

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
- 2 交差点では信号と
一時停止を守って、安全確認
- 3 夜間はライトを点灯
- 4 飲酒運転は禁止
- 5 ヘルメットを着用

じてんしゃ 自転車ルールブック

自転車のルールを知ろう！

じてんしゃ けいしゃりょう くるま なかま 自転車は「軽車両」車の仲間！！

自転車は身近で便利な乗り物として、あらゆる年代に幅広く利用されています。しかし、自転車も車と同じように、正しく乗らないと交通事故を起こし、自分や他人に危害を加える危険な乗り物になる可能性があります。自転車は道路交通法では「軽車両」として扱われ、様々な交通ルールが決められています。自転車に乗る時には、車両の運転者である自覚と責任をもって、交通ルールと運転マナーを守りましょう！！



目次

- 01 自転車は「軽車両」、車の仲間です
決められた場所を通行しないと交通違反になります 1
- 02 自転車が歩道を通行できる場合でも、
守るべき交通ルールがあります 2
- 03 交差点の通行・横断にも交通ルールがあります 3
- 04 その他の自転車のルール 4
- 05 自転車に乗るときは、ヘルメットを着用しましょう！ 6
- 06 矢羽根型路面表示を設置した
道路における自転車の通行ルールがあります 7
- 07 交差点では、特に気をつけよう 8
- 08 自転車で危険なルール違反を繰り返すと、
講習を受けなければなりません 9
- 09 このような自転車事故が起きています 10
- 10 自転車事故で問われる責任 12
- 11 自転車で歩行者や自転車とぶつかったら・・・
それは交通事故です！ 13
- 12 大阪府自転車条例が施行されています 13
- 13 事故に備えて自転車保険に入りましょう 14
- 14 駐輪マナーを守りましょう 16
- 15 自転車の交通違反に反則金が科されます 17

01 自転車は「軽車両」、車の仲間です 決められた場所を通行しないと交通違反になります

自転車は車道が原則、歩道は例外です



- 自転車は、歩道と車道の区別のある道路では、車道を通行しなければなりません。
- 自転車は道路の左側端に寄って、その道路を通行しなければなりません。

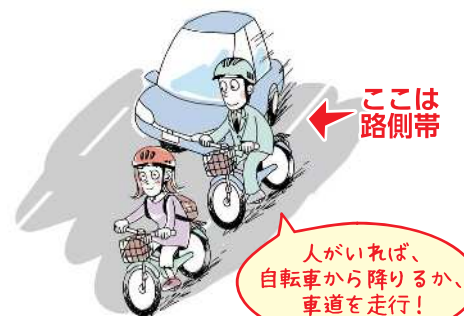
通行区分

道路交通法第17条第1項
罰則：3月以下の拘禁刑又は5万円以下の罰金

左側寄り通行等

道路交通法第17条第4項
道路交通法第18条第1項

路側帯の通行



歩道のない道路などで、道路の端の白い線で区切られた部分を、路側帯といいます。自転車も道路の左側の路側帯を走ることができますが、歩行者には十分に気をつけて、すぐに止まれる速さで走りましょう。

軽車両の路側帯通行

道路交通法第17条の3第1項
道路交通法第17条の3第2項
罰則：2万円以下の罰金又は料

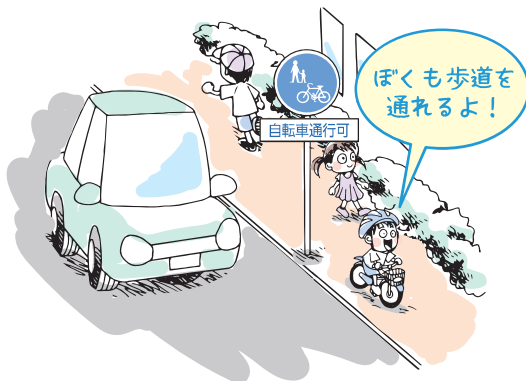
ほかに自転車を通れる路側帯として、白い線と破線で区切られた、駐停車禁止路側帯があります。また、道路の端の線が2本のところは歩行者用路側帯といい、自転車は走ってはいけません。自転車を押して歩くか、車道の路側帯寄り走りましょう。



02 自転車が歩道を通行できる場合でも、守るべき交通ルールがあります

普通自転車は次のような場合には歩道を通行することができます

- 普通自転車が歩道を通行することができることを示す標識がある場合
- 運転者が…
 - ・13歳未満の子ども
 - ・70歳以上の高齢者
 - ・身体の不自由な人
 - …の場合
- 道路工事をしていたり、車の交通量が多いなど、車道を安全に通行することができない場合



