



中駐在所だより

令和7年5月号

中駐在所

0285-38-0042

自転車の安全で適正な利用

栃木県内では、令和6年中自転車に関係する事故は人身事故の約4分の1を占めています。

そのうち自転車の7割以上に何らかの法令違反があるため、自転車対策が喫緊の課題となっています。

自転車事故の状況 (令和6年中)	発生件数	1,066件(前年比+93)
	死者数	7人(前年比-2)
	負傷者数 (うち重傷者数)	1,052人(前年比+90) (166人)(前年比+24)

自転車に乗るときの基本ルール「自転車安全利用五則」を守り、安全に利用しましょう。

～ 自転車安全利用五則 ～

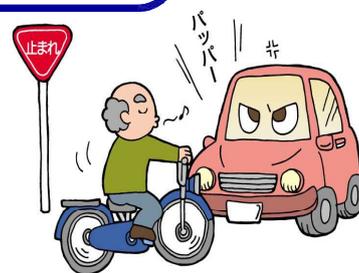
- 1 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先
- 2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- 3 夜間はライトを点灯
- 4 飲酒運転は禁止
- 5 ヘルメットを着用

※ 自転車に乗るときはヘルメットをかぶろう

自転車乗車中の交通事故で亡くなられた方の約半数は、頭部に致命傷を負っています。

また、致死率は、非着用が着用に対して約1.7倍高くなっています。

自分の命を守るためにも、自転車を利用する全ての方は、ヘルメットを着用しましょう。



行楽期における山岳遭難の防止

5月になり、暖かくなってきたとはいえ、山はまだまだ気温が低く、強風が吹いたり、雪が残る場所があるなど厳しい環境もあります。

事前準備として、

- ・ 登山ルートを確認して、各自の経験、技術、体力などに応じた無理のない登山計画を立てる。
- ・ 単独登山は控え、複数で登山する。
- ・ 登山計画書や登山カードを提出し、家族などにも登山コースや帰宅時間を教えておく。
- ・ スマホアプリの、登山届受理システム「コンパス」、登山地図アプリ「ヤママップ」や「ヤマレコ」などを活用する。
- ・ 日帰り登山でも、もしもの場合に備え、ライトや防寒着、雨衣、非常食などを準備し、携帯電話などの通信手段を必ず携帯する。



登山中は、

- ・ 悪天候時や体調不良の場合は、無理をせず勇気をもって引き返す。
- ・ 日帰り登山では、目的地に着かなくても、日暮れまでに下山する。