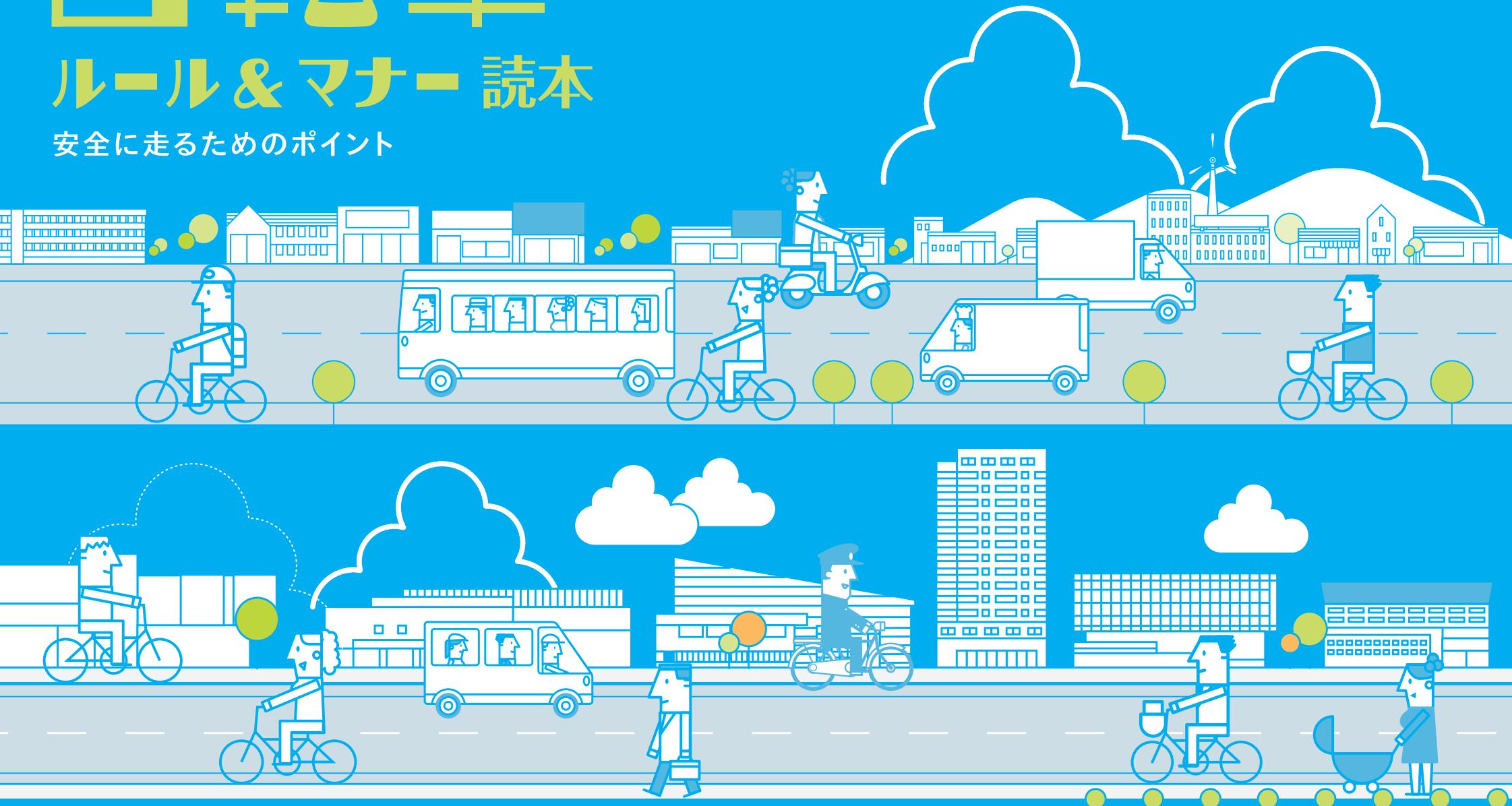


# 自転車

## ルール & マナー 読本

安全に走るためのポイント



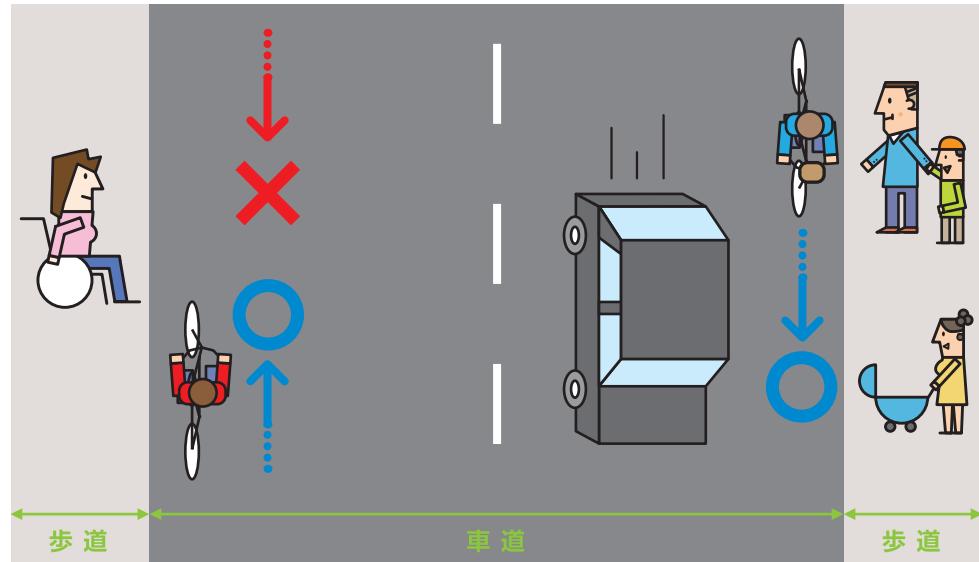
## 安全のためのポイント 1

### 車道の左側を走りましょう。

自転車は車であり、歩行者ではありません！

車道の左側のはしを走ることが、安全につながります。(道路交通法で定められています)

