

みんなの サイクル ルールブック よこはま

まちにはこんなキケンが・・・



これらは全て道路交通法違反です！

正しくルールを守らなければ、あなただけでなく、
周りの人も、危険な目にあつてしまします。



横浜市



1 車道や歩道の通行方法 1

1-1	自転車の通行場所	2
1-2	歩道から車道、車道から歩道に移動するときのルール	4
1-3	車道で自転車を追い越す方法	4
1-4	路上駐車などの避け方・後方車両の進行妨害禁止	5
1-5	自転車の歩道通行が認められる場合	6
1-6	歩道の通行方法	7
1-7	標識のルール	8
Topic①	普通自転車	6
Topic②	クルマの流れと反対方向にある目的地への行き方	8



2 交差点の通行方法 9

2-1	交差点の直進方法	10
2-2	交差点の右左折方法	11
2-3	信号の見方	11
2-4	丁字路の通行方法	12
Topic③	交差点を直進するときの注意点	12



3 自転車の安全な使い方 13

3-1	並進の禁止	14
3-2	ながら運転の禁止	14
3-3	二人乗りの禁止	15
3-4	飲酒運転の禁止	15
3-5	ベル乱用の禁止	16
3-6	ライトの点灯義務	16
Topic④	タンデム自転車	15
Topic⑤	自転車運転者講習制度	16



4 自転車を使う心構え 17

4-1	駐輪のルール	18
4-2	子どもを自転車に乗せるときのルール	19
4-3	ヘルメットを着用する義務／ヘルメットを着用させる義務	20
4-4	荷物の積載についてのルール	21
4-5	自転車整備のルール	21
4-6	事故時のルール	21
4-7	自転車損害賠償責任保険等に加入する義務	21

1

車道や歩道の通行方法

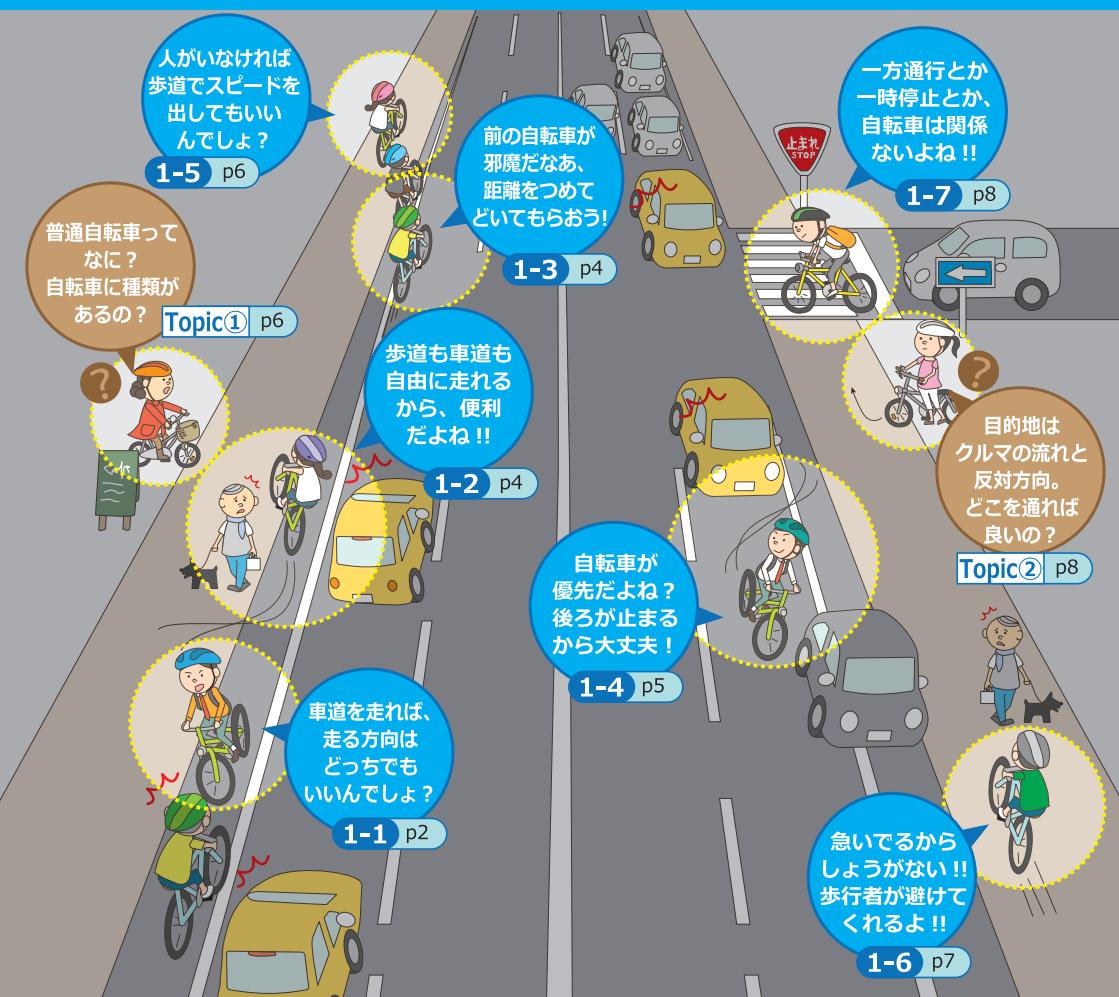
道路でこんな人、みかけませんか？

車道での逆走や、

歩道をスピードを出して走行するのは、

ルール違反です。

これらは
道路交通法
違反です！



1-1

自転車の通行場所

自転車は車両。車道の左側端を走ることが原則!!
車道の逆走は危険!! 歩道は例外!!

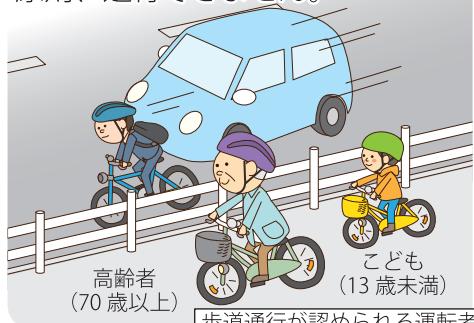


自転車の正しい使い方

車道の左側端を通行!!
右側は×



歩道は例外!!
原則、通行できません。



【道路交通法 第17条 第1項、第4項、第18条 第1項】
3月以下の拘禁刑又は5万円以下の罰金
【道路交通法 第20条】5万円以下の罰金 など



ルールを守らないと

道路の真ん中を走っていると、自分にとっても、周りのクルマにとっても危険!!



逆走すると、正しく通行している人の行き場所がなくなり危険!!



「車道の左側端」っていうのは、具体的にはどこのこと?