普通自転車の歩道通行

道路交通法第63条の4第1項
道路交通法施行令第26条

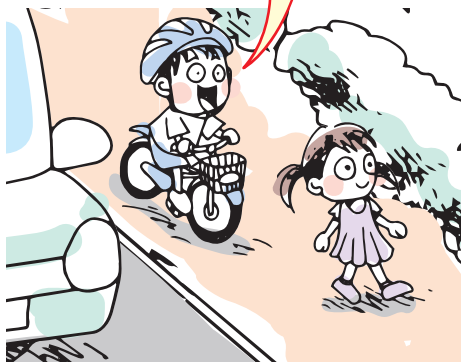
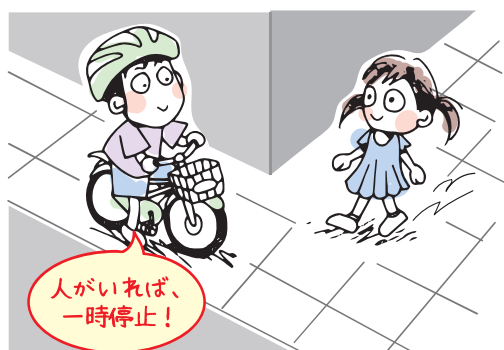
歩道を通行するときの注意点

- 歩道は歩行者が優先です！歩行者の通行を妨げないよう運転し、歩行者の進行を妨げるときは一時停止しましょう。
- 歩道を走る時は、歩道の真ん中よりも車道寄り走りましょう。
- 歩道で他の自転車とすれ違うときは、速度を落としながら安全な間隔を保ち、歩行者に十分注意して、相手を右側に見るようにすれ違います。
- 歩いている人がたくさんいる場所では、自転車を押して歩きましょう。

歩道通行の方法

道路交通法第63条の4第2項
罰則：2万円以下の罰金又は料料

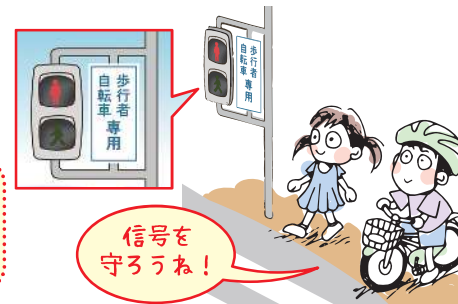
歩道では
車道寄り！



03 交差点の通行・横断にも交通ルールがあります

信号は必ず守りましょう

「歩行者・自転車専用」の表示板が設置されている場合は、その信号機に従わなければなりません。



信号機の信号等に従う義務

道路交通法第7条、道路交通法施行令第2条第4項
罰則：3月以下の拘禁刑又は5万円以下の罰金

自転車は自転車横断帯を通行しましょう

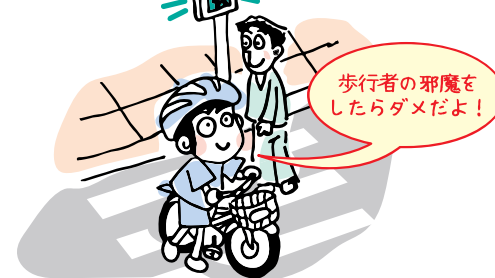
交差点やその近くに自転車横断帯がある場合は、その自転車横断帯を通行しなければなりません。

横断歩道は歩行者のための場所です。歩行者の通行を妨げるおそれのない場合を除き、自転車に乗ったまま通行してはいけません。



自転車の横断の方法 交差点における自転車の通行方法

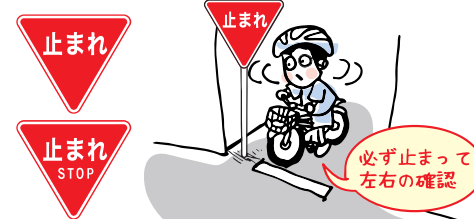
道路交通法第63条の6、第63条の7



「止まれ」の標識がある交差点では、必ず一時停止

一時停止の標識がある交差点では、停止線手前で必ず止まって左右を良く見て、人や車が来ていないかを確認しましょう。

自転車の交通事故の多くは交差点やその付近で起きています。また最も多い事故は交差点での出会い頭の衝突です。交差点では必ず左右の確認をして、人や車が来ていないかを確認することが大切です。



