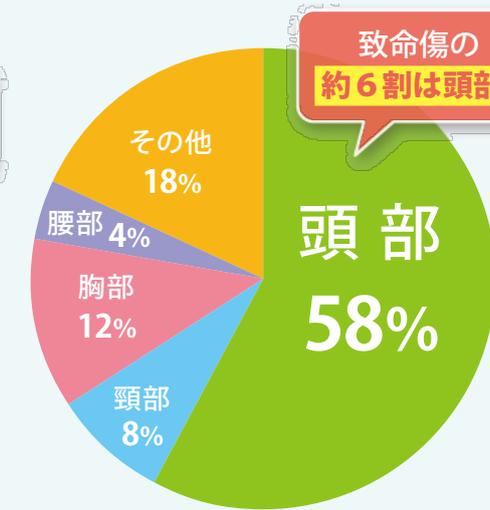
群馬県内で自転車に乗る方は、自転車保険等（個人賠償責任補償が特約  
で付く傷害保険や個人賠償責任保険等）に加入しなければなりません。  
未成年の場合は、その保護者に加入が義務づけられています。

条例改正の詳細など、詳しくは、裏面で！ >>>>>>>>>>

# ◆ 自転車に乗るときはヘルメット着用を！



【ヘルメット着用状況別致死率(R2)】  
出典：警察庁



【自転車乗用中の死者の致命傷部位(R2)】  
出典：警察庁

群馬県交通安全条例が改正され、令和3年4月1日から、自転車利用者はヘルメットを着用するよう努めなければならないことになりました。

自転車乗用中の交通事故でヘルメット着用者の致死率は非着用者の約3分の1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しましょう。

## ◆ 自転車は車両です。交通ルール・マナーを守って楽しく自転車に乗らしましょう。

車道は、左側を通行  
右側通行は禁止

歩道は徐行し、  
歩行者優先

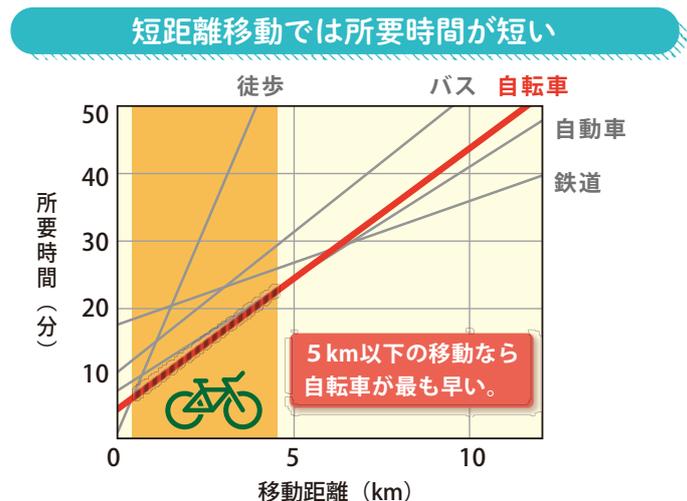
原則は車道通行!

車道よりを徐行し、歩行者に十分配慮!

普通自転車は歩道を通ることができるのは

- 道路標識や道路標示で指定された場合
  - 13歳未満の子供
  - 70歳以上の高齢者
  - 身体の不自由な方
- 運転者が
- 車道や交通の状況から見てやむを得ない場合

## ◆ 自転車利用は、健康増進、環境保全など様々なメリットがあります。



【都市内の交通手段としての自転車の特徴】  
出典：群馬県自転車活用推進計画 (H31.3)

## 自転車事故の削減に向け、群馬県では自転車道等を整備中です。

**自転車道** (緑石など工作物により区画)  
普通自転車専用通行帯 (標識・標示により分離)

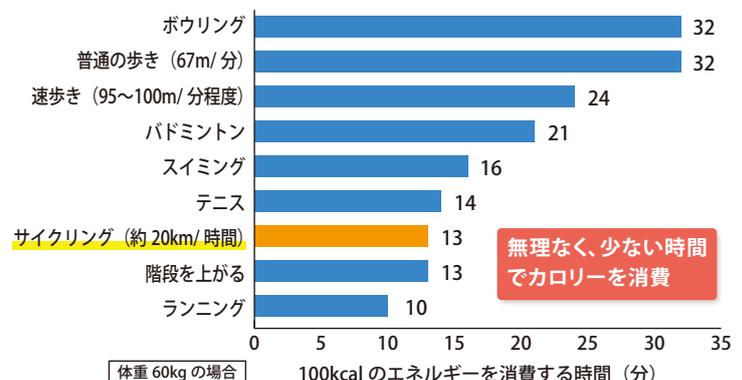
自転車道や普通自転車専用通行帯がある場合、普通自転車はその自転車道や通行帯を通行しなければなりません。

※ 普通自転車専用通行帯のイメージ

**矢羽根型路面標示**

車道での自転車が通行する場所と進行方向の目安を記した表示です。

## 健康によい



【活動内容別の100kcalのエネルギー消費量】  
出典：群馬県自転車活用推進計画 (H31.3)