車道の右側通行は禁止です。



#### ①歩道通行は危険です！

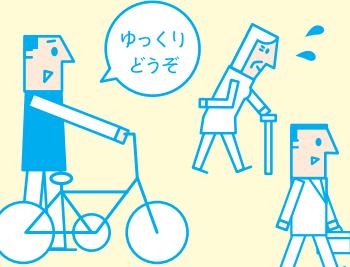
##### 歩行者のそばを通るときは

安全な間隔をあけて、すぐに止まることができる速さで進みます。あけられない時は自転車から降りて、押して歩きましょう。

**歩道では歩行者が優先です！**

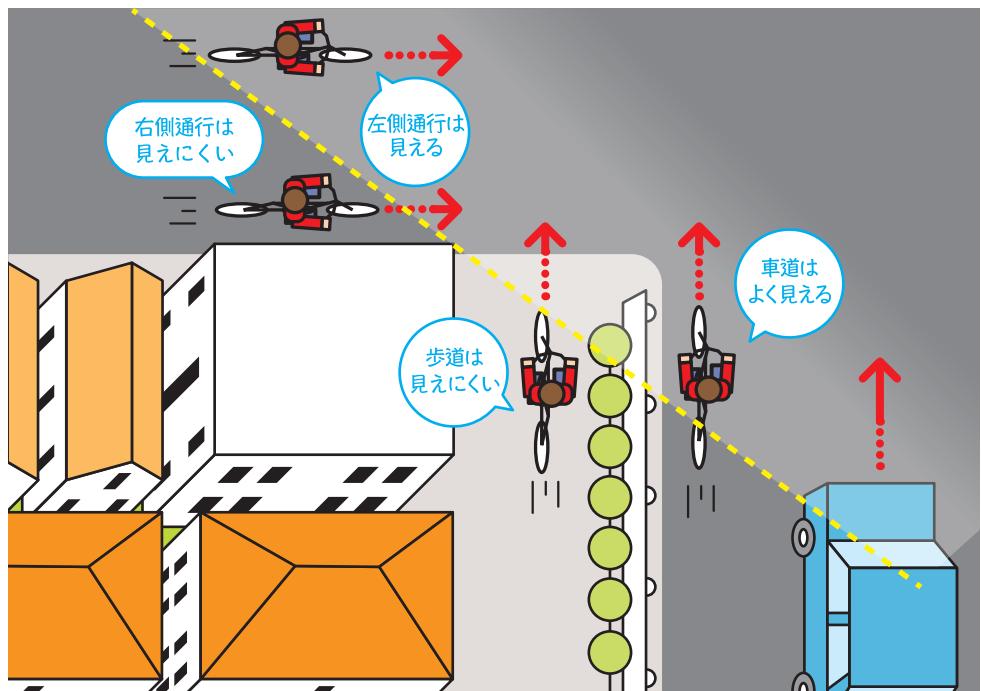


歩道は歩行者のためのものなので、自転車が歩道を通って歩行者との事故を起こした場合、裁判では原則歩行者に過失がないと判断されます。  
(2010年3月 東京・横浜・名古屋・大阪地裁基準)



#### ②右側や歩道の通行は交差点でも危険です！

右側や歩道を走っていると車から見落とされます！



##### 歩道を走ることができるのは

- 自転車歩道通行可の標識があるとき
- 13歳未満の子ども、70歳以上の高齢者、身体の不自由な方
- 自転車通行の安全を確保するためにやむを得ない場合  
例えば ...
  - ・車の交通量が多いうえに車道の幅が狭いため、車とぶつかる危険があるとき
  - ・道路工事や駐車車両などのために、車道の左側を通行するのが困難なとき



##### 自転車専用通行帯(自転車レーン)があるときは

自転車専用通行帯があるところでは、やむを得ない場合を除いて、自転車専用通行帯を通行しなければいけません。

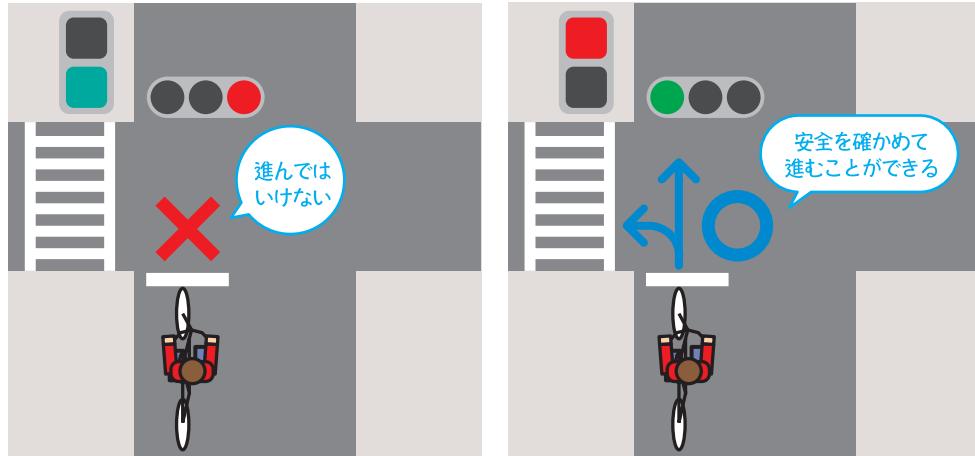


自転車専用通行帯

## 安全のためのポイント 2

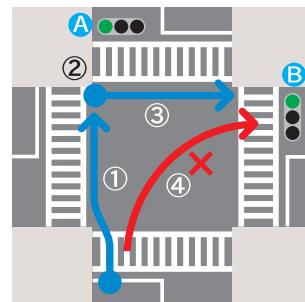
交差点では周囲をよく見て慎重に横断しましょう。  
信号は必ず守りましょう。

歩行者用ではなく、車用の信号に従います。



右折するときは、2回にわけて  
交差点を横断します。(二段階右折)

