

ルールを守って  
安全運転

新

# 自転車安全利用五則

令和4年11月1日、中央交通安全対策会議交通対策本部決定により、「自転車安全利用五則」の内容が変更されました。

## ① 車道が原則、左側を通行、歩道は例外、歩行者を優先



自転車は軽車両となります。歩道と車道の区別のあるところは車道通行が原則です。

## ② 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

歩行者用信号機に「歩行者・自転車専用」の表示がある場合は、歩行者用信号機に従います。



## ③ 夜間はライトを点灯



無灯火は、他から自転車が見えにくくなるので非常に危険です。夜間はライトを点灯し、反射器材を備えた自転車で運転します。

## ④ 飲酒運転は禁止

自動車の場合と同じく酒気を帯びて自転車を運転してはいけません。また、酒気を帯びている者に自転車を提供したり、飲酒運転を行うおそれのある者に酒類を提供してはいけません。



## ⑤ ヘルメットを着用



令和4年4月の法改正により、全ての自転車利用者に対し、乗車用ヘルメットの着用が義務づけられました。（公布の日から1年以内に施行）

万一の事故に備えて自転車保険に加入しましょう。

### ① TSマーク付帯保険

自転車安全整備士が点検整備した自転車の車体に付加される傷害・賠償責任保険



### ② サイクル安心保険

全日本交通安全協会の自転車保険制度  
詳細はQRコードから



## 自転車の主な禁止事項

無灯火運転  
二人乗り運転  
並進通行  
携帯電話等の使用運転  
イヤホン等の使用運転  
傘さし運転

罰則

5万円以下の罰金  
2万円以下の罰金又は料料  
2万円以下の罰金又は料料  
5万円以下の罰金  
5万円以下の罰金  
5万円以下の罰金

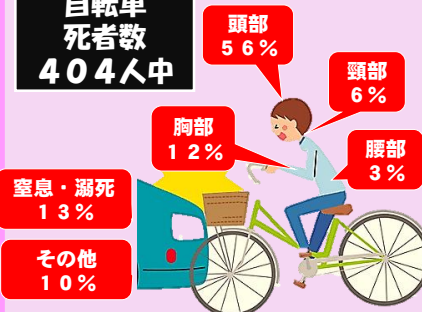
## 交通事故3つの義務

- 1 負傷者の救護** ケガ人がいる場合は、119番通報
- 2 危険防止の措置** 自転車等を安全な場所に移動させて、二次被害を防止
- 3 警察への通報** 交通事故を起こした（遇った）場合は、110番通報

## 自転車用ヘルメットを着用

自転車に乗るときは大人も子供もヘルメットをかぶりましょう!

自転車  
死者数  
404人中



### 自転車ヘルメットの購入助成

島根県交通安全協会では、ヘルメットを購入される際、価格の一部を助成します。詳細はQRコードからホームページにアクセスしてください。



ヘルメット非着用の死亡事故における負傷部位  
(令和2年警察庁資料)

## 自転車運転者講習制度

自転車運転中に危険なルール違反を繰り返すと…自転車運転者講習を受けることになります。

自転車運転中に信号無視等の危険行為を行い、**交通違反による取締り**又は**交通事故**を3年以内に2回以上繰り返した場合(刑事罰の対象となる14歳以上)

### 公安委員会の受講命令

**自転車運転者講習を受講**  
受講場所 警察本部等  
受講時間 3時間  
受講手数料 6千円

**受講命令に従わなかった場合**  
**5万円以下の罰金**

危険行為  
15項目

受講対象となる

危険行為

- ① 信号無視
- ② 通行禁止違反
- ③ 歩行者用道路における車両の義務違反
- ④ 通行区分違反
- ⑤ 路側帯における通行方法違反
- ⑥ 遮断踏切立入り
- ⑦ 交差点安全進行義務違反等
- ⑧ 交差点優先車妨害
- ⑨ 環状交差点安全進行義務違反等
- ⑩ 指定場所一時不停止等
- ⑪ 歩道通行時の通行方法違反
- ⑫ 制動装置（ブレーキ）不良自転車運転
- ⑬ 酒酔い運転
- ⑭ 安全運転義務違反
- ⑮ 妨害運転

