

あなたにもかぶって欲しい ヘルメット

自転車に乗るときは ヘルメットを着用しましょう!

改正道路交通法施行により、すべての自転車利用者のヘルメット着用が努力義務となっています(第63条の11)。



東京都 自転車ヘルメット

検索



東京都

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

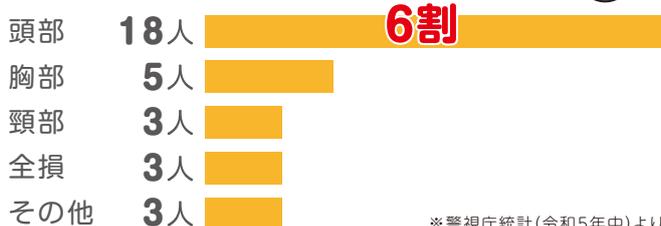
安全安心を推進する
マスコットキャラクター
みまもりいぬ



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「自転車事故の推移(令和5年中)」より



※警視庁統計(令和5年中)より

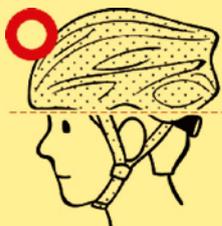
自転車事故による死亡者32人のうち
6割が頭部損傷を主因として亡くな
られています。

ヘルメットを着用している場合と比較して、
着用していない場合の致死率は

約2.7倍

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

※(株)オージーケーカブトHelmet Guide「ヘルメットをかぶろう」より

自転車用の安全基準マークがついたものを選びましょう!

産業用ヘルメットでは、自転車転倒時の頭部保護の安全基準を満たしません



安全基準マークの例

マークはヘルメットの内側や、
外側の後ろなどについています。



SG マーク



JCF マーク



CE マーク EN1078

CE マークでも **EN**
から始まる別の数字は
規格が異なり安全基準
を満たしません。

※ほかにも、CPSC1203 などの
安全基準があります。

※東京都生活文化スポーツ局消費生活部
「なぜ?なに?自転車用ヘルメット」より