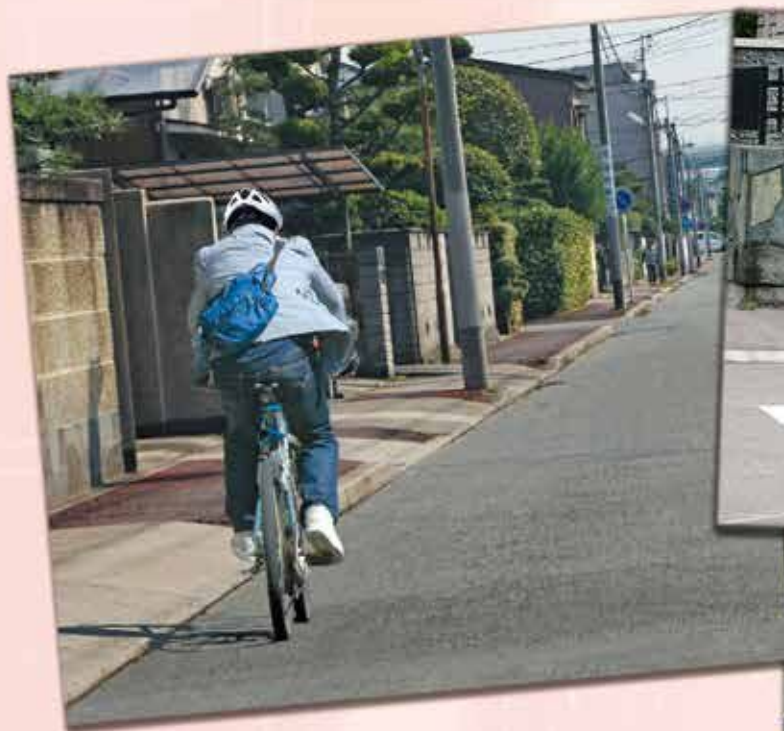


# 自転車安全利用

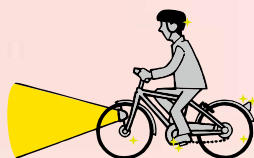
## ガイドBOOK



楽しく走ろう♡ ルールを知って快適に!



夜間はライトを  
点灯しましょう!  
反射材も必ず  
取り付けましょう!



マナーアップ・なごや なくそう交通事故

名古屋市・愛知県警察



# 「交通反則通告制度」の概要

令和8年4月1日施行 道路交通法一部改正

## 自転車の違反に反則金!

●自転車の交通違反に「交通反則通告制度」が適用され、規定の違反行為(反則行為)に対し、車やバイクなどと同様に青切符による取締りが行われます。16歳以上の人を対象です。

◆交通反則通告制度とは…「反則行為」をした運転者が取締りを受けると、青切符が交付され、運転者が反則金を納付した場合には起訴や裁判などの刑事手続きによらずに事件が処理される(いわゆる「前科」もつかない)制度です。法改正により、自転車をはじめとする軽車両の違反にも適用されることとなりました。

### 青切符の対象となる主な違反行為(反則行為)

#### ◆運転中のスマホなどの使用



●運転中、スマートフォンなどを手に持って、通話したり画面を見続けたりした場合は。

反則金 12,000円

#### ◆遮断踏切立ち入り



反則金 7,000円

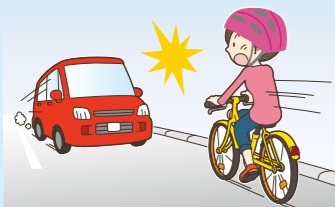
#### ◆信号無視(赤色等)



