

正确佩戴安全头盔

通过市条例、修订道路交通法的实施，不论年龄大小，所有自行车使用者都应当佩戴安全头盔。

正确佩戴安全头盔，可以大幅度减少交通事故的死亡率。

市售的安全头盔种类繁多，您不想去寻找一个自己喜欢且合适的安全头盔吗？

自行车交通事故件数

在熊本市内，每年发生的自行车交通事故有数百件。

(件/年)

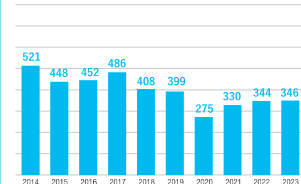
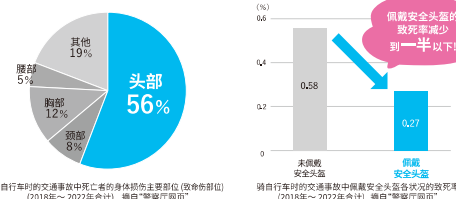


图 熊本市发生的自行车交通事故件数的变化 资料:熊本县警

佩戴安全头盔的重要性

自行车交通事故时的最致命伤的部位是头部。
有数据统计显示，佩戴安全头盔后，致死率降到一半。



骑自行车时的交通事故中死亡者的身体损伤主要部位 (致命伤部位)
(2018年～2022年合计) 摘自“警察厅网页”

骑自行车时的交通事故中佩戴安全头盔各状况的致死率
(2018年～2022年合计) 摘自“警察厅网页”

正确的安全头盔佩戴方法



市营自行车停放场的利用

市营自行车停放场不能连续停放自行车7天以上。

如果发现连续7天以上停放自行车时，我们会采取将该自行车搬移(撤除)到保管场所的措施。利用时请遵守规则。

■主要的市营自行车停放场

熊本站、上熊本站、西熊本站、
新水前寺站、东海学园前站
武藏家站、健军(商店街和变电站)