指定場所における一時停止

道路交通法第43条
罰則：3月以下の拘禁刑又は5万円以下の罰金

04 その他の自転車のルール

酒気帯び運転等は禁止です

自転車は車の仲間です。
酒気を帯びた状態で自転車を運転してはいけません。また、酒類の提供や同乗・自転車の提供に対しても罰則が適用されます。

罰 則	酒気帯び運転	酒酔い運転
違反者 自転車の提供者	3年以下の拘禁刑又は 50万円以下の罰金	5年以下の拘禁刑又は 100万円以下の罰金
酒類の提供者 同 乗 者	2年以下の拘禁刑又は 30万円以下の罰金	3年以下の拘禁刑又は 50万円以下の罰金



令和6年11月罰則整備

…ながら運転は絶対にやめましょう

●スマートフォンなどで通話やゲーム等画面を注視しながらの運転

携帯電話等使用の禁止

道路交通法第71条第5号の5

罰則：(違反者)6月以下の拘禁刑又は10万円以下の罰金
(交通の危険を生じさせた場合)1年以下の拘禁刑又は30万円以下の罰金

携帯電話で
メール
しながら

令和6年11月
罰則整備

- イヤホンで大音量の音楽を聴きながらの運転
- かさをさしながらの運転
これらは、注意力が散漫になり、自転車がふらつく原因になり大変危険ですので絶対にやめましょう。

運転者の遵守事項

道路交通法第71条第6号
大阪府道路交通規則第13条
罰則：5万円以下の罰金

大音量で
音楽等を
聞きながら

危険

かさを
さしながら

自転車は並んで走ってはいけません

自転車は、他の自転車と並んで走ることはいけません。

車両の並進の禁止

道路交通法第19条
罰則：2万円以下の罰金又は料



※並進可の標識のある
道路では2台に限って
並んで走ることが
できます。



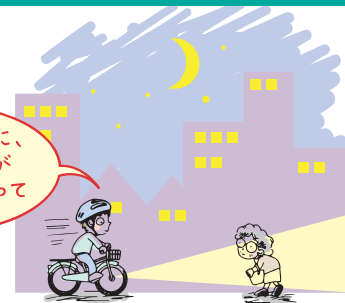
夜は必ずライトをつけましょう

暗くなったら必ずライトをつけ、自転車には反射板を装着するなどし、周りの車や人に気付いてもらえるようにしましょう。

夜間のライト点灯義務

道路交通法第52条第1項
道路交通法施行令第18条第1項第5号
大阪府道路交通規則第10条第1号
罰則：5万円以下の罰金

ほかの車や人に、
自分の存在が
よく見えるんだって



自転車は二人乗りはできません

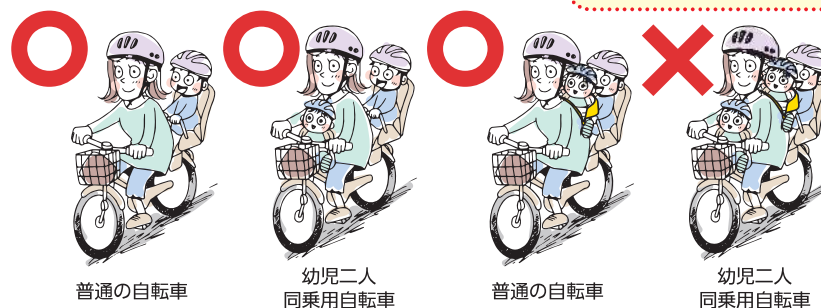
自転車は原則一人乗りの乗り物です。
ただし、次の場合には2人以上で乗ることができます。

- 16歳以上の運転者が、
- 未就学児1人を幼児用座席に乗車させる場合
 - 未就学児2人を幼児二人同乗用自転車の幼児用座席に乗車させる場合
 - 4歳未満の者1人をひも等で確実に背負う場合
(幼児二人同乗用自転車に未就学児2人を同乗させた場合を除く)
 - 運転者以外の者1人をタンデム車に乗車させる場合はこの限りではありません。

※幼児二人同乗用自転車は、国内の安全基準であるSGマークやBAAマークなどの付いた安全な自転車を利用しましょう。
※未就学児とは、小学校就学の始期に達するまでの者をいいます。

乗車の制限

道路交通法第57条第2項
大阪府道路交通規則第11条
罰則：2万円以下の罰金又は料



普通の自転車

幼児二人
同乗用自転車

普通の自転車

幼児二人
同乗用自転車



幼児用座席の
シートベルトを忘れずに



BAAマーク



SGマーク

05 自転車に乗るときは、ヘルメットを着用しましょう！

大人も子どもも命を守るヘルメットを着用しましょう

改正道路交通法（令和5年4月1日施行）により、全年齢でヘルメットの着用が努力義務となりました。
あなたや、あなたの大切な家族の命を守るためヘルメットを着用しましょう。

