

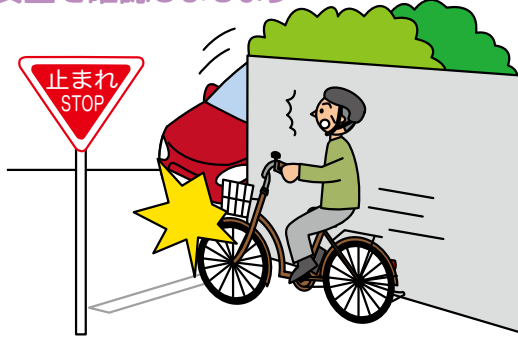
## 高齢者の方へ

「自分はまだ大丈夫」という気持ちが、危険な事故につながります  
**ルール・マナーを守りましょう**



自転車の安全利用を推進するロゴマーク

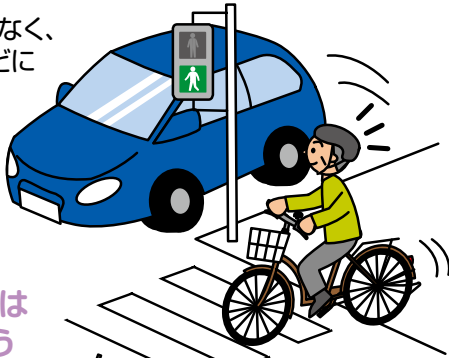
見通しの悪い交差点ではいったん止まって、  
左右の安全を確認しましょう



「止まれ」の停車位置から十分な確認ができない場合は、  
ゆっくりと出て安全を確認しながら進入しましょう。

青信号でも周囲の安全を確認しましょう

自動車だけでなく、  
オートバイなどにも  
注意を。



傘差し運転は  
やめましょう



飲酒運転は禁止です

酒酔い運転は5年以下の  
懲役又は100万円以下の  
罰金となります。

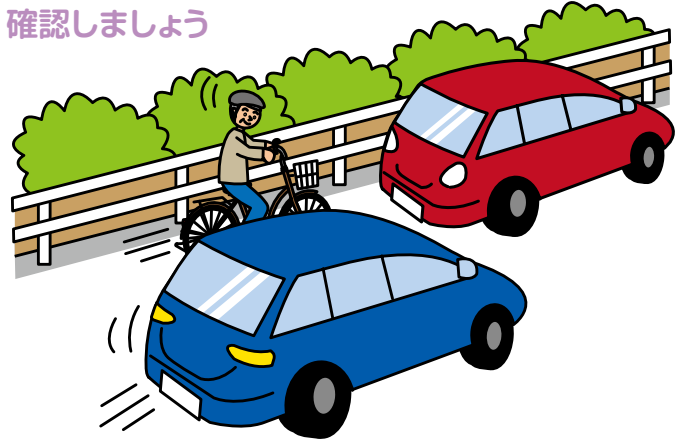


自転車を点検整備しましょう



ブレーキは前輪と後輪、それぞれ点検しましょう。

進路変更するときは右後方の安全を  
確認しましょう



夜間は目立つ工夫をしましょう

反射材がついて  
いない自転車も  
あるので確認を。

反射材はさまざまなものがあります。  
車体だけでなくヘルメットや服など、  
前後左右どこからでも光る工夫を。



**自転車も取締りの対象となります**

# 自転車を利用するときのルールとマナー

## ヘルメットをかぶりましょう

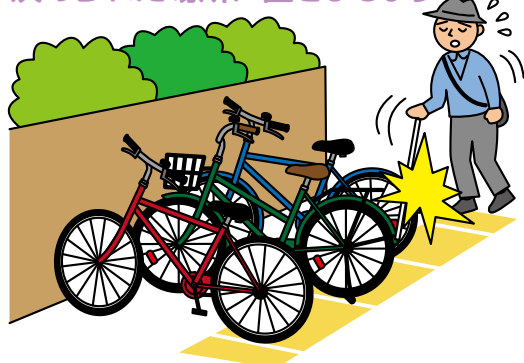
ヘルメット  
かぶってね!



自転車死亡事故の約7割\*が頭部に致命傷を受けています。自転車専用のヘルメットをかぶり、頭部を守ることが重要です!!

\*令和元年から令和3年の自転車死亡事故の約70%が頭部の致命傷です。

## 自転車は決められた場所に置きましょう



自転車の放置は街の美観を損ねるだけでなく、視覚障がい者の歩行や緊急自動車などの通行の妨げとなります。

## 自転車利用中の対人賠償事故に備える保険等\*に加入している必要があります!!

自転車利用中に事故を起こした際には、自分がけがをすだけでなく、相手にけがなどをさせることがあります。万が一に備えて、保険等に加入する必要があります。

\*自転車の利用によって生じた損害を賠償するための保険・共済

● 自転車利用者は、自転車の利用によって生じた他人の生命又は身体の損害を賠償する保険等に加入しなければなりません。(東京都自転車安全利用条例第27条)

● 保護者の方は、未成年のお子さんが自転車を利用するときは、自転車の利用によって生じた他人の生命又は身体の損害を賠償する保険等に加入しなければなりません。(東京都自転車安全利用条例第27条の2)

自転車利用中の対人賠償事故に備える保険等は、傷害保険、火災保険、自動車保険等の特約として契約することもできます。また、コンビニエンスストアやインターネット等を利用して手軽な手続で加入できる自転車向け保険もあるほか、点検整備された自転車の車体に付帯された保険(TSマーク付帯保険)もあります。既に加入している保険等に補償が付いている場合もありますので、確認してください。詳細は、保険会社や保険代理店にお問い合わせください。

## 自転車側が加害者になった賠償責任の例

小学5年生の少年が、坂道を自転車で下っていた際に、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ました。〔神戸地方裁判所、平成25年7月4日判決〕



## 電動アシスト自転車について

電動アシスト自転車は普通の自転車に比べ、軽く発進できます。普通自転車と同じようにペダルを踏むと、電動アシストが作動して普通自転車以上に加速するので、驚いて転倒や衝突の恐れがあります。まずは安全な場所で練習して電動アシストの感覚に慣れましょう。

(「アシスト比率が道路交通法の基準を超える電動アシスト自転車に注意」独立行政法人国民生活センター)

## 電源を入れるときは、両手はハンドル、両足は地面

ペダルに足をかけたまま電源を入れると、電源は入っているのにアシストしないことがあります。急なアシストによる事故を防ぐために設けられている機能です。



## 発進時は、ペダルをゆっくり踏み込みましょう

思わぬ急発進により転倒や衝突事故につながります。普通の自転車のように強く踏み込まなくても、楽に発進できます。



## 「けんけん乗り」はやめましょう

電動アシスト機能が作動して、急発進することで自転車だけが前に進み、体を取り残されて転倒する原因にもなります。



## 自転車のルール・マナーをもっと詳しく学びたい方は… 東京都自転車安全学習アプリ「輪トレ」

アニメーション・CGで分かりやすく解説!

自転車走行のバーチャル体験が可能!

試験で合格証ゲット! 各種特典有!



スマホ・タブレットで利用可能! ダウンロードはこちら▲

自転車に乗る場合は、危険な走り方を避けるとともに、側方や後方の車の動きにも十分注意しましょう。

「東京都自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」(本文中は「東京都自転車安全利用条例」と表記)では、自転車損害賠償保険等への加入やヘルメットの着用などの規定を設けています。

令和5年3月発行 自転車安全利用普及啓発リーフレット

東京都 自転車条例

検索

編集発行 東京都

お問い合わせ 電話 03-5388-3124・3127