

6 基本的な自転車の交通ルール

* p.126「付録2」に基本的な交通ルールの一覧表を掲載しています。

1

道路交通法上の自転車の位置付け

小学生（1～3年生）から

- ・ 道路交通法では、自転車は「軽車両」と位置付けられ、自動車と同じ「車両」の一種です。
- ・ 自転車には、一定の基準を満たす「普通自転車」のほか、タンDEM自転車やペロタクシー等、様々な種類があります。



【歩行者】



ひと

* 自転車（側車付き・牽引している自転車は除く。）を押して歩く場合は、歩行者とみなされます。

普通自転車

一定の場合には歩道通行
できる（[3](#) 参照）



普通自転車以外の自転車

歩道通行できない



タンDEM自転車



ペロタクシー



牽引自転車

「普通自転車」の基準

○車体の大きさ

長さ190cm以内、幅60cm以内

○車体の構造

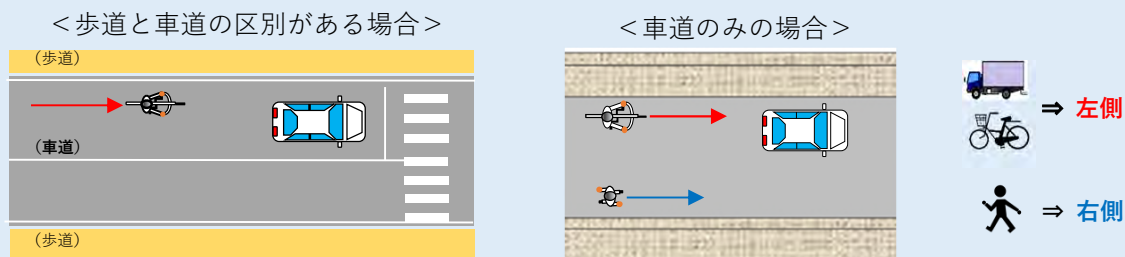
- ・ 四輪以下の自転車である
- ・ 側車を付けていない（補助輪は除く。）
- ・ 乗車装置は一つである（幼児用乗車装置は除く。）
- ・ ブレーキは、走行中簡単に操作できる位置にある
- ・ 鋭い突出部がない

- ・ 小学1～3年生は、「歩行者は道路の右側、自転車を含めてくるまは道路の左側を通ります」というように、歩行者の交通ルールと関連付けて伝え、歩行者と自転車との交通ルールの違いを教えましょう。
- ・ 自転車は「車両」であることについて、中学生以降では、法律上の位置付けを含めて、繰り返し触れましょう。

①「車道通行」と「左側通行」の原則

- ・自転車は、車道の中央（中央線があるときは、中央線）から左側の部分を、左端に沿って通行しなければいけません。

* 歩道を通行できる場合と通行方法については **3** 参照

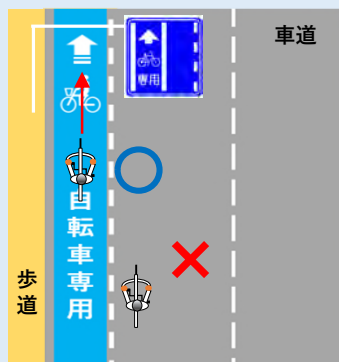


- ・小学生には、くるまは左側を走ること、自転車も同じく左側を走ることを教えましょう。
- ・中学生からは、自動車やバイクと同じように車道の左側の部分を通行することを伝えましょう。
- ・道路の右側を通行する「逆走」は、交通事故のリスクが高まることを教えましょう。
例えば、見とおしの悪いカーブでは対向車から自転車が見えず、正面衝突のおそれがあります。「なぜ左側通行する必要があるのか」、「なぜ交通ルールを守る必要があるのか」、その理由を併せて理解することが大切です。（参照：p.31 **12**「逆走（右側通行）はなぜ危険？」）

②普通自転車専用通行帯がある場合の通行場所

- ・普通自転車で車道を通行するとき、車道に普通自転車専用通行帯があるときは、その普通自転車専用通行帯を通行しなければいけません。
（**3** の場合には、歩道を通行することができます。）

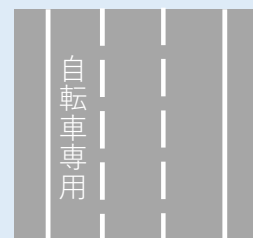
【普通自転車専用通行帯】



「普通自転車専用通行帯」の道路標識



「普通自転車専用通行帯」の道路標示

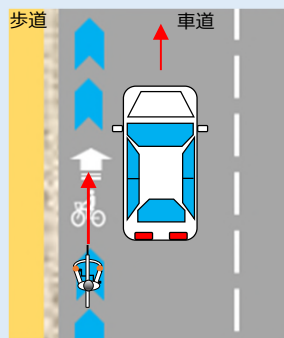


- ・「普通自転車専用通行帯」の道路標識・標示やどのような場所であるかについて、イラストや身の周りの実際の場所の写真を用いて説明しましょう。
- ・普通自転車専用通行帯の道路標識・標示があるときは、その部分（通行帯）を通ることを教えましょう。
※13歳未満の方、70歳以上の方等は歩道を通行することができますが、歩道を通行するときは、「歩行者が優先」であることを強調して教えましょう。

(参考) 矢羽根型路面表示

- ・ 矢羽根型路面表示は、自転車通行ルールを分かりやすく伝えるものです。
- ・ 矢羽根型路面表示は、自転車の運転者だけでなく、自動車の運転者に対しても、自動車と自転車が車道上で混在することについて注意を促す役割があります。（自動車が矢羽根型路面表示を踏みながら通行する場合もあります。）
- ・ 必ずしも矢羽根型路面表示がされた場所を通行するよう義務付けるものではありませんが、自転車で通行するときはこれを目安としましょう。

