

边开车边使用手机
会引发严重事故。



走路看手机
也很危险!!



**不要一边
做其他事一边
使用手机!**



无论开车还是骑自行车，
法律上都禁止“分心使用手机”。

※即使没有把手机拿在手里，驾驶中盯着屏幕也是被禁止的。

警察厅 · 青森 县警察

交通ルールを守って
つながる笑顔



“分心使用手机”引发的死亡和重伤事故不断增多！



机动车驾驶人员引发的交通事故

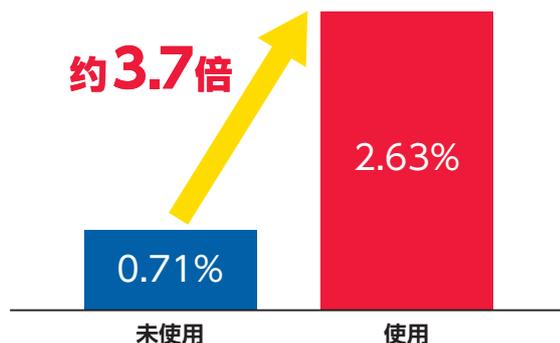
2024年，机动车驾驶人员“分心使用手机”引发的死亡和重伤事故达**136起**，是2014年以来事故最多的一年，且不分年龄，各个年龄段都会引发死亡和重伤事故。另外，“分心使用手机”引发的事故死亡率约为不使用手机时的**3.7倍**，在操作手机等或看屏幕的瞬间就可能引发死亡事故（参见图表）。

■ “分心使用手机”引发死亡和重伤事故的数量走势



(注) · 第一当事人为机动车(轿车、货车、特殊车辆)的事故数量。
· 因使用手机等引发事故的统计。

■ 按是否使用手机等分类的事故死亡率对比 (2020年至2024年合计)



(注) “事故死亡率”是指交通事故中死亡事故所占的比例。



骑车人员引发的交通事故

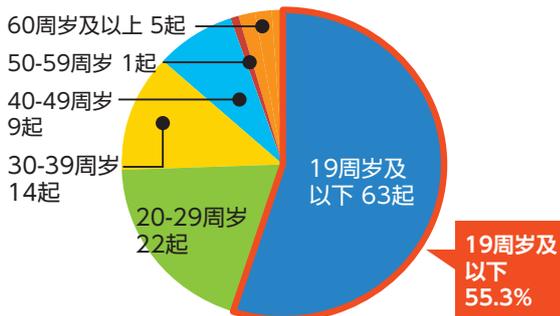
2024年，骑车人员“分心使用手机”引发的死亡和重伤事故达**28起**，是2014年以来事故最多的一年。各年龄段中，**19周岁及以下约占六成**（参见图表）。

■ “分心使用手机”引发死亡和重伤事故的数量走势



(注) 在自行车为第一或第二当事人的事故中，骑车人员使用手机等引发事故的统计。

■ 各年龄段中因“分心使用手机”引发死亡和重伤事故的数量 (2020年至2024年合计)



(注) 按骑车人员(第一/第二当事人)的年龄段分类统计。

处罚等规定

| | 处罚规定 | 罚款 | 分数※ |
|--------------------------------------|---------------------|---|--------------|
| 使用手机等通话或手持手机盯着屏幕时 | 6个月及以下拘役或10万日元及以下罚款 | 大型车25000日元、普通车18000日元、摩托车15000日元、轻型摩托车12000日元、自行车12000日元 (2026年4月1日起) | 3分 |
| 因上述行为或非手持手机等盯着屏幕而引发交通危险(交通事故、妨碍行人等)时 | 1年及以下拘役或30万日元及以下罚款 | 不适用 | 6分 (暂扣驾照) |

※ 对自行车违反不加算分数。