



令和5年5月号（第 187 号）
（令和5年5月 31 日配信）
市民文化局地域安全推進課

メールニュースかわさき 防犯・交通安全情報

利用登録された皆様へ

ご登録ありがとうございます。

市内における犯罪や交通事故の発生状況などを定期的に配信しています。

今後も、皆様の生活に役立つ、防犯対策のポイントや交通安全対策を更新してまいりますので、引き続きよろしくお願い致します。



防 犯 情 報



●特殊詐欺被害状況（令和5年4月末現在（暫定値））

	被害件数	被害額
神奈川県	694 件	約 13 億 8,400 万円
川崎市内	78 件	約 8,750 万円

《特殊詐欺被害防止対策》

- 自宅の固定電話は、常時、「留守番電話」に設定して、不審な電話には出ないようにして下さい（犯人は自分の声が録音されるのを嫌がります）。
- 迷惑電話防止機器の設置（着信音が鳴る前に、相手へ「この電話は録音されます」と警告する機能等があります）。
- 迷惑電話防止機能付き固定電話の設置（電話機に警告メッセージを流したり、迷惑電話をブロックする機能等があります）。
- 電話転送サービスの設定（登録されていない番号からかかってきた電話を、家族に転送してくれるサービスです）。

● 川崎市内の犯罪発生状況(令和5年4月末 刑法犯認知件数)

区 別	認 知 件 数 (件)	前年同期比 (件)	増 減 率 (%)
川 崎 区	7 4 2	+ 1 9 7	+ 3 6 . 1
幸 区	2 2 7	+ 3 9	+ 2 0 . 7
中 原 区	3 7 9	+ 1 4 0	+ 5 8 . 6
高 津 区	3 0 8	+ 6 8	+ 2 8 . 3
宮 前 区	2 0 5	+ 5 5	+ 3 6 . 7
多 摩 区	2 6 8	+ 9 0	+ 5 0 . 6
麻 生 区	1 2 5	+ 3 2	+ 3 4 . 4
総 計	2 , 2 5 4	+ 6 2 1	+ 3 8 . 0

*警察署管内数値の合計です。

(数値は暫定値)

【 概 要 】

川崎市内における令和5年4月末現在の刑法犯認知件数は、

2, 2 5 4件、前年同期比+ 6 2 1件 (+ 3 8 . 0%)

と増加しています。

主な犯罪で増加したのは

自転車盗 (8 9 0件、前年同期比 + 4 2 1件)

オートバイ盗 (5 4件、前年同期比 + 3 4件)

万引き (2 7 4件、前年同期比 + 2 8件)

置引き (5 4件、前年同期比 + 2 3件)

車上ねらい (4 5件、前年同期比 + 1 1件)

空き巣 (2 1件、前年同期比 + 1 0件)

などで、減少したのは

事務所荒らし (1 4件、前年同期比 - 8件)

ひったくり (3件、前年同期比 - 3件)

忍込み (3件、前年同期比 - 6件)

などです。

(数値は暫定値)

●県内の犯罪発生状況（令和5年4月末 刑法犯認知件数）

	認 知 件 数 (件)	前年同期比 (件)	増 減 率 (%)
神 奈 川 県	1 3, 4 3 9	+ 3, 4 3 6	+ 3 4. 3

*数値は暫定値です。

【 概 要 】

神奈川県内における令和5年4月末現在の刑法犯認知件数は、
1 3, 4 3 9件、前年同期比 + 3, 4 3 6件（+ 3 4. 3 %）
と増加しました。

主な犯罪で増加したのは、

自転車盗	(3, 1 3 5件、前年同期比 + 1, 2 0 3件)
万引き	(2, 0 0 3件、前年同期比 + 4 1 3件)
部品ねらい	(5 1 6件、前年同期比 + 2 0 4件)
特殊詐欺	(6 9 4件、前年同期比 + 1 7 8件)
オートバイ盗	(4 0 7件、前年同期比 + 1 5 3件)
車上ねらい	(3 7 4件、前年同期比 + 1 0 4件)

などで、減少したのは、

ひったくり	(1 5件、前年同期比 - 2 4件)
忍込み	(4 9件、前年同期比 - 1 4件)