< 矢羽根型路面表示 >

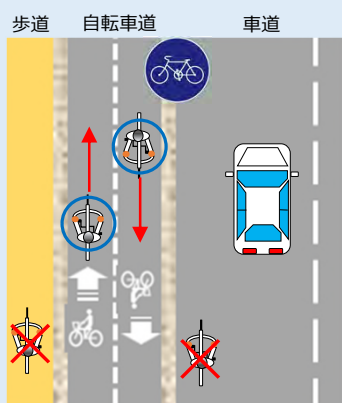


- ・ 矢羽根型路面表示は、普通自転車専用通行帯とは異なり、その部分を通行しなければいけないことはありません。しかし、自転車が通行する部分・方向を知らせ、自動車に対しても自転車が通行する部分として注意を促す役割があるので、自転車で通行するときは、これを目安とすることを教えましょう。

小学生（４～６年生）から

③ 自転車道がある場合の通行場所と通行方法

- ・ 普通自転車は、自転車道があるときには、自転車道を通行しなければいけません。
- （ **3** の場合には、歩道を通行することができます。）



* 自転車道とは、自転車が通行するため、縁石柵等の工作物によって区画された車道の部分です。

- ・ 道路の片側にしか自転車道がない場合でも、自転車道を通行しなければいけません。
- ・ 自転車道では左側端を通行しなければいけません。

「自転車専用」の道路標識
（自転車道には設置されている場合があります）



- ・ 「自転車道」の道路標識や自転車道がどのような場所であるかについて、イラストや身の周りの実際の場所の写真を用いて説明しましょう。
- ・ 自転車道があるときは、必ずその部分を通ることを教えましょう。
- ※13歳未満の方、70歳以上の方等は歩道を通行することができますが、歩道を通行するときは、「歩行者が優先」であることを強調して教えましょう。

自転車の通行が制限されているとき

- ・ 一方通行道路の逆走をはじめ、自転車を含む車両の通行が一律に禁止されている道路を通行してはいけません。
- ・ また、自転車に限って通行が認められている遊歩道といった道路においては、特に歩行者に注意して徐行しなければいけません。

「車両通行止め」



「車両進入禁止」



「特定小型原動機付自転車・自転車通行止め」



「歩行者用道路」



自転車は通行できません



自転車を除く

自転車は通行できます



自転車を除く

自転車は徐行して通行できます

自転車は、高速道路・自動車専用道路を通行することはできません。

高速道路等への自転車での立入りは、法律で禁止されているだけではなく、自動車が高速で行き交う場所であるため、大変危険です。

高速道路等の出入口には、「自動車専用」の標識が設置されているほか、誤進入を防ぐため「自転車進入禁止」等の注意喚起の看板や路面表示が設置されています。

交通事故を防ぐためには、道路標識等を確認して交通ルールを守ることが大切です。

「自動車専用」の道路標識



①歩道を通行できる場合の通行場所（参照：p.28「**11** 車道通行に向けた準備」）

- ・次のようなときは、普通自転車は歩道を通行することができます。

- ① 道路標識・道路標示で歩道を通行することができるとされているとき
- ② 13歳未満の方若しくは70歳以上の方又は一定の身体障害を有する方が運転するとき
- ③ 車道又は交通の状況に照らして、自転車の通行の安全を確保するため自転車が歩道を通行することがやむを得ないと認められるとき

「普通自転車歩道通行可」の
道路標識・道路標示



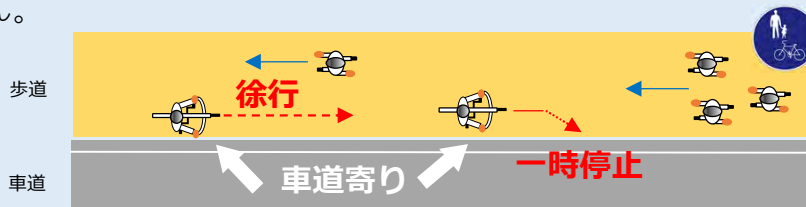
【やむを得ないと認められるとき】

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難しいときや、著しく自動車の交通量が多い、車道の幅が狭いなど、通行すると事故の危険があるとき

- ・歩道を通行できるのは「普通自転車」です。普通自転車の基準を満たすか、事前に確認しましょう。（参照：p.105「**1** 道路交通法上の自転車の位置付け」）
- ・歩道は歩行者のための道路です。「歩行者が優先」であることを強調しましょう。
- ・車道から歩道へ、歩道から車道へと通行場所を変えるとき、周囲の安全確認についても教えましょう。
- ・自転車を押して歩く場合は、歩行者とみなされ、歩行者として歩道を通行することができます。自転車を運転する場合は車両、押して歩く場合は歩行者とみなされることについて教えましょう。（ただし、側車付きの自転車や牽引している自転車は、押して歩いたとしても歩行者とみなされず、歩道を通行することができません。）

②歩道を通行できる場合の通行方法

- ・普通自転車が歩道を通行するときは、歩道の中央から車道寄りの部分を徐行*しなければいけません。
- ・また、普通自転車の進行が歩行者の通行を妨げることとなるときは、一時停止しなければいけません。

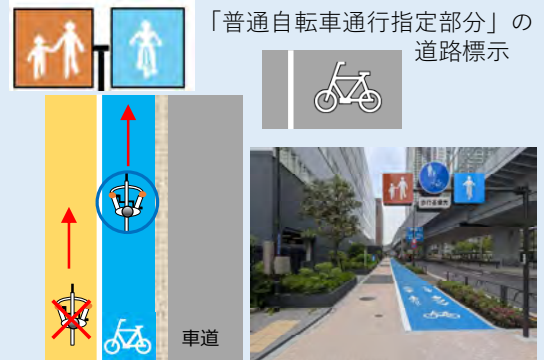


* 徐行とは、直ちに停止することができそうな速度で進行することをいいます。

- ・歩道は「歩行者が優先」です。車道寄りを徐行しなければいけません。歩行者の間を縫うように走ったり、建物寄りを通行したりすることは、歩行者や車両と衝突する危険性があることを教えましょう。（参照：p.24「**6** 歩道の通行方法」、「**7** 歩道で車道寄りを通行しなければならない理由」）
- ・歩行者が多く通行している場合や歩道が狭い場合には、自転車から降りて押し歩きすることを教えましょう。