其他的市营自行车停放场请确认市网页。

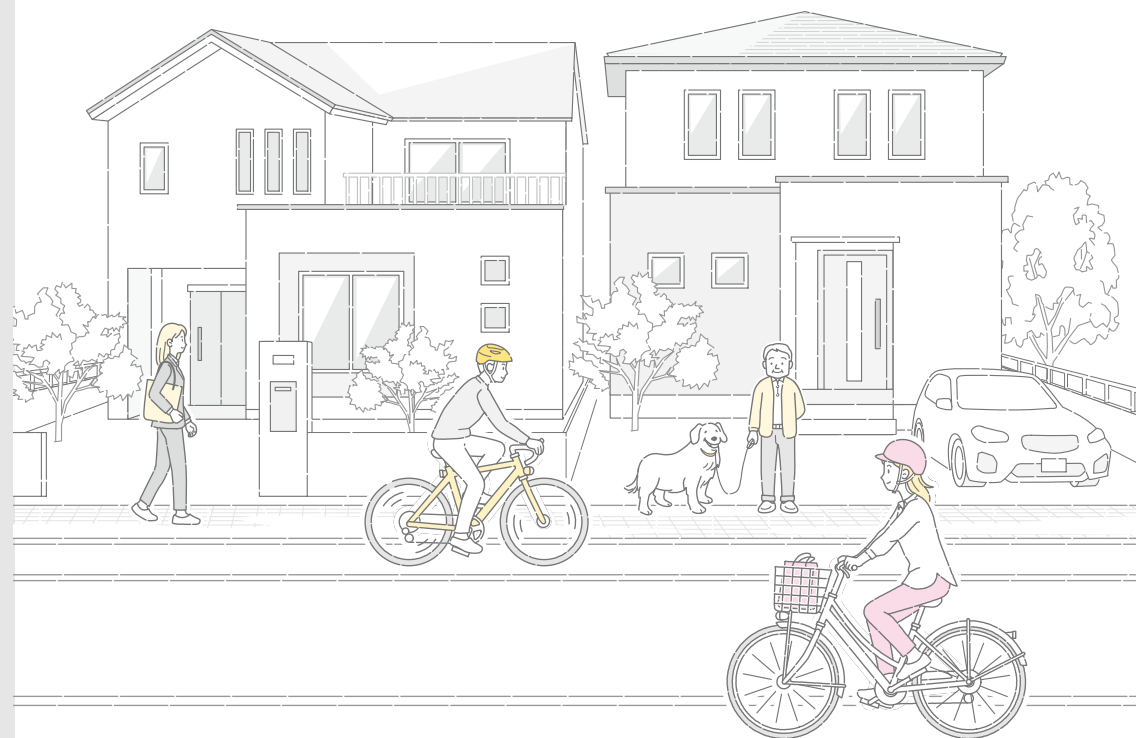


自行车安全使用五则

- ① 以在车道骑行为原则，靠左侧骑行
人行道骑行属于例外，应以行人优先
- ② 在十字路口要遵守信号和暂停的规则，确认好安全
- ③ 夜间点亮车灯
- ④ 禁止酒后骑车
- ⑤ 佩戴安全头盔



要熟知交通规则并在
日常生活中严格遵守。



使用自行车时

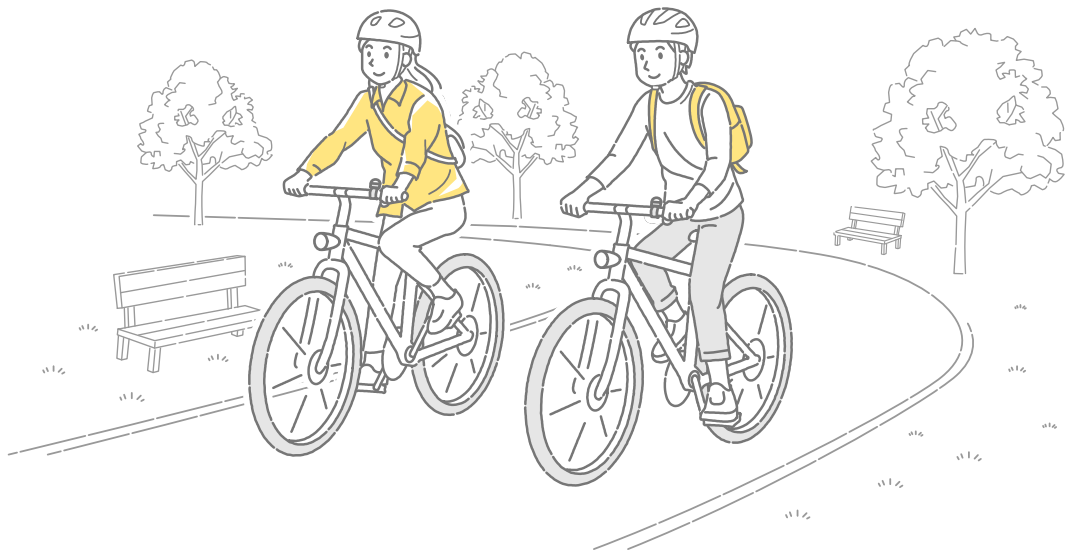
因与汽车不同,它不需要驾照,从孩子到老年人谁都可以使用的交通工具,在熊本市内也有很多人使用自行车。而且近年来,它不仅作为交通工具,而且还作为有助于提高生活质量(QOL)*的工具,深受世界各国对自行车的利用的关注。

况且,自行车还是一个不会排出二氧化碳有益于环保的交通工具,同时,它还肩负着通过骑自行车来促进健康和社区形成等的作用,运动型自行车的普及和共享单车使用(率)也在不断增加。

