

# あなたとみんなの命を守る

## ちばサイクルール



### 自転車に乗る前の ルール

- ① 自転車保険に入ろう
- ② 点検整備をしよう
- ③ 反射器材を付けよう
- ④ ヘルメットをかぶろう
- ⑤ 飲酒運転はやめよう

### 自転車に乗るときの ルール

- ① 車道の左側を走ろう
- ② 歩いている人を優先しよう
- ③ ながら運転はやめよう
- ④ 交差点では安全確認しよう
- ⑤ 夕方からライトをつけよう



千葉県マスコットキャラクター  
チーバくん

「ちばサイクルール」は、内閣府の「自転車安全利用五則」をもとに「千葉県自転車条例」の内容を取り入れて、千葉県における自転車安全利用のルールとして制定しました。



自転車交通安全教室

交通安全啓発リーフレット(中学生以上)

千葉県・千葉県教育委員会・千葉県警察

# 千葉県内の自転車交通事故の現状

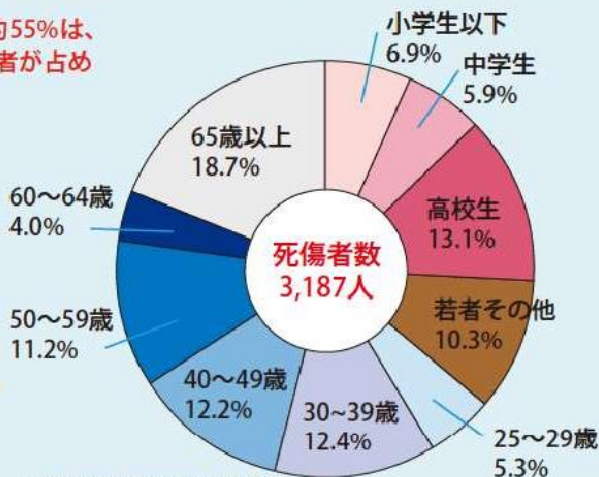
## 交通事故発生件数及び自転車事故発生件数の推移(千葉県)



自転車事故の割合は2割以上であり、平成30年以降は横ばいです。

## 自転車事故の年齢層別死傷者数割合(令和4年 千葉県)

自転車事故の死傷者数の約55%は、24歳以下と65歳以上の高齢者が占めています。



(令和4年中県警統計による)

※表記外の数字を四捨五入しているため、各構成率の和が100%にならない場合があります。





## ①自転車保険に入ろう(令和4年7月1日より義務化)

▶自転車保険への加入がなぜ必要なのでしょうか？



自転車で加害事故を起こすと…

自転車事故で、高額な賠償責任を負う場合があります。**自転車事故の約1割が加害事故です。**

(令和4年中 県警統計による)

万が一の事故の際、  
あなたと被害者を守ります。

賠償額

9,266万円!

男子高校生が、昼間自転車横断帯のかなり手前の歩道から、車道を斜めに横断したところ、対向車線を自転車から直進してきた男性会社員と衝突した。男性会社員に重大な障害(言語機能の喪失等)が残った。

(東京地方裁判所 平成20年6月5日判決)

自転車保険の  
加入について  
確認しましょう。

- T S マークの付帯保険
- 自転車向けの保険
- 自動車の保険・火災保険等の特約
- P T A や学校が窓口の保険
- 会社等の団体保険・共済保険等



詳しくはここをチェック

## ②点検整備をしよう

思わぬ事故を防ぐため、自転車も車と同じように**点検・整備を定期的**にしましょう。

ブレーキがよく利くか、タイヤの空気は入っているか、ライトが点灯するかなど、利用する前に必ず点検しましょう。





### ③反射器材(リフレクター)を付けよう

夜間、車や歩行者との交通事故を防ぐため、**ライト(前照灯)**、**後部の反射器材**と併せて、**側面にも反射器材(リフレクター)**を取り付けましょう。

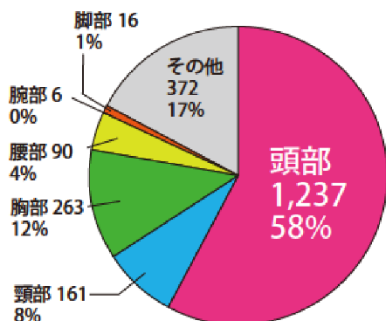
道路を横断する時に、車のライトに反射して発見されやすくなります。



### ④ヘルメットをかぶろう(令和5年4月1日より努力義務化)

▶ヘルメットを着用すると、どんな効果があるのでしょうか?