反則金  
6,000円

※点滅信号を無視した場合の反則金は5,000円。

#### ◆右側通行



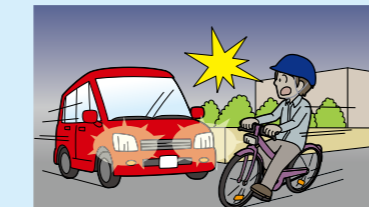
反則金 6,000円

#### ◆一時不停止



反則金 5,000円

#### ◆無灯火



反則金 5,000円

#### ◆傘差し運転



●視野を妨げたり、走行が不安定になったりするおそれのある方法で運転した場合。

〈公安委員会遵守事項違反〉 反則金 5,000円

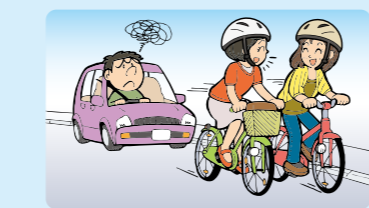
#### ◆運転中のイヤホン等の使用



●安全な運転に必要な周囲の音や声が聞こえないような状態で運転した場合。

反則金 5,000円

#### ◆並進



反則金 3,000円

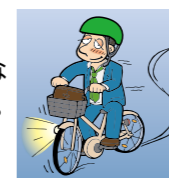
◆ブレーキのない自転車、ブレーキの十分に効かない自転車の運転 反則金 5,000円

### 刑事手続き(赤切符等)の対象となる特に悪質・危険な違反行為の例

#### 酒酔い運転

●飲酒量にかかわらず、言語動作が正常でないなど、いわゆる酩酊状態で運転した場合。

罰則：5年以下の拘禁刑または100万円以下の罰金



#### 妨害運転

●「他の車両の通行を妨害する目的で、「交通の危険を生じさせるおそれのある方法」により、右側通行(逆走)や不必要な急ブレーキ、危険な進路変更などを行った場合。

罰則：3年以下の拘禁刑または50万円以下の罰金

●「妨害運転」をして、交通事故を起こすなど「著しい交通の危険を生じさせた」場合。

罰則：5年以下の拘禁刑または100万円以下の罰金

車両提供者  
5年以下の拘禁刑または100万円以下の罰金  
酒類提供者・車両の同乗者  
3年以下の拘禁刑または50万円以下の罰金

#### 酒気帯び運転

●呼気1ℓ中0.15mg以上または血液1ml中0.3mg以上のアルコールを体内に保有した状態で運転した場合。

罰則：3年以下の拘禁刑または50万円以下の罰金

#### 運転中のスマホなどの使用(交通の危険)

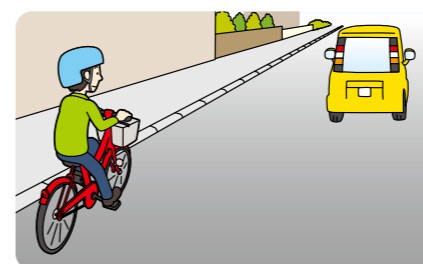
●運転中のスマートフォンなどの使用により、交通事故を起こしたり歩行者の通行を妨げたりするなど、交通の危険を生じさせた場合。

罰則：1年以下の拘禁刑または30万円以下の罰金

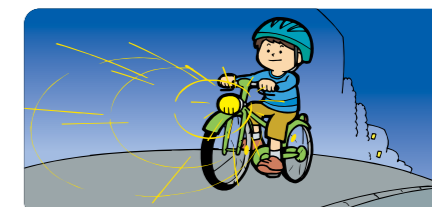
車両提供者  
3年以下の拘禁刑または50万円以下の罰金  
酒類提供者・車両の同乗者  
2年以下の拘禁刑または30万円以下の罰金