車線内の「左側端」(右の写真的黄色部分)を走ります。

左側端が大原則です。

なお、車道外側線の外側は、通行場所ではありません。





自転車の通行場所には、どんな種類があるの？

大きく3つの種類があります。

どれも自転車が安全に通行するために整備されたものです。

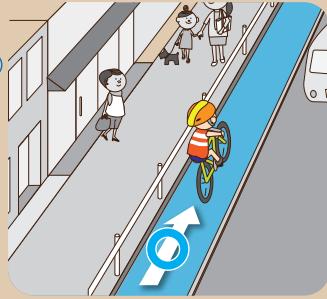
A B Cの○がついた場所を通るのが理想的です。

ナビラインは法律に定められたものではないけど、通行ルール通りに走れます。

A 自転車道

(縁石など構造物による分離)

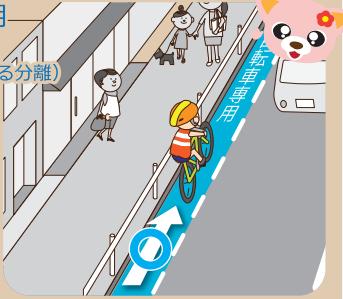
自転車道がある場合、普通自転車は自転車道を通行しなければなりません。歩道も車道も通行できません。



B 自転車専用通行帯

(道路標示による分離)

自転車専用の車線です。歩道通行可の場合のみ、歩道の通行も認められます。



【道路交通法第63条3項】2万円以下の罰金又は料金

C 自転車ナビライン

(矢羽根型路面表示)

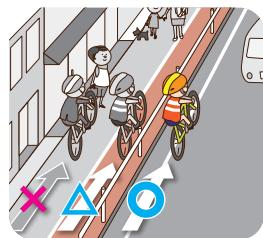
自転車通行を推奨する場所と進行方向を示したもの。法律に定められたものではありません。歩道通行可の場合、歩道の通行が認められます。



【道路交通法第20条2項】5万円以下の罰金

歩道上に自転車通行場所があるときは？

車道走行が原則ですが、歩道の中に白線を引いている道路もあります。あくまで「歩道の一部」のため、自転車で通行するときは歩行者が最優先です。



歩道がなく、路側帯だけの道路はどう通るの？

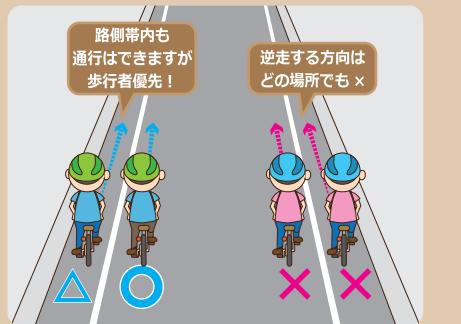


歩道がなく、路側帯の白線だけがある道路でも、基本的には同じ。クルマと同じ方向に、車道の左側端を走ればOKです。逆走は、路側帯内を通るとも絶対に禁止。歩行者用路側帯は走行できません。

路側帯内も通行はできますが歩行者優先！

歩行者優先！

逆走する方向はどの場所でも×

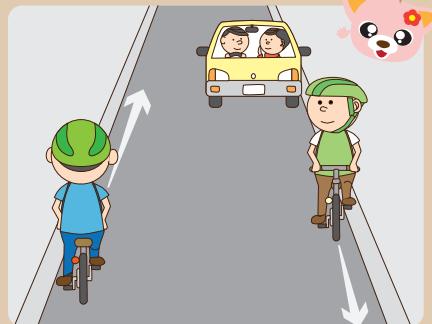


路側帯もない道路はどう通るの？



歩道も路側帯もない道路でも、道路の左側端を、車と同じ方向に通行します。

原則通り左側端を通行



1-2 歩道から車道、車道から歩道に移動するときのルール

歩道と車道を不注意に行き来すると、クルマや歩行者とぶつかる可能性があるため、必ず周りを確認しましょう。



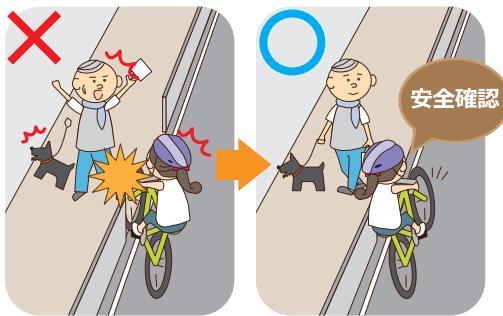
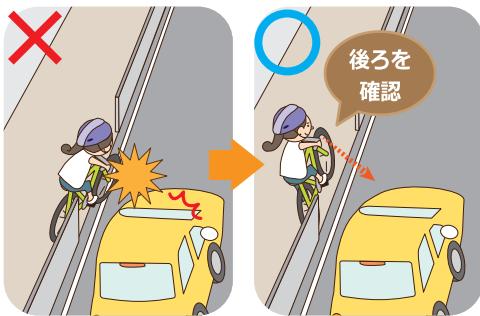
自転車の正しい使い方

周りの通行を妨害してはいけません!!



①後ろから来る車両を確認しないと危険!!
進行妨害は禁止!!

②車道から歩道にあがるときは安全確認!!



【道路交通法 第17条 第2項】 3月以下の拘禁刑又は5万円以下の罰金

【道路交通法第26条の2 第1項、第2項】 5万円以下の罰金 など

1-3 車道で自転車を追い越す方法

追い越すときは、基本的には追い越す車両の「右側」から。
追い越したあとは、後ろに注意して道路の左側端へ戻ります。



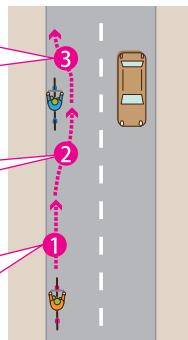
自転車の正しい使い方

後ろからくる車両、前にいる自転車の通行を妨げないように、追い越しましょう。

追い越し後、進路変更の合図。
左側端へ

進路変更を始め、右側から追い越し

後方確認後、
後ろのクルマ等に進路変更の合図



ルールを守らないと



後ろを確認せずに進路を変えると、後ろの車と衝突して大事故につながります。

自転車を追い越したあと、すぐに前に入ってしまうと、衝突してしまって危険!!



