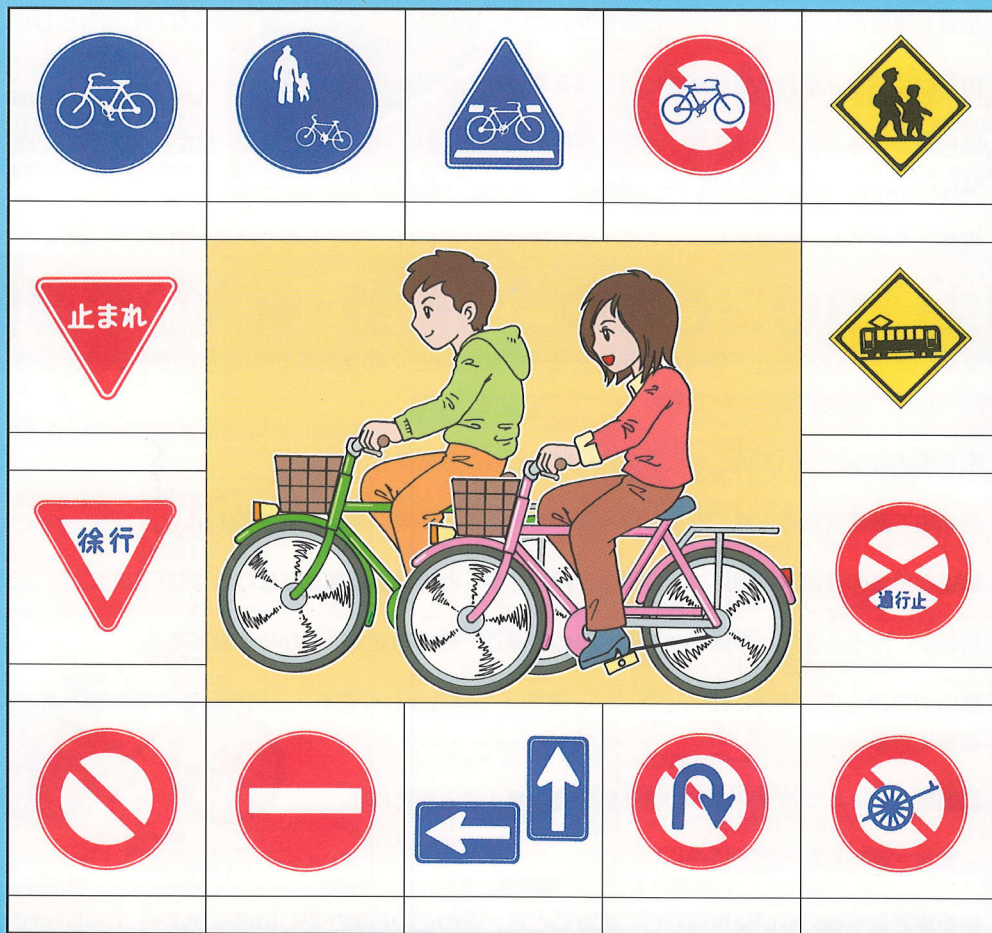
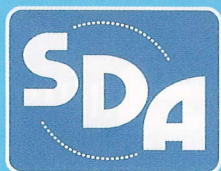


君ならどうする!

自転車のルール 編



上の標識が表す意味を言ってみよう。君はどのくらい分かるかな?



全日本デリバリー業安全運転協議会

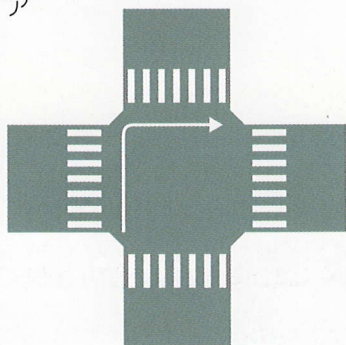
1

自転車安全運転診断 …さあ、君はどのくらい分かるかな

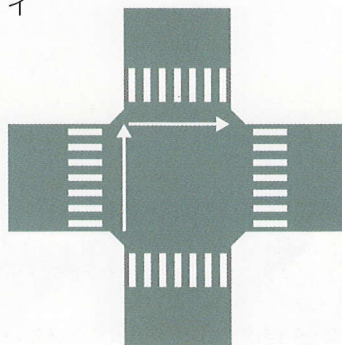
次の文について、正しいと思う文には○記号を、間違っていると思う文には×記号を、()につけてみよう。19. は正しい記号に○をつけます。

