



自転車ルール・マナー確認書

自転車を利用される方は、以下の事項を確認し、安全にご利用ください。
(各項目に自転車利用者の方ご自身で☑チェックをお願いします。)

法令等による主な規定

- ☐ **大人も子供もヘルメット**を被りましょう [法第63条の11、条例第19条]
- ☐ **自転車損害賠償保険等**に加入しなければなりません [条例第27条～第27条の4]
- ☐ 年に1回程度は、**自転車店等で点検**してもらいましょう [条例第21条]
- ☐ 重大事故につながるため、**信号や一時停止**は守らなければなりません
[信号無視禁止:法第7条、一時停止:法第43条]
- ☐ 車道を通行する際は、**左側を通行**しなければなりません [法第17条]
- ☐ 追越し、進路変更等をする際は、**後方を確認**しなければなりません
[法第26条の2、第28条]
- ☐ 歩道を通行する際は、**車道寄り**を徐行しなければなりません
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
[法第63条の4]
- ☐ 以下の行為は**禁止行為**です
- **並進** [法第19条]、**二人乗り** [法第57条、規則第10条]
 - **スマートフォン、携帯電話、イヤホン使用** [法第71条、規則第8条]
 - **飲酒運転** [法第65条]、**夜間の無灯火運転** [法第52条、規則第9条]
 - **傘差し運転** [法第71条、規則第8条]
- ☐ 自転車は**駐輪場**に停めましょう [自法第12条]

本確認書によるお客様への啓発は、条例により、自転車小売業者に定めた規定に基づき、実施されているものです。
お問合せは、裏面記載の連絡先までお願いいたします。

表記

法→道路交通法 自法→自転車の安全利用の促進及び自転車等の駐車対策の総合的推進に関する法律
規則→東京都道路交通規則 条例→東京都自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例



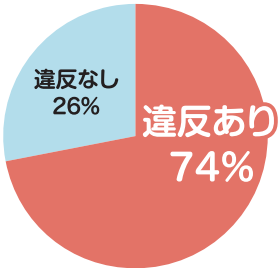
東京都

販売担当者チェック欄

自転車事故の多くで自転車側にも違反があります

自転車事故の約5割が交差点で起きています

自転車事故における
違反の有無(令和6年中)



※警視庁統計より作成

自転車事故の
約7割が何らかの
違反をしています。



見通しが悪い交差点では、
徐行、一時停止し、安全確認!



青信号でも、
左右後方の安全確認!

万一の事故に備えましょう

大人も子供も
ヘルメットをかぶりましょう



頭部 16人

胸部 4人

腹部 2人

その他 3人

25人中
16人が頭部に
損傷を受けています。
(令和6年中)

※警視庁統計より作成

自転車事故による死亡者の約6割が頭部損傷を主因として
亡くなっています。
ヘルメットを着用すれば、自転車事故での死亡リスクを
減らすことができます!

高額賠償事例が発生しています!
損害賠償責任保険等に参加しなければなりません

小学5年生の少年が、坂道を自転車で行っていた際に、前方不注意で
女性に衝突。女性は頭の骨を折り、意識が戻らない状態。裁判所は、
少年の保護者に監督責任を認め、約9,500万円の賠償を命じた。
〔神戸地方裁判所、平成25年7月4日判決〕

※火災保険や自動車保険の特約などで既に参加している場合があります。保険等への加入状況を確認しましょう。

お問合せ先

東京都民安全総合対策本部総合推進部総合推進課

TEL.03-5388-3123

守るべきルールの確認はこちらから▶

東京都 自転車を利用する皆さんへ

検索



自転車運転の交通違反にも「青切符(反則金制度)」が適用されます。

2026年4月1日より自転車運転の交通違反にも青切符が適用されます。
一時不停止などの違反行為を行った場合、青切符が交付され反則金の納
付が求められる可能性があります。au損害保険株式会社が作成した「自
転車に乗る人のための『青切符ガイド』」ではイラスト等を交えて、本制度
について分かりやすく解説されていますので、是非、ご覧ください。



この確認書は「自転車の安全で適正な利用の促進に関する協定」に基づき、
au損害保険株式会社が作成しています。

(協定に基づく主な取組)

- ・自転車向け保険の収益の一部を都内の自転車交通安全活動に活用
- ・ヘルメット着用中死亡特別保険金補償特約を開発し、追加保険料なしですべての自転車向け保険にセット

自転車向け保険なら
au 損保

au 自転車保険

検索



(2025年7月発行)