【道路交通法 第26条の2 第2項、第3項】5万円以下の罰金
【道路交通法 第28条】3月以下の拘禁刑又は5万円以下の罰金

1-4

路上駐車などの避け方・後方車両の進行妨害禁止

後ろを確認して、路上駐車の右側から回避。

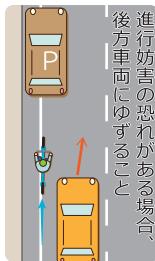
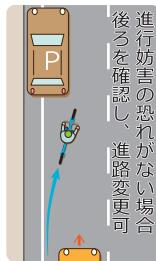
急に進路を変えると、後ろのクルマとの事故につながります。



自転車の正しい使い方

路上駐車などは、右側から回避。
後ろのクルマの進行妨害をしない
ように、「目視」で確認します。

後ろのクルマの進行妨害がなければ
進路を変更して追い抜き



ドライバーの方を見るなどの
コミュニケーションもあるよ！



手で合図を行います。
右に進路変更する
時は、右手をまっ
すぐ横に伸ばします。
(例)



ルールを守らないと



急に進路変更した
自転車を避けようと
して、後ろのクルマが
事故を起こしてしま
うかもしれません。

コミュニケーションの上手なとり方は？

徐行・停止する
場合は、斜め
下に手を伸ば
します。



【道路交通法 第26条の2 第1項、第2項】 5万円以下の罰金

バス停で乗降中のバスを
回避するにはどうしたらいいの？

バスが出発するためにウィンカー等を出している
ときは、バスが優先。

バスの後ろで停止し、発進するのを待ちます。

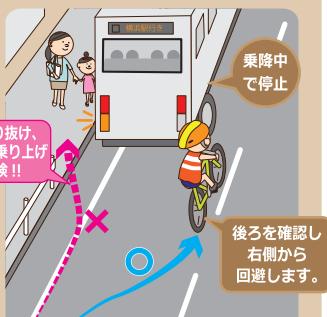
乗降中で、バスが完全に停止している場合は、
後ろを確認して右側から回避します。

バスの左側からのすり抜けや、歩道への乗り上げ
は、乗降客との接触のおそれがあり危険です。

■バスが出発するとき



■完全に停止しているとき

ドライバーの皆さん！
車道でドアを開けるときは、
自転車等が来ていないか、
確認しましょう。

車道で急にドアを開けると、
後ろからくる自転車がドアに
衝突する可能性があり危険です。
気をつけてドアを開け、
乗り降りしましょう。

急にドアを
開けると危険！



1-5

自転車の歩道通行が認められる場合

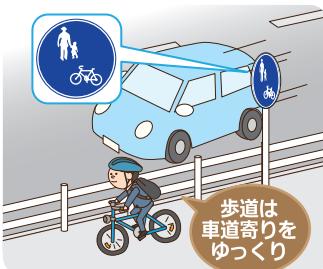
歩道は、以下の①から③の場合のみ、通行できます。車道通行が原則です。



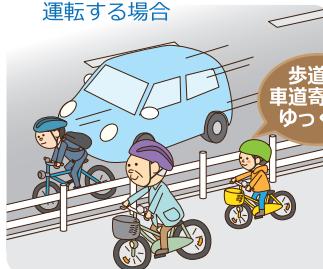
自転車の正しい使い方

歩道を通行できる場合は、以下の通りです。
ただしスピードを出すのは法律違反です。

① 「普通自転車歩道通行可」の標識がついている区間



② 13歳未満の子ども、70歳以上の高齢者などが運転する場合



Topic①

普通自転車

車両の大きさ、構造が基準を満たす自転車のことです。



大きさの基準
長さ 190cm、幅 60cm 以下

③ 路上駐車や道路工事などで車道左端の通行が著しく危険な場合



※歩道の通行が認められるのは「普通自転車」に限られています。

【道路交通法 第17条 第1項】 3月以下の拘禁刑又は5万円以下の罰金
【道路交通法 第63条の4 第1項、第2項】 2万円以下の罰金または料料



「著しく危険な場合」ってどんなときのこと？



道路工事や連続した路上駐車によって、左側通行が困難な場合や、クルマが多く道路が狭いため危険な場合などが該当します。

明確な基準はありませんが、あくまで例外的に認められるものと認識してください。

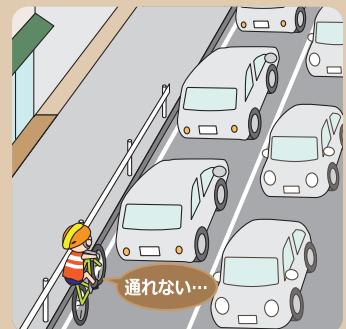
路上駐車が並んでいる



道路工事で通れない



クルマが多く道が狭いため接触事故の危険がある





1-6 歩道の通行方法

歩道は「歩行者」のための場所。歩行者優先が大原則。



自転車の正しい使い方

歩道の真ん中から車道寄りを、
すぐに止まれる速度で通行します。



ルールを守らないと



前を行く歩行者が急に
立ち止ったときに、
衝突してケガをさせて
しまいます。

①場所は「車道寄り」。
速度は
「すぐに止まれる速度」。

②歩行者の通行を
妨げそうなときは
「一時停止」。



押し歩くときは、歩行者なの？

歩行者扱いとなるの
で、押し歩けば歩道
を通行できます。

人が
多いときは、
押し歩くと
安全！

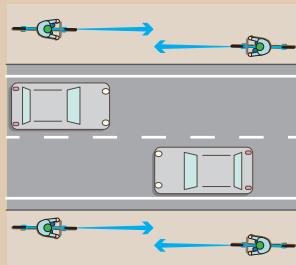
【道路交通法 第63条の4 第2項】
2万円以下の罰金又は料金



歩道では、車道と同じように 進む方向が決まっているの？



車道は「左側端をクルマと同じ方向」に進むことになっていますが、歩道はどうでしょうか。
実は歩道では法律上、「車道寄り」であれば、歩道上のどちらの向きにも通行できます。



歩行者と事故を起こしたら、どうなるの？



自転車は車両であるため、歩行者と事
故を起こして、加害者となった場合には、「刑事」と「民事」の両方の責任を
負う可能性があります。

もし、自分の過失が原因で、相手を死
傷させてしまった場合、刑法第211条
「重過失致死傷罪」が適用されることが
あります。

(5年以下の拘禁刑又は100万円以下の
罰金)

