

自転車の安全利用の促進




自転車乗車時は、必ずヘルメットを着用しましょう。
ヘルメットをかぶり、大切な命を守りましょう。

自転車の点検と整備

- タイヤ
空気は十分入っていますか？
- ブレーキ
前後輪ともしっかり効きますか？
- ライト
ライトは点灯しますか？



自転車保険の加入

長野県では、条例により自転車保険への加入が義務となっています。万が一に備えて、自転車保険に加入しましょう。
詳細は、長野県のホームページをご覧ください。
長野県のホームページはこちら 



春山遭難防止

4月から6月にかけて、山菜採り等で山に入山し、道に迷ったり、危険な場所に立ち入ったりすることで、遭難する危険が高まりますので、以下の点に気を付けましょう。



- 携帯電話を持っていく
携帯電話は、万が一の際の連絡手段となります。予備のバッテリーも用意しておきましょう。
- 家族・知人に入山することを伝えておく
家族から搜索願が出されたとしても、入山場所が分からなければ、搜索が困難になるので、必ず下山予定も伝えましょう。
- 単独での入山は避ける
遭難した際に、ケガにより一人だと救助要請が出来ない場合があります。出来る限り、複数人で入山しましょう。



特殊詐欺防止

長野県では、4月1日から特殊詐欺の名称が「電話でお金詐欺」に変わりました。
電話でお金の話が出たら、詐欺だと疑いましょう。



今年になって、長野中央警察署管内では、「市役所がたり」の詐欺が増加しています。
不審な電話がかかってきたら、まず家族・警察に相談しましょう。