## しっかり守ろう! 「自転車安全利用五則」

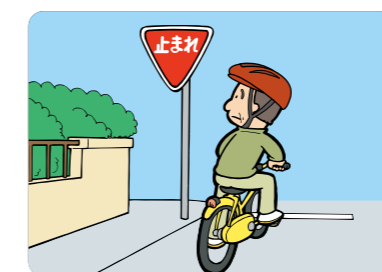
1 車道が原則、左側を通行  
歩道は例外、歩行者を優先…P.5,6を参照



3 夜間はライトを点灯

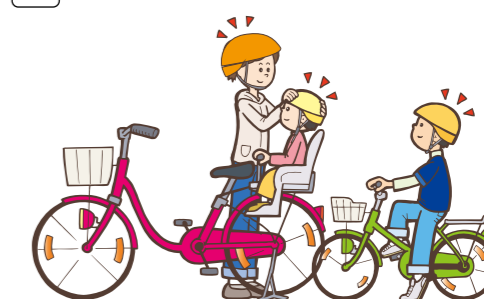


2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認…P.7,8を参照



4 飲酒運転は禁止

5 ヘルメットを着用…P.3を参照



青切符が適用されるからではなく、自分の身を守り、交通事故を起こさない・あわないために、自転車のルールを守りましょう!

## 自転車利用者はヘルメットを着用

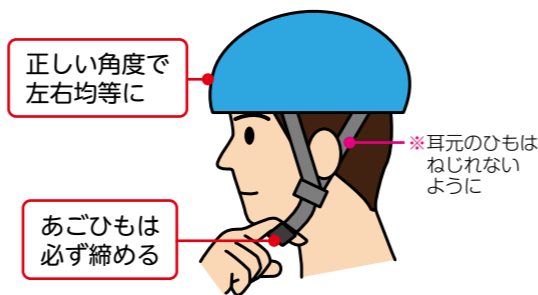
ヘルメットは大切な頭部を保護し、  
万が一交通事故に遭った際の頭部への被害を軽減します。



- 自転車利用者はヘルメットを着用するように努めましょう。  
(令和5年4月改正道路交通法施行)  
自転車乗車中の交通事故による死者のうち、約6割が頭部への損傷が原因で亡くなっています。  
(令和2年から令和6年の過去5年間)
- 未成年者が自転車に乗車する際は、ヘルメットを着用させましょう。  
(名古屋市自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例)  
未成年者の保護者の方は、お子さんが自転車に乗車する際は、ヘルメットを着用させるよう努める義務があります。

### ヘルメットの正しい装着方法

- ヘルメットの先端がまゆ毛のすぐ上にくるように角度を合わせ、左右均等にかぶりましょう。
- あごひものバックルはしっかり締めましょう。あごとあごひもの間に人差し指を1~2本入れられる程度が適切な長さです。



\*所定の安全基準を満たしたSGマーク等のついたヘルメットを着用しましょう。



CEマークの場合は、EN1078の表示のあるものを選びましょう。

## 知っていますか? 「名古屋市自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」

名古屋市では、自転車事故の減少などを目的として  
平成29年4月に条例が施行されました(令和3年7月改正)。

主な内容は


- 交通安全教育の充実  
交通ルールやマナーを理解し安全に利用しましょう。(第4条:市の責務)
- 自転車損害賠償保険等の加入  
名古屋市内で自転車を利用する方、従業員に業務上自転車を利用させる事業者、自転車貸出業者は、自転車損害賠償保険等への加入が義務づけられています。  
(第14条:自転車損害賠償保険等の加入)
- ヘルメットの着用  
自転車利用者はヘルメットを着用するように努めましょう。  
(第13条:乗車用ヘルメットの着用)

## 自転車事故に備えた保険に加入しましょう

愛知県内で自転車を利用される方は、  
自転車損害賠償保険等への加入が義務づけられています。

自転車事故による損害賠償責任を補償する保険は自転車向け保険のほか、自動車保険や火災保険の特約、会社等の団体保険など、様々な種類があります。自転車事故による損害賠償責任が、現在加入している保険の補償範囲に含まれているかを、下記の表を見ながらご確認ください。

