

動画も
見てね!



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よ?

自転車安全利用五則



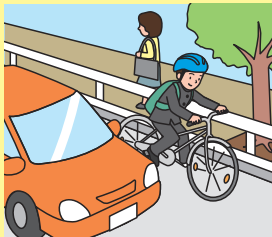
自転車は道路交通法上の「軽車両」で車の仲間です。(令和4年11月1日 中央交通安全対策会議交通対策本部決定)
車と同じように、運転する人が守らなければならない交通ルールがあります。

島根県観光キャラクターしまねっこ
島根県警第8678号

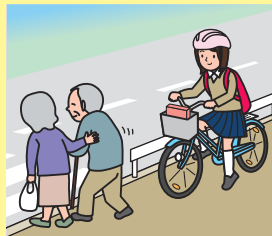
1

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、中央から左側部分の左側端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、車道寄りの部分を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とき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月以下の懲役または5万円以下の罰金等

罰則 2万円以下の罰金または料

※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で、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

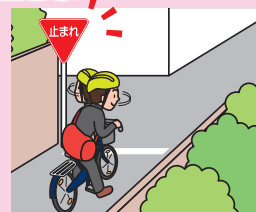
自転車は、対面する車両用信号に従うのが原則です。「歩行者・自転車専用」と表示されている信号機がある場合や横断歩道を通行する場合※は、歩行者用信号機に従わなければなりません。

※自転車横断帯がある場合は、横断歩道ではなく自転車横断帯を通行し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

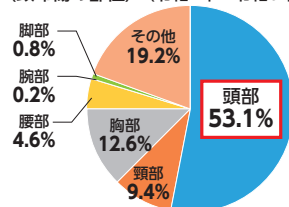
ヘルメットを着用

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!

ヘルメット着用で自転車事故により亡くなった人の約5割は頭部に致命傷を負っています。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。

自転車乗用中死者の人身損傷主部位(致命傷の部位) (令和2年~令和6年合計)



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。

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) ●入院加療15日以上の傷害 一律 100万円 一律 10万円	●死亡 ●重度後遺障害(1~7級) 限度額 1億円

第二種点検整備済 TSマーク (赤マーク)

点検月日から1年間有効

●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!

島根県・島根県警察

※ 令和7年6月1日から、懲役が廃止され、拘禁刑が創設されます。

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：6,150円

受講の対象となる危険行為【16項目】

※ 受講義務の対象となるのは14歳以上です

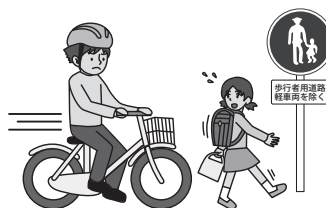
信号無視



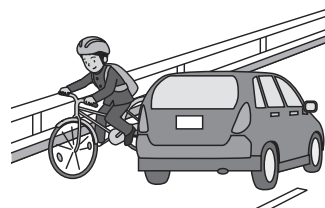
通行禁止道路(場所) 通行



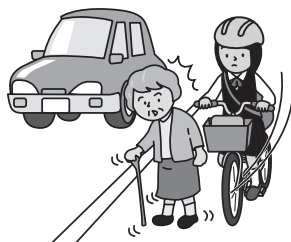
歩行者用道路 徐行違反



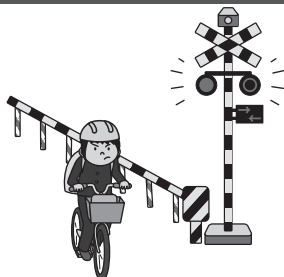
歩道通行や車道の 右側通行など



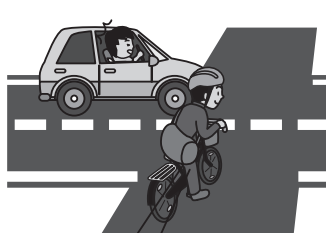
路側帯での歩行者 妨害



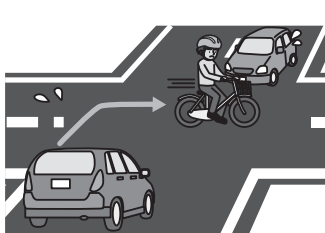
しゃ断踏切への 立入り



左方車優先妨害・優先 道路通行車妨害など



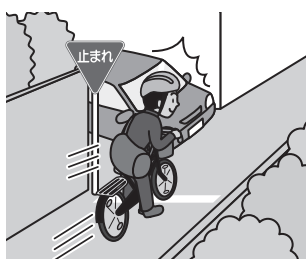
右折時の直進車や 左折車への通行妨害



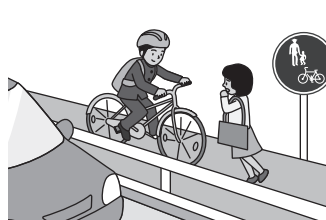
環状交差点通行車 妨害など



一時停止違反



歩道での 歩行者妨害など



制動装置不良自転車 の運転



酒気帯び運転等



安全運転義務違反

※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



携帯電話使用等



妨害運転