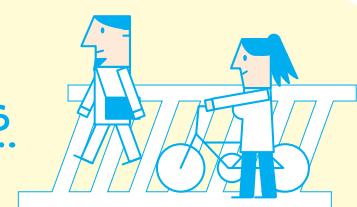
- ① 車両用の青信号 A に従い交差点を直進
- ② 角のところ、または安全な位置で停止して向きをかえる
- ③ 前方の信号 B が青になったら直進
- ※ ④ は違反です



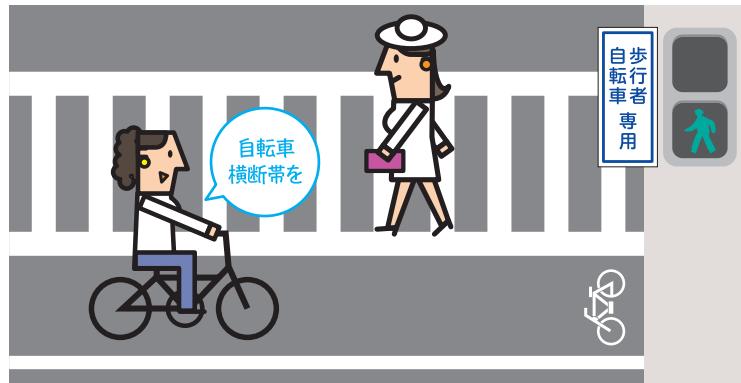
人の形で示された信号機に「歩行者・自転車専用」と書かれているときは、車道を走っていてもその信号に従わなければなりません。

横断歩道は歩行者のための場所です。

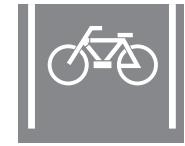
!  
横断歩道を渡るときは自転車から降りて、押して歩いて渡ります。



自転車横断帯が近くにあるときは、車道と歩道のどちらを走っていても、その自転車横断帯を渡らなければなりません。



「自転車横断帯」の標識



「自転車横断帯」の道路標示

交差点では速度を落とし、左右をよく見て安全を確認しましょう。

!  
「止まれ」の標識があるところでは、自転車も必ず一時停止しなければなりません。



自転車は車の仲間

自転車は道路交通法で軽車両に位置づけられています。



## 安全のためのポイント 3

### 存在を知らせる

自分の存在を周りに知らせることが、事故の防止につながります。

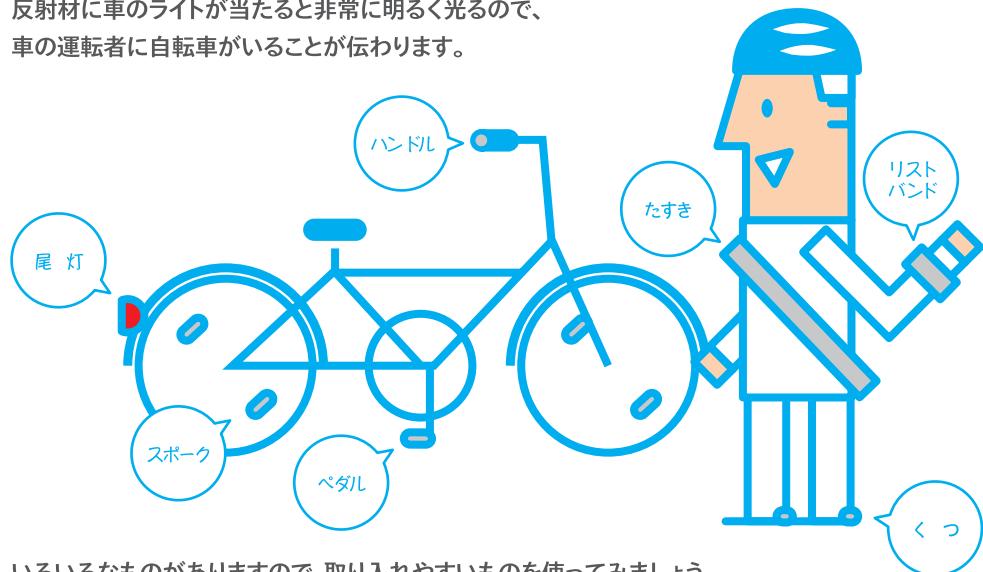
#### ①夜はライトを点灯!