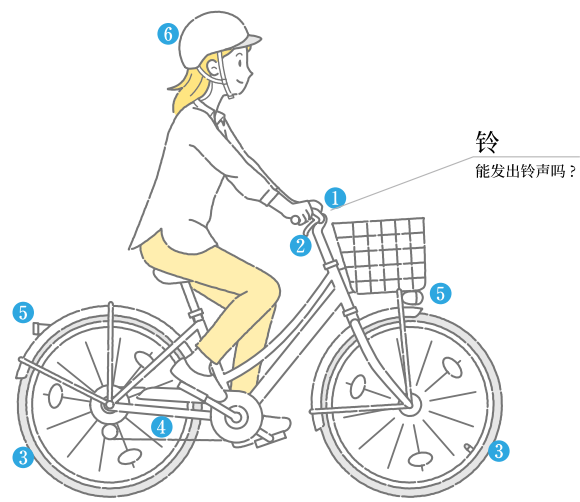
但是,在使用增加的同时,自行车的交通礼仪和交通事故仍然是目前的一大课题。实际上,据警察厅统计,交通事故整体的发生件数正在逐年减少,但是与自行车相关的事件数却几乎没有什么变化。

本小册子是在熊本县警察的大力协助下,将安全使用自行车的基本规则做了归纳汇总。为了保护自己的安全,当然也是为了家属等周围人能够安全安心使用自行车,请大家务必细读并正确应用。

※生活质量 QOL(Quality of Life)是评估生活中的满意度指数之一,是一个作为衡量每天是否过着充实且身心满足的生活的基准之概念



检查要点



1 车把

有无晃动?
把手有无松动?

2 刹车

前后刹车的制动效果如何?
刹车把有无游隙?
有无叽叽的尖叫声?

3 轮胎

轮胎充气是否足够?
轮胎橡胶有无老化?
轮胎有无被铁丝等异物扎破?

4 链条

有无生锈或缺油?
有无松弛而容易脱落?

5 车灯

不仅要安装前照灯,还要安装后方车辆易见的高能见度的尾灯或反光器材。

- 前照灯... 灯光的颜色为白色或淡黄色,必须具有可确认夜间前方10米距离的交通道路上障碍物的性能。
- 尾灯... 灯光的颜色为橙色或红色,必须具有从夜间后方100米距离可以确认灯亮的性能。(后面已装有橙色或红色的反光器材时不需要尾灯)
- 反光器材(反光片)... 不只是在后面安装,还应在前面和从旁易见的位置(辐条等)安装。需要定期检查有无老化现象。

6 安全头盔

有无忘了佩戴安全头盔?
下颚带有无松开?

确认各部位有无晃动和螺丝松动。
请一年一次送到自行车安全整修店进行检查。

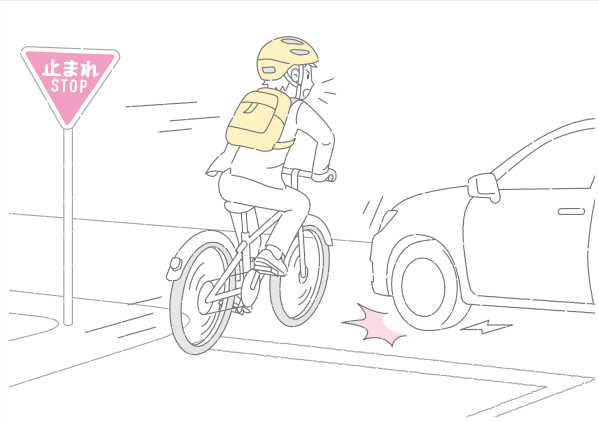
熊本县和熊本市的条例(※)中规定,自行车使用者有义务加入自行车损害赔偿责任保险等。保险种类繁多,请加入适合自己或家属的保险。

TS标记附带保险	这是指自行车安全整備士检修后的自行车附带保险。有效期限为1年,通过由整備士检修维护后可以更新。
个人赔偿责任保险	这是指作为汽车保险和火灾保险等任意保险特约的附带保险。
自行车专用保险	这是指自行车事故的特殊专用保险。

根据保险种类,加入条件和赔偿内容会有不同。详细请咨询保险公司。

※促进熊本县自行车的安全正确使用的相关条例、熊本市自行车的安全使用及停车措施等相关条例

您有没有这样骑车行为？



A cyclist wearing a yellow helmet and backpack is riding past a red stop sign. A car is stopped behind them, and a yellow starburst indicates a collision.



