

自転車



交通安全講座



自転車 安全利用 五則

- 1 車道が原則、左側を通行
歩道は例外、歩行者を優先
- 2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- 3 夜間はライトを点灯
- 4 飲酒運転は禁止
- 5 ヘルメットを着用



内閣府

自転車安全利用五則

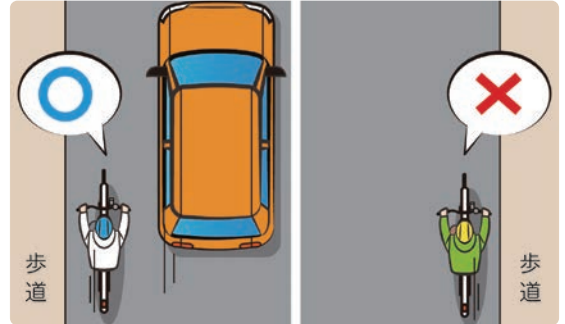
(令和4年11月1日中央交通安全対策会議交通対策本部決定)

自転車は道路交通法上の「軽車両」で車の仲間です。車と同じように、運転する人が守らなければならない交通ルールがあります。 **反則金** **刑事罰** については3ページの「交通反則通告制度」を参照

1 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先

- 自転車は、歩道と車道の区別がある道路では車道通行が原則です。
- 自転車は、道路の左側端に寄って通行しなければなりません。

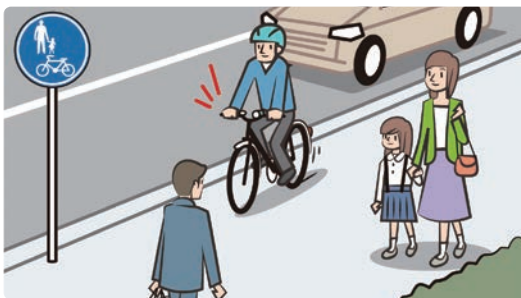
※車道の右側通行（逆走）は、駐車車両やカーブのある場所で対向車から見えづらく、正面衝突のおそれがあるなど大変危険です。



反則金 通行区分違反（右側通行） **6,000円** **刑事罰** 3ヵ月以下の拘禁刑または5万円以下の罰金等

- 普通自転車（下記参照）は、歩道を通行できる場合、歩道の中央から車道寄りの部分を徐行（すぐに停止できる速度で通行）しなければなりません。
- 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。

※車道寄りを通行するのは、路外の施設や交差道路から出てくる車との距離を確保し、車からの発見を早めて交通事故を防いだり、路外の建物等から出てきた歩行者との接触を防ぐためです。



反則金 歩道徐行等義務違反 **3,000円** **刑事罰** 2万円以下の罰金または科料

普通自転車が例外的に歩道を通行できる場合

- 「普通自転車歩道通行可」の標識・標示がある
- こども（13歳未満）、高齢者（70歳以上）、身体の不自由な人が運転している
- 通行の安全確保のためにやむを得ない
 - 道路工事をしている
 - 駐車車両が続いている
 - 交通量が多く道幅が狭いなど



普通自転車とは

以下の要件に合ったもので、他の車両をけん引していない自転車のことをいいます。

- 四輪以下の自転車である
- 長さ190cm、幅60cmを超えない
- 側車（サイドカー）を付けていない（補助輪は除く）
- 運転席以外の乗車装置（幼児用座席を除く）がない
- ブレーキが操作しやすい位置にある
- 鋭い突出部がない

点検・整備の箇所とポイント

チェーンはスムーズに回転するか？

サドルはがたつかないか？

ブレーキはよく効くか？

ベルは鳴るか？

ハンドルはまっすぐか、がたつかないか？

反射材・尾灯は割れたりしていないか？

カゴはがたつかないか？

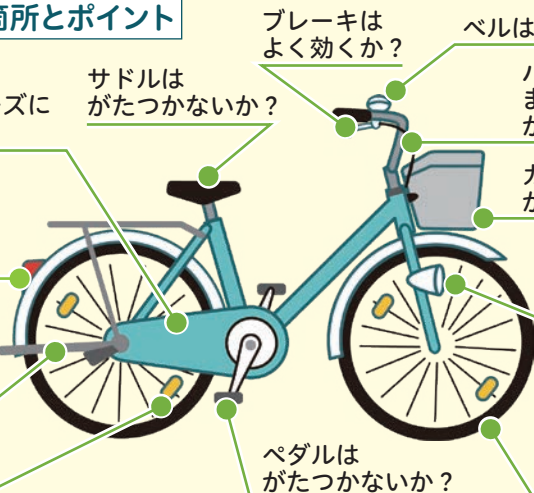
スタンド、泥よけはがたつかないか？

ライトは明るく点灯するか？

反射材は光をよく反射するか？

ペダルはがたつかないか？

タイヤの空気圧は適正か？ すり減っていないか？



2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

- 信号機のある交差点では、信号に従って安全を確認し通行しましょう。
- 自転車は、対面する車両用信号に従うのが原則です。「歩行者・自転車専用」と表示されている信号機がある場合や横断歩道を通行する場合は、歩行者用信号に従わなければなりません。