自転車の運転者等の遵守事項

道路交通法第63条の11
第1項・第2項・第3項

自転車事故の死亡原因の **約6割** が頭部損傷です。



ダミー人形を用いた、自転車転倒実験により
地面に頭を打ち付けたときの衝撃を計測。



協力：(独)産業技術総合研究所、金沢大学、(株)オージーケーカプト

ヘルメットは努めてSGマーク
などの安全性を示すマークの
付いたものを使いましょう！



SGマーク



JCF公認マーク



CEマーク(EN1078)



JISマーク

いのちを守りたい…

～自転車ヘルメットが当たり前の世の中に～

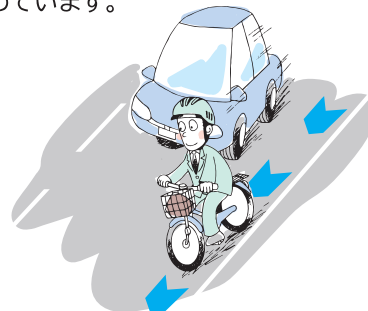


大阪府警察
作成動画

06 矢羽根型路面表示を設置した道路における自転車の通行ルールがあります

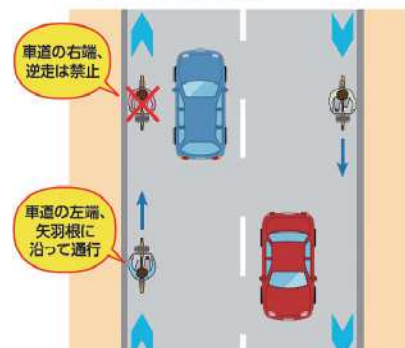
矢羽根型路面表示とは、自転車の通行位置と方向を明示して、自転車の安全な通行を促すものです。

自転車利用者だけでなく、自動車ドライバーに対しても、車道上の自転車通行位置を知らせる法定外の路面表示です。
大阪市では、自転車交通量や自転車関連事故が多い幹線道路等において、順次、整備を進めています。