A cyclist wearing a yellow helmet and backpack is stopped at a red stop sign. A car is stopped behind them.

没有暂时停下

自行车与汽车一样也是车辆。
必须遵守暂时停下义务。

【道路交通安全法 第43条】
处3个月以下的徒刑或5万日元以下的罚款



A cyclist is riding while looking at a smartphone. Another cyclist is riding with an umbrella.

骑车不专心

骑车时玩手机打电话或戴着耳机听音乐等，还有单手撑伞，都是危险行为。

【道里交通法 第71条】处5万日元以下的罚款
【熊本市道路交通规则 第11条】



A cyclist is riding at night without lights on. A pedestrian is walking nearby.

没有点亮车灯

由于汽车看不见骑自行车的人，遭遇事故的危险性很大。而且，前面路况也看不清，非常危险。

【道路交通安全法 第52条】处5万日元以下的罚款
【熊本市道路交通规则 第12条】



A cyclist is riding and ringing a bell. A pedestrian is walking nearby.

胡乱按铃

胡乱按铃也是违反道路交通法。人行道上行驶时不能妨碍行人通行，应以安全的速度骑行。

【道路交通安全法 第54条】
处2万日元以下的罚款或罚金(小额刑罚)



A cyclist is riding with a dazed expression, holding a bottle. A car is stopped behind them.

酒后骑车

与酒后开车一样，酒后也不能骑车。请推着自行车走。

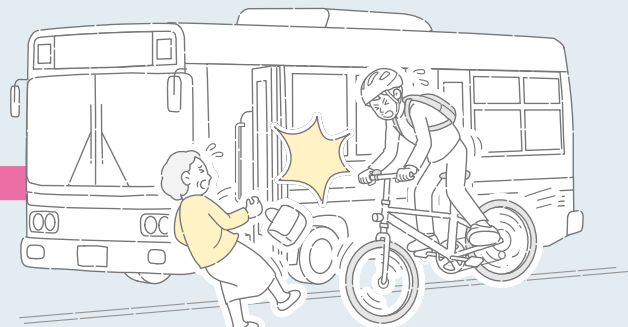
（在酒醉状态下骑车时）
【道路交通安全法 第65条】处5年以下的徒刑或100万日元以下的罚款

事故案例

下面都是在熊本县内实际发生过的交通事故。
如果做到正确遵守交通规则，也许就能防止这些事故的发生。

案例 1 【巴士站附近】

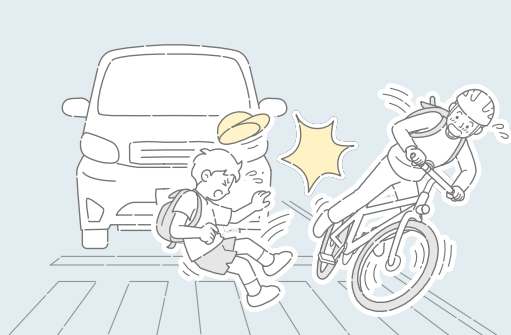
从巴士下车的乘客与人行道上骑行的自行车相撞。



A bus is stopped. A pedestrian is getting out, and a cyclist is riding past, colliding with them. A yellow starburst indicates the collision.