③普通自転車通行指定部分が設けられている場合の通行場所と通行方法

- ・普通自転車で歩道を通行することができる場合で、「普通自転車通行指定部分」が設けられている歩道を通行するときには、普通自転車通行指定部分を徐行して通行しなければいけません。
- ・また、普通自転車の進行が歩行者の通行を妨げることとなるときは、一時停止しなければいけません。

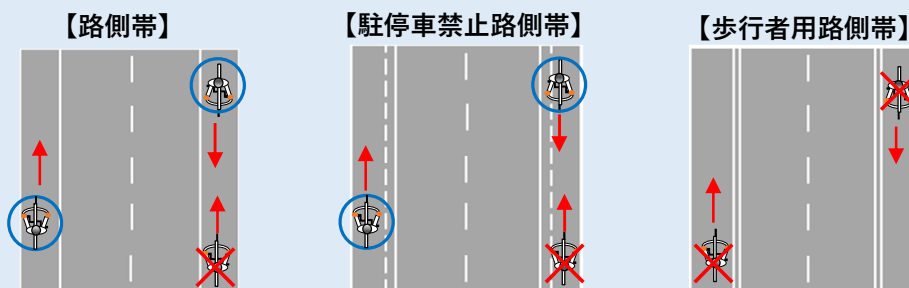


【普通自転車通行指定部分】

- ・「普通自転車通行指定部分」の道路標示やどのような場所であるのかについて、身の周りの実際の場所の写真やイラストを用いて説明しましょう。
- ・指定部分以外の歩道に歩行者がいない場合でも、道路標示に従って指定部分を通行しなければいけないことを教えましょう。
- ・指定部分を進行する場合で歩行者がいなければ、徐行の必要はありません。しかし、建物から歩行者が飛び出してきたり、車が店舗駐車場に出入りするために歩道を横切っておそれもあるので、状況に応じてすぐに止まれる速度で通行することを教えましょう。

路側帯がある場合の通行場所と通行方法

- ・自転車は、著しく歩行者の通行を妨げるときを除いて、路側帯を通行することができます。
- ・自転車で路側帯を通行するときは、道路の左側部分に設けられた路側帯を通行しなければいけません。
- ・ただし、白の二本線で標示された路側帯（歩行者用路側帯）は、路側帯内を自転車で通行することはできません。



自転車で路側帯内を通行するときは、歩行者の通行を妨げないような速度と方法で進行しなければいけません。

- ・路側帯を通行するときも、歩行者を優先し、歩行者の通行を妨げないような速度と方法で通行する必要があることを教えましょう。
- ・歩行者が多いなどの理由から、路側帯から車道に出るときは、後方の安全確認を行うことを教えましょう。また、後ろから車が来ている場合には、無理に進路を変えず、一時停止して車が通り過ぎるまで待つように教えましょう。

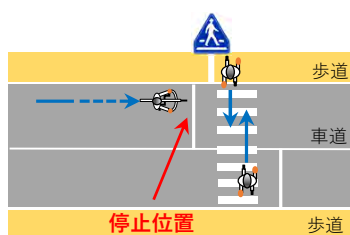
5

横断歩行者の優先

小学生（４～６年生）から

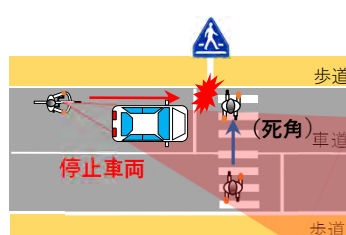
- ・横断歩道に接近する場合には、横断歩道付近の見とおしがよく、歩行者の姿がないことが明らかなきを除き、横断歩道の直前（停止線があるときはその直前）で停止することができるような速度で進行しなければいけません。
- ・横断歩道を横断中又は横断しようとする歩行者がいるときは、横断歩道の直前で一時停止し、その通行を妨げないようにしなければいけません。
- ・横断歩道又は横断歩道の直前で停止している車両がある場合には、その車両の側方を通過してその前方に出ようとするときは、一時停止しなければいけません。

<横断中の歩行者がいる場合>



停止線で一時停止

<横断歩道の直前で停止車両がある場合>



横断中の歩行者が停止車両の死角に入り衝突の危険

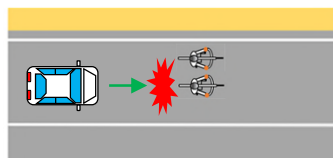
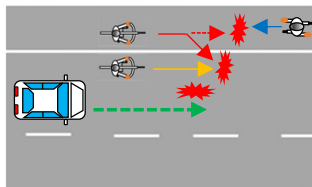
- ・自転車は、「車両の仲間」であり、歩行者を保護する立場にあることを教えましょう。
- ・横断歩道付近に街路樹や電信柱等がある場合、その陰（死角）に歩行者がいて、突然横断歩道に飛び出してくるおそれがあることを教えましょう。
- ・歩行者が横断歩道の前に立っている場合や横断歩道に向かって歩いている場合、横断歩道付近に街路樹等があり、歩行者の有無を確認できない場合には、すぐに止まれる速度まで減速して進むように教えましょう。
- ・横断歩道を横断する歩行者のほか、横断歩道付近から斜め横断する歩行者もいるため、横断歩道を通行するときは、歩行者の動きに注意する必要があることを教えましょう。

6

並進の禁止

小学生（４～６年生）から

- ・自転車は、並進（別の自転車と横に並んで走ること）してはいけません。
- ・他の自動車や歩行者を巻き込んだ事故に発展したり、他の自転車や歩行者の通行に支障を及ぼしたりするおそれがあります。



「並進可」の道路標識



- ・なお、例外的に道路標識により並進できるとされている道路では、並進ができます。この場合でも、３列で並進してはいけません。

- ・並進しながら会話していると注意力が散漫になり、周囲の安全確認がおろそかになるほか、道路を塞いで他の自動車や歩行者の通行の妨げになることを教えましょう。
- ・道路の左端に沿って一列で走行することを教えましょう。