### 保険証券がある方はお手元にご用意いただき、確認してみてください

チェック箇所	保険の種類	保険の概要	ポイント
<input type="checkbox"/>	個人賠償責任保険に加入していますか? *共済を含みます	日常生活で発生した賠償責任を補償するものです。下記の保険の特約等で付帯している場合がありますので確認してください。 *付帯しているか不明な場合は、加入している保険会社等にご確認ください。 <input type="checkbox"/> 自転車保険 <input type="checkbox"/> 自動車保険(任意) <input type="checkbox"/> 火災保険 <input type="checkbox"/> 傷害保険 <input type="checkbox"/> 各種共済 <input type="checkbox"/> 会社や学校を通じて加入する団体保険	損害保険は原則1年更新です。引き続き自転車損害賠償保険等に加入するよう、忘れずに更新しましょう。 また、事故が発生した際の示談交渉を保険会社等が行うサービスが付いていると関係者の負担軽減、迅速な解決につながります。
<input type="checkbox"/>	TSマーク付帯保険に加入していますか? 	TSマークは、自転車安全整備店で購入または点検整備を行い基準に合格した自転車に貼り付けられます。TSマークには、傷害保険と賠償責任保険が付帯されています(マークは3種類あり、補償内容が異なります)。自転車に、左記のマークが貼り付けられているか、有効期限内かを確認してください。	有効期間は点検日から1年間です。1年に1度、自転車の点検・整備を受けましょう。

この欄にができなかった方は、保険に加入していないと考えられます。自転車事故による損害賠償責任を補償する保険に加入しましょう。

### 高額な損害賠償となった事故の一例

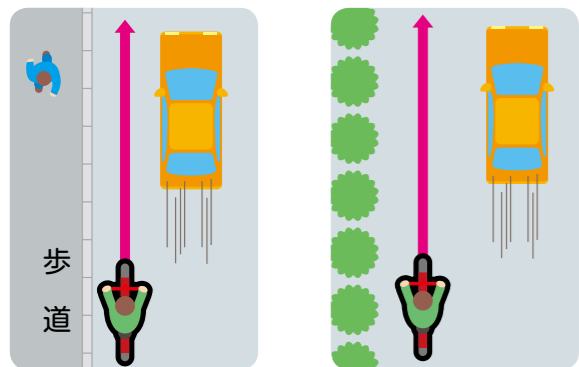
◆男子小学生が夜間、自転車で帰宅途中に歩行中の女性と正面衝突。女性は頭がい骨骨折等で意識が戻らず、監督責任を問われた母親に賠償命令。

損害賠償  
約9,500万円

自転車は、自動車やバイクと同じ「車両」の一種です。歩行者とは違った交通ルールに従って通行しなければなりません。

## ルール1 自転車の通るところ

### ① 車道の左側端を通行する



● 歩道と車道の区別のある道路では、車道の左端を通行。

【車道の右側通行等をした場合】

■ 罰則… 3月以下の拘禁刑または5万円以下の罰金  
■ 反則金… 6,000円

● 進路を変更するときは、後方の安全を確認しましょう。



急な進路変更は厳禁!

● 「自転車専用通行帯」が設けられた車道は、その部分を通行しなければなりません



「普通自転車専用通行帯」の標識(上2つ)と道路標示(右)

【専用通行帯以外を通行した場合】

■ 罰則… 5万円以下の罰金 ■ 反則金… 5,000円

#### 名古屋市内の「自転車専用通行帯」など(例)

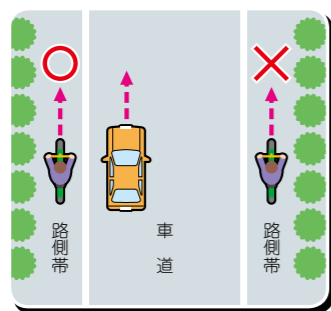


▲上の「矢羽根型路面表示」のある道路の部分は「専用通行帯」ではありませんが、この表示を自安に通行しましょう。

### ② 路側帯を通行することができる

※路側帯とは…歩道のない道路や歩道のない側の路端寄りに道路標示(白線)によって区画された部分

◆ ただし、車道の左側にある路側帯に限りです。



**歩行者用路側帯は通行できません**

自転車が行ける路側帯

自転車が行けない路側帯(歩行者用路側帯)