刑事上の責任（拘禁刑）

法を守らず、事故を起こした者に
に対する罰則のこと。

14歳以上に
なれば、自分で
責任を負うこと
になります。



民事上の責任（損害賠償）

被害者が被った損害を、金銭等に
より補てんし、
回復を図ること。



歩けなく
なった…

標識のルール



→ **自転車も標識を守らなければいけません。**
「止まれ」があるときは止まりましょう。飛び出すと危険です。



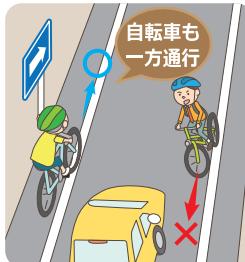
自転車の正しい使い方

標識に従って通行すること。

例：一時停止



例：一方通行



ルールを守らないと

「一時停止」なのに無視して飛び出せばクルマと衝突して大事故につながります。



【道路交通法 第8条 第1項、第43条】

3月以下の拘禁刑又は5万円以下の罰金



自転車が注意すべき標識は？（代表的なもの）



自転車専用
自転車道など、自転車だけが通行できる場所を示します。



一方通行
自転車もクルマも、矢印の方向にしか進めないことを示します。



一時停止
停止線があるときはその手前で一時停止します。



自転車及び歩行者専用
自転車歩行者専用道路もしくは、自転車以外の車両通行を禁止する道路を示します。



普通自転車専用通行帯
車道の中で、普通自転車が通行しなければならない場所を示します。



進入禁止
車両が進入してはいけない場所を示します。一方通行の出口側につけられます。



歩行者専用
歩行者だけが通行できる場所を示します。



車両通行止め
自転車を含め、あらゆる車両の通行が禁止されている場所を示します。



自転車通行止め
自転車の通行が禁止されている場所を示します。

Topic②



クルマの流れと反対方向にある目的地への行き方

車道の逆走は絶対に禁止！！

クルマと同じように、遠回りでも車道の左側端を通行しましょう。

○ 遠回りでも車道の左側を通って行く



○ 自転車を押し歩いて行く



○ 通行が認められている歩道を、ゆっくり通行して最短距離で行く。



✗ 車道の逆走や歩道を走行して行く（ルールを無視する）



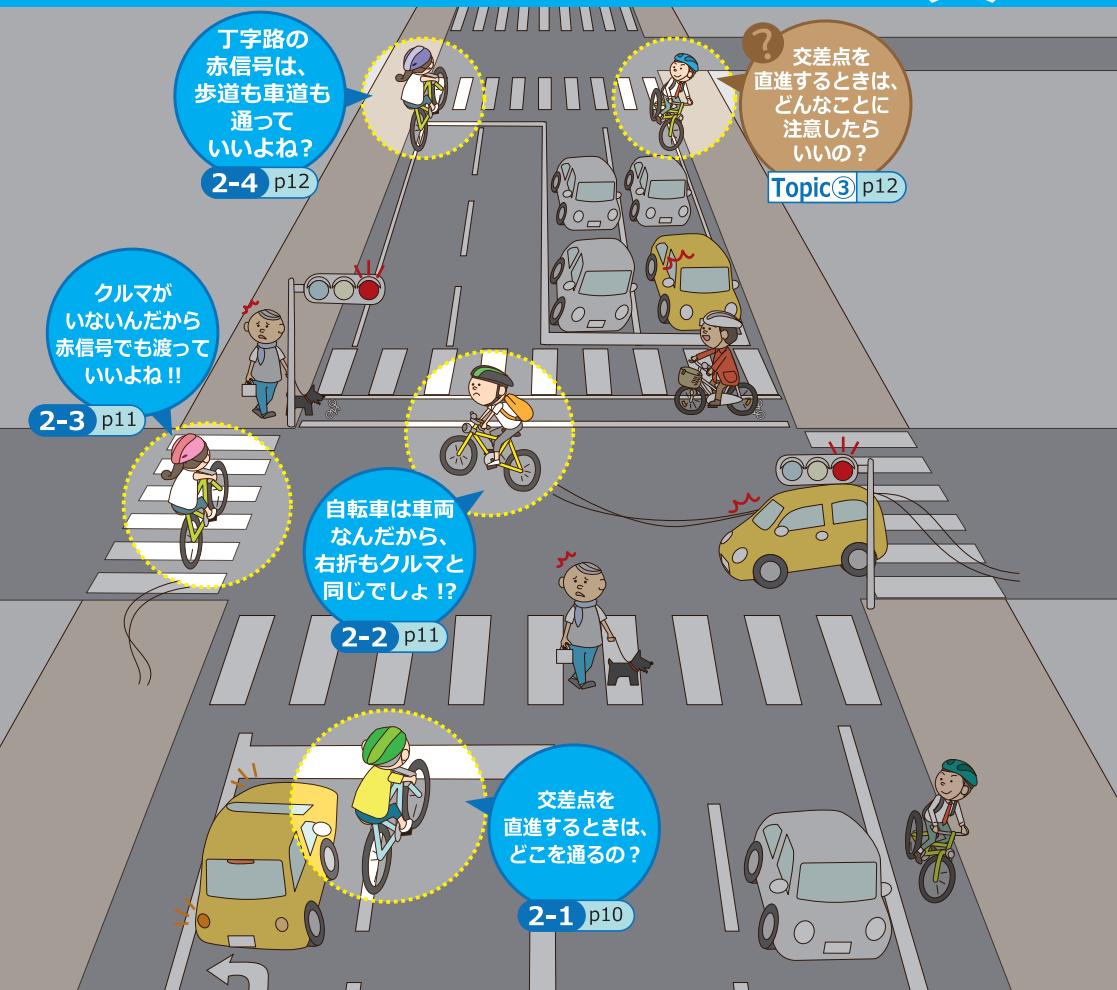
2

交差点の通行方法

交差点でこんな人、見かけませんか？
信号の正しい見方、交差点の
正しい通り方を身につけましょう。



これももちろん
違反です！
交差点は
事故が多い！



2-1 交差点の直進方法

交差点でも、原則通り「車道の左側端」を直進します。
右側車線に無理に入ると危険です。

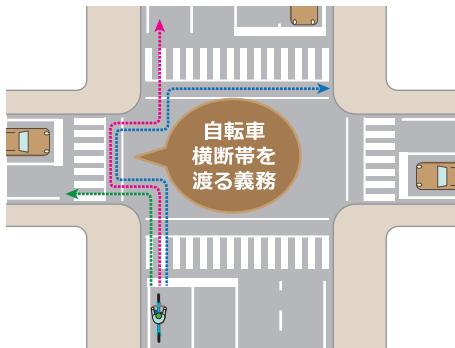


自転車の正しい使い方

- ①車線に関わらず
「道路の左側端」を通行。



- ②自転車横断帯がある道路では、
横断帯を渡ります。

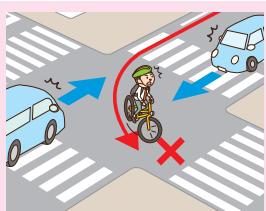


【道路交通法 第36条 第4項】3月以下の拘禁刑又は5万円以下の罰金
【道路交通法第63条の6 (道路交通法第63条の8を適用)】
2万円以下の罰金又は科料(警察官等の指示に従わなかった場合)



ルールを守らないと

交差点で、1人だけルールを守らないと、自分も周りも危険!!



横断歩道は渡っていいの?

横断中の歩行者がいないなど、歩行者の通行を妨げるおそれがない場合を除き、自転車に乗ったまま通行してはいけません。
押し歩けば、通行できます。

横断歩道を渡るときは、押し歩きをしましょう!



スクランブル交差点は、いつ渡ったらいいの?



スクランブル交差点でも、基本は同じ。

車道では「車両用信号」、歩道を押し歩くなら「歩行者用信号」を見て渡ります。

- ①車両用信号 青 歩行者用信号 赤 ②車両用信号 赤 歩行者用信号 赤 ③車両用信号 赤 歩行者用信号 青



2-2 交差点の右左折方法

直進、左折はクルマと同じですが、信号機のある交差点での「右折」は2段階右折が基本です。



自転車の正しい使い方

右折のときは、左側端を直進したあと、もう一度横断。



ルールを守らないと

道路の左側から直接右折すると、直進するクルマの前を横切ることになり危険!!

