

自転車利用者のみなさんへ

自転車の正しいルールを知っているかには?

# 自転車安全利用五則

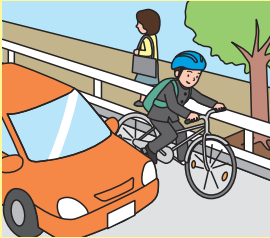
自転車は道路交通法上の「軽車両」で車の仲間です。(令和4年11月1日 中央交通安全対策会議交通対策本部決定)  
車と同じように、運転する人が守らなければならない交通ルールがあります。

島根県観光キャラクターしまねっこ  
島根県庁第8062号

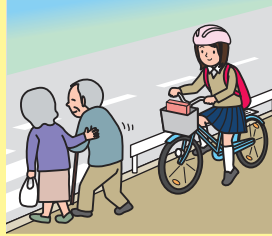


## 1 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先

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。車道を通行する場合は、左側に寄って通行しなければなりません。



普通自転車は、歩道を通行できる場合、車道寄りの部分ですぐに停止できる速度で通行します。歩行者の通行を妨げる時は一時停止しなければなりません。



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」の標識や標示がある
- 子ども(13歳未満)、高齢者(70歳以上)、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

**罰則** 3ヵ月以下の懲役または5万円以下の罰金

**罰則** 2万円以下の罰金または料料

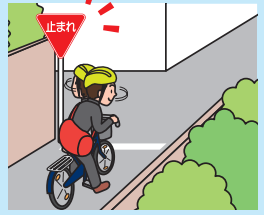
※普通自転車とは、車体の大きさや構造が一定の基準に適合する自転車、他の車両をけん引していないものをいいます。

## 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、歩行者用信号機に従わなければなりません。



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。



**罰則** 3ヵ月以下の懲役または5万円以下の罰金等

## 3 夜間はライトを点灯

歩行者や車に自転車の存在を知らせるためにも、夕暮れ時から早めにライトを点灯し、反射材を積極的に活用しましょう。



**罰則** 5万円以下の罰金

## 4 飲酒運転は禁止

自転車は車の仲間なので、飲酒運転は禁止です。お酒を飲んだら絶対に運転してはいけません。



**罰則** 5年以下の懲役または100万円以下の罰金

## 5 ヘルメットを着用

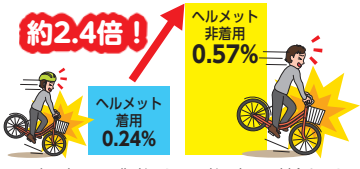
自転車を利用するすべての人は、乗車用ヘルメットを着用するように努めなければなりません。子どもが自転車を利用するときは、その保護者が子どもに乗車用ヘルメットを着用させましょう。



**ヘルメットはあなたの命を守ります!**

ヘルメット非着用で自転車事故により亡くなった人の約6割は頭部を損傷しています。また、ヘルメット非着用時の致死率は、着用時と比べて約2.4倍も高くなっています。自転車事故による被害を軽減するためには、頭部を守ることが大変重要です。ヘルメットは努めてSGマークなどの安全性を示すマークの付いたものをえらびましょう。  
(平成25年～令和4年全国合計)

◆自転車乗用中のヘルメット着用状況別の致死率(警察庁資料より)



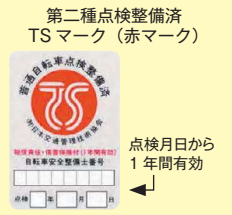
## 自転車保険に加入しましょう!

～自転車保険の例～

### ●TSマーク制度

TSマークは、自転車安全整備士が普通自転車を点検・整備したときに貼付されるマークで、このマークが貼付される自転車には、傷害保険及び賠償責任保険が付加されます。

	傷害補償	賠償責任補償
補償内容	●死亡 ●重度後遺障害(1～4級) 一律 100万円 ●入院加療 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



### ●サイクル安心保険

全日本交通安全協会の自転車保険制度  
詳細は下記を検索、または右のQRコードから

全日本交通安全協会 自転車会員  検索



点字ブロックの上やその周囲、他の人や車の迷惑となる場所に自転車を置かないようにしましょう!

