



交通安全かるた ハンドブック



「ルールくんとマナーちゃん
の交通安全かるた」で学ぶ
自転車の安全編



動画をチェック!
自転車の正しい乗り方



一般財団法人兵庫県交通安全協会

「ルールくんとマナーちゃんの交通安全かるた」で学ぶ自転車の安全

「自他の生命尊重」の理念の下、自転車が「軽車両」であることを理解し、交通社会の一員としての自覚を持つことが何よりも重要です。

1 自転車に安全に乗るために必要な条件

① 体に合った自転車に乗る



え 選ぼうね 体に合った 自転車を

【注釈】

- ・自転車に安全に乗るためにには、自分の体に合った自転車を選ぶことが大切です。
- サドルにまたがってハンドルを持ち、左右自由に回してみたり、ブレーキをかけてみたりして、無理のないもの、操作のしやすいものを選びましょう。
- ・ハンドルを握ったとき、上体が少し傾き、両足先が地面につくことが目安です。

② 自転車の点検と手入れ



た 確かめよう ブレーキ・タイヤ ライトもね

【注釈】

- ・自転車のブレーキ、タイヤ、ライトの点検は、安全な走行のために重要です。
- ・ブレーキは前後輪ともしっかりと効くか、タイヤは適正な空気圧か、ライトは点灯するかを確認しましょう。
- ・異常が見つかった場合は、自転車店で修理を依頼しましょう。

● 整備点検

ブレーキの不具合は衝突回避に影響を与えるほか、タイヤの摩耗はスリップによる転倒につながり、制動距離にも影響を与えます。

ブレーキ、タイヤ、反射器材、車体、ベル（警音器）等、利用の都度、点検し、悪いところがあれば、整備しましょう。

自転車は、T Sマーク、J I Sマーク、B A Aマーク、S Gマーク等の安全性を示すマークの付いたものを使いましょう。

● ブレーキが不良の自転車の運転の禁止

ブレーキのない自転車や、ブレーキが故障した自転車を運転してはいけません。

（道路交通法第63条の9第1項）

これに違反すると、自転車制動装置不良（反則行為）として、反則金（5,000円）の対象となります。

【小学生1～3年生頃から】

子供が利用する自転車の点検については、保護者・家族の協力が必要です。自転車を利用するとときに、子供と一緒に点検を行い、点検要領を教えましょう！

「ぶたはしゃべる」で自転車点検をしましょう！

③ 小学生（4～6年生）

● 目標

中学生から安全に車道を走れるよう、左側通行の原則を徹底し、自転車に乗るうえで必要な一通りの交通ルールと運転技能を身に付ける。

● 特徴

学年があがるにつれ、自転車に乗用中の事故の割合が高くなっている。

安全運転義務違反により自転車で事故を起こした原因として、「動静不注意」によるものの割合が増加し始めている。

自転車が主要な移動手段となり、また、今後、13歳から車道通行が原則となることを踏まえ、車とともに車道を通行できるように、車道通行時に必要な交通ルールと技能を習得する。

行動・態度面では、事故に遭わない、事故を起こさないために、道路に潜む危険を正しく理解できるようになる教育に重点をおく。

④ 中学生

● 目標

自転車に乗るときの交通ルールの理解を深め、定着するようにする。

加害者となり刑事・民事上の責任を問われるなどを認識するとともに、他の車両や歩行者に対するコミュニケーション能力や危険を理解・予測して回避するための力を習得し、交通社会の一員として、自転車の安全を確保することが大切なことを自覚する。

● 特徴

通学で自転車を利用するものが増加し、通学時の事故が急増する。

学年別の死亡・重傷事故では、中学1年生が最も多くなっている。

知識面では、小学校までに習得した交通ルールを再確認し、その理解を深め、定着を図る。

特に、車道通行や事故の要因として急増する携帯電話使用等の禁止に関する事項に重点を置く。

自ら危険な行動をとる傾向がうかがわれ、身体の成熟により事故が重大化しやすくなることを踏まえ、危険予測を行い、自分が事故に遭わないことに加え、歩行者をはじめとする他者に配慮した安全な運転の実践に重点を置く。