自転車事故による損傷部位別死者数の割合(平成29年～令和3年合計 全国)



※表記外の数字を四捨五入しているため、各構成率の和が100%にならない場合があります。

過去5年間における自転車事故での死者数2,145人のうち、頭部損傷による死者数は1,237人に及びます。(警察庁交通局統計による)

○自転車乗車中の交通事故においてヘルメットを着用していなかった方の致死率は、着用していた方と比べて約2.2倍高くなっています。

令和5年4月1日から道路交通法により全ての自転車利用者に対する乗車用ヘルメットの着用が努力義務になりました。

自転車に乗車する時は、乗車用ヘルメットを着用しましょう。あごひもを確実に締めるなど正しく着用し、交通事故や転倒したときの衝撃から頭を守りましょう。

### ⑤飲酒運転はやめよう

自転車は車の仲間ですので、**飲酒運転は禁止**です。

飲酒運転は、ハンドル操作やブレーキの遅れ、判断力の低下などを招くため、**危険な行為**です。

飲酒運転をしないために

- ①お酒を飲んだら自転車に乗らない
- ②自転車に乗る人にはお酒を飲ませない
- ③お酒を飲んだ人には自転車を運転させない



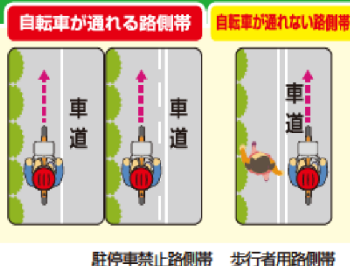
※ヘルメットをかぶろう!



# 自転車は車両の仲間です

## ① 車道の左側を走ろう

自転車は車両で車道走行が原則です。車道の左側の端に寄って通行しなければなりません。右側通行は逆走です。他の車や自転車と衝突する危険性が非常に高いので絶対にしてはいけません。 ※路側帯では、歩行者に注意しましょう



駐停車禁止路側帯 歩行者用路側帯

## ② 歩いている人を優先しよう

自転車通行可の標識のある歩道を通行する場合は、歩道の中央から車道寄り、又は指定された部分をすぐに停車できる速度で徐行し、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。

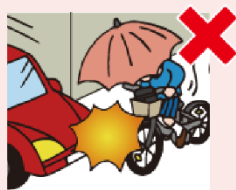
歩道は歩いている人が最優先です。常に周りの様子を気をくばり、思いやりを持って、通行しましょう。

## ③ ながら運転はやめよう

傘差し、スマートフォン、携帯電話、ヘッドホンなどのながら運転は危険です。

法令で禁止されているのはもちろんのこと、思わぬ事故の原因になり、あなたや周囲の人が危険に巻き込まれます。

### ◆ 傘を差しながら



周りが見えにくくなるうえ、風にあおられてバランスを崩しやすくなります。

### ◆ スマートフォン・携帯電話を使いながら



周りの様子が目に入らなくなり、歩行者や車にぶつかる危険性が高くなります。

### ◆ ヘッドホン等で音楽を聞きながら



周りの音が聞こえない状態で自転車を運転すると危険に気づくのが遅くなった ※ヘルメットをかぶろう！

大学生が耳にイヤホンをつけて音楽を再生し、飲料容器をもった右手でハンドルを握り、左手でスマートフォンを操作しながら自転車で走行し、歩道にいた高齢女性に衝突し死亡させた。結果、この大学生は重過失致死罪で禁固2年、執行猶予4年の判決が言い渡された。

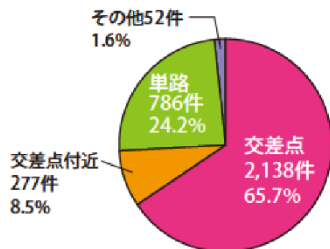
(横浜地裁川崎支部 平成30年8月27日判決)



## ④交差点では安全確認しよう

自転車の事故は、7割以上が交差点(交差点付近を含む。)で発生しています。「一時停止」の標識・標示がある場所や、狭い道から広い道に出るとき、踏切などでは、必ず止まって、左右の安全確認をしてから通行しましょう。

自転車事故の道路形状別発生件数

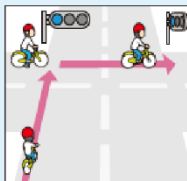


※表記外の数字を四捨五入しているため、各構成率の和が100%にならない場合があります。(令和4年中 県警統計による)  
※踏切はその他に含みます。



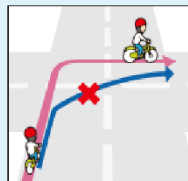
### 信号のある交差点で右折するとき

青信号で交差点の反対側まで進み、右に向きをかえ、前方の信号が青になってから進みましょう。



### 信号のない交差点で右折するとき

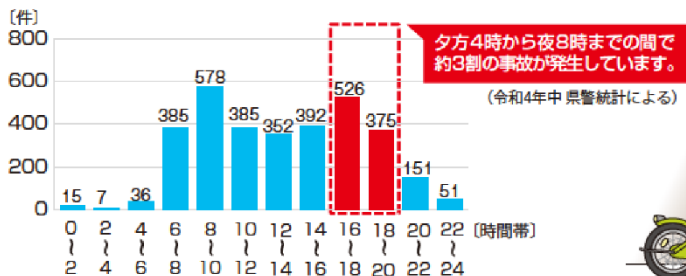
十分速度を落として交差点の反対側まで進んでから、曲がりましょう。



【交差点を渡るとき気をつけること】  
・車のかけから、別の車が曲がってこないか。  
・運転手が自分に気づいているか。  
しっかりと確かめてから渡りましょう。