ライトをつけると、自分が見やすくなるだけでなく、自転車がいることを知らせることができます。



#### ②反射材も重要です!

反射材に車のライトが当たると非常に明るく光るので、車の運転者に自転車がいることが伝わります。

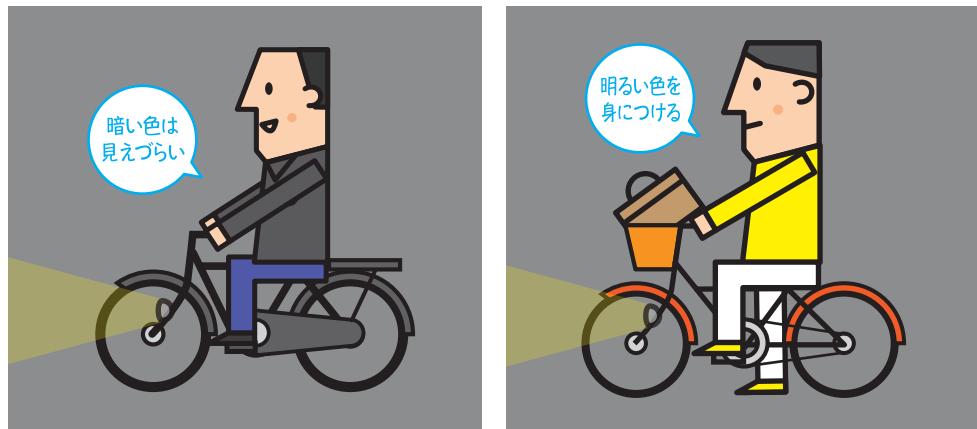


いろいろなものがありますので、取り入れやすいものを使ってみましょう。

#### ③明るい服も効果大!

夜は、黒など暗い色の服装だと非常に見えづらくなります。

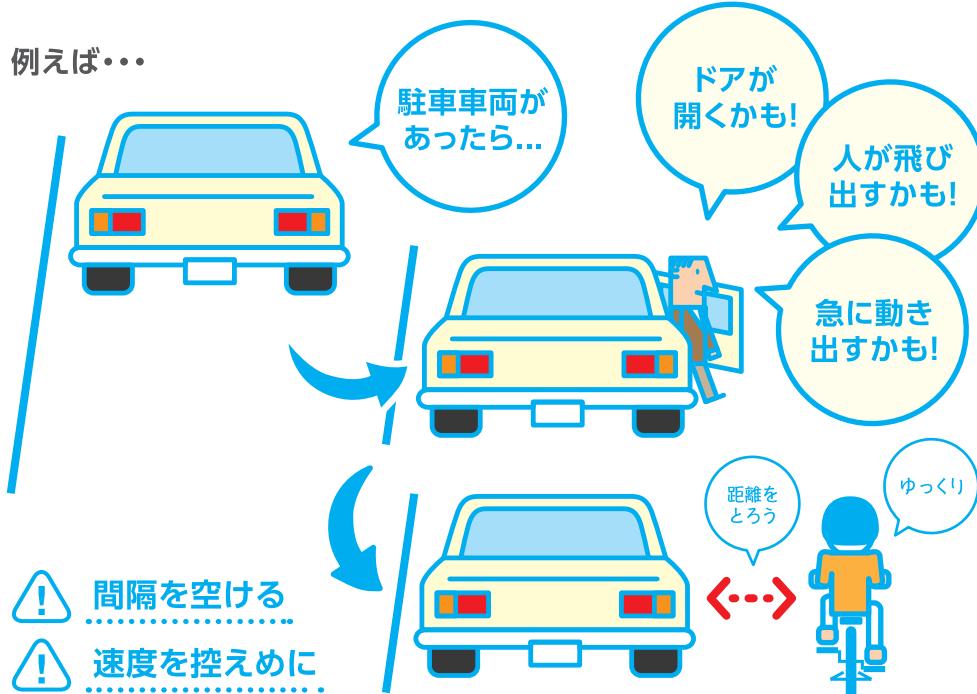
明るい色の服や靴などを身につけるようにしましょう。



#### ④危険を予測

周りの状況を見て、あらかじめ危険を予測して行動しましょう。

例えば…



## 安全のためのポイント 4

### 万が一に備えましょう。

#### ①ヘルメットをかぶりましょう!

万が一事故にあった場合に、被害を少しでも小さくするため、ヘルメットを正しくかぶりましょう。



自転車の事故では、頭部のケガで亡くなる方が一番多いです。

児童・幼児の保護者は、子どもが自転車を運転するときや幼児を自転車に同乗させるときは、必ずヘルメットをかぶらせましょう。

#### ②保険に加入しましょう!

自転車でも事故を起こしたら責任が問われます。高額の損害賠償を請求されるケースも発生しています。万が一に備え、保険に加入しましょう。

対象 保険の種類	事故の相手			保険対象の概要
	死亡 けが	財産	自分 死亡 けが	
個人賠償責任保険	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	被害者に対する損害賠償責任が生じた場合に保険金が支払われます。
傷害保険	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	自分がけがをしたり亡くなったりした場合に保険金が支払われます。
TSマークの保険	<input type="radio"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="radio"/>	被害者や自分がけがをしたり亡くなったりした場合に保険金が支払われます。

※くわしくは、保険会社や損害保険代理店にお問い合わせください。

#### ○事例

50歳代の女性が、携帯電話を使用しながら自転車に乗っていた高校生に背後から衝突され、重い後遺障害が残った。高校生とその父親を相手に損害賠償の支払いを求め、裁判所は約5,000万円の支払いを命じた。



#### ③自転車はきちんと点検しましょう!

自転車に乗る前にはきちんと点検して、具合の悪いところが見つかったら、お近くの自転車店で整備・修理してもらいましょう。

#### TSマークをご存じですか?

TSマークは、自転車安全整備士が点検・整備し、法律の基準に適合している自転車に貼り付けされます。TSマークの貼られた自転車には、有効期限内の事故に対して賠償責任保険と傷害保険が付いています。有効期限は1年です。1年に1度、自転車安全整備店で点検・整備して、TSマークを貼りましょう。