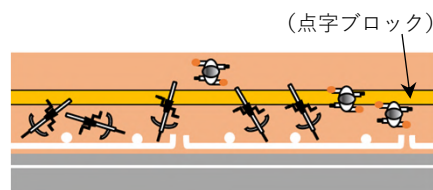
7

駐輪場所・駐輪方法

小学生（１～３年生）から

- ・自転車は車両の一種です。決められた場所（駐輪場）に駐輪しなければいけません。
- ・道路上に自転車を駐輪することは歩行者や他の車両等の通行の妨げになり、特に歩道で点字ブロックの上に自転車を駐輪すると、視覚障害者の通行の妨げになって大変危険です。

- ・歩道は身体の不自由な人や車椅子を利用している人など、多くの人が通行する場所です。他の交通主体への配慮の必要性和関連付けて、自転車は決められた場所に駐輪することを教えましょう。



8

信号機の信号等に従う義務

未就学児から

【車道進行時】

- ・車道を進行するときは「車両用信号」に従わないといけません。
- ・ただし、「歩行者用信号」に「歩行者・自転車専用」の標示がある場合は、車道を進行するときであっても、歩行者用信号に従ってください。
- ・赤信号で停止する場合には、停止線が設けられているときには、その直前で停止しなければいけません。また、自転車を除く一方通行道路を反対側から通行してきた場合で、停止線が設けられていないときには、交差点の直前（交差点の直前に横断歩道があるときは、横断歩道の直前）で停止しなければいけません。
- ・「車両用信号」が黄色の場合、安全に止まれないときを除いて、停止位置を越えて進行してはいけません。

【車両用信号】



【歩行者用信号】



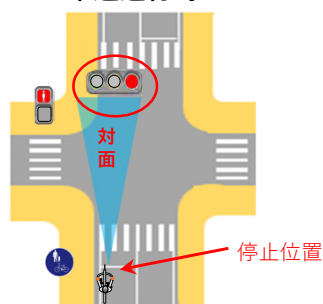
【歩道進行時】

- ・横断歩道を進行するときは、「歩行者用信号」がある場合には歩行者用信号に、車両用信号しかない場合は車両用信号に、それぞれ従わないといけません。
- ・赤信号で停止する場合、交差点の直前（交差点の直前に横断歩道があるときは、横断歩道の直前）で停止しなければいけません。

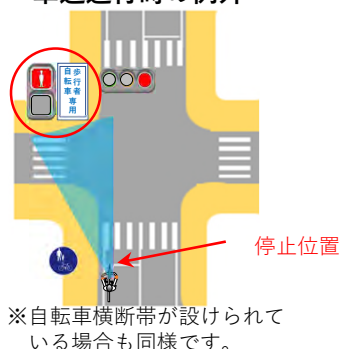
【歩行者用信号】



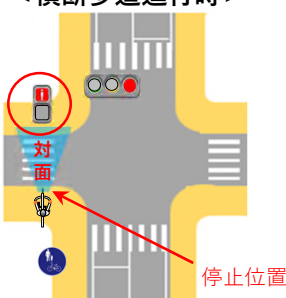
<車道進行時>



<車道進行時の例外>



<横断歩道進行時>



- ・従うべき信号を教えるときには、イラストを用いて説明しましょう。
- ・赤信号で停止線を越えて進行すると、歩行者や自動車等と衝突するおそれがあるので、赤信号で停止する場所は停止線（交差点の直前）であることを強調して教えましょう。
- ・青信号で進行する場合でも、周囲の安全確認を行うことが大切です。特に交差点では、右折や左折する自動車から見落とされる可能性があるため、周りの状況を確認してから進行することを教えましょう。

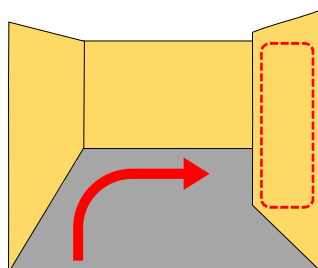
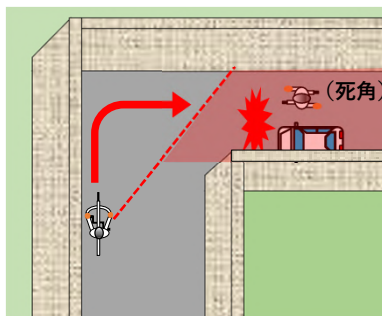
9

徐行すべき場所

未就学児から

- ・信号機がなく、左右の見とおしがきかない交差点や、道路の曲がり角付近・上り坂の頂上付近・急な下り坂では、徐行*しなければいけません。

* 徐行とは、直ちに停止することができるような速度で進行することをいいます。



曲がった先に車や人がいる可能性があります。速度を落として曲がり角の先の状況を確認しましょう。

- ・見えない場所（死角）には、歩行者や自動車がいる可能性があることを教えましょう。
- ・左右の見とおしがきかない交差点や道路の曲がり角付近などは、見えない場所（死角）が多くあるため、通行するときには、速度を落として見えない場所の状況を確認する必要があります。（参照：p.16 「**1**「徐行すべき場所」とは？」）
- ・左側通行を守ることで、右側から進行してくる自動車と距離をとることができ、衝突を防ぐことができます。左側通行の必要性についても併せて教えましょう。（参照：p.31 「**12** 逆走（右側通行）はなぜ危険？」）

10

指定場所における一時停止

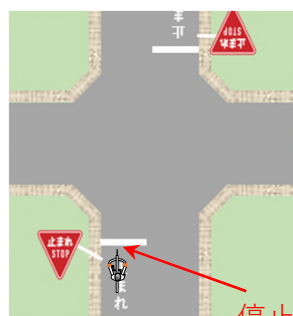
未就学児から

- ・一時停止標識等のある交差点では、
 - 停止線があるときはその直前
 - 停止線がなければ交差点の直前で一時停止しなければいけません。

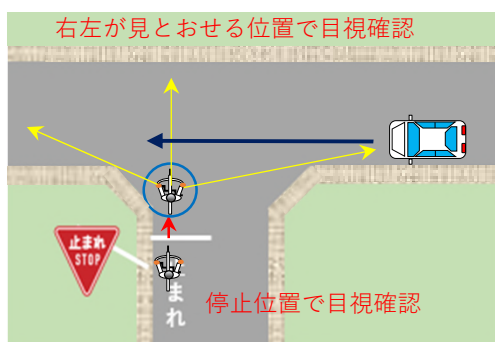
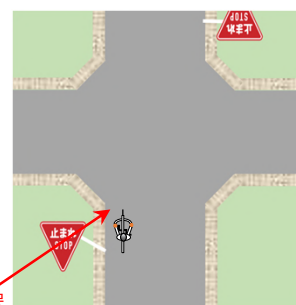
「一時停止」の道路標識