などです。

（数値は暫定値）

● 防犯対策について

川崎市内の「自転車盗」の被害は、令和5年3月末時点

890件（前年同期比 +421件、+89.8%）

「オートバイ盗」は

54件（前年同期比 +34件、+170%）

です。

二つの罪種の合計は、**全体（2,254件）の約41.8%**を占めています。



～被害防止のポイント～

- 短時間の駐輪でも必ず鍵を掛けましょう。
- ワイヤ錠やU字ロックなどで二重に鍵を掛けましょう。
- 自転車・オートバイは、駐輪場など決められた場所に止めましょう。

《車上ねらいに注意！》

● 車上ねらい被害件数（令和5年4月末）

川崎市内 45件（前年同期比 +11件）

神奈川県 **374件（前年同期比+104件）**

- 令和5年4月末現在、市内では車上ねらいが**45件**（前年同期比**+11件**）と増加しており、県内でも、**374件**（前年同期比**+104件**）と増加しています。

～防犯のポイント～

- ・ 車内の見えるところに貴重品や物を置かない
- ・ 窓を閉め、ドアロックしたことを確認する
- ・ 駐車場には照明設備を備え、夜間も明るくする
- ・ 盗難防止装置や警報装置を装着する

心構えと設備の両面から、しっかり対策を立てましょう。

《空き巣被害にご注意！》

令和5年4月末現在、「空き巣」の認知件数は、
21件（前年同期比 +10件）
と増加しています。

空き巣の犯人は、下見を行い、生活パターンを把握し、留守を狙って侵入します。

日ごろから、「自分の財産は自分で守る。」といった防犯意識を持ち、侵入盗防止対策を進めましょう。



～被害防止のポイント～

- 戸締まりをしっかりと！

ごみ出しなど、少しの時間でも必ず戸締まりをしましょう。

- 防犯対策をしましょう！

窓ガラスを割って侵入する手口が目立っています。

サッシに補助錠を付れたり、防犯ガラスや防犯フィルムを活用しましょう。

- 留守だと悟られない工夫をしましょう！

郵便受けに新聞や郵便物を溜めないようにしましょう。

【防犯診断を受けてみませんか？】

川崎市では、家庭の防犯対策・防犯意識の向上を図るため、安全・安心まちづくり対策員(警察官OBの経験、知識豊かな職員)が、予約を受けて一戸建て住宅やマンション、アパートなどの共同住宅を訪問し、建物の構造や防犯設備等の状況を診断して、防犯上の指導やアドバイスを行っています。診断は無料です。ぜひご利用ください。

- 問い合わせ先 市民文化局地域安全推進課
044-200-2284、2285

《チカンやひったくりにご注意！》

● 「イヤホン」や「歩きスマホ」はやめましょう！

夜間、帰宅途中は特に注意が必要です。人通りの少ない道を歩くときには、周囲に注意し、「自分も狙われている」といった防犯対策を立てましょう。

防犯のポイントとして、

○ チカン対策

- ・ 夜間は遠回りでも明るく人通りの多い道を利用する。
- ・ 携帯メールやイヤホンで音楽を聞きながら歩くことは周囲の物音や状況がわかりづらく危険なのでやめる。
- ・ 深夜の帰宅は、タクシーを利用するか、家人に迎えにきてもらう。
- ・ 万一の場合に備え、防犯ブザーはバックから出し、手に持って歩く。

○ ひったくり対策

- ・ バッグは車道と反対側に持つ（建物側に持つ）。
- ・ 自転車のカゴには防犯ネット（カバー）を付ける。
- ・ 歩きながらのメールやヘッドホンはやめる（犯人から狙われます）。
- ・ 後方から来るバイク等に注意を払い、振り返る。
- ・ 遠回りでも明るく人通りの多い道を選ぶ。

などを実践しましょう。



携帯に気を取られないで！



うしろ！うしろ！！

●川崎市・神奈川県内の交通事故発生状況 (令和5年4月末)

※令和5年5月1日現在の概数

区	件数	前年比	死者数	前年比	負傷者数	前年比
川崎区	202	+17	2	+2	233	+27
幸区	75	-7	1	+1	82	-8
中原区	109	+29	1	+1	122	+31
高津区	138	+20	0	-2	154	+11
宮前区	126	+16	1	-2	146	+24
多摩区	142	+26	1	+1	164	+23
麻生区	104	+10	2	+2	116	+12
市内合計	896	+111	8	+3	1,017	+120
県内合計	7,013	+387	35	+3	8,260	+676

