

# 大牟田交通まめ知識



## ～自転車を安全に利用しよう～

### 自転車も車両！？

手軽で便利な乗り物の一つとして幅広い世代の方々に利用されている自転車だって、実は立派な車両なんです！

ですから、自転車であれど守られなければいけない交通ルールがあります。

しかし、近年は残念なことに、交通ルールやマナーを守らない危険な運転により、重大な交通事故の加害者となるケースが増加しています。

みなさんも自転車に関する交通ルールを知って、悲惨な交通事故等の加害者とならないようにしましょう。



### 自転車安全利用五則



① 自転車は車道が原則、歩道は例外！

※ 例外には、13歳未満の子どもや70歳以上の高齢者、身体の不自由な人が運転する場合があります。

② 車道は左側を通行！

③ 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行！

④ 安全ルールを守る！

※ 安全ルールとは、飲酒運転・二人乗り・並進の禁止、夜間のライト点灯、交差点での信号遵守と一時停止・安全確認などのことです。

⑤ 子供はヘルメットを着用！

※ 平成20年6月施行の法律改正で、保護者がヘルメットをかぶらせる努力義務が設けられています。

### 自転車運転者講習制度

平成27年6月1日から、自転車運転中に危険な行為(信号無視、指定場所一時不停止、酒酔い運転等)を繰り返すと自転車運転者講習を受講していただくことになりました。

自転車運転者講習制度のながれとしては

- ① 自転車運転者が、3年以内に2回以上危険な行為を繰り返す
- ② 都道府県公安委員会が、自転車講習を受けるよう命令
- ③ 講習の受講(講習時間3時間、講習手数料5,700円)

となります。



ピーナッツというと「鼻血が出る」「ニキビができる」「太る」といったマイナスイメージを持たれがちですが、実はほとんどが迷信なんだそうです…それどころか、ピーナッツには太りにくい油や食物繊維が多く含まれており、血糖値も上がりにくいという特徴があるそうです。つまり、食べ過ぎたりしなければ、ダイエットにも役立ち、美肌効果のある食材ということなんだそうです！！これは、食べなきゃ損かもしれないですね！！