- () 1. 「自転車横断帯」がある場合には、そこを通行しなければならない。
- () 2. 自転車が通ってもよい歩道では、歩いている人がいるときにはベルを鳴らして注意を促せば、そのままの速度で通っていい。
- () 3. 自転車が通ってもよい歩道では、自転車は歩道の中央より車道側を走らなければならない。
- () 4. 集団で平らな道を走るとき普通のスピード（時速約10km）の場合、自転車と自転車の間は1.5m位あけると安全である。
- () 5. 集団で自転車走行をするとき、3台までなら横に並んで走ってよい。
- () 6. 歩道も路側帯もない道路で、自転車を押していく場合には、道路の左端を通らなければならない。
- () 7. 自転車は白の2本線で標示された路側帯を通ることができる。
- () 8. 信号が「赤色の点滅（ついたり消えたりする）」のときは、必ず徐行して、安全をたしかめて通行しなければならない。
- () 9. 夜間はもちろん、昼間でもトンネルの中や霧の濃いときは、ライトをつけなければならない。
- () 10. 自転車で横断歩道を渡るときは、徐行して歩行者のじゃまにならないように走行しなければならない。
- () 11. 交差点にさしかかると、信号が赤色で、その下に右向き青色の矢印の信号がでていた。このとき自転車は、矢印に従って右折することができる。
- () 12. 自転車の駐車については、特に法律的に定められた規則はない。
- () 13. 自転車で踏切を通るとき、安全と思えば、そのまま自転車に乗って渡ってよい。
- () 14. 車道と歩道の区別ある道路で、自転車を押して歩くときは歩道を通らなければならない。
- () 15. 自転車に乗るときは、見通しのきく道路の左端で、前方の安全を確かめて発進する。
- () 16. 狭い道路から広い道路に出るときは、一時停止の標識がなくても、一時停止し安全を確かめてから徐行して広い道路にでる。
- () 17. 自転車をパーキングメーターのある駐車場に置くことができる。
- () 18. 一輪車で車道を走ってよい。
19. 自転車で信号機のない交差点を右にまがるとき、次のどの方法が正しいですか。

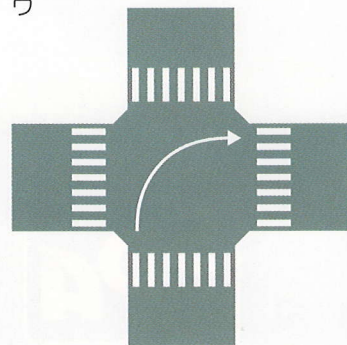
ア



イ



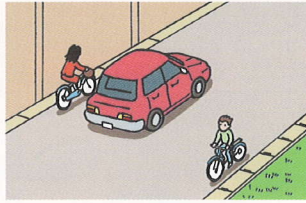
ウ



2 自転車はどこを走ればよいのでしょうか？

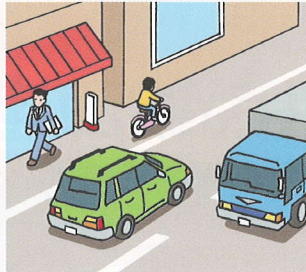
【左側寄り通行】

自転車は、車道を通るときは道路工事などの場合を除き、道路の左端に沿って通行しなければならないと決められています。



【路側帯の通行】

自転車は、路側帯を通ることができます。しかし、歩行者の通行に大きな妨げとなることや、白の二本線の標示(下図)のあるところでは、通行してはいけません。

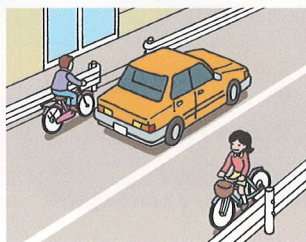


(車道)

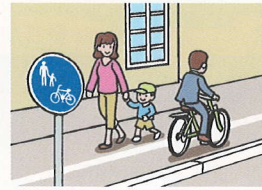
(路側帯)

【通行区分】

自転車は、歩道との区分のある道路では、車道の左端を通行しなければなりません。ただし、自転車通行可の標識のあるところでは、普通自転車は、歩道を通ることができます。

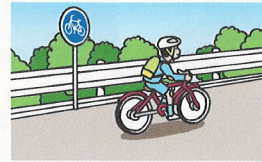


【自転車通行可の標識のある歩道】



普通自転車は、自転車通行可の標識のある歩道を通ることができます。ただし、白線によって区別されているところを通行します。指定のないところでは、車道寄りを歩行者の通行を妨げないように走らなければなりません。