金沢市では、自転車を走りやすくするために道路を整備しています。



#### ↑自転車走行指導帯

車道上に、自転車が走る場所を自転車マークと矢印で表示しています。

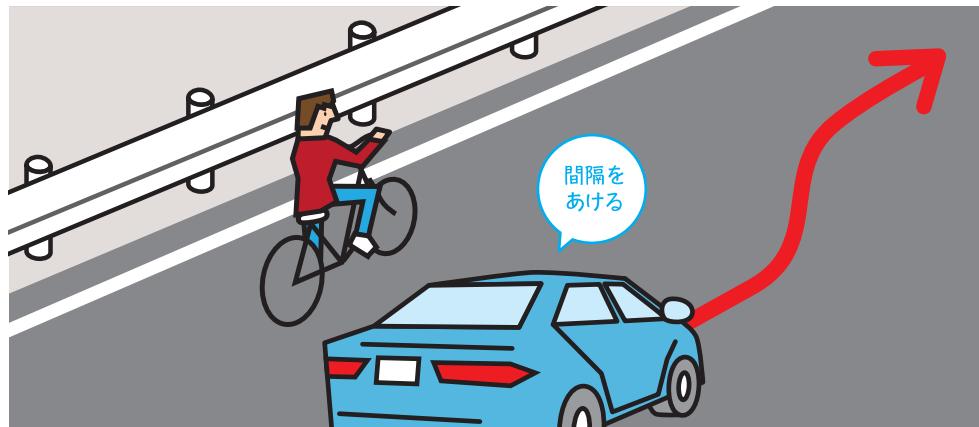
## 安全のためのポイント 5

### 車もルールを守りましょう!

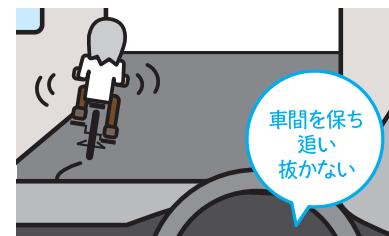
自転車は車道の左側を走るのが原則です。

車と自転車がお互いゆずり合って通行しましょう。

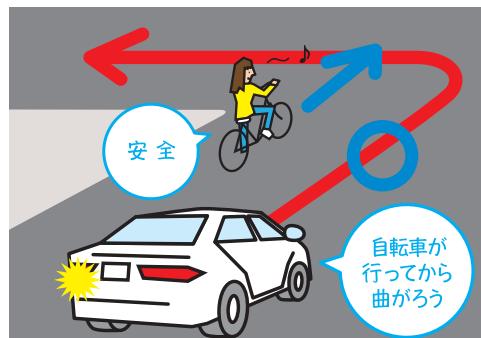
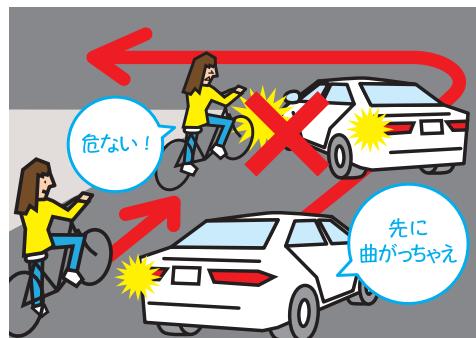
自転車の横を通過するときは、十分に間隔をあけましょう。



道路が狭いときは無理に追い越さず、  
自転車のスピードに合わせて  
ゆっくり走りましょう。自転車の急な  
ブレーキや突然の進路変更などに備えて、  
車間距離を保つことも忘れずに!



自転車を無理に追い抜かない!



違法駐車が自転車を危険にさらしています。



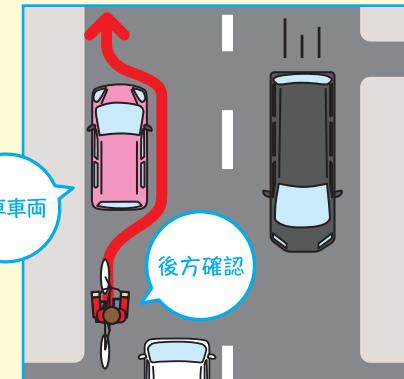
歩行者や自転車などに対し、道を譲らせるために  
クラクションを鳴らしてはいけません。  
(2万円以下の罰金または料)