案例 2 【人行横道】

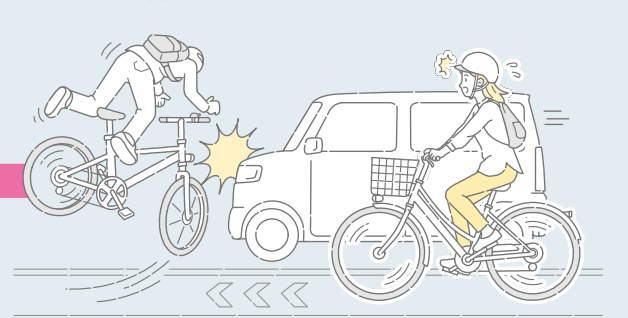
从停在人行横道前的汽车旁边穿过的自行车，与横穿人行道的行人相撞。



A car is stopped at a crosswalk. A cyclist is riding past, colliding with a pedestrian who is crossing the street. A yellow starburst indicates the collision.

案例 3 【直线道路】

在道路右侧骑行的自行车与汽车正面相撞。



A cyclist is riding on the right side of a road. A car is driving towards them, colliding. A yellow starburst indicates the collision.

事故后的应对

无论事故大小，首先必须尽快向警方报警。即使事故发生当时没有什么异常感觉，但事后有可能会感到身体不适。况且，不向警方报案，就不能得到事故证明，损伤赔偿保险等有可能不能适用。

救护受伤者

确认周围的安全

向警方报警
(拨打110号)

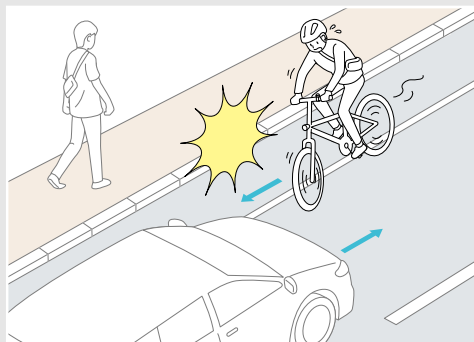
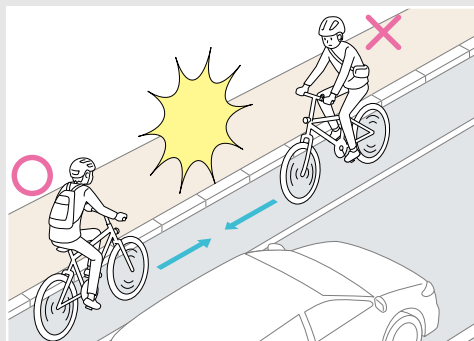
确认联络方式
(姓名、地址、电话号码)

道路交通安全法 第72条 (未采取必要措施时)处1年以下的徒刑或10万日元以下的罚款

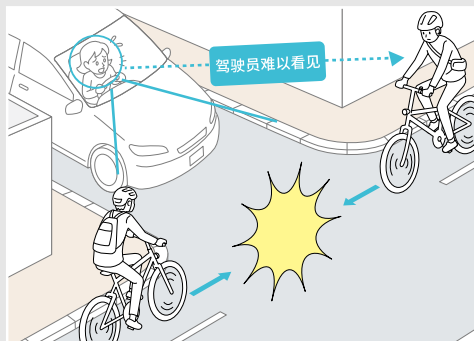
靠车道的左侧骑行

自行车原则上是靠车道的左侧行驶。

靠右侧骑行可能会发生与驶来的汽车正面相撞的危险。



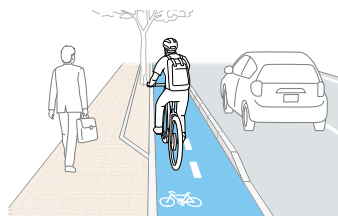
另外,靠右侧骑行还会导致汽车驾驶员不能及时发现,容易导致事故的发生。



车道的左侧,是指“人行道和路边等除外的车道左端”。
没有人行道的道路行人也可以通行,所以骑行时要充分注意。另外,近年来,还整建了以下用颜色和图形标示的道路。

自行车道

这是用路缘石等区分人行道和车道的自行车专用道路。有自行车道路时,自行车则必须在自行车道上骑行。



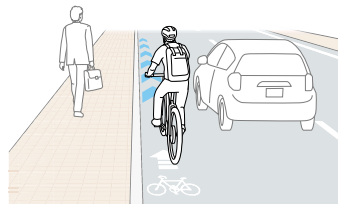
自行车专用通行带(自行车道)