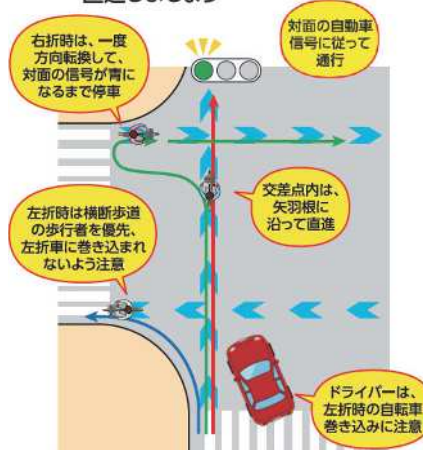
自転車は車道が原則※

矢羽根に沿って
車道の左端を通行しましょう



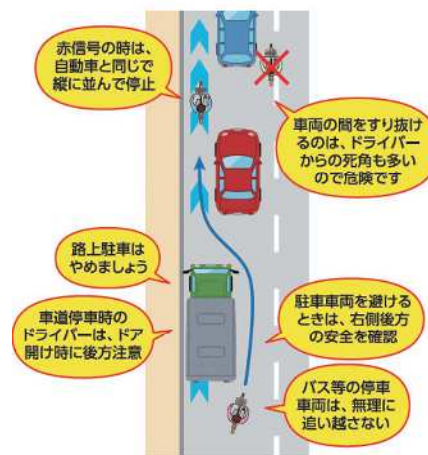
右折時は2段階で※

交差点では、矢羽根に沿って
直進しましょう



矢羽根の上に車両が…※

駐停車車両を避けるときは
右側後方を確認



※「矢羽根型路面表示を設置した道路における自転車の通行ルール」(国土交通省)を加工して作成

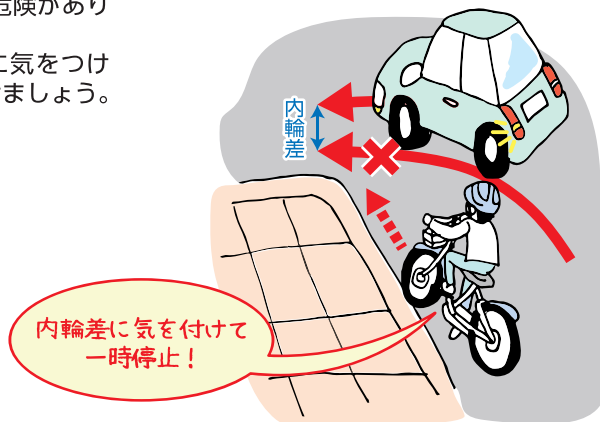
07 交差点では、特に気をつけよう

曲がろうとする車に注意！

自転車が交差点を通るときに、左に曲がろうとする車に巻き込まれる危険があります。

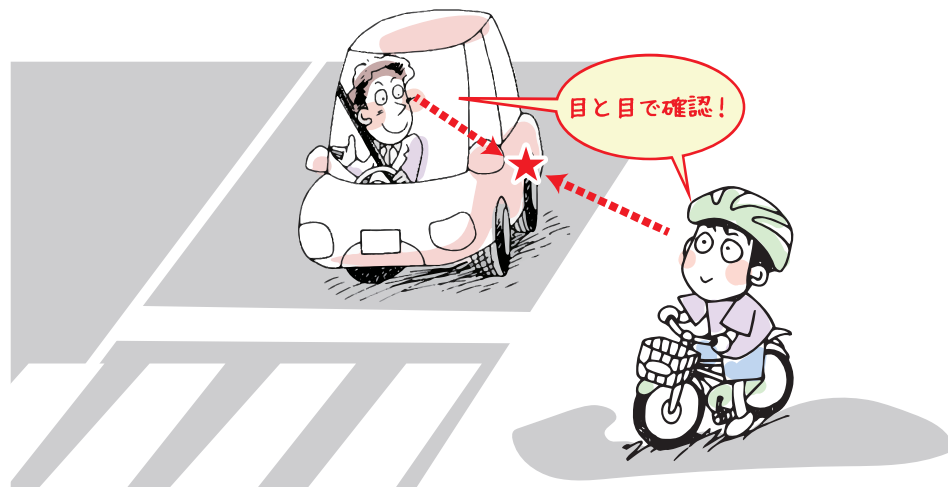
このような時は、車の内輪差に気をつけて一時停止し、車を先に行かせましょう。

※内輪差…車が曲がる時、後輪は前輪よりも内側を通ります。内輪差は車が大型になるほど大きくなり危険です。また大型車の左側は、運転手から見えにくいので、大型車の左側に並んで一時停止することは非常に危険です。



交差点では、目と目を合わせてアイコンタクト

交差点を通行する際には、相手の車が自分の存在に気付いているかを確認するため、お互い目と目を合わせて確認（アイコンタクト）しましょう。



08 自転車で危険なルール違反を繰り返すと、講習を受けなければなりません

改正道路交通法(平成27年6月1日施行)により、自転車で、信号無視などの危険行為をして、3年以内に2回以上、検挙され又は事故を起こした者は、「自転車運転者講習」を受けなければなりません。

自転車運転者講習制度とは

危険な違反行為をして
3年以内に
2回以上
検挙され又は事故を起こした
14歳以上の者

自転車運転者講習
を受講

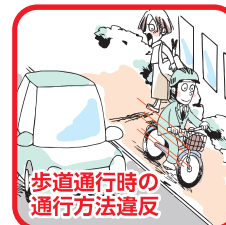
■講習時間 3 時間
■講習料: 6,150 円

※受講命令に従わない場合は

5万円以下の罰金



自転車運転者講習の対象となる危険行為(16項目)



歩道通行時に歩行者の
通行を妨害する行為等

【その他の危険行為】

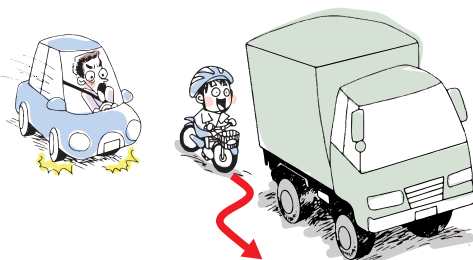
- 遮断路切入り
- 通行禁止違反
- 歩行者用道路における車両の義務違反(徐行違反)
- 通行区分違反(右側通行等)
- 路側帯通行時の歩行者の通行妨害
- 交差点安全進行義務違反等
- 妨害運転
- 交差点優先車妨害
- 環状交差点安全進行義務違反等
- 制動装置(ブレーキ)不良自転車運転

09 このような自転車事故が起きています

自転車の事故の多くは、安全不確認、信号無視、一時不停止が原因で起こります。また最近では、歩行者や自転車同士でぶつかる事故も増えています。よく起こりやすい事故のパターンを見てみましょう。