①左折は道路の左側端からゆっくり左折

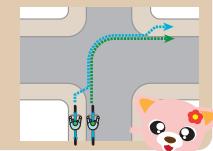


②右折は信号に合わせて1度渡り、次の信号でもう1度。



信号の無い交差点はどうやって右折するの？

交差点の左側端を大回りにゆっくり右折します。



【道路交通法 第34条 第1項、第3項】
2万円以下の罰金又は料金



2-3 信号の見方

車道を走るときは、原則、クルマ用の信号を見ます。



自転車の正しい使い方

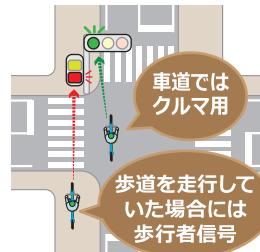
常に、対面の信号機を守って横断します。



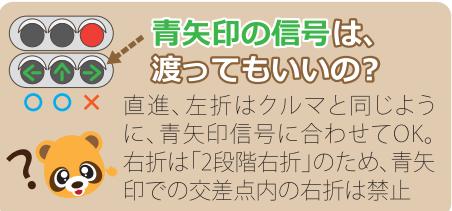
ルールを守らないと

信号を無視して飛び出せば、大きな事故につながります。

①歩行者・自転車専用信号が「ない」場合



②歩行者・自転車専用信号が「ある」場合



【道路交通法 第7条】3月以下の拘禁刑又は5万円以下の罰金

2-4

丁字路の通行方法

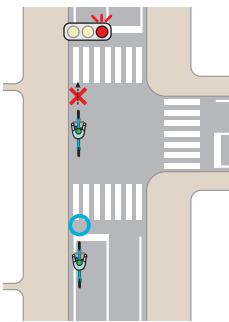
車道を走るときは、クルマと同じように通行します。



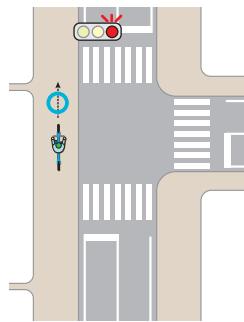
自転車の正しい使い方

車道では、クルマと同じように、赤信号では停止。

①どんな交差点でも
赤信号では、必ず停止



②歩道内(普通自転車通行可の場合)
であれば、信号で停止する必要なし

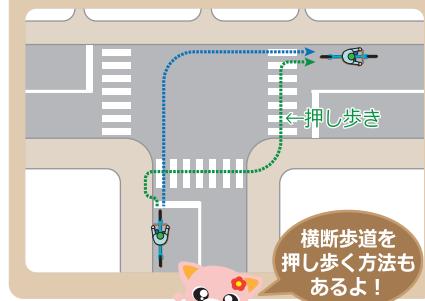


【道路交通法 第7条】 3月以下の拘禁刑又は5万円以下の罰金 など



？ 丁字路などでの右折の方法は？

大回りが原則。横断歩行者がいなければ、横断歩道を通行することができますが、押し歩きが安全です。



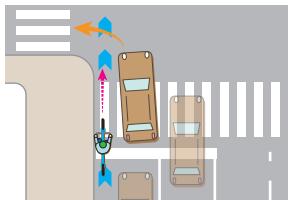
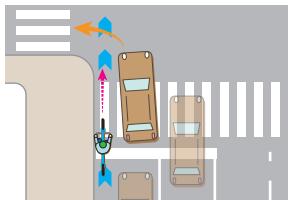
Topic③

交差点を直進するときの注意点



クルマの死角や、左折巻き込みに
気をつけましょう。

①クルマから見えない「死角」
に注意します。
気付かれていないと、接触
事故につながります。



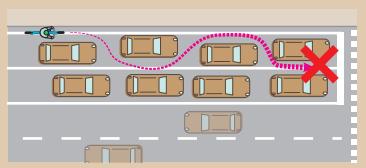
？ 特殊なY字路は、どう渡る？



図の場合、左に曲がるクルマ
が多いため、自転車で右斜
めに向かうと衝突の危険が
あります。後方と対向車両を
よく確認して進みましょう。
危険と判断した場合は、無理
に道路を横切らず、横断歩
道を押して歩きましょう。



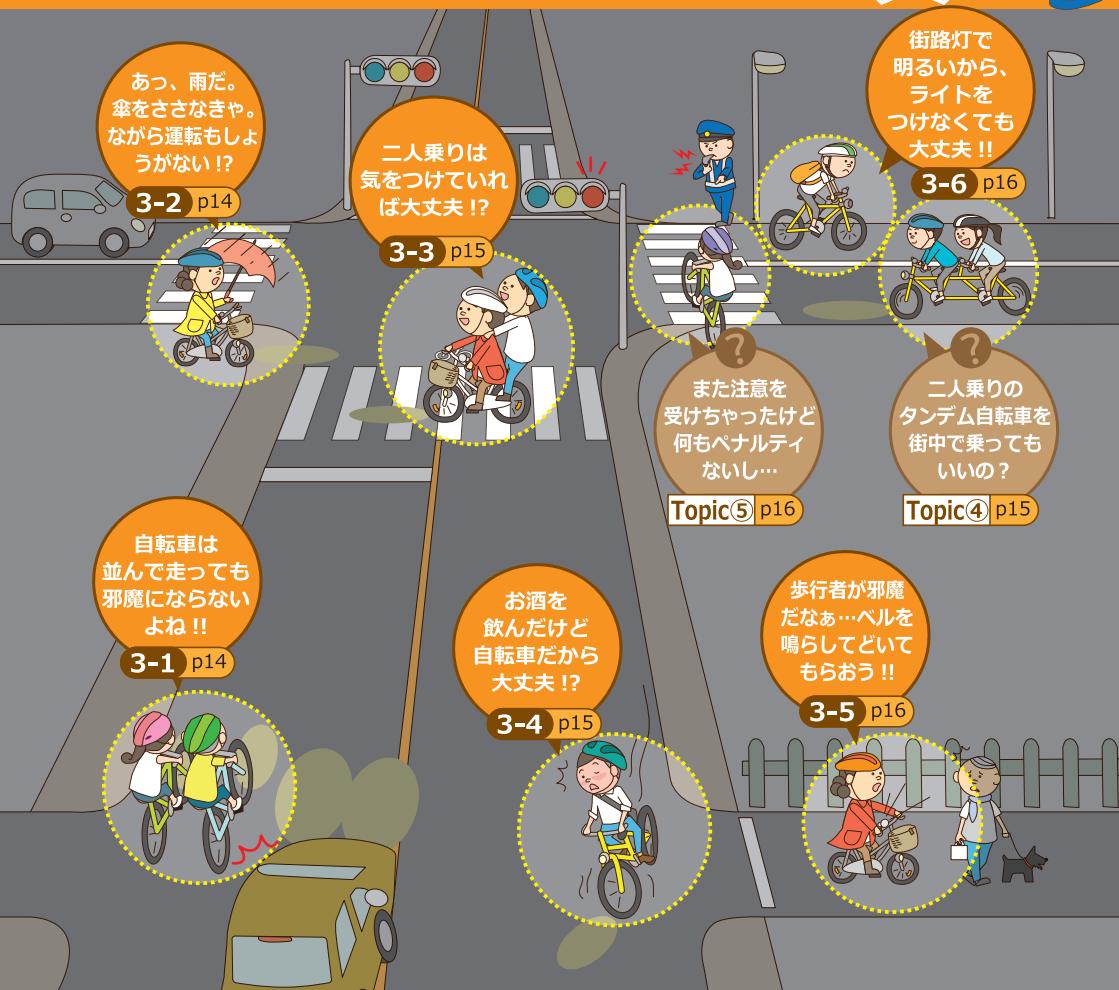
注意 !!
クルマの間を
すり抜けるのは
危険です !!