停止位置は、停止線の直前



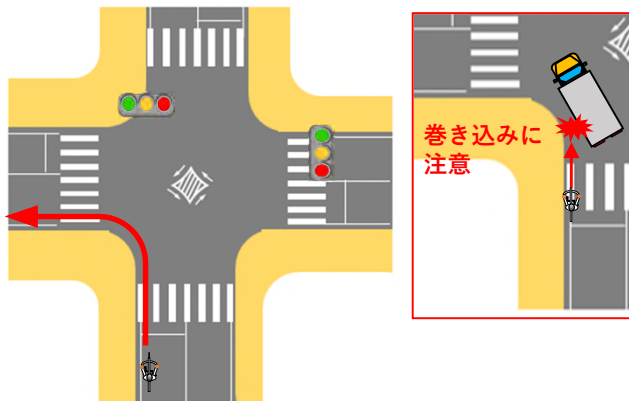
停止線がなければ、交差点の直前で停止



- ・停止位置の手前で十分に速度を落としてから、停止位置で止まることが重要です。
- ・停止位置で進路前方と交差点の右左を確認し、人や自動車などが来ていないかを確認した後、交差点の右左が見とおせる位置までゆっくり進み、再度、右左から人や自動車などが来ていないか確認すべきことを教えましょう。
- ・自動車が来ている場合など、安全に進行できないときは、自動車が通り過ぎるまで待つように教えましょう。（参照：p.17 「**2**「止まる」場所、「見る」方向、「確かめる」対象」）

【左折】

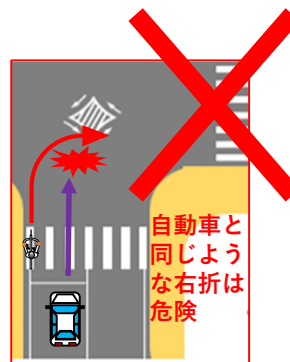
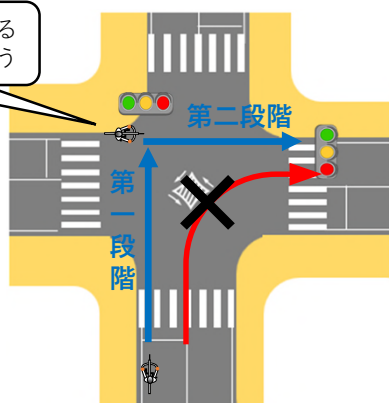
- ・左折するときは、あらかじめその前からできる限り道路の左側端に寄り、かつ、できる限り道路の左側端に沿って徐行しなければいけません。




【右折】（いわゆる二段階右折）

- ・右折するときは、あらかじめその前からできる限り道路の左側端に寄り、かつ、交差点の側端に沿って徐行しなければいけません。

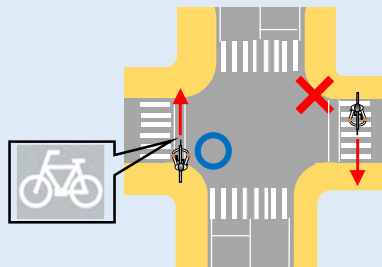
- ・停止して右に向きを変える
- ・停止後は対面の信号に従う



- ・右左折の方法は、イラストを用いて視覚的に説明しましょう。
- ・交差点での巻き込み事故を防ぐために、前後の自動車と距離を空ける必要があることを教えましょう。特にバスやトラック等の大型車から自転車は見えづらいこと、曲がるときに前輪より後輪が内側を通ることから、十分な距離を空けることが重要であることを教えましょう。（参照：p.35「 運転席からの死角に注意」）
- ・右折するときは、右折レーンの有無にかかわらず、
 - （信号があるときは信号に従って）交差点の向こう側までまっすぐ進んで、停止する
 - 停止後、右に向きを変えて対面の信号が青になってから進む
 という二段階右折の方法を教えましょう。

①道路を横断するときのルール（自転車横断帯が設けられているとき）

- ・ 自転車は、道路を横断しようとするとき、近くに自転車横断帯があれば、その自転車横断帯を通行しなければいけません。

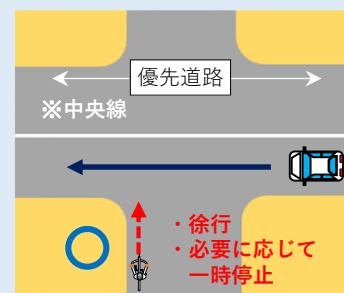
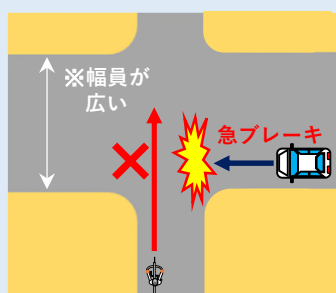
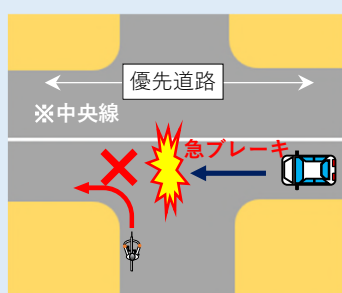


自転車横断帯

高校生から

②交差道路に入るときルール

- ・ 交差道路が優先道路*である場合や通行してきた道路よりも明らかに幅員が広い場合は、交差道路を通行する車両の進行を妨害してはならず、かつ、交差点に入るときは徐行しなければいけません。