【自転車専用の標識のある道路】



自転車専用の標識のある道路では、普通自転車は、そこを通らなければなりません。

【自転車横断帯】



道路を横断しようとするとき、近くに自転車横断帯があれば、その自転車横断帯を通行しなければなりません。また、自転車横断帯がないところでも、近くに横断歩道があるときは、自転車を押して横断歩道を渡るようにします。



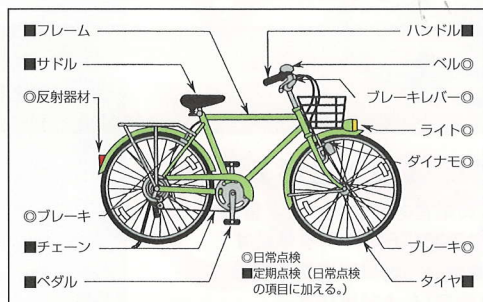
3 自転車の点検・整備はどのようにしたらよいか？

【日常点検】

自転車を使用するとき、その都度行うもので、次の方法があります。

音を聞いて(自転車を軽く落とす)ガタツキ、ゆるみを調べる。

乗ってみてバランス、ブレーキの具合などを確かめる。



目で見て曲がりやへこみ、よごれの状態を調べる。

さわってみて、タイヤの空気圧や締めつけのゆるみを調べる。

点検箇所	点検内容
フレーム	ゆがみや破損はないか。
ブレーキ	ブ 前輪、後輪共によくきくか。時速10kmでブレーキをかけて3m以内で止まるか。
タイヤ	タ 十分に空気が入っているか(接地面が7~10cm)。すり減っていないか。
ハンドル	しっかりと固定されているか。
反射器材	ハ 破損したり汚れていないか。取り付けの角度、位置が適切か。
灯火(ライト)	ト 電球が切れていないか。角度、位置が適切か。
チェーン	チ さびが出ていないか。エ ゆるみすぎていないか。
サドル(鞍)	ク しっかりと固定されているか。ラ 適正な高さに固定されているか。
ベル(警音器)	よく鳴るか。
ペダル	ベ 曲っていないか。滑りやすくなっていないか。
その他	破損や変形等がないか。

4 自転車の交通事故と保険 — 保険に加入するのは運転者の責任です —

万が一の事故に備えるために、日頃から保険に加入し十分な備えをしておくことも大切です。

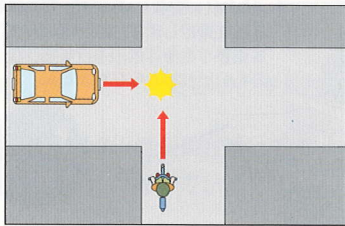
- ① TSマーク保険 …… 自転車整備士のいる自転車店で定期点検を受けると、「傷害保険」と「賠償責任保険」に、自動的に加入することができます。
- ② 自転車総合保険 …… 自転車搭乗者自身ならびに他人の死亡・ケガ・後遺障害と歩行中に他人の自転車による事故の場合にも適用。対物損害賠償責任もあります。
- ③ 傷害保険 …… 自分自身のけがに備える保険です。
- ④ 個人賠償責任保険 …… 日常生活などで他人に損害を与え、賠償責任を負った場合に備える保険です。自転車事故にも適用されます。

5

自転車事故はこうして起こる!

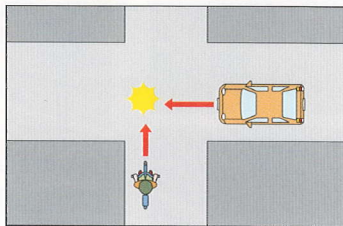
自転車事故パターンを知って、交通事故を未然に防ごう

●左からの出会い頭事故



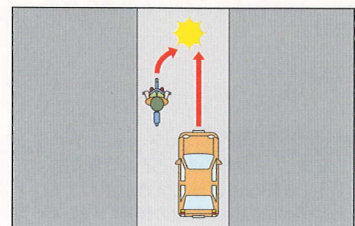
直進自転車の左から乗用車が出てきて衝突。
交差点の手前では必ず徐行し安全確認をする。