【市内の交通事故】

令和5年4月末現在の市内交通事故発生件数は**896件(前年比+111件)**、**死者数は8人(前年同期比+3人)**、**負傷者数は1,017人(前年比+120人)**でした。

また、**県内では35人(前年同期比+3人)**の方が亡くなられています。
運転者も歩行者も、交通ルールを守り、交通死亡事故をなくしましょう。

【ヘルメットの着用努力義務について】

4月1日、道路交通法の一部改正により自転車に乗るときは、**年齢を問わずヘルメットの着用が努力義務**となりました。

自転車乗車中の事故で亡くなった方の約6割が頭部に致命傷を負っており、ヘルメット非着用の場合の致死率は、ヘルメット着用時に比べて約2.1倍になるというデータもあるため、自転車に乗るときは必ずヘルメットを着用しましょう。

【自転車損害賠償責任保険等への加入について】

自転車の安全で適正な利用と自転車事故の被害者を速やかに救済し、加害者の経済的負担を軽減するため、神奈川県では「自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」により、県内で自転車を利用するときは、自転車損害賠償責任保険等への加入が義務となっています。

交通事故のない、安全・安心な街かわさき を目指しましょう！

守りましょう！

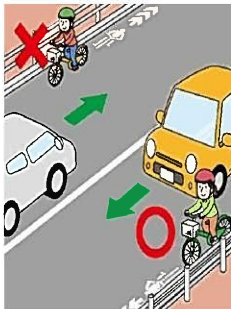
自転車の基本的な通行ルール 自転車安全利用五則

手軽で便利な自転車

安全に正しく

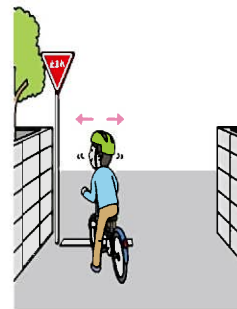
乗りましょう！

①車道が原則、左側を通行
歩道は例外、歩行者を優先



車道を走るときは、左側を通行しましょう。
歩道を通行することができる場合でも歩行者が優先です。

②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認



信号機のある場所では
信号表示に従い、一時
停止標識のある場所では必ず止まり周囲の安全確認をしましょう。

③夜間はライトを点灯

④飲酒運転は禁止



自転車は車の仲間です。
お酒を飲んだら絶対に
乗ってはいけません。



自転車の側面にも
反射材（リフレクター）
をつけましょう。

⑤ヘルメットを着用



大人も子どもも年齢を
問わずヘルメットの
着用は義務です。

自転車に乗るときは ヘルメット着用を！

道路交通法一部改正により、令和5年4月1日から
年齢を問わず自転車の利用者に対し、自転車乗
車用ヘルメットの着用が努力義務となりました。

川崎市・川崎市交通安全対策協議会



危険です！ながらスマホ！！

スマートフォンを操作しながら、歩いたり、
自転車を含む車両を運転していませんか？

次のような行為は、非常に危険な行為となり、
交通事故を引き起こし、自身が怪我をしたり、
他人に怪我をさせてしまう可能性があります。



ながらスマホは絶対にやめましょう！！

スマートフォンを見ながら

● 歩行

(例)

人にぶつかり怪我をさせる

⇒ 過失致死傷の刑事責任や賠償責任を負う可能性があります。

道路に飛び出してしまう

⇒ 車両等に跳ねられ、自身が怪我をする可能性があります。



● 自転車を運転

(例)

人にぶつかり怪我をさせる

⇒ 過失致死傷等の刑事責任や賠償責任を負う可能性があります。

物にぶつかる

⇒ 物を壊したり、自身が転倒し怪我をする可能性があります。

スマートフォンを注視している

⇒ 道路交通法違反（公安委員会遵守事項）になります。



● 自動車、二輪車を運転

(例)

