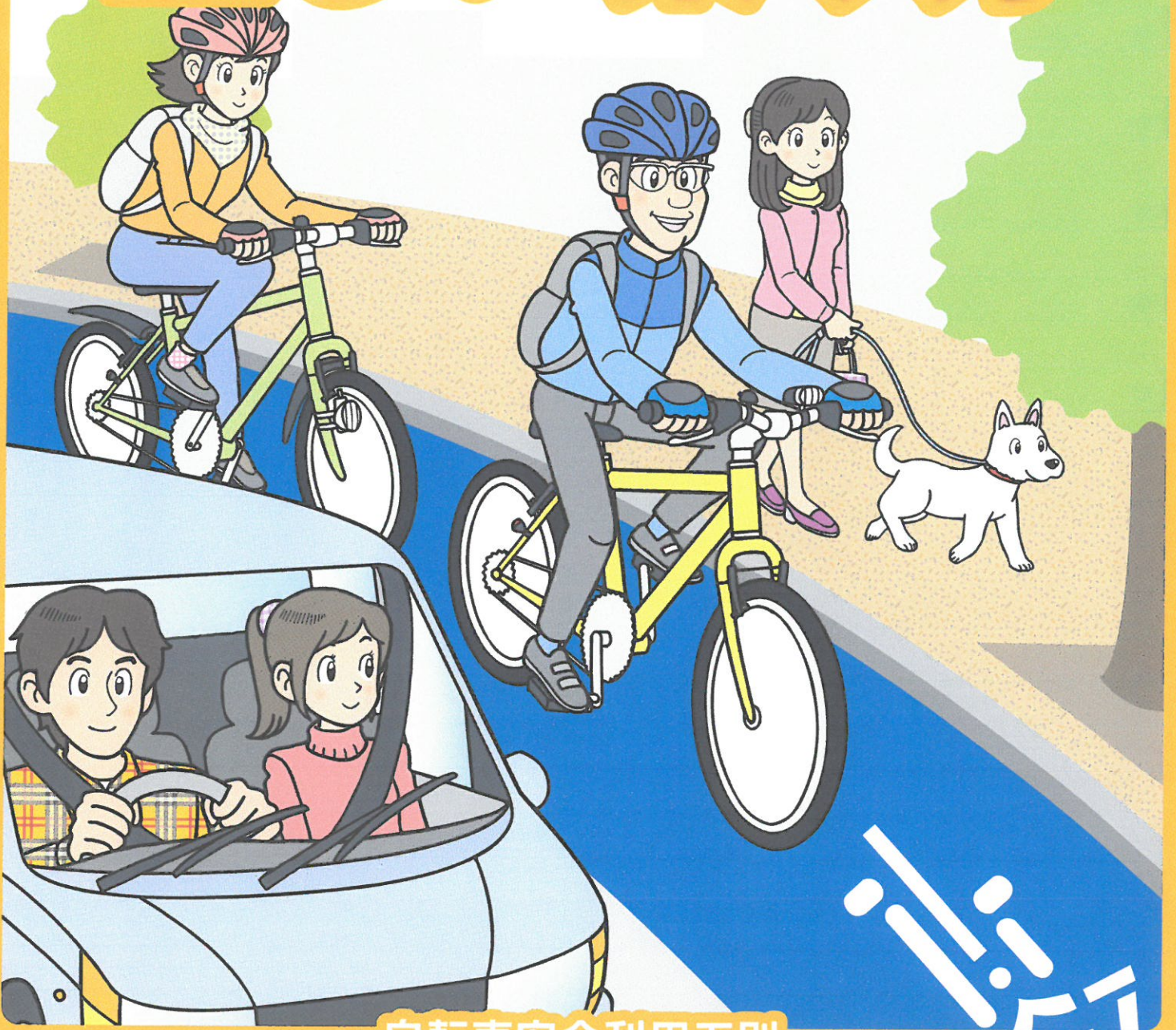


自転車の正しい乗り方



自転車安全利用五則

- ① 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- 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
 - 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
 - 夜間はライトを点灯
 - 交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
- ⑤ 子どもはヘルメットを着用