パターン1 急な進路変更

高校生のA君は、道路の左端を走りながら、路上駐車のを避けようと後方を確認せずに反射的に車道側にハンドルを切ったところ、後ろから来た自動車が避けきれず追突。足を骨折する大ケガを負いました。



気を付けよう

後ろから来た自動車の注意不足もありますが、A君が後ろの安全をよく確認しないまま急に進路変更したことが事故の大きな原因です。道路上で進路を変更するときは、後ろをよく見て安全を確認しましょう。



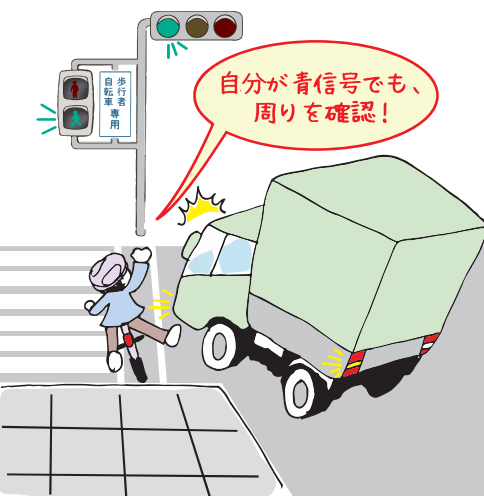
進路変更のときは、
後ろを確認！

パターン2 左折車による巻き込み

小学生のBさんが自転車で青信号の横断歩道を渡っていたとき、左折してきたトラックにひかれてしまい、全身に大ケガを負いました。

気を付けよう

トラックが、左側の安全をよく確認せず自転車に気づかなかったことが事故の大きな原因です。事故に遭わないためには、自分が青信号の時でも周囲をよく見て、左折や右折してくる車が来ていないことを確認してから渡りましょう。



自分が青信号でも、
周りを確認！

パターン3 信号無視

中学生のC君は、赤信号を無視して 交差点に入り、走ってきたトラックと出会い頭に衝突。頭に大ケガを負いました。

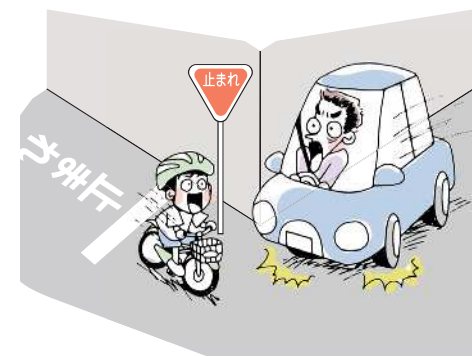


気を付けよう

パターン3は赤信号を無視して、パターン4は一時停止（止まれ）の標識に従わずに、交差点の左右の安全確認をしないまま交差点に飛び出したことが事故の主な原因です。実際に起こっている自転車事故の多くが、このような交差点での出会い頭によるものです。交差点では信号や「止まれ」の標識に従い、左右の安全を確認しましょう。

パターン4 一時不停止

小学生のD君は、信号の無い交差点に飛び出して、走ってきた車と衝突。腕の骨を折る大ケガを負いました。



パターン5 歩道上での歩行者との接触

女子大生のEさんが自転車歩道通行可の標識がある歩道上を自転車で通行中、歩いていたおばあさんのハンドバッグにハンドルを引っ掛けてしまい、おばあさんが転倒。転倒したおばあさんは意識不明の重体となりました。

気を付けよう

歩道をいつでも止まれる速さで走っていないことが事故の大きな原因です。歩道では歩行者が優先です。自転車はいつでも止まれるよう徐行して通行しましょう。



歩道は
歩行者優先！

10 自転車事故で問われる責任

「自転車だから大丈夫」「事故を起こしても大事にはならない」…そんな軽はずみな気持ちが、死傷者を出す重大な事故につながります。道路交通法では、自転車は軽車両として扱われ、事故を起こすと、運転者は刑事上の責任が問われます。また相手にケガを負わせたり死亡させた場合等は、民事上の損害賠償責任も発生します。

