

5月 明るく楽しい神科

神科交番 24-7007
担当：高橋

自転車ヘルメット着用 交通ルール遵守



【5月は自転車月間】



通勤・通学等で自転車を利用している皆さん、自転車の交通ルールを守れていますか？
自転車も車両！ 交通ルールを守って交通事故を防ぎましょう！

ヘルメットの着用が

努力義務化されています！

自転車の事故で亡くなられた方の約半数は頭部への衝撃が致命傷となっています。
また、頭部の怪我で後遺症が残ることもありますので、自分自身の身を守るためにヘルメットを着用してください。

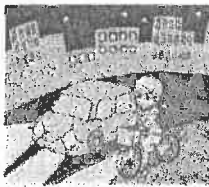
おしゃれなデザインのヘルメットも増えています♪
自分にあったデザイン・サイズを選びましょう。

■自転車安全利用五則

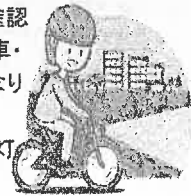
1 車道が原則、左側を通行
歩道は例外、歩行者を優先

自転車は「車両」です。
道路の左側を通行しましょう。



2 夜間はライトを点灯

夜間の無灯火は、安全確認がおろそかになり、自動車・歩行者からも見えづらくなります。
薄暗くなったらライトを点灯しましょう。



3 ヘルメットを着用

大切な命を守るため、ヘルメットをかぶりましょう。
ヘルメットの着用は、グッドチャリダーの証です。



4 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

自転車事故の多くが出会い頭の事故です。
信号は必ず守り、一時停止の交差点や見通しが悪い場所では必ず止まって安全確認しましょう。



5 飲酒運転は禁止

飲酒運転は重大事故に繋がります。
自転車も車と同様に飲酒運転は禁止です。



悪質商法にあわないために

もうけ話には気をつけよう



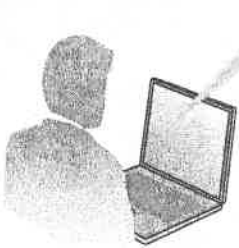
へえ、SNSで流行ってるお金稼ごの方法かあ...

むむむ...?
それは悪質商法の典型的な手口の一つだ、お金をだまし取られるから気をつけるんだぞ。



でもでも、「あなただけの限定です」とか「今やらないと損!」とか書いてあるし、大丈夫でしょ

そんなことはない。
うまい話で釣って逆にお金を奪り取るのが奴らの目的だ。だまされてはいけません!



簡単に稼げるというもうけ話には注意!!
お金が増えてこないから話

リフォーム詐欺に気をつけよう



1 悪質業者は不安を煽る!

悪質業者は、「点検だけなら無料」「今すぐ直さないと家が壊れる」などとさまざまな甘い言葉・嘘を並べ立て、契約後に法外なリフォーム料金を請求します。
さらに悪質な業者は、自ら屋根に登って瓦や壁を壊し、「壊れてるから今すぐ直さないといけない!」などと言って不安を煽ってきます。

2 キッパリ! はっきり! 断ろう!

業者からの申込みは、あくまでも申込みであって、受ける受けないは消費者側に決定権があります。いろいろなものはハッキリ断りましょう。
家の写真を定期的に撮影しておくのも効果的です。



登山計画は必要!

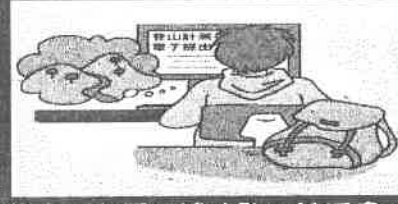


自分や仲間の体力・技術を確認し、無理のない安全な登山計画を立てましょう。
入山前の気象情報確認は必須です。

Ski safety in Nagano

ENJOY JAPOW Nagano Prefecture

行動予定を明らかに!



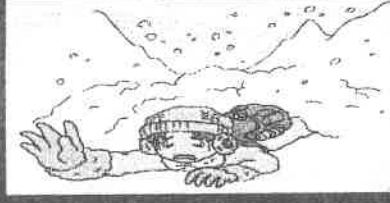
県内の主要山域は登山計画書の提出が義務付けられています。県電子申請や日本山岳ガイド協会登山届システム「コンパス」を活用しましょう。

雪崩に注意!



気温上昇や積雪状況によっては雪崩が発生しやすくなります。雪渓等の沢筋を通過する際は、雪質・積雪状態を見極め、慎重に通過しましょう。

単独登山はリスク大!



万が一の際、携帯電話等の通信手段が使えなければ、助けを呼べず、救助活動の遅れや行方不明となります。単独登山は控えましょう。

転倒・滑落多発!



山岳遭難で最も多いのが転倒・滑落です。ピッケルやアイゼンを状況に応じて的確に使用できるよう、正しい技術を身につけましょう。

春山遭難防止
遭難は他人事ではありません