街とともに。人とともに。
FOR MORE COMMUNICATION

警視庁

自転車安全利用五則

① 自転車は、車道が原則、歩道は例外

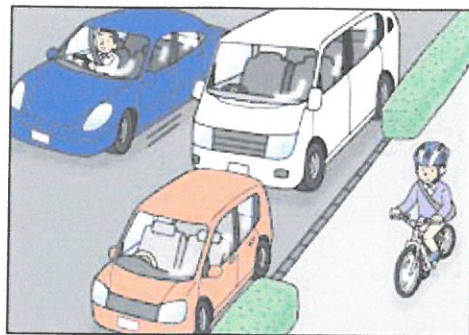
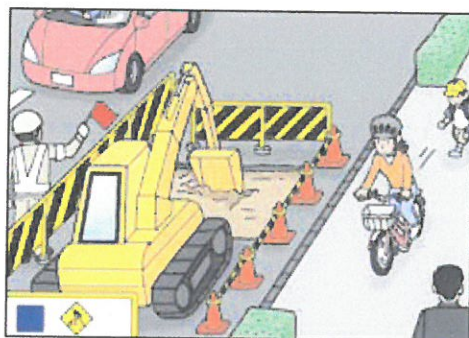
普通自転車が歩道を通行することができる場合

- 歩道に「自転車通行可」の標識があるとき
- 13歳未満の子どもや70歳以上の高齢者や身体の不自由な人が普通自転車を運転しているとき
- 道路工事や連続した駐車車両などのために車道の左側部分を通行することが困難な場合や、著しく自動車などの交通量が多く、かつ車道の幅が狭いなどのために追越しをしようとする自動車などとの接触事故の危険がある場合など、普通自転車の通行の安全を確保するためやむを得ないと認められるとき

[道路交通法第63条の4、道路交通法施行令第26条]



「自転車通行可」の標識



② 車道は左側を通行

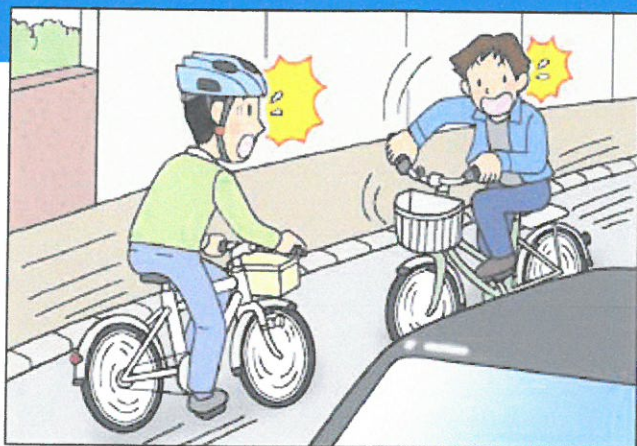
道路(車道)の中央から左の部分を通り抜けなければなりません。

[道路交通法第17条]

罰則 3カ月以下の懲役又は5万円以下の罰金

自転車道がある場合は、工事などの場合を除き、自転車道を通り抜けなければなりません。[道路交通法第63条の3]

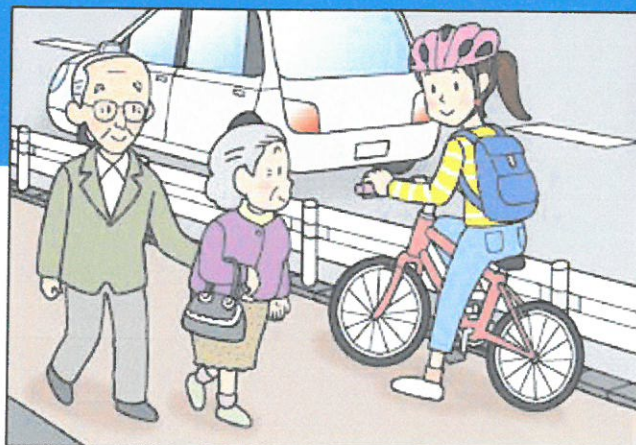
罰則 2万円以下の罰金又は料料



③ 歩道は、歩行者優先で、車道寄りを徐行

自転車は、歩道の中央から車道寄りの部分を徐行しなければならず、歩行者の通行を妨げるときは、一時停止しなければなりません。[道路交通法第63条の4]

罰則 2万円以下の罰金又は料料



4 安全ルールを守る

飲酒運転禁止



酒気を帯びて自転車を運転してはいけません。

[道路交通法第65条]