人にぶつかり怪我をさせる

⇒ 過失運転致死傷の刑事責任や賠償責任を負う可能性があります。

スマートフォンを注視している

⇒ 道路交通法違反（携帯電話使用等）になります。



高齢運転者の方へ

運転免許証の自主返納制度の活用を



こんなときは、自主返納の検討を

- ◎ 運転をする必要がなくなった
- ◎ 加齢に伴う機能の低下により、運転に不安を感じる
- ◎ 交通事故を心配する家族から返納を進められた

※全てのイラストの二次使用は禁止します。

企業・団体のみなさまへ

運転免許自主返納を応援してください

【神奈川県高齢者運転免許自主返納サポート協議会】

高齢運転者に自主的な運転免許返納を促進し、企業・団体等の協力のもと、地域ぐるみで高齢運転者の交通事故防止を支援することを目的としています。サポート協議会に加盟する企業・団体等は、**自主返納者に提供する特典**について、交通事故防止の支援という趣旨に反しない範囲で、御協力をお願いいたします。

※ 詳しくは、神奈川県警察又は神奈川県高齢者運転免許自主返納サポート協議会のホームページを御確認ください。

二輪車の方はプロテクターを！

市内（令和4年中）の二輪車乗車中の死者数3人

交通事故を起こさない、交通事故に遭わないようにするため、交通ルール・マナーを遵守することは非常に大事なことです。

しかし、交通事故は日々発生しているのが現実ですので、「明日自分が交通事故の当事者になってしまうかも…」という可能性は否めません。

そこで、万が一の事故に備えるため、次のことを実践しましょう。



二輪車による死亡事故・重傷事故の負傷部位をみますとほとんどが**頭部**と**胸部**です。頭部はヘルメットで一定の保護はされていますが、胸部は無防備な人が多いのが現状です。

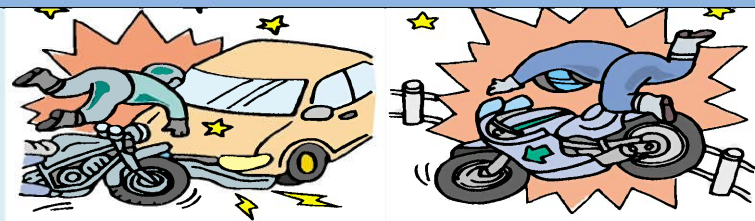
プロテクターを装着することで、事故による車両や道路との衝撃を和らげてくれるものもあります。車にはエアバックがついているように、バイクに乗車する方も万が一に備えた装備を装着しましょう。

二輪車は、車よりも小さいため、車と並んで走っていても距離が遠くに感じることがあります。

ドライバーの方は特性を理解し、安全を確認しましょう。特に、**交差点での右折と直進の事故**に気をつけましょう。

また、オートバイが車に追突、壁に衝突するなどの事故も発生していますので、**速度を控えめにし**安全運転に努めましょう。

二輪車は見えにくい場所（死角）に入ることがあります！！



初心者ライダーの皆さん注意しましょう！

県内では、運転免許を取得して間がない二輪車運転者の交通死亡事故が複数発生しています。スピードの出し過ぎや、ツーリング時に前車に追いつこうと無理な走行等をしないよう、安全な運転を心がけましょう。

※全てのイラスト・画像の二次使用は禁止します。

●川崎市交通事故相談所

自分がいくら注意していても、交通事故に遭わないという保証はありません。不幸にして交通事故に巻き込まれますと、思いがけない出費や相手方との示談交渉など、いろいろ面倒なことに追われる一方で、基礎的な法律知識などがいないために、不利な条件で解決を強いられることも少なくないようです。

市では、高津区役所内に交通事故相談所を設置し、**専門の相談員が交通事故に関する相談に応じています。**

相談は無料です。

相談窓口等

- 相談所の所在地
高津区役所 2 階 地域振興課内
- 電話番号
044-861-3141
- 相談日・・・（専門の相談員が対応）
月曜日から金曜日までの毎日（祝日を除く）
- 受付時間
午前 10 時から正午まで 及び 午後 1 時から午後 4 時まで
～ 専門相談員による交通事故相談所のホームページ ～
<http://www.city.kawasaki.jp/250/page/0000044898.html>

※全てのイラスト・画像の二次使用は禁止します。



《弁護士による交通事故相談（無料）も実施しています！》

- 相談所の所在地
中原区役所 4 階 地域振興課内
- 相談日（予約制）
毎月第 3 火曜日（祝日を除く）午後 1 時から午後 4 時まで
（1 人 25 分以内、6 人まで）
- 予約方法
電話予約となります。（サンキューコールかわさき）
電話 044-200-3939（先着順）