3 自転車の安全な使い方

まちなかでこんな人、みかけませんか。
無灯火、ながら運転、飲酒運転などは、
道路交通法違反。絶対禁止です !!

自転車の運転者には安全に運転する義務があります！



3-1

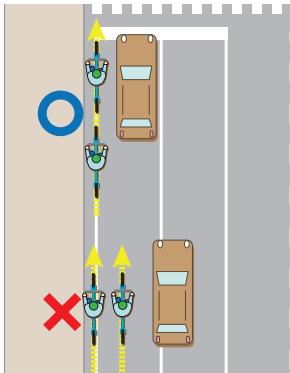
並進の禁止

自転車が並んで走ると、周りのクルマや歩行者の通行の妨げになつて、とても危険です。

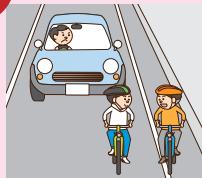


自転車の正しい使い方

原則、「並進禁止」です。
並進は原則禁止。縦1列で通行します。



ルールを守らないと



車道で並進すると
後ろから来る
クルマの迷惑に
なります!!

おしゃべりに
夢中で、前の
クルマの停止
に気付かず追突!



【道路交通法 第19条】2万円以下の罰金又は料金
【道路交通法 第63条の5】

3-2

ながら運転の禁止

「ながら運転」は、
操作のミスや、不注意な運転につながり、危険です。



自転車の正しい使い方

自転車を適切に操作できない「ながら運転」は禁止です!!



傘で
前が見えず
片手運転で
不安定になり
危険!



話や画面
に気を取られ
周りが見えず
危険!



×大音量で音楽を聴きながら
※周りの音が聞こえない状態

クルマの
接近に全く
気付かず
事故につな
がります。

【道路交通法 第70条】3月以下の拘禁刑又は5万円以下の罰金

【道路交通法 第71条 第5号の5】6月以下の拘禁刑又は10万円以下の罰金

交通の危険を生じさせた場合、1年以下の拘禁刑又は30万円以下の罰金 など

3-3

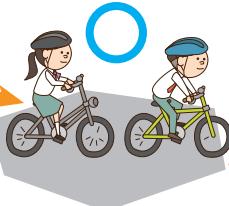
二人乗りの禁止

自転車は原則1人で乗るもの。2人で乗れば、ブレーキも、ハンドルも操作できずに危険です。



自転車の正しい使い方

二人乗りは、原則禁止です。



例外的に認められる場合

幼児を専用の座席等に
正しく乗せる場合

⇒ 4-2 p19 参照



ルールを守らないと

バランスを崩せば
一緒に転んで
大けがをするかも
しません。



Topic④

タンデム自転車

2人分の座席のついたタンデム自転車
は、公道を通行することができます。

(神奈川県道路交通
法施行細則第9条
第1項 第1号ア(才))



3-4

飲酒運転の禁止

飲酒運転はクルマと同じく法律違反です。

自転車に乗るときは、お酒を飲まない！



自転車の正しい使い方

お酒を飲んだら、
自転車に乗ってはいけません。



ルールを守らないと

自転車をコントロールできず、自分も、
周りの人も巻き込んで、
大事故につながります。



【道路交通法 第65条 第1～4項】

酒酔い運転：5年以下の拘禁刑又は100万円以下の罰金

酒気帯び運転：3年以下の拘禁刑又は50万円以下の罰金

※違反者への自転車提供者、酒類の提供者、自転車の同乗者にも罰則があります。



「酒酔い」運転について

「酒酔い」とは、「酒に酔って、
正常に運転ができない状態で運転
すること」であり、アルコール濃度
は関係ありません。

お酒を飲むときは、自転車に乗ら
ないことを徹底しましょう。



3-5 ベル乱用の禁止

自転車のベルは、クルマのクラクションと同じ「警音器」。むやみに鳴らせば法律違反です。



自転車の正しい使い方

法律で定められている場合と、危険防止のためのベル以外は禁止!!



【道路交通法 第54条 第2項】2万円以下の罰金又は料金



●ベルを鳴らすべき場合

- ①「警笛ならせ」の標識がある道路
- ②「警笛区間」の見通しが悪い場所
- ③危険防止のためやむを得ない場合

3-6 ライトの点灯義務

夜間はライトを点灯して
自分の存在を周りにアピールしましょう。



自転車の正しい使い方

夜間はライトを必ず点灯。決められた色、明るさのライト等をつけること!

●前照灯（色は白か淡黄）

夜間に、前方10メートル※の距離にある交通上の障害物を確認することができる光度

※神奈川県の基準。都道府県で異なります。



●反射器（色は橙か赤）

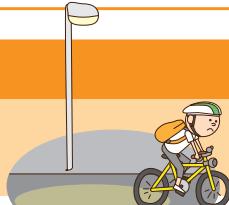
※ライトだとより安全

夜間、後方100mの距離から、容易に確認できるもの。

【道路交通法 第52条 第1項】

5万円以下の罰金

など



Topic5



自転車運転者講習制度

危険なルール違反を繰り返した自転車運転者（14歳以上）は、自転車運転者講習を受けなければなりません。



講習のルール

3年以内に2回以上、特定の危険行為を繰り返した自転車運転者に受講義務。



●対象となる16の危険行為

- ①信号無視
- ②通行禁止違反
- ③歩行者用道路における車両の義務違反
- ④通行区分違反
- ⑤路側帯通行時の歩行者の通行妨害
- ⑥遮断踏切立入り
- ⑦交差点安全進行義務違反等
- ⑧交差点優先車妨害等
- ⑨環状交差点安全進行義務違反等
- ⑩指定場所一時不停止等
- ⑪歩道通行時の通行方法違反
- ⑫制動装置不良自転車運転
- ⑬安全運転義務違反
- ⑭携帯電話使用等
- ⑮妨害運転