反則金

信号無視 **6,000円**

刑事罰

3ヵ月以下の拘禁刑または5万円以下の罰金等



- 道路標識等により、一時停止すべきとされている場所では、必ず一時停止し、安全を確認しましょう。

反則金

指定場所一時不停止等 **5,000円**

刑事罰

3ヵ月以下の拘禁刑または5万円以下の罰金等



3 夜間はライトを点灯

- 夜間は必ずライトを点灯させましょう。
- 前方を明るく照らすだけでなく、周囲に対して自分の存在を知らせることも重要です。

反則金

無灯火 **5,000円**

刑事罰

5万円以下の罰金



4 飲酒運転は禁止

- お酒を飲んだら絶対に運転してはいけません。
- 飲酒運転は刑事罰の対象です。
- 刑事罰以外に、運転免許の行政処分を受ける場合もあります。



刑事罰

1. 運転者・自転車提供者

- 酒酔い 5年以下の拘禁刑または100万円以下の罰金
- 酒気帯び 3年以下の拘禁刑または50万円以下の罰金

2. 酒類提供者・同乗者

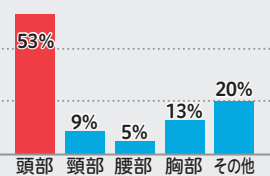
- 酒酔い 3年以下の拘禁刑または50万円以下の罰金
- 酒気帯び 2年以下の拘禁刑または30万円以下の罰金

5 ヘルメットを着用

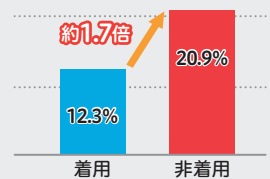
- 自転車を利用するすべての人は、自転車事故による被害を軽減するために、乗車用ヘルメットを着用しましょう。
- 幼児・児童を保護する責任のある人は、幼児・児童を自転車に乗せるときには、乗車用ヘルメットを着用させるようにしましょう。



自転車乗用中死者の致命傷の部位 (令和2～6年合計)



自転車乗用中の事故で主に頭部を負傷した死亡・重傷者のヘルメット着用状況 (令和2～6年合計)



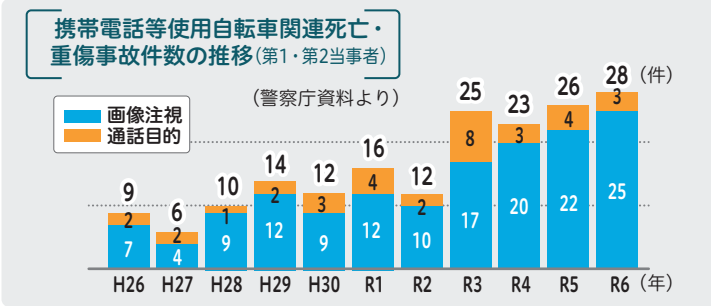
「その他」とは、顔部、腹部、脚部、腕部等をいう。

(警察庁資料より)

自転車乗用中の交通事故では、亡くなった方の約5割が頭部に致命傷を負っています。また、主に頭部を負傷した死亡・重傷者のうち、ヘルメット非着用者の割合は、着用者に比べて約1.7倍高くなっています。

ながらスマホは絶対にやめよう！

携帯電話等使用中の自転車事故は増加傾向にあります。手に持って通話したり、画像を注視しながらの運転のほか、自転車に固定して画面に表示された地図などを注視する行為も違反です。



反則金 携帯電話使用等(保持) **12,000円**

刑事罰 6ヵ月以下の拘禁刑または10万円以下の罰金
※ 交通の危険を生じさせた場合は1年以下の拘禁刑または30万円以下の罰金



傘差し運転・イヤホン等使用運転も危険です

傘差し運転や、イヤホン等をつけて周りの音が聞こえない状態での運転は、すべての都道府県で禁止されています。

反則金 公安委員会遵守事項違反 **5,000円**

刑事罰 5万円以下の罰金

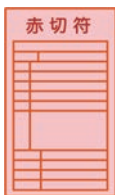
交通反則通告制度(青切符)

近年、自転車を取り巻く交通事故の情勢が厳しさを増し、また、その原因として自転車利用者の法令違反が認められる場合が多い状況にあることから、自転車も車両の仲間として交通ルールの遵守を図るため、16歳以上の者による自転車の一定の交通違反に対しては交通反則通告制度※(いわゆる青切符)が導入されています。

※ 反則行為をした16歳以上の者が検挙されると定額の反則金の納付が通告され、反則金を任意に納付したときは、刑事手続きに移行しない(起訴されない)という制度をいいます。