路側帯

駐停車禁止路側帯

歩行者用路側帯

【右側にある路側帯や歩行者用路側帯を通行した場合】

■ 罰則… 3月以下の拘禁刑または5万円以下の罰金 ■ 反則金… 6,000円

### ③ 歩道を通行することができる



★ 普通自転車は、歩道に「通行可」の標識や標示があるとき、その歩道を通行できます。

通行可能な歩道が左右両方にある場合、そのいずれの歩道を通行してもかまいません。



「歩道通行可」の標識



「歩道通行可」の標示

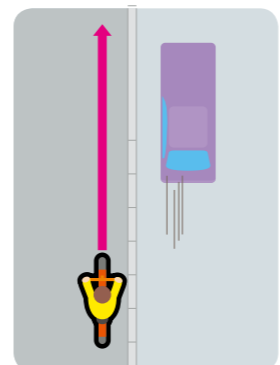
※ 普通自転車とは…長さが190cm以内、幅が60cm以内の、運転席が一つなどの自転車。大部分の自転車がこれに該当しますが、大型のマウンテンバイクや電動アシスト自転車等は大きさに注意しましょう。

普通自転車は、次の場合に限り、「通行可」の標識や標示がない歩道でも通行できます

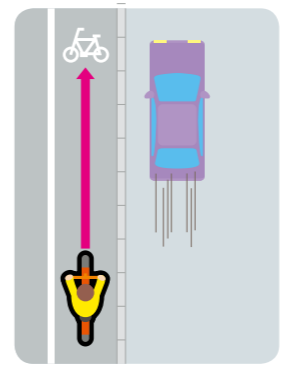
- 13歳未満の子どもや70歳以上の方、車道の通行に支障がある身体に障害がある方が運転しているとき
- 車道で道路工事等、車道や交通の状況に照らして、通行の安全を確保するために、歩道を通行することがやむを得ないと認められるとき