刑事上の責任

相手を死傷させた場合、「重過失致死傷罪」等となります

民事上の責任

被害者に対する損害賠償の責任を負います

自転車での加害事故による損害賠償の事例 ※イラストはイメージです

事例 1

男子小学生が夜間、自転車で帰宅途中に、歩行中の女性(62歳)と正面衝突。女性は頭がい骨骨折等の傷害を負い、意識が戻らない状態となった。

★賠償額 9,521 万円

<神戸地方裁判所 平成 25 年 7 月 4 日判決>

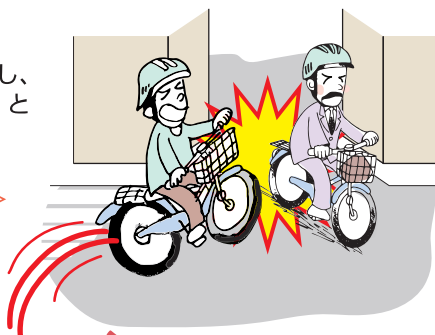


事例 2

男子高校生が昼間、歩道から車道を斜めに横断し、対向車線を自転車で直進してきた男性(24歳)と衝突。男性に重大な障害が残った。

★賠償額 9,266 万円

<東京地方裁判所 平成 20 年 6 月 5 日判決>

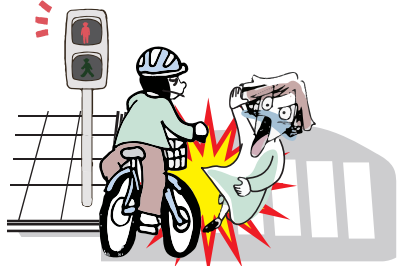


事例 3

成人男性が昼間、信号を無視して交差点に進入し、青信号で横断歩道を歩行中の女性(55歳)と衝突。女性は頭がい内損傷等で 11 日後に死亡した。

★賠償額 5,438 万円

<東京地方裁判所 平成 19 年 4 月 11 日判決>



11 自転車で歩行者や自転車とぶつかったら…それは交通事故です！

もしも、自転車で歩行者や自転車とぶつかってしまったら…。

それははっきりとした交通事故です。

「自転車だから大したことはないだろう」と立ち去ってしまうと、ひき逃げや当て逃げとして処罰される場合もあります。

車の事故と同様、警察への通報(110番等)や、相手がケガをしていたら119番通報と、ケガ人の救護など、適切な措置をとりましょう。

110番!
119番!



★子どもが事故を起こしてしまったら…

- 現場にいる人に助けを求める(110番、119番してもらう)
- 親、先生に連絡する
- 相手がケガをしていたら、ケガした人を救護する

交通事故の場合の措置

道路交通法第72条

12 大阪府自転車条例が施行されています

平成 28 年 4 月 1 日より、大阪府における、自転車の交通事故防止と被害者の保護を図るため「大阪府自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」が施行されました。



自転車保険の
加入義務化



交通安全教育
の充実



自転車の
安全利用



交通ルール・
マナーの
向上

くわしくは、
大阪府ホームページをご覧ください

大阪府自転車条例

検索

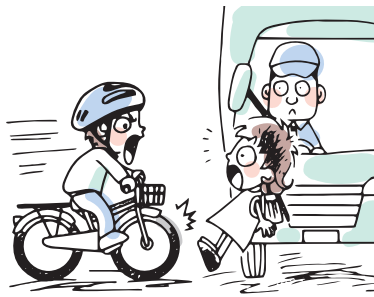


13 事故に備えて自転車保険に入りましょう

自転車には自動車のような被害者救済のための強制保険（自賠責保険）はありません。自転車も自動車と同じく事故の危険のある車両を運転するという自覚と責任を持ち、自転車保険に入りましょう。
※平成28年7月から、大阪府では自転車条例の施行により、自転車保険の加入が義務付けられています。

自転車損害賠償保険等の加入義務

大阪府自転車条例第12条第1項～第3項



事故の相手方を補償する自転車保険の種類

自転車事故の損害賠償に備える保険としては、他人にけがをさせたり物を壊したりして法律上の賠償責任が発生した場合に支払われる保険として「個人賠償責任保険」があります。そのほか、自転車安全整備店で点検整備を受け、TSマークを自転車に貼ることで傷害保険・賠償責任保険が付く「TSマーク付帯保険」などがあります。

自転車保険の種類		保険の概要
個人賠償責任保険	自転車向け保険	自転車事故に備えた保険
	自動車保険の特約	自動車保険の特約で付帯した保険
	火災保険の特約	火災保険の特約で付帯した保険
	傷害保険の特約	傷害保険の特約で付帯した保険
共 済		各種共済
団体保険	会社等の団体保険	団体の構成員向けの保険
	PTAの保険	PTAや学校が窓口となる保険
TSマーク付帯保険		自転車の車体に付帯した保険
クレジットカードの付帯保険		カード会員向けに付帯した保険



すでに加入されている保険・共済などに、自転車事故を補償する特約を付けることができる場合がありますので、詳しくは加入されている保険会社や共済組合、各団体にお問合せください。