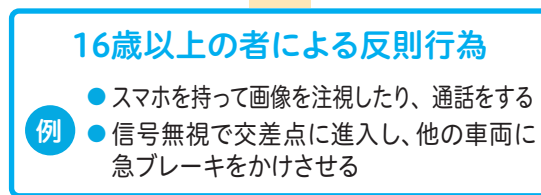


交通事故の原因となるような悪質・危険な運転行為



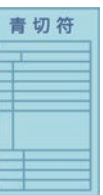
重大な交通違反や交通事故

- 例**
- 酒酔い運転・酒気帯び運転
 - 違反により交通事故を発生させる



16歳以上の者による反則行為

- 例**
- スマホを持って画像を注視したり、通話をする
 - 信号無視で交差点に進入し、他の車両に急ブレーキをかけさせる



赤切符等～刑事手続き(刑事罰)の適用

青切符～交通反則通告制度(反則金)の適用

自転車の交通違反に対しては基本的に指導警告を実施し、交通事故の原因となるような悪質・危険な違反は検挙の対象となるという交通違反の指導取締りの基本的な考え方は変わりません。

自転車運転者講習制度

危険な違反行為（16類型）を3年以内に2回以上繰り返した自転車運転者（14歳以上）は、都道府県公安委員会の命令により、「自転車運転者講習」を受講しなければなりません。



自転車運転者講習の対象となる16 類型の危険行為（違反例）

① 信号無視

② 通行禁止違反

道路標識等により自転車の通行が禁止されている道路等を通行する行為



③ 歩行者用道路における車両の義務違反（徐行違反）

自転車の通行が認められた歩行者用道路で歩行者に注意せず、徐行しない行為



④ 通行区分違反

車道の右側を通行したり、通行できない歩道等を通行する行為



⑤ 路側帯通行時の歩行者の通行妨害

歩行者の通行を妨げるような速度と方法で路側帯を通行する行為



⑥ 遮断踏切立入り

⑦ 交差点安全進行義務違反等

交差点で優先道路を通行する車両等を妨害するなどの行為



⑧ 交差点優先車妨害

交差点を右折時、直進車や左折車両の進行を妨害等する行為

⑨ 環状交差点安全進行義務違反等

環状交差点内を通行する車両の進行を妨害したり、進入時に徐行しないなどの行為



⑩ 指定場所一時不停止等

⑪ 歩道通行時の通行方法違反

通行が認められている歩道で歩行者の妨害（一時不停止）をするなどの行為



⑫ 制動装置（ブレーキ）不良自転車運転

前後輪にブレーキがなかったり、ブレーキ性能不良の自転車を運転するなどの行為

⑬ 酒気帯び運転等

⑭ 安全運転義務違反

ハンドルやブレーキ等を確実に操作せず、他人に危害を及ぼすような速度や方法で運転する行為



⑮ 携帯電話使用等（ながらスマホ）

⑯ 妨害運転（あおり運転）

他の車両を妨害する目的で、逆走、急ブレーキ、急な進路変更などの危険運転をする行為



自転車で事故を起こしてしまったら

自転車で事故を起こしたとき、運転者にはけが人を救護し、警察に通報するなどの義務があります。自転車運転中に事故を起こしてしまったら、右の流れに従って、落ち着いて行動しましょう。

※必要に応じてAED（自動体外式除細動器）や救急への通報を行います。周囲の人に助けを求めるとも重要です。

※これらの措置をせず現場から立ち去ると「ひき逃げ」として厳しい処罰を受けることもあります。

- ① 直ちに運転を停止
- ② けが人の救護
- ③ 道路上の危険防止措置
- ④ 警察への通報



加害事故では責任を問われる

自転車は自動車などと同様に、交通ルールに違反して事故を起こせば「刑事上の責任」を問われます。相手にけがを負わせたり、死亡させてしまうと過失致死傷罪や重過失致死傷罪が適用されることがあります。また、民事上の損害賠償責任も生じます。高額な賠償金の支払いを求められるケースも増えています。安全運転に努めましょう。



自転車での加害事故例 日本損害保険協会調べ

判決認容額（※）	事故の概要
9,521 万円	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。（神戸地方裁判所、平成25（2013）年7月4日判決）

（※）判決認容額とは、裁判における判決文で加害者が支払いを命じられた金額（概算額）。裁判後の上訴等により、加害者が実際に支払う金額とは異なる可能性があります。

自転車保険等で事故のリスクに備える

自転車事故に備える「自転車損害賠償保険（自転車保険）」等への加入を、条例で義務付ける都道府県が増えています。万が一の事故に備えて、自転車保険等には必ず加入しましょう。

自転車事故に備える保険

自転車事故による損害賠償責任は「個人賠償責任保険」で、自分自身のけがは「傷害保険」でそれぞれ補償されます。

- 「自転車保険」等の名称で、個人賠償責任保険と傷害保険がセットになった商品が販売されています。
- その他にも
 - ① 自動車保険・火災保険・傷害保険等の特約
 - ② クレジットカード等の付帯保険
 - ③ 共済や団体保険（会社・PTAの保険等）
 などとして契約するケースもあります。保険の加入状況を確認してみましょう。



保険の種類	事故の相手		自分
	生命・からだ	財産・モノ	生命・からだ
個人賠償責任保険	○	○	×
傷害保険	×	×	○