#### 歩道を通行するときの注意点

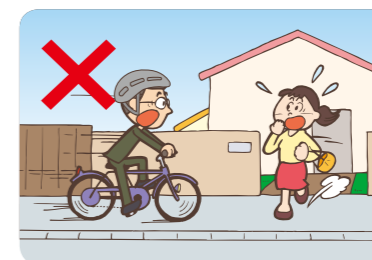
① 道路標示がないときは、車道寄りを行く



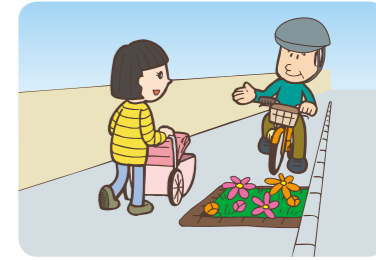
② 標示があるときは、指定されている部分を行く



③ すぐに停止できるような速度(徐行)で進行する



④ 歩行者の通行を妨げそうなきは一時的に停止する



● ベルやブザーを鳴らしてはいけません。

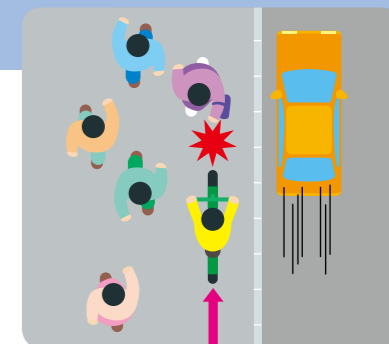
● ほかの自転車とすれ違うときは、相手に向かって左側を通行しましょう。

#### 歩道上で起こった事故

##### 人通りの多い歩道で歩行者に衝突!

◆ 人通りの多い歩道を通行中、前方からきた歩行者のショルダーバッグのひもにハンドルが引っかかり転倒させ、重傷・後遺障害を負わせた。

損害賠償 約 1,450万円



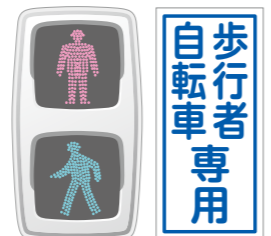
# ルール2 信号を守る

## ①「車両用」信号機

★青信号に従って通行する前に、必ず安全を確かめましょう。

## ②「歩行者・自転車専用」信号機

★歩行者・自転車専用の信号機があったら、その信号に従わなければなりません。

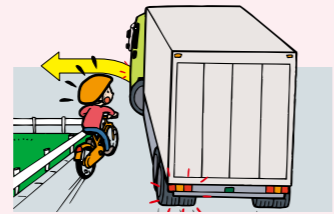


【信号無視】  
■罰則… 3月以下の拘禁刑または5万円以下の罰金 ■反則金…6,000円

### 交差点を渡るときは、右折や左折をしてくる車にも注意しましょう



●歩道から交差点に進入する自転車は、右折や左折をする車から見えにくいので、注意しましょう。



●歩道以外のところを走っているときに、左折する車と並んだら、その車の左折時に巻き込まれないよう気をつけましょう。

## ③「歩行者用」信号機

★普通自転車で横断歩道を通るときに、歩行者用信号機があったら、その信号に従いましょう。

★横断歩道は歩行者の横断のための場所です。横断中の歩行者がいなど歩行者の通行を妨げるおそれのない場合は、自転車に乗ったまま通行することができます。しかし、横断中の歩行者の通行を妨げるおそれがあるときは、「自転車から降り、自転車を押し歩いて渡る」「歩行者が横断し終わるのを待ち、歩行者がいなくなってから渡る」などの方法により、歩行者の妨げにならないようにしましょう。



横断歩道は歩行者優先

### 自転車横断帯があるときは、そこを通行しましょう



「自転車横断帯」の標識



「横断歩道・自転車横断帯」の標識



# ルール3 「止まれ」の標識がある交差点では、必ず一時停止する

★交差点では、一時停止し、左右と後方をよく見て、近づいてくる車の有無をしっかりと確かめましょう。

【一時停止場所で一時停止をしない場合】  
■罰則… 3月以下の拘禁刑または5万円以下の罰金 ■反則金…5,000円

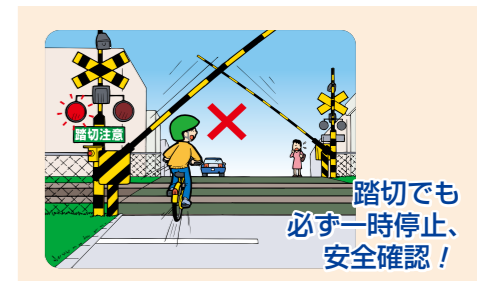


「止まれ」の標識がない交差点でも…

「止まれ」の標識がある交差点はもちろん、標識がない交差点でも、見通しの悪い交差点などでは徐行、場合によっては一時停止をして左右と後方の安全を確認しましょう。

### 〈信号機や一時停止標識がない交差点でのその他のルール〉

- 優先道路等通行車の優先…標識で優先が指定されている道路や幅員が明らかに広い道路等を進行してくる車両等の進行を妨げない。
- 左方優先…左方から進行してくる車両の進行を妨げない。

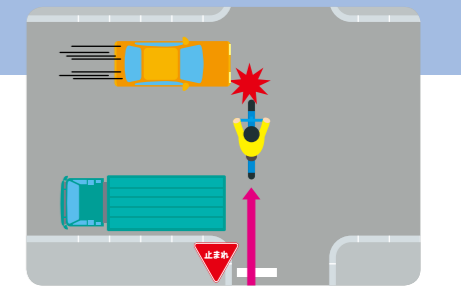


踏切でも必ず一時停止、安全確認!