●右からの出会い頭事故



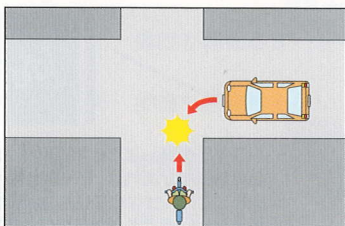
直進自転車の右から乗用車が出てきて衝突。
見通しの悪い交差点・路地から大通りに入る際は、徐行・一時停止する。

●急な進路変更による事故



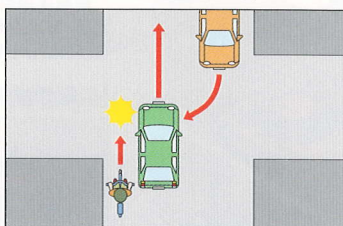
急に右側に進路変更した自転車と後方から進行してきた乗用車との衝突。
進路変更をするときには必ず後方確認し、右折の合図を出す。時には一時停止し、自動車やバイクをやり過ごす。

●左折車と右側走行自転車



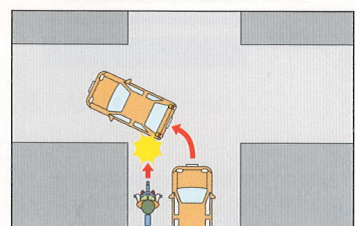
右側通行している自転車が左折車と衝突。
自転車も左側通行が原則。

●右直型の事故



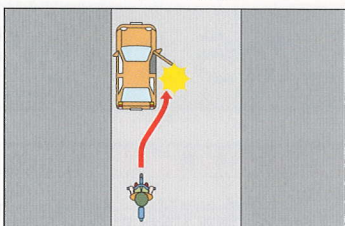
対向直進車のかけに自転車が隠れ、右折する乗用車と衝突。
信号が青でも交差点は安全確認し、徐行して渡る。

●左折車による巻き込み



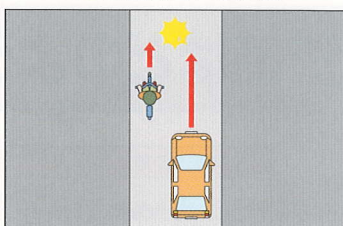
自動車の内輪差によって左折時に巻き込まれる。
左折車の近くに寄らない。

●ドアの開放



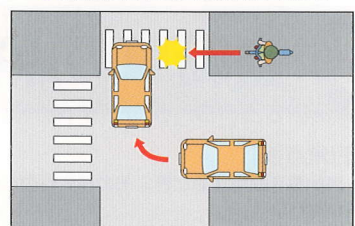
止まっている車のドアが急に開いて衝突。
駐車車両の横を通過する時は、中に乗っている人の動向に注意。

●直進併走中の事故



狭い道などで併走する自転車と自動車が接触。
後方から迫る自動車にも注意。時には一旦停止し、自動車やバイクをやり過ごす。

●右左折車と歩道走行自転車



自動車と並行し歩道や横断歩道を走行中の自転車と右左折自動車との衝突。
交差点や沿道施設入り口がある所では、左右から進入してくる車両に注意し、安全確認をして走行。交差点では一時停止。横断歩道は押して渡る。

6

自転車で事故を起こしたとき

【被害者になったとき】

1. 小さな事故であっても必ず警察に連絡する。
2. 軽いケガの場合でも、医師の診断を受ける。
3. 相手(加害者)を十分確認する。
 - ①相手の名前・住所・勤務先・車の登録番号(ナンバー)
 - ②相手の運転免許証・車検証・保険証など
4. 保険に加入している場合には、事故の状況を直ちに保険会社又は代理店に連絡する。
5. 学校にも事故の事実を報告する。

【加害者になったとき】

1. まずは「負傷者の救護」と「安全確保」
2. 救急車の手配(TEL119)を依頼する。
3. 小さな事故でも警察に連絡をする。
4. 相手(被害者)を十分確認する。
 - ・被害者の名前・連絡先・住所・自分の連絡先など
5. 保険に加入している場合には、事故の状況を直ちに保険会社又は代理店に連絡する。
6. 学校にも事故の事実を報告する。
7. 被害者の方に誠意を尽くす。

運転者も歩行者も「安全は 心と時間の ゆとりから」

編集発行

〒101-0051 千代田区神田神保町1-24 加藤ビル401号

全日本デリバリー業安全運転協議会

TEL 03-5282-1560 FAX 03-5282-1564

編集協力/(財)日本交通安全教育普及協会

R100
古紙配合率100%再生紙を使用しています