(例) 徐行せず、また、停止することなく交差道路に入る
→衝突の危険や自動車の急ブレーキを誘発するなど
大変危険です。

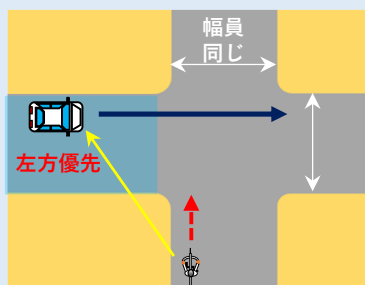
- * 優先道路とは、道路標識により優先道路として指定されている道路や、交差点を突っ切る形で中央線又は車両通行帯が設けられている道路をいいます。



「優先道路」の標識



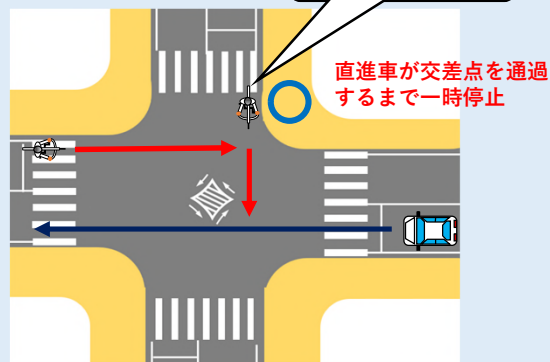
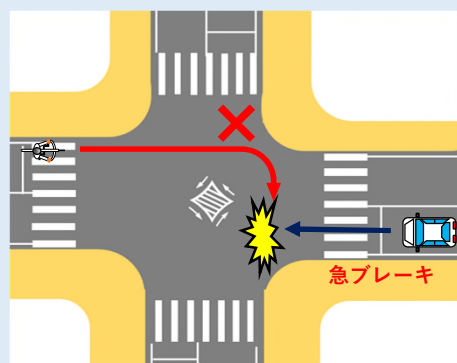
- ・ 交差道路が優先道路ではない場合や通行してきた道路と幅員が同じような場合で、自転車や信号のない交差点に入るときには、原則、交差道路の左方から進行してくる車両が優先となります。



左側の車両を優先するのは、車両は左側通行であることから、左方から進行してくる車両を右側によけることはできるものの、右方から進行してくる車両については左側によけることが難しいためです。

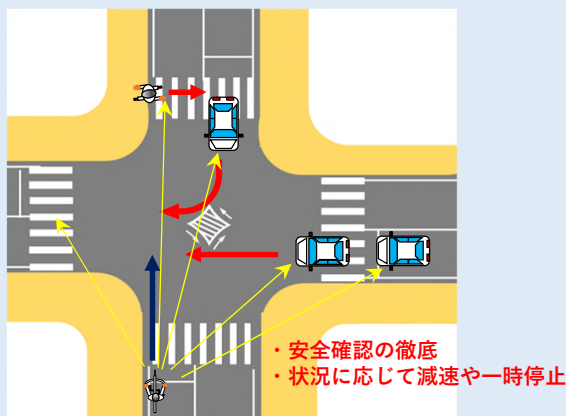
③交差点を右折するときのルール


- ・自転車で交差点を右折（二段階右折）する場合には、交差点において直進し、又は左折しようとする車両があるときは、その車両の進行を妨害してはいけません。



④交差点内を通行するときのルール

- ・自転車で交差点に入るときは、交差道路を通行する車両、反対方向から入ってきて右折する車両、道路を横断する歩行者に特に注意し、できる限り安全な速度と方法で進行しなければいけません。



- ・小学生に対しては、「徐行すべき場所」「指定場所における一時停止」「右左折の方法」といった交差点が関係する交通ルールと関連付けて教えましょう。
- ・「止まる」「見る」「確かめる」に加えて、交差点を通行するときには、歩行者や自動車に注意して、例えば、近づいてくる自動車があれば再度止まり、自動車が通り過ぎるのを待つなど、安全に交差点を通行する方法について教えましょう。
（参照：p.17「「止まる」場所、「見る」方向、「確かめる」対象」）

- ・ 自転車で踏切を通過しようとするときは、踏切の直前（停止線があるときはその直前）で停止し、安全であることを確認しなければいけません。
- ・ また、踏切の遮断機が閉じようとしているときや警報機が鳴っている間は、その踏切に入ってははいけません。

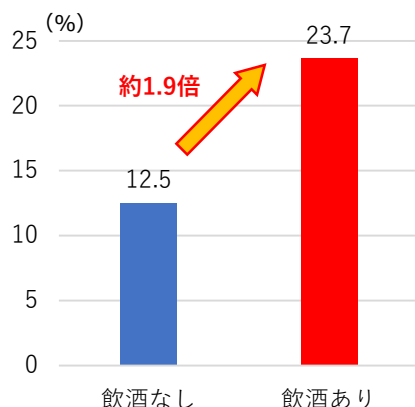
- ・ 踏切での安全確認は、踏切に向かって列車が近づいて来ないか確認することに加えて、踏切を通過した先の道路の状況を確認することを教えましょう。渋滞車両により、踏切を渡りることができない場合（踏切内で停止することになる場合）は、通過せずに待つように教えましょう。
- ・ 警報機が鳴り始めたら、遮断機が閉じていなくても踏切内に立ち入ってはいけないことを教えましょう。
- ・ 踏切では、自転車の車輪がレールの間に挟まったり、落輪したりしないよう、注意して通行したり押して歩いたりすることを教えましょう。

- ・ お酒を飲んで自転車を運転することは禁止されています。
- ・ また、自転車運転者に酒類を提供したり、飲酒をした人に自転車を提供したり、飲酒した人に要求・依頼して自転車に同乗したりする行為も処罰の対象となります。