●受講費用 6,150円

●講習時間 3時間

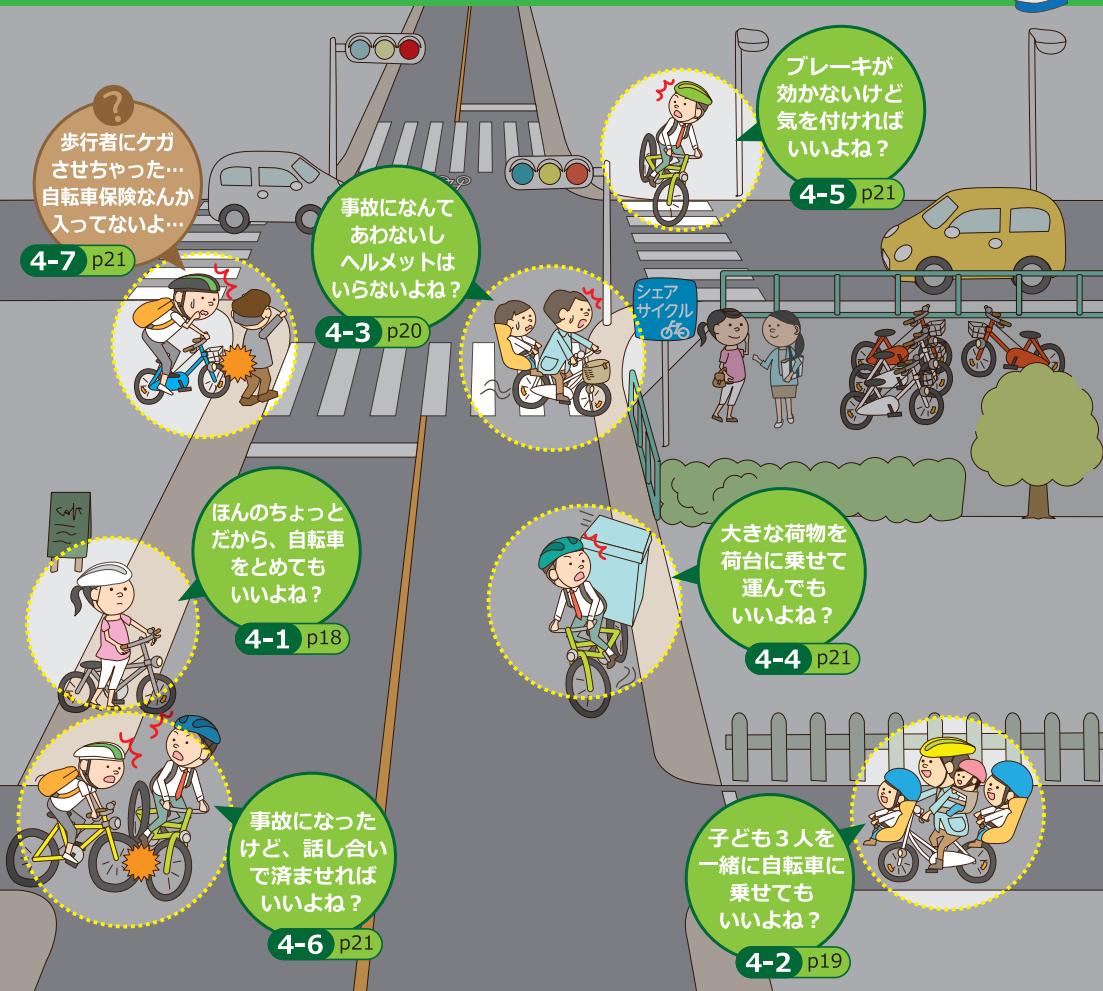
●対象 14歳以上

【道路交通法 第108条の3の5】
受講しないと5万円以下の罰金

4 自転車を使う心構え

ちょっとしたルール違反を、仕方がないと、思っていませんか？その考えは周りの人にとって非常識なことかもしれません。

やって良いこと、悪いこと、
しっかり認識して下さい



4-1

駐輪のルール



自転車の放置はルール違反！短い時間でも、駐輪場などのとめてよい場所にとめましょう。



自転車の正しいとめ方

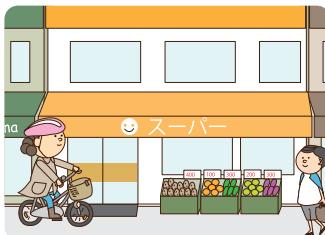
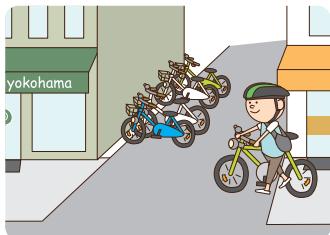
必ず駐輪場などの、とめてもよい場所にとめましょう。



【横浜市自転車等の放置防止に関する条例】

■こんな駐輪、していませんか？全て「放置」です。

×みんな、とめてるからいいよね？ ×買い物中、少しの時間ならいいよね？ ×自分の家の前だつたらいいよね？



? 市営自転車駐車場の調べ方



横浜市の駐輪場の情報は、ホームページで調べることができます。

横浜市 自転車駐車場

検索

? 移動された自転車は、いつまでに、どこに取りに行けばいいの？



保管期間は2か月間で、手続きの際には、保管手数料などが必要です。

① 移動された駅によって、自転車を保管している場所が異なります。

ホームページなどで、保管場所を調べることができます。

■保管の期間

移動された日から2か月間

■返還受付の時間

保管場所によって開場日等が異なるため、ホームページをご確認ください。

横浜市 保管場所を探す

検索

■手続きに必要なもの

①保管手数料（自転車1,500円、バイク3,000円）

②自転車・バイクの鍵

③本人を確認できるもの（運転免許証、学生証など）

4-2 子どもを自転車に乗せるときのルール

専用の座席がついた自転車に乗せる場合 小学校就学の始期に達するまでの者 2名まで

※小学校就学の始期…満6歳に達する日以後の最初の3月31日まで



自転車の正しい使い方

自転車で二人乗り等の禁止の例外は次の通りです。
(運転者は16歳以上の者に限る。)



