自転車利用者へのひと言アドバイス

注意 交差点では一時停止をしましょう

～ 出合頭事故が多発しています ～

「止まれ」の標識のあるところ、見通しの悪い交差点では必ず一時停止し、左右の安全確認を十分にしましょう。

信号機のある交差点では、必ず信号を守りましょう。

また、標識を見落とさないために前かがみにならないように心がけましょう。

注意 斜め横断など急な進路変更はやめましょう

～ 後方車両との衝突事故につながります ～

進路を変更するときは、後方の安全を確認することが大切です。

また、進路変更は、平衡感覚の衰えからバランスを崩しがちになるので、自転車を安全に停止し、しっかりと後方などの安全を確認してから行いましょう。

注意 自転車は車両です！

～ 歩行者と同じ感覚では事故につながります ～

車両ですので車道を左側通行するのが原則です。

ただし、70歳以上の方は「歩道通行可」の標識がなくても歩道を通行すことができます。

しかし、その際は、歩行者が優先であるので、歩行者と対向するのが危険な場合などは自転車から降りましょう。

注意 夜間はライト点灯と反射材の着用を！

～ 自分の存在を知らせましょう ～

夕暮れ時から早めにライトを点灯するとともに、自転車にも夜光反射材を付けておきましょう。

また、乗る方も 明るく目立つ色の服装を心がけ、夜光反射材を着用して運転するように努めましょう。

高齢者が交通事故に遭いやすい要因

個人差はありますが・・・

体力・運動能力の低下

筋力が衰えて、危険を回避するために、とっさの行動を取ることが困難になります

道路を歩く場合には無理をせず、安全確認を十分に行いましょう

視力の低下

視力が低下するほか、明るさに対しても衰えてきます

視野も狭くなるので、十分な左右の安全確認が必要です

認知・判断力の低下

危険の発見や判断が遅れ、回避も遅くなります

「もしかしたら車が来るかも」といつも危険予測をし、心の準備をしておきましょう

聴力の低下

音が聞こえにくくなります

聴力を補うためにも、目でよく確認することが必要です

事故は他人事と思いがち

今まで大丈夫だったから自分は事故に遭わないと思いがちです

夜間は明るい色の服を着たり、反射材をきちんと付けて自分を守りましょう

自宅付近は安心しがちですが油断しないようにしましょう