【掲載担当：川崎市 市民文化局 地域安全推進課 交通安全係】

●神奈川県内の交通事故について

神奈川県内の交通死亡事故により **35** 人の方が亡くなられています。

(令和5年4月末現在 概数)

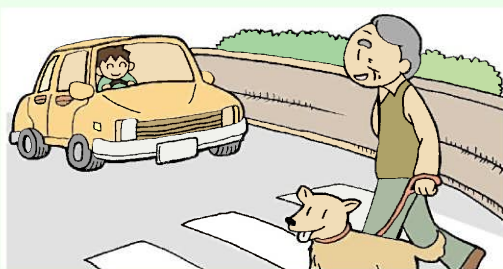
運転者も歩行者も注意して交通事故を減らしましょう。

運転者は、

- 横断歩道は歩行者優先です。
- 道路を横断する歩行者がいるかもしれない……。緊張感を持った運転を心がけましょう。
- 二輪車が絡む、右直事故の死亡事故が増えています。慌てず、ゆとりと譲り合いの心をもった運転をしましょう。

歩行者は、

- 無理な横断は絶対にしないようにしましょう。
- 横断するときは、手を上げるなどして運転者に対して横断する意思を明確に伝えるようにしましょう。
- 夕方・夜間は、明るい服装や反射材を身に付けましょう。
- 周囲への注意が薄れるため、歩きスマホはやめましょう。



●子どもを交通事故から守りましょう。

子どもと保護者、運転者も注意して、交通事故に注意しましょう。

子どもの交通事故の傾向

- 交通事故に遭う時間帯は午前6時～8時、午後2時～午後6時が多い！
登下校、友達との遊びや習い事など、子どもが一人歩きする機会が多い時間帯なので注意しましょう。
- 交通事故の発生場所は、自宅近くが多い！
学校、公園など、自宅付近の交通量が多い場所や見通しの悪い場所に注意しましょう。
- 交通事故の原因は飛び出しが多い！
見通しの悪い交差点や、駐車車両・走行中の車両の直前直後の横断に気を付けましょう。

保護者は子どもに、

「道路に飛び出さない。」「信号を守ろう。」「横断歩道を渡ろう。」と呼びかけをお願いします。

特に、県内では、歩行中の死傷者は7歳が最も多く、小学校1・2年生は注意が必要です。交通ルールや道路の危険性について日頃から話合う等、地域で子どもを見守りましょう。

車両の運転者は、

「子どもが飛び出してくるかもしれない」と注意してください。

特に、子どもは交通の危険性の認識が十分でないため、交差点を乱横断することや、駐車車両・渋滞停止中の車両等の間から飛び出すことがあります。また、子どもは体格的に車両等（電柱、看板等を含む）に隠れてしまい、運転者の死角に入ることがあります。緊張感を持った運転の心がけをお願いします。



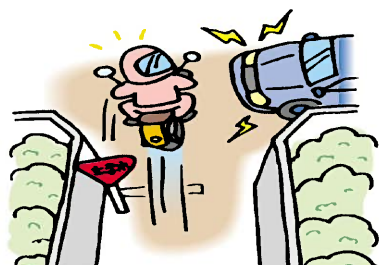
● 二輪車の関係する右折直進事故に注意！

川崎市内において、**二輪車が関係する右折直進事故による死亡事故が多く発生しています。**

二輪車、車の運転はお互いに気を付けましょう。

二輪車の運転者は

- 安全運転を心がけ、すり抜け運転等は危険なのでやめましょう。
- 車間距離を開けて、他の車両に隠れないようにしましょう。
- ヘルメットはきちんと装着し、反射材、プロテクターも活用しましょう。



車の運転者は

- 交差点等の右左折時は、慌てずに、確実に安全確認を行いましょ
- う。
- 運転席からは死角となる部分があります。安全確認は複数回行い
- ましょう。
- 二輪車は車と違い小さいため、他の車両で見えにくくなっている
- ことがあります。
- 特に大型車両等の後続、側方からの二輪車の走行に注意しましょ
- う。



安全は心と時間のゆとりから



妨害運転は 犯罪です!!

こんな行為が、妨害運転（いわゆるあおり運転）
になります!!