罰則

5年以下の懲役又は100万円以下の罰金（酒酔いの場合）

2人乗り運転禁止



自転車には、運転者以外の者を乗車させてはいけません。

※ただし、16歳以上の運転者が幼児用座席に6歳未満の幼児1人を乗車させることはできます。
[道路交通法第57条、東京都道路交通規則第10条]

罰則

2万円以下の罰金又は料料

並進走行禁止



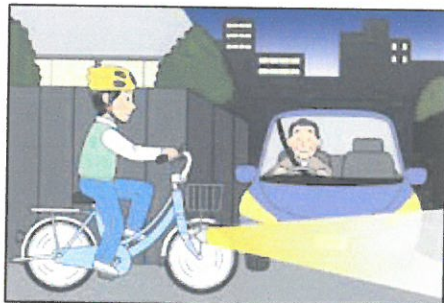
他の自転車と並んで通行することはできません。

[道路交通法第19条]

罰則

2万円以下の罰金又は料料

夜間はライトを点灯



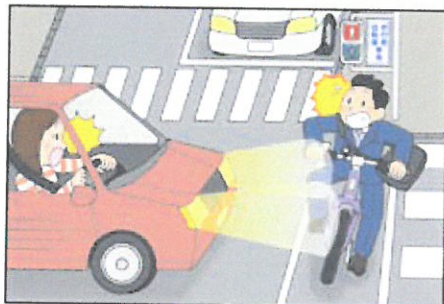
夜間は必ず前照灯をつけましょう。

[道路交通法第52条、道路交通法施行令第18条、東京都道路交通規則第9条]

罰則

5万円以下の罰金

信号無視禁止



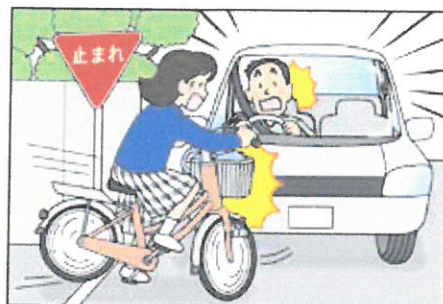
対面する信号機に必ず従わなければなりません。

[道路交通法第7条、道路交通法施行令第2条]

罰則

3カ月以下の懲役又は5万円以下の罰金

一時停止



一時停止標識がある場所では、必ず止まって安全確認をしましょう。

[道路交通法第43条]

罰則

3カ月以下の懲役又は5万円以下の罰金

5 子どもはヘルメットを着用

保護者の方は、13歳未満の子どもにヘルメットをかぶせるよう努めなければなりません。[道路交通法第63条の11]

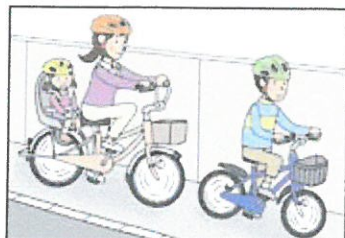
乗車用ヘルメットの着用

自転車で走行中、交通事故や不意に転倒した場合、頭を道路等に強打する危険があります。

自転車事故で死亡した人の損傷部位は、64.1%(*)が頭部であり、被害を軽減するためにもヘルメットの着用が必要です。13歳未満の子どもにヘルメットを着用させることはもちろん、大人もヘルメットなどの交通事故による被害を軽減する器具の利用に努めてください。

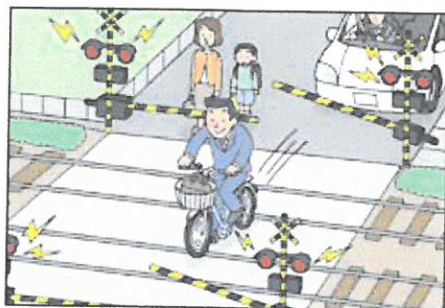
※平成23年～25年都内の自転車事故死亡者の損傷部位の割合

防護性を持たせた帽子タイプの物も市販されています。



禁止事項 ルールを守って安全運転を心掛けましょう!!