自転車にも点検整備が必要です

自転車も車と同じように、いつでも安全で快適に走行できるよう、日常的な点検のほか、自転車販売店等で定期的に点検整備を受けましょう。

自転車の点検及び整備

大阪府自転車条例第10条第1項・第2項



自転車を離れる時は、必ずカギをかけましょう

大阪市は、自転車の盗難が全国で最も多く発生しており、盗難に遭った自転車の半数以上は鍵をしていませんでした。自転車を盗む行為は犯罪です。自転車を盗む犯人は、あなたが鍵をかけずにほんの少し離れた隙を狙っています。大切な自転車を守るため、少しの間でも自転車を離れるときには、必ず鍵をかけましょう。さらに、2つの鍵をかけたり（ツーロック）、丈夫な鍵をかけたりすることで、より盗まれにくくすることができます。



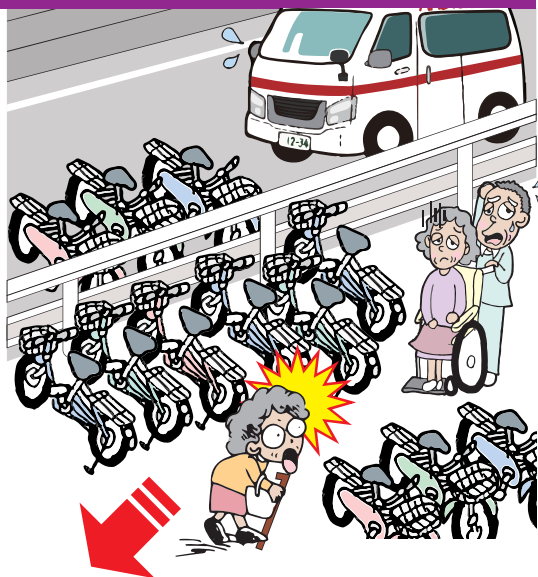
14 駐輪マナーを守りましょう

マナー違反が、こんなに迷惑！

駅周辺など、まちのいたるところに乱雑に置かれた自転車…。放置自転車1台で迷惑している人がたくさんいます。

- 歩行者、特に高齢者や、障がいのある人が通行しにくくなります。
- 救急車や消防車など、緊急車両が活動できなくなります。

一人ひとりがマナーを守れば放置自転車はなくなります。自転車は必ず自転車置場に駐輪しましょう。



自転車放置禁止区域

駅等の周辺において、自転車等が放置されていることにより、交通に支障が生じ、市民の安全で快適な生活環境が著しく阻害されていると認められる地域を自転車放置禁止区域に指定しています。区域内では自転車を放置することは禁止されており、たとえ短時間であっても放置された自転車は撤去されます。

撤去された自転車は保管所で20日間保管します。撤去された自転車の返還には、撤去保管料3,500円、自転車のカギ、本人であることが確認できるもの（運転免許証、健康保険証など）が必要です。

保管所の詳細については、大阪市ホームページをご覧ください

大阪市 自転車保管場所

検索



15 自転車の交通違反に反則金が科されます

自転車に対する交通反則通告制度(いわゆる「青切符」)の導入

令和8年4月1日施行

- 対象は16歳以上
- 対象となる違反行為は100種類以上
- 反則金は原付と同一

信号無視や一時不停止、ながらスマホ、右側通行等の悪質危険な違反には青切符導入へ



携帯電話を手に持って通話したり、画面を注視する行為

主な違反行為と反則金額

遮断踏切立入り	7,000円
通行区分違反(歩道通行) ※スピードを出して歩道を通行して歩行者を驚かせ立ち止まらせた場合や、警察官の警告に従わずに歩道通行を継続した場合など	6,000円
公安委員会遵守事項違反 【大阪府道路交通規則】 ヘッドホン等の使用 ※警音器、緊急自動車のサイレン、警察官の指示等安全な運転に必要な交通に関する音又は声を聞くことができないような音量の場合 傘差し運転 ※傘を差し、物を担ぎ、又は物を持つ等視野を妨げ、若しくは安定を失うおそれがある場合	5,000円
軽車両乗車積載制限違反(二人乗り等)	3,000円

交通反則通告制度とは？

違反者が一定期間内に反則金を納めることで刑事罰が科されない制度

手続きの流れ

反則行為

反則行為の告知
(青切符・納付書の交付)

反則金の納付

反則金の不納付

完結

刑事手続等に移行

詳しくはこちら

大阪市：自転車に関する道路交通法の改正について
～自転車の交通違反に反則金が科されます～
(トップページ > くらし > 交通 > 交通安全 > トピックス(お知らせ))

