

ルールを守って安全運転

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。

1 車道が原則、左側を通行、歩道は例外、歩行者を優先

自転車は自動車と同じように左側の車道を通行しなければなりません。右側通行は逆走となり違反です。普通自転車は「普通自転車歩道通行可」の標識等がある場合や、こども（13歳未満）や高齢者（70歳以上）が運転している場合などには、例外的に歩道を通行することができます。



2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

自転車は、対面する車両用信号機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（※自転車横断帯がある場合は、自転車横断帯を通行しなければなりません）は、歩行者用信号機に従います。



3 夜間はライトを点灯

無灯火は、自車前方の状況が分からない上、他から自転車が見えにくくなるので非常に危険です。夕暮れ時・夜間はライトを点灯し、反射器材を備えた自転車を運転しましょう。



4 飲酒運転は禁止

自動車の場合と同じく酒気を帯びて自転車を運転してはいけません。また、飲酒運転を行うおそれのある者に自転車や酒類を提供したり、飲酒運転の自転車に同乗したりしてはいけません。

5 ヘルメットを着用

こどもだけでなく、全ての自転車利用者が乗車用ヘルメットを被るよう努めなければなりません。大人が率先して着用しましょう。



安全に

自転車に乗るために

交通ルールを守る



ヘルメット着用
自転車保険へ加入



自転車に乗るときは

ヘルメットを着用しよう

図1 自転車乗用中死者の人身損傷主部位
(致命傷の部位)
(令和元年～令和5年合計)

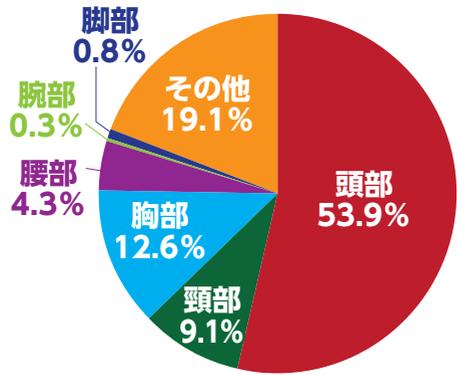
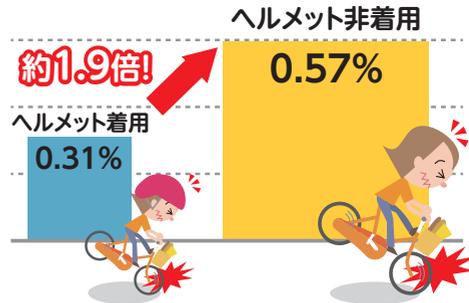


図2 自転車乗用中のヘルメット着用状況別の致死率*
(令和元年～令和5年合計)
(警察庁資料より)



*致死率とは死傷者のうち死者の占める割合をいう。

自転車乗用中の交通事故で亡くなられた方は、約5割が頭部に致命傷を負っています(図1)。また、自転車乗用中の交通事故においてヘルメットを着用していなかった方の致死率は着用していた方に比べて約1.9倍高くなっています(図2)。すべての自転車運転者は、乗車用ヘルメットを被るよう努めなければなりません。(令和5年4月1日施行 改正道路交通法)

交通事故にあわないために、まずは交通ルールを守って安全運転をしましょう!



万が一の事故に備えて

自転車保険へ加入しよう

自転車利用者が歩行者等にケガを負わせる交通事故が後を絶ちません。もし、自転車事故の加害者になってしまったらこんな高額賠償事例も!

出典: 一般社団法人 日本損害保険協会

9,521万円

平成25年 神戸地裁

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。女性は頭蓋骨折等の傷害を負い、意識が戻らない状態となった。

9,330万円

令和2年 高松高裁

男子高校生が夜間、イヤホンで音楽を聞きながら無灯火で自転車を運転中に、パトカーの追跡を受けて逃走し、職務質問中の警察官と衝突。警察官は頭蓋骨折等で約2か月後に死亡した。

9,266万円

平成20年 東京地裁

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に横断し、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。

*金額は、上記裁判判決文で加害者が支払いを命じられた概算額。

自転車損害賠償責任保険等の加入状況を確認しましょう!

家族のうち1人が加入していれば、家族全員が補償の対象となる場合もありますので、**家族でご確認ください。**

自転車の点検整備

自転車を安全に利用するためには、日頃からの点検整備が不可欠です。自転車は、日常的に点検整備しましょう。また、年に1回程度は、自転車店で点検整備してもらいましょう。

TSマーク制度

自転車安全整備士が普通自転車を点検・整備した時に貼付されるマークで、マークの貼付された自転車には、傷害保険及び賠償責任保険が付加されます。(補償期間1年、点検整備費が必要)



補償内容	傷害補償	賠償責任補償
	●死亡 ●重度後遺障害(1～4級) 一律 100万円 ●入院加算15日以上の傷害 一律 10万円	●死亡 ●重度後遺障害(1～7級) 限度額 1億円

令和6年11月1日 道路交通法の改正

自転車の危険な運転に新しく罰則が整備されました

運転中ながらスマホ

スマートフォンなどを手で保持して、自転車を運転しながら通話する行為、画面を注視する行為が新たに禁止され、罰則の対象となりました。

*停止中の操作は対象外



違反者は、**6月以下の懲役又は10万円以下の罰金**
交通の危険を生じさせた場合、**1年以下の懲役又は30万円以下の罰金**

酒気帯び運転および幫助

自転車の酒気帯び運転のほか、酒類の提供や同乗・自転車の提供に対して新たに罰則が整備されました。



違反者は、**3年以下の懲役又は50万円以下の罰金**
自転車の提供者は、**3年以下の懲役又は50万円以下の罰金**
酒類の提供者・同乗者は、**2年以下の懲役又は30万円以下の罰金**