## ⑤夕方からライトをつけよう

自転車のライト(前照灯)は、前方を照らすだけでなく、車などに自転車が**いることを知らせる**ためのものでもあります。自転車から車はよく見えますが、車の運転者から自転車が必ず見えているとは限りません。



## 登校中に自転車に衝突された中学生の手記から



突然、目の前が真っ暗になった。あとのことは覚えていない。

私は今年5月に自転車との交通事故にあった。朝、友達と登校中に、後ろから自転車に激突され、そのまま前に倒れた。幸い、首のむち打ちと軽い打撲だけですんだものの、れっきとした交通事故として警察で処理されることとなった。

左右を確認しなかった私が悪かったのか、それとも、まわりで目撃した生徒いわく、イヤホンをつけ、とても速いスピードで走っていた自転車の人が悪いのか。今となってはもうどっちでもいいが、私は両方悪いと思う。交通事故というのは、普段当たり前のように登校したり、通学していても起こってしまうものなのだと思った。この事故で、もう一度自分のマナー違反や交通ルールについても見直す機会を得ることができた。

もう一つ思ったのが、経験してみないとわからないものだなあとということだ。

最近、自転車の事故が増えているという話題をよく耳にする。学校でも、全校集会などで「自転車事故に気を付けよう。」という呼びかけがされたり、ニュースでは再現ビデオで事故の恐ろしさについて報道したりしている。

しかし、みんなの心の底に「私は事故にあわないだろう。」という気持ちがあるのだ。

さっき述べたように、普通の生活を送っていても突然事故は起きてしまう。私も事故にあっただけから交通事故の悲痛さに気がついたぐらいだから「私には非日常的」と思って生活していてもおかしくない…

## 自転車乗車中にトラックと衝突した高校生の手記から



僕は、昨年の10月ごろ、T市内の交差点付近で自転車に乗っていて前から走ってきたトラックとぶつかる交通事故に遭いました。そしてたまたま近くにいたおばさんが、救急車を呼んでくれたり、お母さんに連絡してくれました。この事故で僕は肺に穴が開くという大怪我をしてしまったのです。

この日は、学校が終わって、自転車に乗り近所のスーパーに買い物に行こうとしていました。天気は晴れていて、道路はバスが通る通りで広くもなく狭くもないところでした。道路両側は狭い歩道があり、人が歩くのがやっとで、自転車が走れるような歩道ではありませんでした。自転車は左側通行ということは学校でやった安全教室で教わり知っていましたが、右折するのに右側を走った方がその先で曲がるのに都合が良かったので、そのまま道路の右側を走ってしまいました。

そして国道14号の交差点付近まで来たとき、対向して来るトラックとぶつかってしまったのです。事故直前、僕は、トラックから逃げようと歩道に入ろうとしたのですが、自転車のペダルが車道の段差部分にぶつかり、僕は道路側に倒れてしまい走ってきたトラックのバックミラーに僕の胸がぶつかったのです。一瞬息が止まりました。そして道路にたたきつけられました。息も出来ず、すごく苦しい時間でした。我に返るとトラックの運転手のおじさんと、知らないおばさんが僕を起こそうとしていました。僕は息苦しくやっとのことで呼吸をしていました…

**事故は一瞬です。被害者にも加害者にもならないよう、交通安全を心がけましょう。**

「自転車事故を無くすために」～遺族・被害者、マナーアップ隊の手記～  
(財団法人千葉県交通安全協会連合会発行)から抜粋

# 自転車運転者講習とは？



## 自転車運転者講習

15項目に該当する危険行為を繰り返して、  
3年以内に2回以上検挙された運転者が対象。

制度の流れ

危険行為を  
反復

3年以内に  
2回以上

受講命令

公安委員会が  
受講を命令

講習の受講

受講時間:3時間  
講習手数料:6,000円

◎受講命令に従わない(受講しない)場合

5万円以下の罰金

## 15項目の危険行為

1 信号無視



2 通行区分違反



3 指定場所一時不停止等



4 歩道通行時の通行方法違反等



5 歩行者用道路における車両の徐行義務違反



6 路側帯通行時の歩行者の通行妨害



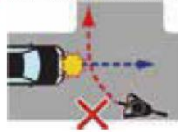
7 遮断踏切立ち入り



8 交差点安全進行義務違反



9 交差点優先車妨害等



10 環状交差点安全進行義務違反等



11 通行禁止違反



12 制動装置不良自転車運転



13 酒酔い運転



14 安全運転義務違反



15 妨害運転(7類型)



妨害運転は  
自転車も対象になります。

自転車における  
妨害運転

- ①通行区分
- ②急ブレーキの禁止
- ③車間距離の保持
- ④進路の変更の禁止
- ⑤追越しの方法
- ⑥警音器の使用等
- ⑦安全運転の義務