しゃ断踏切立入り



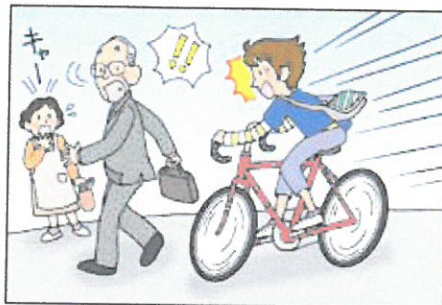
踏切の遮断機が閉じようとしたり、警報機が警報している間は、踏切に入ってはいけません。

[道路交通法第33条]

罰則

3カ月以下の懲役又は5万円以下の罰金

ブレーキ不良(備えていない)自転車運転



ブレーキは前車輪と後車輪ともに備えていなければなりません。

[道路交通法第63条の9、道路交通法施行規則第9条の3]

罰則

5万円以下の罰金

傘差し運転



傘を差す、物を持つなどの行為で視野を妨げたり、安定を失うような方法で自転車を運転してはいけません。

[道路交通法第71条、東京都道路交通規則第8条]

罰則

5万円以下の罰金

携帯電話使用運転



自転車を運転しながら携帯電話を手で持って通話したり、メール等をしてはいけません。

[道路交通法第71条、東京都道路交通規則第8条]

罰則

5万円以下の罰金

イヤホン等使用運転



イヤホン等を使用して音楽を聴くなど、運転上必要な周りの音や声が聞こえない状態で自転車を運転してはいけません。

[道路交通法第71条、東京都道路交通規則第8条]

罰則

5万円以下の罰金



👉 子どもを自転車に同乗させる時は乗せ方のルールを守りましょう

乗車人数

原則として運転者以外の人を乗せることができません。

ただし、次の場合は幼児を同乗させることができます。[道路交通法第57条、東京都道路交通規則第10条]

1 一般の自転車

16歳以上の運転者は、幼児(6歳未満)1人を幼児用座席を設けた自転車に乗車させることができます。

※さらに16歳以上の運転者は、6歳未満の幼児1人を子守バンド等で背負って運転することができます。



2 幼児2人同乗用自転車

16歳以上の運転者が、幼児2人を乗せる場合には、一定の安全基準を満たした「幼児2人同乗用自転車」を使わなければなりません。普通の自転車の前後に座席を取り付けた自転車に幼児2人を乗せてはいけません。

※幼児2人を同乗させた場合は、運転者は幼児を背負って運転することはできません。



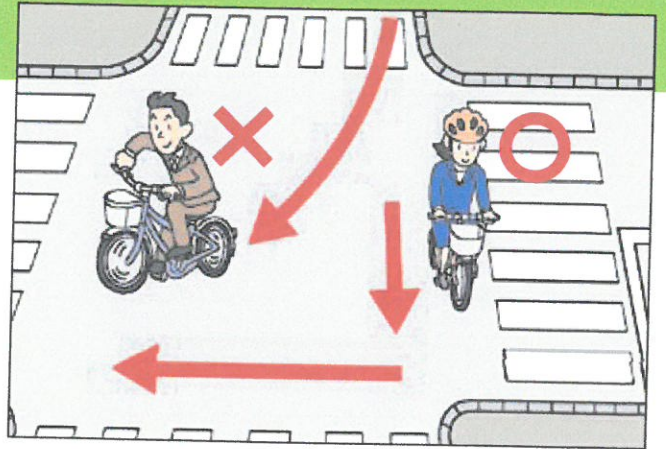
自転車の交通ルール

👉 交差点で右折するとき

できるだけ道路の左端によって交差点の向こう側までまっすぐ進み、十分速度をおとして曲がらなければなりません。[道路交通法第34条]

二段階右折

信号機のある交差点を右折する場合は、青信号で交差点の向こう側までまっすぐ進み、その地点で止まって右に向きを変え、前方の信号が青になってから進むようにしなければなりません。



👉 道路の横断

自転車横断帯

道路を横断しようとするときは、その付近に自転車横断帯がある場合は、それによって横断しなければなりません。

交差点に自転車横断帯があるときは、この横断帯を進行しなければなりません。

[道路交通法第63条の6、第63条の7]



横断歩道 (自転車横断帯が設置されていない)

横断歩道は歩行者の横断のための場所ですので、横断歩道上に歩行者がいないなど歩行者の通行を妨げるおそれのない場合は、自転車に乗ったまま通行できますが、歩行者の通行を妨げるおそれのある場合は、自転車から降りて押して横断するようにしてください。

[交通の方法に関する教則]