・対向車線からの接近や逆走

道路交通法第17条第4項
(通行区分違反)



・不要な急ブレーキ

道路交通法第24条
(急ブレーキの禁止違反)



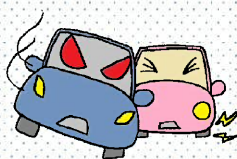
・車間距離を詰めて接近

道路交通法第26条
(車間距離不保持)



・急な進路変更や蛇行運転

道路交通法第26条の2第2項
(進路変更禁止違反)



・左車線からの追越しや
無理な追越し

道路交通法第28条第1項又は第4項
(追越し方法違反)



・不必要な継続したハイビーム

道路交通法第52条第2項
(減光等義務違反)



・不必要な反復したクラクション

道路交通法第54条第2項
(警告器使用制限違反)



・急な加減速や幅寄せ

道路交通法第70条
(安全運転義務違反)



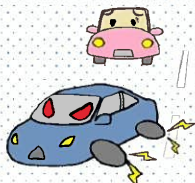
・高速自動車国道等の
本線車道での低速走行

道路交通法第75条の4
(最低速度違反)



・高速自動車国道等
における駐停車

道路交通法第75条の8第1項
(停車及び駐車違反)



もし、「妨害運転」行為を受けた場合は？

- ・ 近くの安全な場所に避難してください。
- ・ 車外に出ることなく、110番通報してください。
- ・ 相手の車のナンバーなどを記録したり、
撮影してください。
(ドライブレコーダーを付けましょう。)



神奈川県警察



妨害運転は悪質・危険！厳罰になります！

他の車両等の通行を妨害する目的で、車間距離を詰める等の一定の違反行為をして、他の車両等に道路における交通の危険を生じさせるおそれのある運転をした運転者には、

3年以下の懲役又は50万円以下の罰金！

違反点数25点・運転免許取消し！！（欠格期間2年）

※前歴や累積点数がある場合には最大5年。



さらに、「妨害運転」の結果



高速自動車国道等において他の自動車を停止させ、その他道路における著しい交通の危険を生じさせた場合には、

5年以下の懲役又は100万円以下の罰金！！

違反点数35点・運転免許取消し！！（欠格期間3年）

※前歴や累積点数がある場合には最大10年。

妨害運転の被害に遭わないためには？？

- ① 通行帯を守る。（キープレフト）
- ② 安全な速度で走行する。
- ③ 車間距離を保つ。
- ④ 不要な急ブレーキを掛けない、掛けさせない。
- ⑤ 急な割り込みはしない。
- ⑥ 不要なクラクションを鳴らさない。
- ⑦ 前照灯を周囲の状況に応じて正しく使用する。



妨害運転を誘発しない、
「思いやり・ゆずり合い」運転を！



妨害運転撲滅!!

妨害運転(いわゆる あおり運転)には、重い罰則が!



車間距離不保持、急ブレーキ、割り込み等の「妨害運転」は、
3～5年以下の懲役又は50～100万円以下の罰金!
さらに運転免許取消し!!

妨害運転の被害に遭わないためには??



- ① 通行帯を守る。(キープレフト)
- ② 安全な速度で走行する。
- ③ 車間距離を保つ。
- ④ 不要な急ブレーキを掛けない、掛けさせない。
- ⑤ 急な割り込みはしない。
- ⑥ 不要なクラクションを鳴らさない。
- ⑦ 前照灯を周囲の状況に応じて正しく使用する。



妨害運転を受けたときは、サービスエリア等の交通事故に遭わない場所に避難するとともに、**車外に出ることなく110番通報**しましょう。



ドライブレコーダーは、妨害運転等の悪質・危険な運転行為の抑止に有効であり、**自身や同乗者の身を守ることに繋がります。**



みなさん、自分本位の運転ではなく、相手に対して「思いやり・ゆずり合い」の気持ちを持って運転しましょう。

神奈川県警察

交通総務課
公式Twitter



高齢ドライバーのみなさんは、身体能力の低下を意識し、安全運転を心がけましょう。

① 視力の衰え

暗いところでの安全確認が困難になったり青色が見えにくくなる傾向があります。夜間や雨天での運転は、できるだけ控えましょう。

夕方は早めにヘッドライトを点灯しましょう。



② 視野が狭くなります

信号や標識を見落として、事故を起こす可能性が高くなります。前方の確認を早めに行う習慣を身につけましょう。



③ 瞬発力や脚力の低下

ブレーキを素早く強く踏み込めないこともあります。スピードを控えて車間距離を十分確保しましょう。



④ 複数のことを同時に処理しにくくなります

右左折に焦ったり、安全確認が疎かになりがちです。交差点は情報量と共に注意する点多いので、焦らずしっかり確認しましょう。



運転に不安を感じたら、運転免許証の返納を検討しましょう。

運転免許証を自主的に返納して、「運転経歴証明書」の交付を受け、この証明書を提示すると特典が受けられるサービスがあります。

★特典(入館料割引、商品購入金額割引など)