### 一時不停止で起こった事故

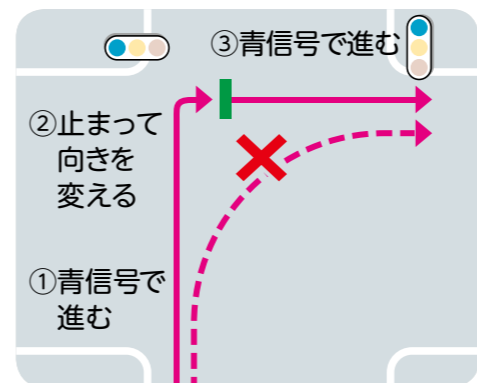
#### 見通しの悪い交差点で、乗用車と衝突!

◆「止まれ」の標識があるにもかかわらず、一時停止と安全確認をせずに交差点に進出し、駐車車両の陰から走行してきた乗用車と出合い頭に衝突した。



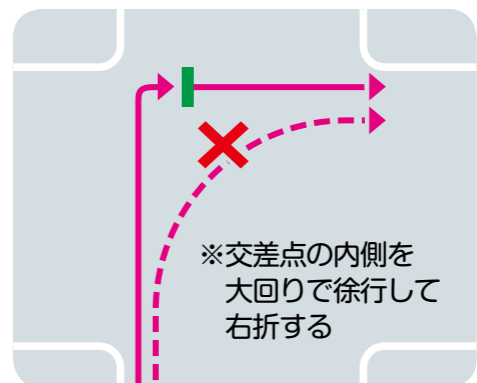
# ルール4 正しい方法で右折する

### 信号のある交差点での右折



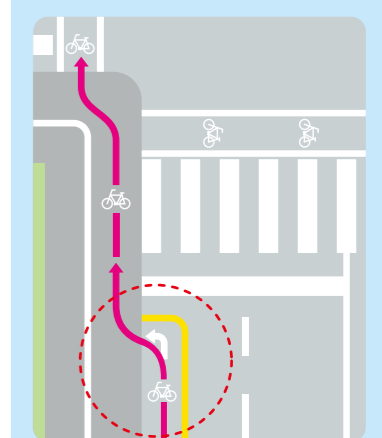
- 青の矢印信号が右向きに出ていると右折できません。
- 交差点に自転車横断帯があったら、そこを通らなければなりません。

### 信号のない交差点での右折



- 通行する車が多くて危険な場合は、交差点の向こう側で一度止まり、安全を確かめましょう。

「普通自転車の交差点進入禁止」の標識があるときは、車道を通って交差点に入ることはいけません



▲矢印に従って歩道に上がり、自転車横断帯を通って交差点を渡りましょう。

# 気をつけて！ 幼児との二人乗り

## 転倒事故から幼児を守る4大ポイント

**1 必ずヘルメットを着用！**

※幼児(小学校の就学の始期に達するまでの者)を自転車に同乗させるとき、ヘルメットの着用は保護者の努力義務です。  
※運転者もヘルメットの着用を忘れずに



**2 幼児を乗せたまま自転車から離れない！**



**3 荷物をたくさん積まない！**



**4 段差は押して歩く**



## 幼児同乗の「3人乗り」をするときは…

★自転車の前後に取りつけた幼児用補助いすに幼児を2人乗せる「3人乗り」は原則、禁止されていますが、①十分な強度やブレーキ性能がある、②駐輪時に転倒しにくい、③発進や停止などの際に運転しやすく安定している—など、一定の要件を満たす自転車に限り「3人乗り」が認められています。



幼児を2人乗せるときは、「3人乗り」が認められた安全な自転車を利用しましょう。

幼児2人同乗基準適合車  
一般社団法人自転車協会

自転車協会の「幼児2人同乗基準適合車マーク」がついている自転車は、幼児同乗の「3人乗り」の要件を満たしています。それ以外の自転車については、自転車販売店で確認してください。