自転車は



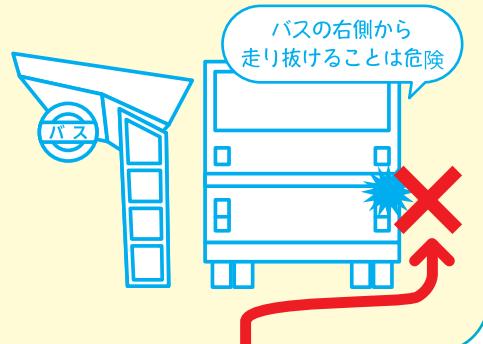
進路変更の時は  
必ず後方確認しよう

前方の駐車している車を追い越す場合は、  
減速あるいは一時停止して  
後方を十分確認し、進路変更しましょう。

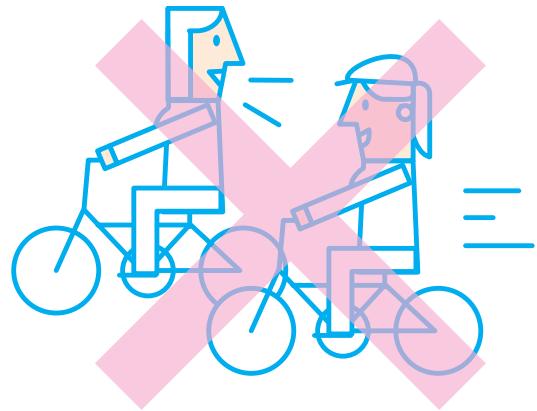


バスの停車・発進時には  
注意しよう

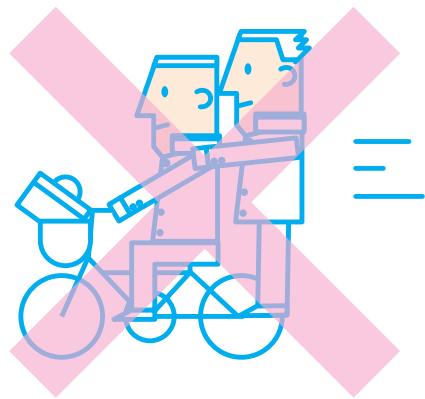
前方のバス停にバスが停車している  
場合は、無理に追い越さず、発進する  
まで待ちましょう。



## 並進禁止!



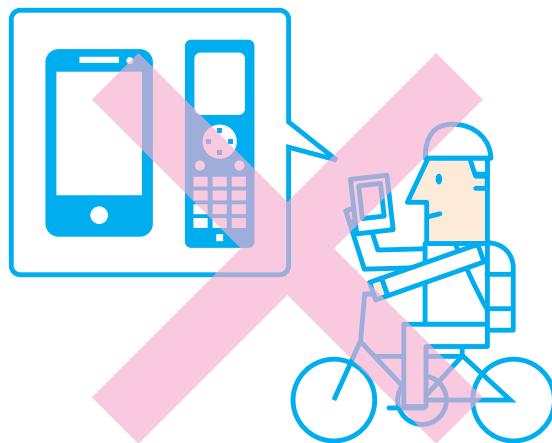
## 二人乗り禁止!



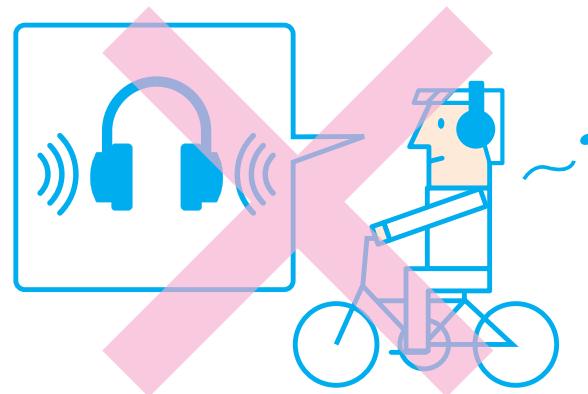
## 傘差し運転禁止!



## 携帯電話の使用禁止!



## 大きな音でのヘッドホン禁止!



## 路上駐輪禁止!



## 自転車 安全利用 五則

1 自転車は、  
車道が原則、  
歩道は例外

2 車道は  
左側を通行

3 歩道は  
歩行者優先で、  
車道寄りを徐行

4 安全ルール  
を守る  
-飲酒運転、二人乗り、並進  
の禁止  
-夜間はライトを点灯  
-交差点での信号遵守と  
一時停止、安全確認

5 子どもは  
ヘルメットを  
着用

金沢市歩ける環境推進課  
2014.4