# 自転車運転者講習制度

※受講命令に違反した場合…5万円以下の罰金

1 自転車運転者が危険行為をくり返す  
●3年以内に2回以上

2 交通の危険を防止するため、都道府県公安委員会が自転車運転者に講習を受けるよう命令

3 講習の受講  
●講習時間：3時間  
●講習手数料：6,000円

## 受講の対象となる危険行為【15項目】

凡例/法:道路交通法

### 信号無視

法第7条違反

信号機の信号に従わない行為



### 通行禁止道路(場所)通行

法第8条第1項違反

歩行者用道路など、道路標識などで自転車の通行が禁止されている道路や場所を通行する行為



### 歩行者用道路での歩行者妨害

法第9条違反

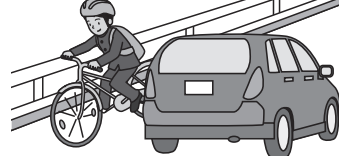
自転車の通行が認められている歩行者用道路を通行する際に、歩行者に注意を払わなかったり、徐行しない行為



### 歩道通行や車道の右側通行など

法第17条第1項、第4項又は第6項違反

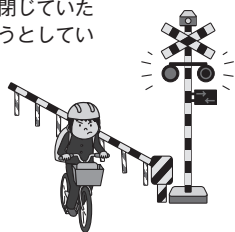
車道と歩道などが区別されている道路で歩道を通行したり、車道の右側を通行する行為



### しゃ断踏切への立入り

法第33条第2項違反

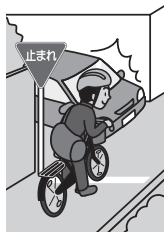
しゃ断機が閉じていたり、閉じようとしていたり、または警報器が鳴っている時に踏切に立ち入る行為



### 一時停止違反

法第43条違反

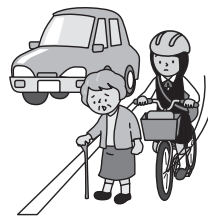
一時停止の標識などを無視して、停止線の手前で停止することなく交差点に進入したり、交差点道路を通行する車両などの通行を妨げる行為



### 路側帯での歩行者妨害

法第17条の2第2項違反

道路左側の路側帯を通行するときに、歩行者の通行を妨げるような速度と方法で運転する行為



### 歩道での歩行者妨害など

法第63条の4第2項違反

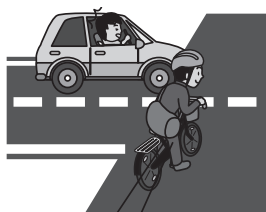
自転車通行可の歩道で、徐行しなかったり、歩行者の通行を妨げそうなのに一時停止しないなどの行為



### 左方車優先妨害・優先道路通行車妨害など

法第36条違反

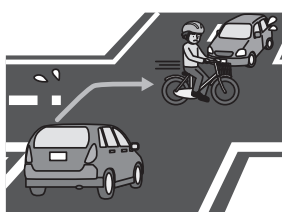
信号のない交差点で、左から通行する交差車両や優先道路などを通行する車両などの進行を妨げたり、交差点に入るときに徐行しないなどの行為



### 右折時の直進車や左折車への通行妨害

法第37条違反

交差点で右折するときに、その交差点で直進や左折をしようとする車両などの通行を妨げる行為



### 環状交差点通行車妨害など

法第37条の2違反

環状交差点を通行する車両などの通行を妨げたり、環状交差点に入ろうとするときに徐行しないなどの行為



### 酒酔い運転

法第65条第1項違反

酒に酔って自転車を運転する行為



### 制動装置不良自転車の運転

法第63条の9第1項違反

前輪または後輪にブレーキを備えていなかったり、ブレーキのきかない自転車を運転する行為



### 安全運転義務違反

法第70条違反

確実な運転操作や安全確認をせず、他人に危害が及ぶような速度と方法で自転車を運転する行為など



### 妨害運転

法第117条の2の2第11号違反

他の車両等の通行を妨害する目的で、幅寄せや進路変更をしたり不必要な急ブレーキをかけるなど、交通の危険を生じさせるおそれのある行為



### その他これらの運転も違反になります。

鳥根県道路交通法施行細則第15条違反  
罰則:5万円以下の罰金

イヤホン使用などにより、必要な音が聞こえない状態の運転



傘さし運転



携帯電話を使用している運転