※自転車の二人乗りは、16歳以上の方が「幼児用補助いすに小学校就学の始期に達するまでの者を乗せる」または「4歳未満の幼児をひも等で背負う」場合に認められています。小学校入学後の者を乗せるのはやめましょう。

※3人乗りは、3人乗りが認められた自転車を16歳以上の方が使用し「座席の前後に小学校就学の始期に達するまでの者を幼児補助いすに乗せる」または、「小学校就学の始期に達するまでの者1人を座席に乗せ、4歳未満の幼児1人をひも等で背負う」場合に認められています。

※抱っこして自転車に乗ることは認められていません。

# 自転車にかかわる主な標識・標示



一時停止

徐行

通行止め

特定小型原動機付自転車・自転車通行止め



普通自転車等及び歩行者等専用



特定小型原動機付自転車・自転車専用



横断歩道・自転車横断帯



自転車横断帯



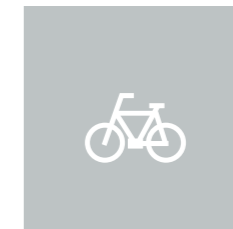
普通自転車専用通行帯



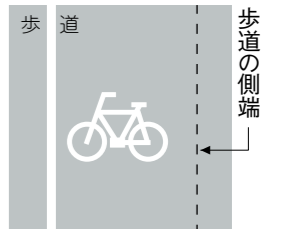
特定小型原動機付自転車・自転車一方通行



並進可



特例特定小型原動機付自転車・普通自転車歩道通行可



特例特定小型原動機付自転車・普通自転車の歩道通行部分

## ご存じでしたか？ 自転車運転者講習制度

●自転車の悪質利用者には講習受講が命じられます。

★「危険行為」を反復して(3年以内に2回以上)行った自転車利用者は、「自転車運転者講習」を受講しなければなりません。

★受講命令に従わないで講習を受けなかった者は処罰の対象となります。

■罰則……5万円以下の罰金

※講習の対象となる違反行為(危険行為)は、青切符や赤切符で検挙された場合などに限ります。

※講習時間は3時間、講習受講料は6,150円。

受講の対象となる主な違反行為(主な危険行為) 全部で16類型

- ・信号無視 ・通行禁止道路(場所)の通行 ・歩道通行や車道の右側通行等 ・ブレーキを備えていない自転車の運転等
- ・歩道での歩行者妨害等 ・一時不停止 ・酒気帯び運転 ・酒酔い運転 ・遮断踏切への立ち入り ・交差点優先車妨害
- ・妨害運転(いわゆるあおり運転) ・走行中のスマートフォン等の使用(いわゆるながら運転)…など

◇14歳未満の方は講習の対象とはなりません、交通ルールを守って安全に自転車を利用しましょう◇

# しっかりやろう！自転車の日常点検

★安全に自転車に乗るために、点検を習慣づけましょう。合言葉は、「ブタハトシャベル」です。



## ブレーキ

しっかり、安全に止まるためには、ブレーキがしっかり利いているか確かめましょう。



## タイヤ

空気が抜けていたり、パンクしたタイヤのまま自転車に乗ることは大変危険です。また、溝がすり減っているタイヤも大変危険です。



## ハンドル

ハンドルは前輪と直角に固定されているか確かめましょう。



## ウカ (灯火)

夜、自転車に乗るときは、必ず灯火をつけなければなりません。きちんとつくか確かめましょう。その他後部の反射器材についても点検しましょう。



## (サ)ドル

大事な乗車席です。ハンドルと直角にしっかり固定されているか確かめましょう。また高さは、自転車にまたがり、両足のつま先が地面に着く程度が良いでしょう。



## 文字通りベル

危険を防ぐためにベルは大変重要です。しっかり鳴るか確かめましょう。

※歩道等で歩行者に対して「どけ、どけ！」のためのベルではありません。