詳細は、「神奈川県高齢運転者サポート協議会」HPをご確認ください。

★「運転経歴証明書」の申請手続き(交付には手数料が必要です。)

お問合せ先: 神奈川県警察本部運転免許センター 運転免許課免許申請係
TEL 045-365-3111(代表)



川崎市・川崎市交通安全対策協議会

裏面にチェックリストがあります。▶

番号	運転時認知障害早期発見チェックリスト 30	チェック欄
1	車のキーや免許証などを探し回ることがある。	
2	今までできていたカーステレオやカーナビの操作ができなくなった。	
3	トリップメーターの戻し方や時計の合わせ方がわからなくなった。	
4	機器や装置(アクセル、ブレーキ、ウインカーなど)の名前を思い出せないことがある。	
5	道路標識の意味が思い出せないことがある。	
6	スーパーなどの駐車場で自分の車を停めた位置が分からなくなることがある。	
7	何度も行っている場所への道順がすぐに思い出せないことがある。	
8	運転している途中で行き先を忘れてしまったことがある。	
9	良く通る道なのに曲がる場所を間違えることがある。	
10	車で出かけたのに他の交通手段で帰ってきたことがある。	
11	運転中にバックミラー(ルーム、サイド)をあまり見なくなった。	
12	アクセルとブレーキを間違えることがある。	
13	曲がる際にウインカーを出し忘れることがある。	
14	反対車線を走ってしまった(走りそうになった)。	
15	右折時に対向車の速度と距離の感覚がつかみにくくなった。	
16	気がつくと自分が先頭を走っていて、後ろに車列が連なっていることがよくある。	
17	車間距離を一定に保つことが苦手になった。	
18	高速道路を利用することが怖く(苦手に)なった。	
19	合流が怖く(苦手に)なった。	
20	車庫入れで壁やフェンスに車体をこすることが増えた。	
21	駐車場所のラインや、枠内に合わせて車を停めることが難しくなった。	
22	日時を間違えて目的地に行くことが多くなった。	
23	急発進や急ブレーキ、急ハンドルなど、運転が荒くなった(と言われるようになった)。	
24	交差点での右左折時に歩行者や自転車が急に現れて驚くことが多くなった。	
25	運転している時にミスをしたたり危険な目にあったりすると頭の中が真っ白になる。	
26	好きだったドライブに行く回数が減った。	
27	同乗者と会話しながらの運転がしづらくなった。	
28	以前ほど車の汚れが気にならず、あまり洗車をしなくなった。	
29	運転自体に興味がなくなった。	
30	運転すると妙に疲れるようになった。	

※30問のうち5問以上にチェックが入った方は要注意です。認知症予防を心がけていただくとともに、毎年1度はご自身でチェックを行い、項目が増えるようなことがあれば専門医や専門機関の受診を検討しましょう。

特定非営利活動法人高齢者安全運転支援研究会

【監修】 浦上克哉 日本認知症予防学会理事長、特定非営利活動法人高齢者安全運転支援研究会理事、鳥取大学医学部教授

● 電動アシスト自転車利用者の方へ

(駆動補助機付自転車) 電動アシスト自転車の快適ライフを！

運転操作と交通ルールを守って楽しく安全に！！



注意！！

バランス崩して、

転倒多発！！



電動アシスト自転車ってどんな乗り物？

自転車ってどこが違う！

充電式でスイッチオン

家庭用電源で充電し、
充電池を自転車にセットし、
スイッチを入れると、
電動アシストスタート。

アシストにより加速

ペダルに足をかけると、
電動アシストにより
上り坂でも楽々走行。

車体の重量が重い

充電池やモーターが
ある理由のため、
普通自転車（軽快車）
より1.5～2倍重い。

乗り方次第で、思わぬ危険が！！



★電動アシスト自転車の安全な乗り方ポイント★



スイッチを入れる時は、ペダルに足をかけない！

ペダルに片足をかけてスイッチを入れると、
アシスト力が働き、自転車が動き出してしまふこと
があります。スイッチを入れる際は、自転車にまだ
がかり、両足を地面についた状態で行いましょう。

