



今号の  
紙面から

●3面 12月議会が開会

●4面 12月3日～9日は障害者週間

## みんなで減らそう交通事故 ～あなたと大切な人の命を守るために～

2023年4月からすべての自転車利用者のヘルメットの着用が努力義務となりました。ご自身や大切な人の命を守るために、ヘルメットの必要性や自転車の交通ルールについて改めて確認しましょう。問 市民生活安全課 ☎724・4003

### Point!

#### 反射材をつけよう

- ・夕暮れ時から夜間、自動車の運転手等に自分の存在を早く知らせるために反射材をつける

### Point!

#### ヘルメットを必ずかぶろう

- ・自分の頭のサイズに合ったヘルメットをかぶる
- ・あごひもを必ず締める
- ・安全基準の認証マークがついたものを選ぶ
- ・傷や劣化がないか定期的に確認する

### Point!

#### 自転車損害賠償保険等に加入しよう

東京都では、自転車の事故により、他人にけがをさせてしまった場合などの損害を賠償できる保険等への加入が義務付けられています。

鹿沼

由理恵  
さん  
Yurie Kanuma

Interview

### 後悔する前に ヘルメットをかぶろう

リオデジャネイロパラリンピック自転車競技銀メダリストの鹿沼由理恵さんに、自転車用ヘルメット着用の大切さを伺いました。

私は、2015年、自転車競技の練習時に、時速80キロのスピードで左カーブを曲がる際、道路工事をした後にできる継ぎ目のところにタイヤが挟まって転倒しました。転んだ時の記憶は一切ありません。外傷性くも膜下出血、鎖骨骨折、全身の擦過傷(すり傷)でしたが、ヘルメットをかぶっていたおかげで、命は守られました。

ヘルメットの着用が努力義務になりましたが、自転車で通学途中の学生を見てもかぶっていない子が多いです。いつも通っている道でも、絶対大丈夫というこ

とはありません。ヘルメットをかぶることで、事故に遭った時のリスクは減ります。高齢の方にもかぶってほしいです。

大人になってヘルメットをかぶるのは勇気がいることかもしれませんが、かぶるのが当たり前前の社会になり、命を守る行動の一つとしてヘルメット着用が継続できるよう、子どもたちに伝えていきたいです。

自転車の交通ルールの詳細は2面へ