这是用道路标识等区分人行道和车道的自行车专用的车道。机动车辆(汽车和摩托车)禁止通行。



导向箭头标记(导向箭头型路面标示)

表示自行车的骑行场所的大致基准和行驶方向的标示。这里不是自行车专用道,骑行时要充分注意行驶的汽车。

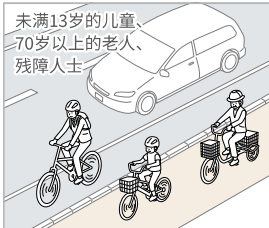


特别是以下情况属于例外,可以在人行道上骑行。

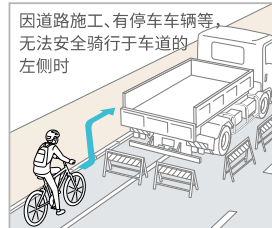
有标志和标识时



未满13岁的儿童、
70岁以上的老人、
残障人士



因道路施工、有停车车辆等,
无法安全骑行于车道的
左侧时



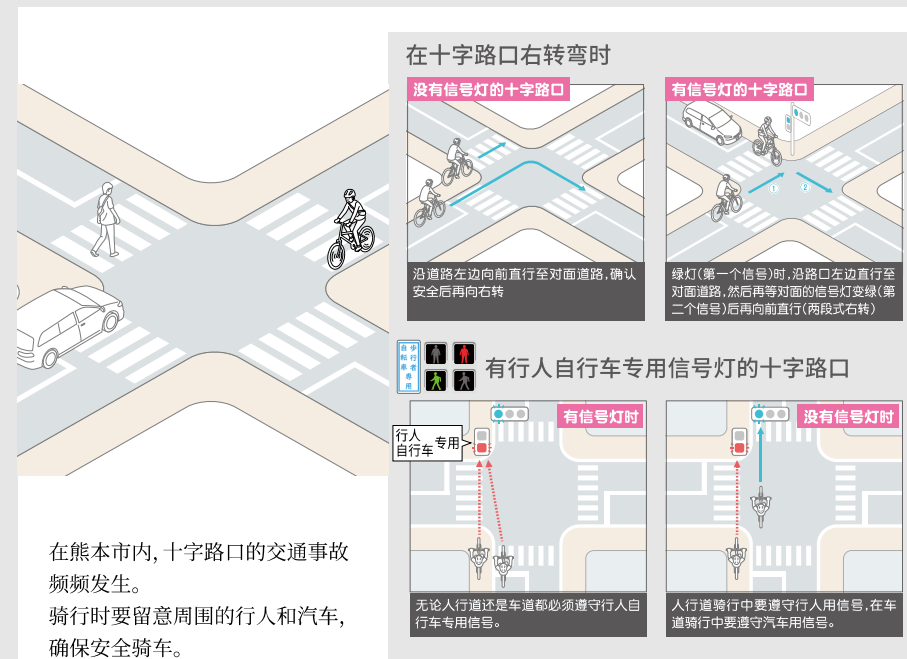
自行车在人行道行驶时不能妨碍行人通行,
即使在人行道也要尽量靠车道慢行。



十字路口的骑行方法

在车道骑行时要遵守汽车用信号,在人行道骑行时则要遵守行人用信号。

有自行车横道带时,即使在车道行驶时也要在横道带上骑行。



在熊本市内,十字路口的交通事故频频发生。
骑行时要留意周围的行人和汽车,确保安全骑车。