加速具合を確認しましょう！

初めて乗る時は、電動アシスト自転車の感覚をつか
んでから乗りましょう。

車体が重いので気をつけましょう！

車体が重いので、軽快車よりブレーキが効きにくく、
バランスを崩しやすいので、低速時や、階段などを
走行する時は注意しましょう。

「けんけん乗り」「立ちこぎ」はやめましょう！

ペダルに片足をかけて助走する「けんけん乗り」を
すると、モーターが作動して思わぬ急加速で、バラ
ンスを崩すおそれがあります。しっかり、サドルに
懸かけ、安定した体勢で走行しましょう。

ヘルメットを着用しましょう！

子どものヘルメットは、必ず乗る前に装着しましょ
う。大人も、ヘルメットを被りましょう。



大人が交通ルールを守り、子ども達の良いお手本になりましょう！

～神奈川県警察～

● 前方不注意は交通事故のもと！

わき見をしながらの運転は危険です！

車両を運転中、少しくらいなら前方から目を離しても大丈夫だと思っていませんか。

- 家の近くの道路や、仕事や通勤通学、買い物等で通行し慣れた道路
- 交通量が少ない道路
- 道路が直線で、幅員も広く見通しが良い道路



等の状況に油断し、前方は安全だろうと、または短時間だから大丈夫だろうと過信して、

- 会社や家族からの電話連絡でスマートフォンを操作しようとした
- メールの確認でスマートフォンの画面を注視した
- 足もとに物を落としたため、探すため覗き込んだ
- カーナビの行き先地の設定に気を取られた
- 道路脇の風景・看板等に気を取られた
- 後部座席同乗者との会話に集中し振り向いた



等の行為を行った。

その結果

前方の注意を怠ることに繋がり、

- 急な飛び出し等の対応が遅れる
- 信号機、標識等を見落とす
- 自分が思った通りに車両が進行していない

ことで**大きな交通事故**を引き起こしてしまうことがあります。

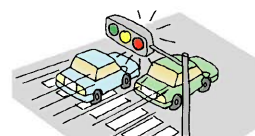


例えば、

- ・ 速度40km/hで走行中に2秒間に進む距離は約22メートル、
- ・ 速度30km/hで走行中に2秒間に進む距離は約16メートル、

車両は進行するとされています。

当然、速度が上がった場合、または前方から目を離す時間が増えた場合、進む距離は更に伸びます。



少しの油断が大きな交通事故につながります。
車両を運転中は運転に集中しましょう。



● 飲酒運転根絶！！

アルコールは”少量”でも脳の機能を麻痺させます！

飲酒運転は、ビールや日本酒などの酒類やアルコールを含む飲食物を摂取し、アルコール分を体内に保有した状態で運転する行為です。アルコールには麻痺(まひ)作用があり、脳の働きを麻痺させます。

飲酒時には、安全運転に必要な情報処理能力、注意力、判断力などが低下している状態になり、具体的には、「気が大きくなり速度超過などの危険な運転をする」、「車間距離の判断を誤る」、「危険の察知が遅れたり、危険を察知してからブレーキペダルを踏むまでの時間が長くなる」など、**飲酒運転は交通事故に結びつく危険性を高めます。**



また、酒に弱いと言われる人だけではなく、酒に強いと言われる人でも、低濃度のアルコールで運転操作等に影響を及ぼすとされています。

飲酒したら絶対に車両等を運転してはいけません！

飲酒運転を無くすための3つの約束

- 約束1** お酒を飲んだら運転しない
お酒を飲んだら絶対に運転せず、公共交通機関の利用や運転代行を利用する。
- 約束2** 運転する人にはお酒を飲ませない
運転するおそれがある人にお酒を勧めたり、飲ませたりしない。
- 約束3** お酒を飲んだ人には運転させない
飲酒した人には絶対に運転させない。飲酒運転の車に同乗しない。

身近な人が飲酒運転で事故を起こしたら・・・、身近な人が飲酒運転による交通事故に遭ったら・・・。車両を運転する人も、その周囲の人も、「飲酒運転は絶対にダメ！」という強い意思をもち、皆で協力して飲酒運転を根絶しましょう。