（参照：p.62「Column7 最近の自転車の交通ルールの改正」）



飲酒運転による死亡・重傷事故率（R6中）



酒酔い運転、酒気帯び運転は、交通反則通告制度の対象外です。赤切符等の刑事手続で処理されます。

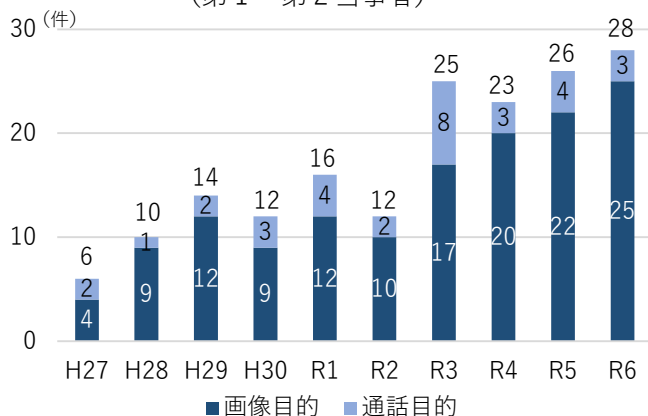
- ・ アルコールが身体に及ぼす影響や運転操作に及ぼす影響を理解することが重要であり、飲酒運転は交通事故の危険性が高くなることを教えましょう。（参照：p.51「**19** 飲酒運転はなぜ危険なのか？」）
- ・ たとえ微量であっても、お酒を飲んだら自転車に乗ってはいけないこと、飲酒運転をした場合の罰則について教えましょう。
- ・ 自転車を運転する人に飲酒をすすめることや、飲酒をした人に自転車を貸すこと、飲酒をした人に要求・依頼して自転車に同乗することも処罰の対象となることを教えましょう。

15

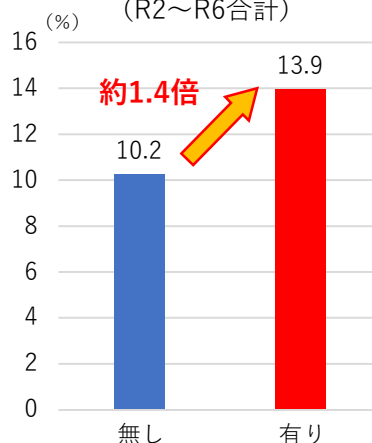
携帯電話使用等の禁止

小学生（4～6年生）から

- ・自転車を運転するときは、携帯電話・スマートフォン等を使って通話したり、表示された画像を注視したりすることが禁止されています。

携帯電話等使用自転車死亡・重傷事故件数の推移
(第1・第2当事者)

※「画像目的」とは、メール、インターネット、ゲームなどの画像、動画を見ること、また、それらの機能を使用するために画面を操作することなどをいう。


自転車乗用中死傷者（第1、2当事者）
携帯電話使用有無別死亡・重傷事故率比較
(R2～R6合計)

- ・携帯電話・スマートフォン等を使用していた自転車の死亡・重傷事故件数は増加傾向にあります。特に画像や動画を見る目的で使用しているときの事故が多く発生しています。画像を注視しながらの運転は、文字や動画に集中してしまい、歩行者の存在を見落とし、意図せず信号を無視したりするなどの危険があることを教えましょう。
- ・ホルダーに固定している場合でも、走行中に画像を注視したり、操作することは禁止されています。携帯電話やスマートフォン等を使用する場合には、安全な場所に停止して行うようにすることを教えましょう。

16

乗車の制限等

小学生（4～6年生）から

- ・自転車で二人乗り*をしてはいけません。
 - ・自転車で二人乗りをすると、ブレーキの効が悪くなる危険性があるほか、バランスを崩し転倒する可能性があります。
- * ただし、16歳以上の保護者が、小学校入学前の幼児を幼児用座席に乗せて運転することや、タンDEM自転車や三輪の自転車で乗車するための座席がある場合は、自転車の運転者以外の者を乗せて運転することができます。（参照：p.56「こどもを乗せて自転車を運転するときの注意点」）

「タンDEM自転車」

二人以上の乗車用装置とペダルが縦列に設けられた自転車です。
普通自転車ではないため、歩道を通行することはできません。



- ・自転車の二人乗りは、同乗者の体重の分重くなるため、ブレーキの効が悪くなったり、バランスを崩しやすくなったりするなどの危険があります。
- ・都道府県公安委員会規則により自転車の運転者以外の者を乗せて運転することができる場合でも、ブレーキに影響が生じることを理解し、バランスを崩さないよう走行することが大切なことを教えましょう。

17

イヤホン・傘差し運転の禁止

中学生から

(参照：p.39 「**17** 「イヤホンやヘッドホンで音楽を聴きながらの運転」 はなぜ危険？」)

- ・ 自転車に関するルールの中には、都道府県公安委員会で規定しているものがあります。
- ・ 傘差し運転や、イヤホンをつけて周りの音が聞こえない状態での運転は、全ての都道府県で禁止されています。
- ・ 傘を差しての運転は、自転車のハンドル、ブレーキの操作が難しくなり、イヤホンをつけての運転*は、周囲の音が聞こえず、自動車や歩行者の動きに気付けなくなり、重大な事故に発展するおそれがあります。
- * ただし、イヤホンを片耳のみに装着しているときや、オープンイヤー型イヤホンや骨伝導型イヤホンのように、装着時に利用者の耳を完全には塞がないものについては、安全な運転に必要な音又は声が聞こえる限りにおいて、違反にはなりません。

- ・ 雨天時は雨衣（レインウェア、ポンチョ等）を着用し、両手でハンドル操作・ブレーキ操作を行うように教えましょう。
- ・ 雨天時は路面が滑りやすくなっており、特にマンホールや路面標示の白色ペイント部分の上を通るときは速度を落としてゆっくり走る必要があることを教えましょう。
- ・ 運転するときは、目視による安全確認のほか、自動車のエンジン音や緊急自動車のサイレンの音を聞いて、他の車両が近づいて来ないか確認することも大切です。目視に加え、音を聞いて周囲の状況を確認することを教えましょう。