👉 自転車が従うべき信号

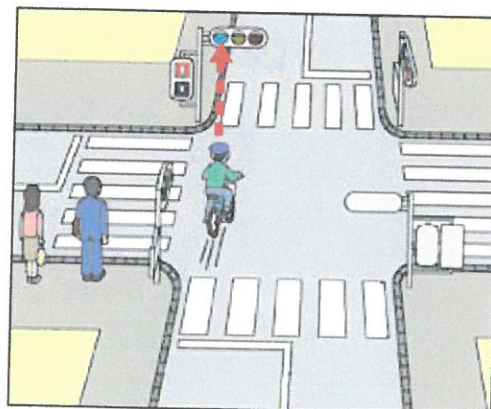
信号機

信号は、対面する信号機に従わなければなりません。

[道路交通法第7条、道路交通法施行令第2条]

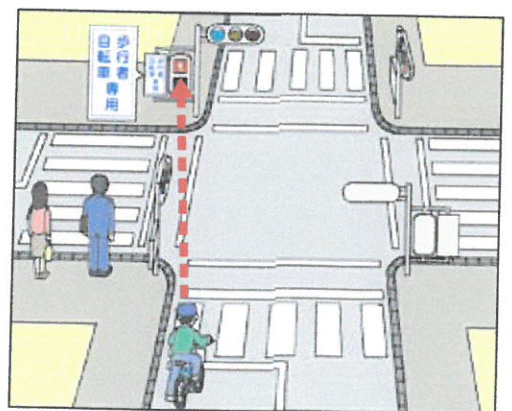
「歩行者・自転車専用」と表示されている歩行者用信号機がある場合は、車道を通り抜ける自転車も歩行者用信号機に従わなければなりません。

[道路交通法施行令第2条]



■「歩行者・自転車専用」の表示がない場合

※ただし、歩道を走っている時は歩行者用信号を見る。



■「歩行者・自転車専用」と表示されている場合

自転車事故による損害賠償責任

👉 自転車での加害事故事例

男子小学生（11歳）が夜間、帰宅途中に自転車で走行中、歩道と車道の区別のない道路において歩行中の女性（62歳）と正面衝突。女性は頭蓋骨骨折等の傷害を負い、意識が戻らない状態となった。

[神戸地裁 平成25年7月4日判決]

賠償額
9,521万円

男子高校生が昼間、自転車横断帯のかなり手前の歩道から車道を斜め横断し、対向車線を自転車で直進してきた男性会社員（24歳）と衝突。男性会社員に重大な障害（言語機能の喪失等）が残った。

[東京地裁 平成20年6月5日判決]

賠償額
9,266万円

男性が昼間、信号表示を無視して高速度で交差点に進入、青信号で横断歩道を横断中の女性（55歳）と衝突。女性は頭蓋内損傷等で11日後に死亡した。

[東京地裁 平成19年4月11日判決]

賠償額
5,438万円

※賠償額とは判決文で加害者が支払いを命じられた金額です（上記金額は概算額）
出典：日本損害保険協会発行「知っていますか？自転車の事故」

👉 自転車事故に備えて保険に加入しましょう

自転車事故を起こした際には、自分が怪我するだけでなく、相手に怪我をさせたり、相手の物を壊したりすることがあります。これらの場合に備え、保険に加入しておきましょう。

個人賠償責任保険

他人にけがをさせたり、他人の物を壊したりして賠償責任が発生した場合に支払われる保険

傷害保険

自分がけがをして治療費等が必要な場合に支払われる保険

TSマーク付帯保険

自転車安全整備店で、点検整備した自転車に貼られるTSマークに付帯した保険（有効期間1年間）



※個人賠償責任保険は、傷害保険、火災保険、自動車保険など他の保険特約として契約することができます。
詳しくは、損害保険代理店や保険会社にご確認ください。

👉 改正道路交通法のあらまし

自転車の運転による交通の危険を防止するための講習に関する規程の整備

一定の危険な違反行為をして2回以上摘発された自転車運転者（悪質自転車運転者）は、公安委員会の命令を受けて3カ月以内の指定された期間内に講習を受けなければいけません。

(平成27年6月1日施行)

[道路交通法第108条の2、第108条の3の4、第120条]

公安委員会による
受講命令に従わなかった場合

罰則

5万円以下の
罰金