

あなたとみんなの命を守る

ちばサイクリール

千葉県自転車安全利用ルール



自転車に乗る前のルール

- 1 自転車保険に入ろう**
じてんしゃほけん
万が一の事故に備えて、自転車損害賠償保険等に参加しましょう。
- 2 点検整備をしよう**
てんけんせいび
タイヤの空気圧やブレーキ・ライトなどの点検・整備をしましょう。
- 3 反射器材を付けよう**
はんしゃきざい
車体の前後だけではなく、側面にも反射器材を取り付けて、道路横断時に車から発見しやすくしましょう。
- 4 ヘルメットをかぶろう**
特に、子ども(高校生以下)と高齢者(65歳以上)が自転車に乗る時は、ヘルメットを着用しましょう。
- 5 飲酒運転はやめよう**
いんしゅうんてん
お酒を飲んだら絶対に運転しないようにしましょう。

自転車に乗るときのルール

- 1 車道の左側を走ろう**
しゃどうひだりがわ
自転車は車の仲間で、車道通行が原則です。
車道を通行するときは道路の左端に寄って通行しましょう。
- 2 歩いている人を優先しよう**
あるひとゆうせん
例外的に歩道を通行するときには、すぐに停止できる速度で、歩行者の通行を妨げないようにしましょう。
- 3 ながら運転はやめよう**
うんてん
傘差し、スマホ・携帯、ヘッドホン使用などの「ながら運転」はやめましょう。
- 4 交差点では安全確認しよう**
こうさてんあんぜんかくにん
交差点では、信号や標識に従うだけでなく、徐行や一時停止するなど、安全を確認して通行しましょう。
- 5 夕方からライトをつけよう**
ゆうがた
夕暮れ時は事故が起きやすいことから、暗くなる前に早めにライトを点灯しましょう。

※このルールは、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制定しました。