良いケース

小学校就学の始期に達するまでの者1人を幼児用座席に座らせる。
または幼児1人をおんぶする。



幼児2人同乗用自転車※で
小学校就学の始期に達するまでの者1人を幼児用座席に座らせ、
さらに幼児もう1人をおんぶする。



幼児2人同乗用自転車※で
小学校就学の始期に達するまでの者2名を幼児用座席に座らせる。



幼児2人同乗用自転車ではない自転車で、
小学校就学の始期に達するまでの者1人を幼児用座席に座らせ、
さらに幼児もう1人をおんぶする。



× 悪いケース

幼児2人同乗用自転車ではない
自転車で、小学校就学の始期に
達するまでの者2人を幼児用座席
に座らせる。



小学校就学の始期に達するまでの者2人を幼児用座席に座らせ、
さらに、幼児をもう1人おんぶする。



幼児2人同乗用自転車でも
3人は×



前に子どもを
だっこするのは
禁止されて
います。

※幼児2人同乗用自転車：「BAAマーク」と「幼児2人同乗基準適合車マーク」の貼られている、一定の安全基準を満たした自転車

神奈川県道路交通法施行細則第9条に違反すると、【道路交通法 第57条 第2項】2万円以下の罰金又は料料

子どもを安全に乗せたり、降ろしたりするには？

安定した平らな場所で、しっかりと安全を確認して、乗り降りさせてください。
安全な乗せ方は、次のとおりです。

① 平らな場所で
スタンドを
立てる！

③

先に大きい子を
後ろに乗せる！
ベルトを
忘れずに！

⑤

最後に、
スタンドを
上げてから、
運転する大人
が乗り出発！

ベルトを
しっかり
つけましょ。

乗せるときに
自転車が
倒れるかも…
乗せる前に
ヘルメットを！

④

次に、
小さな子を
前の座席に！
ベルトを
忘れずに！

19

4-3 ヘルメットを着用する義務／ヘルメットを着用させる義務

大人も子どもも自転車死亡事故の主な損傷は頭部です。
大切な命を守るために、ヘルメットを着用しましょう。



自転車の正しい使い方

自転車を運転・乗車する方は全て、ヘルメットの着用が努力義務です。
また、13歳未満の子どもの保護者は、子どもにヘルメットを着用させましょう。



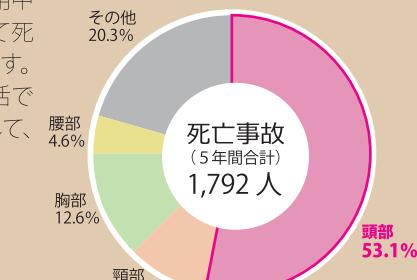
【道路交通法 第63条の11】※罰則の規定なし（努力義務）



自転車死亡事故の損傷部位は、頭部が5割!!

▼死亡事故の損傷主部位の割合

令和2年から令和6年までの自転車乗用中の死亡事故のうち、子ども、大人含めて死者の5割以上は頭部の損傷によるものです。スポーツのときだけではなく、日常生活で自転車に乗るときもヘルメットを着用して、頭部を保護しましょう。



（令和2年～令和6年合計 警察庁公表資料より）



ペダルのない子ども用のキックバイクは、自転車なの？

キックバイクは道路交通法上、自転車ではなく「遊具」に該当します。

道路交通法で遊具は、交通の頻繁な道路での使用は禁止されています。そのため、ヘルメットをつけさせたうえで、安全な場所で遊ばせることをお勧めします。

また、キックバイクでの事故も発生しているので、しっかり子どもを見守るようにしましょう。

キックバイクの事故もおきているよ。
ヘルメットをつけて、安全に楽しんで。



4-4

荷物の積載についてのルール



荷物の大きさ、重さには制限があります。

制限を超えると、接触やふらつきによる事故につながります。



自転車の正しい使い方

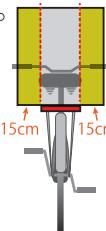
幅、長さ、高さ、重さの基準を守ること。



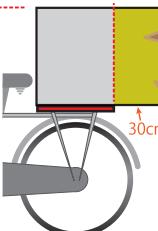
荷物が大きすぎると周りのクルマに接触して危険!

【道路交通法 第57条 第2項】2万円以下の罰金又は料金
(神奈川県道路交通法施行細則 第9条)

荷台の幅に対して
左右+15cmまで



荷台の長さに対して
+30cmまで



重さは30kgまでです。

しっかり固定して下さい。

4-5

自転車整備のルール



ブレーキが効かないと、自分も周りも危険です。

点検・整備をし、必要なときは自転車店で修理をしましょう。



自転車の正しい使い方

整備不良の自転車に乗ることは禁止です!!

ブレーキが効かない!!



【道路交通法第63条の9第1項】5万円以下の罰金



点検の合言葉「ぶたはしゃべる」

点検してほしい部分の頭文字を並べたものです。



ぶ

ブレーキ

ブレーキがしっかりと効くかチェック!

た

タイヤ

タイヤに空気が入っているかチェック!



は

反射材

反射するかチェック!

ライトだとより安全!



しゃ

車体(ハンドル等)

ハンドルや車体がガタガタしないかチェック!



べる

ベル(警音器)

ベルがしっかりと鳴るかチェック!

4-6

事故時のルール



事故の被害の大きさに関わらず、加害者でも被害者でも、警察に連絡。



事故時の正しい対応

事故があったときは、右の順で対応します。警察への連絡は、道路交通法に規定されている行為です。

● 対応の流れ

- 1 けが人の救護
- 2 周りの安全の確保
- 3 警察への連絡
- 4 連絡先の確認
- 5 保険会社に連絡

【道路交通法 第72条 第1項】
1年以下の拘禁刑又は10万円以下の罰金

4-7

自転車損害賠償責任保険等に加入する義務

令和元年10月1日から、神奈川県で自転車保険の加入義務化!



必ず自転車保険に入りましょう。

令和8年4月から 16歳以上が対象

自転車の交通違反「青切符」導入へ!

このルールブックを使って、ルールを確認しましょう

自転車も対象となる **交通反則通告制度** とは

運転者が道路交通違反（反則行為）について取締りを受け、反則金を納付した場合は、刑事事件とならない制度です

反則行為と反則金の例 ※対象となる反則行為と金額は変更される場合があります。

反則行為	反則金額
携帯電話使用等（保持）	12,000 円
遮断踏切立入り	7,000 円
信号無視・通行区分違反（車道の逆走等）・横断歩行者等妨害等 など	6,000 円
通行禁止違反・指定場所一時不停止等・無灯火・自転車制動装置不良 など	5,000 円
歩道徐行等義務違反・並進禁止違反・軽車両乗車積載制限違反・警音器使用制限違反 など	3,000 円



➡ 危険行為（16類型違反）を3年以内に2回以上繰り返した自転車運転者は「自転車運転者講習」を受けなければなりません。※P16 参照

自転車保険、入ってますか？ 自転車に乗る時の自転車保険の加入は義務です。



自転車の交通事故による高額賠償事例が発生しています！

賠償事例

賠償額 **9,521 万円**

自転車に乗っていた小学生が歩行者と衝突し、歩行者は後遺障害で寝たきりに。小学生の保護者に損害賠償が命じられた。



自転車保険の種類は様々です。
自分や家族の自転車利用にあつた保険に入りましょう！

自転車専用の保険

任意保険の特約

TSマーク付帯保険