18

制動装置不良自転車の運転の禁止

高校生から

- ・ ブレーキがない自転車や、ブレーキが故障した自転車を運転してはいけません。
- ・ 前車輪及び後車輪の両方にブレーキを備え付けておく必要があります。

- ・ トラック競技等に使用される競技用の自転車（ピストバイク）は、ブレーキが備え付けられていないため、公道では使用することができません。また、故障によりブレーキが効かない状態の自転車も使用することができません。
- ・ ブレーキがない、ブレーキが効かない状態の自転車は、他者との衝突を回避できないなど、大変危険です。自転車に乗るときは、ブレーキを含めた点検をすることを教えましょう。

19

ライトの点灯

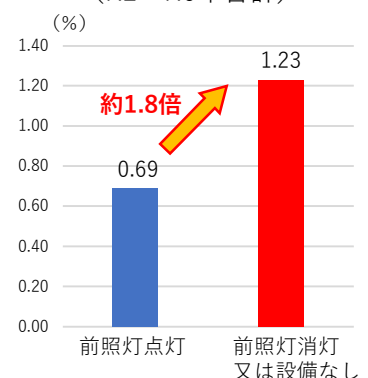
小学生（1～3年生）から

- ・ 夜間や暗いトンネルでは、ライトをつけなければいけません。
- ・ ライトをつけないと、道路の状況の確認や、周りの自動車、歩行者の発見がしづらくなるだけでなく、自動車や歩行者からも自転車の存在を発見しづらくなり、自動車や歩行者と衝突したり、誤って道路から用水路に転落したりするなど、重大な事故につながるおそれがあります。



- ・ ライトをつけることは、自動車や歩行者等に対して、自身の存在を知らせる役割があることを教えましょう。
- ・ 安全のため、夜間には反射材を着用することを教えましょう。

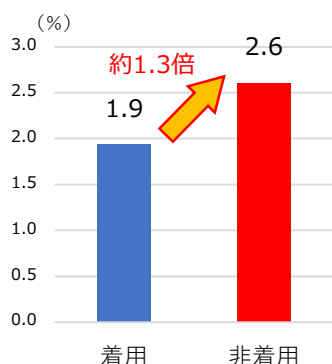
自転車乗用中の夜間前照灯点灯状況別致死率比較
(R2～R6年合計)



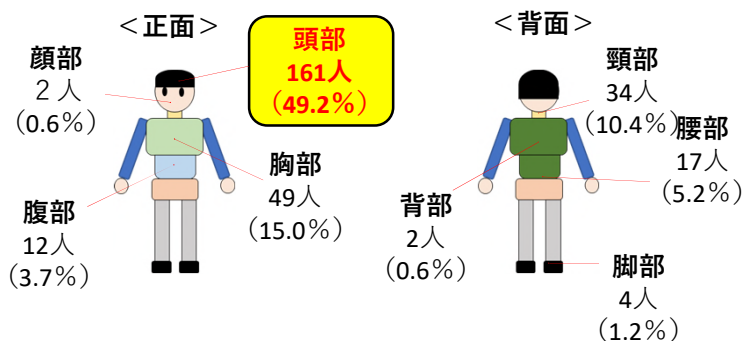
(参照：p.24「**8** 正しいヘルメットの着用の仕方」、p.32「**14** ヘルメット着用が必要なのはなぜ?」)

- ・自転車を運転するときは、ヘルメットの着用が努力義務とされています。
- ・自転車の交通事故では、頭部に致命傷を負うことが多いため、頭部を保護することは極めて重要です。

自転車乗用中人身損傷主部位「頭部」の
ヘルメット着用状況別致死率比較
(R2～R6合計)



自転車乗用中の損傷主部位別死者数 (R6中)



- ・幼児用座席に幼児を乗せて自転車を運転するときは、同乗する幼児にもヘルメットを着用させるよう努めなければいけません。
- ・保護者は、自転車を運転する13歳未満のこどもにヘルメットを着用させるよう努めなければいけません。

- ・ヘルメットの着用は、頭部の保護に有効で、命を守るものであることを教えましょう。
- ・あわせて、交通事故に遭ったとき、頭部以外への負傷を軽減させるために、長袖・長ズボンを着用するなど肌の露出を少なくすることを教えましょう。

- ・ブレーキの不具合は衝突回避に影響を与えるほか、タイヤの摩耗はスリップによる転倒につながり、制動距離にも影響を与えます。
- ・ブレーキ、タイヤ、反射器材、車体、ベル（警音器）等、利用の都度、点検し、悪いところがあれば整備に出しましょう。また、定期的に自転車販売店へ行って点検や整備をしてもらいましょう。

- ・こどもが利用する自転車の点検については、保護者・家族の協力が必要です。自転車を利用するときに、こどもと一緒に点検を行い、点検要領を教えましょう。
(参照：p.25：「**9** 「ぶたはしゃべる」で自転車点検」)
- ・故障によりブレーキが効かない状態の自転車は使用することができません。ブレーキが効かない状態の自転車は、他者との衝突を回避できないなど、大変危険であり、また、交通違反になることを教えましょう。
(参照：p.119「**18** 制動装置不良自転車の運転の禁止」)

- ・自転車も、交通事故を起こした場合には、負傷者を救護するとともに、警察に報告しなければいけません。（参照：p.44「**18** 事故時の対応について」）

【安全の確保】

- ・けが人を安全な場所に移動させる
- ・自転車を安全な場所に移動させ、自分自身も安全な場所に移動する
- ・必要に応じて、通行人等に協力を依頼する

【けが人の救護】

- ・けが人がいる場合は、119番通報し、救急車を呼ぶ
- ・必要に応じて、通行人等に協力を依頼する

【警察への連絡】

- ・110番通報し、警察に連絡する
- ・必要に応じて、通行人等に協力を依頼する

- ・未就学児と小学生には、交通事故に遭ったときは、通行人や近隣住民、近くの店の大人に助けを求めることを教えましょう。また、その場所から、事故の相手方や周りの大人に依頼して、保護者や学校に連絡してもらう必要があることを教えましょう。
- ・中学生以上には、自転車で事故に遭った場合や事故を起こした場合には、警察に報告する義務があること、負傷者を救護する義務があることを教えましょう。