

# 車を運転する方へ

## 「はればれ運転」でいこう!

**はればれ運転**とは、「危険を避けるため、運転する時と場所を選択し、運転能力が発揮できるよう心身及び環境を整え、加齢に伴う運転技能の低下を補うような運転方法を採用すること」をいいます。

※はればれ運転は、千葉県独自の名称となります。警察庁では「補償運転」として推進しています。

雨の日は、視界が悪いから、運転は晴れた日にしよう。

体調が悪い時は運転をやめてタクシーなどを利用しよう。

長距離運転はやめて、運転は近所のスーパーや病院までにしよう。



# 自転車を運転する方へ

## ★交通ルールを守りましょう

自転車も「車両」です。

止まれの標識がある所では必ず一旦停止し、安全確認をしましょう。

## ★ヘルメットを着用しましょう

自転車乗用中の事故で亡くなる原因の多くは、頭部への怪我です。大切な命を守るためにもヘルメットを着用しましょう。

## ★リフレクター（反射器材）をつけましょう



夕暮れ時からモノは見えにくくなります。いち早くあなたの存在を周りに知らせるため、リフレクターをつけましょう。



## ★自転車保険に入りましょう

千葉県では、自転車保険の加入が義務となっています。事故の際にあなたと被害者を守るため、必ず加入しましょう。