本かるたは、遊びを通して自然に交通安全の意識を育む教材となっています。

この度は、「自転車の安全」として、抜粋して掲載いたしました。

是非、日々の保育や学校での授業、また、ご家庭での声かけの中に取り入れていただき、繰り返し活用していただきたいのです。

大人も一緒に考え、理解できた子供たちを褒め、何度も繰り返し振り返ることで、学びはより確かなものになります。

子どもたちの「気づき」を大切に育て、地域全体で交通事故のない未来を目指していきましょう。

本教材がその一助となれば幸いです。

一般財団法人兵庫県交通安全協会

3 かるたを利用したライフステージ（未就学児・小学生・中学生）の教育内容

① 未就学児

○ 目標

歩行者として、また、将来、自転車利用者として道路を安全に通行するためのルールを学ぶ。

まっすぐ走る、止まりたい場所で止まるといった自転車の基本的な技能を習得する。

○ 特徴

未就学児は「出会い頭事故」が最も多い。

周りを見ずに道路に飛び出すなど、事故に遭わないための基本的な行動が身についていないことが原因と考えられます。

い いけないよ 道路に飛び出し 事故のもと



【注釈】

- 子供もの交通事故のほとんどが道路を横断しているときや横断しようと飛び出したときに起こっています。
- 保護者の方は、子供には左右をよく見て安全を確かめてから横断を始め、横断中も車に気を付けるという正しい横断の仕方を繰り返し、教えましょう。
- 大人自らが手本を示すようにして下さい。

お 追いかける ポールの先に 事故がある



【注釈】

- 転がったボールを追いかけて道路に飛び出してしまうなど、子供は自分の興味があるものを見つけると、そこだけに集中してしまう特性があります。
- 普段から、道路にいるときは周りをよく見てから行動するように伝えましょう。また、道路を渡るときは、必ず横断歩道を渡り、左右の安全確認をするよう指導しましょう。

む 向こうには 友達いるけど 急がない



【注釈】

- 幼児は、興味のあるものや知っている人を見かけると、いきなり道路に飛び出することがあります。
- 保護者が買い物や立ち話に夢中になっている時などが大変危険です。しっかりと手をつなぎ幼児から目を離さないようにしましょう。
- また、幼児が道路の向こう側にいるときは呼びかけないよう注意しましょう。

② 小学生（1～3年生）

○ 目標

正しいブレーキのかけ方で止まること、周りの状況に合わせた速度の調整など、自転車の技能を高める。

自転車に乗るときは、左側通行を徹底すること、歩道では歩行者が優先でゆっくり通行すること、赤信号、一時停止標識のある交差点では必ず止まることを身に付ける。

○ 特徴

自転車の利用頻度が急激に上昇し、公道を運転する機会も増加する。

自転車事故を起こした原因是、安全運転義務違反が最も多くなっていることから、止まる・見る・確かめる徹底し、安全確認の重要性を繰り返し教えましょう！

「ぶたはしゃべる」で出かける前にセルフチェック！



ぶ…ブレーキ

ブレーキはちゃんと利きますか？

た…タイヤ

空気はちゃんと入ってますか？
タイヤのゴムはすり減っていないですか？

は…反射材

しっかり光を反射していますか？
ライトは明るくつきますか？

しゃ…車体

車体やハンドルはガタガタしていませんか？

べる…ベル

ベルはしっかりと鳴りますか？

（イラスト出典：内閣府）

【高校生頃から】

トラック競技等に使用されている競技用の自転車は、ブレーキが備え付けられていないため、公道では、使用することができません。また、故障によりブレーキが効かない状態の自転車も使用することができません。

ブレーキがない、ブレーキが効かない状態の自転車は、他者との衝突を回避できないなど、大変危険です。自転車に乗るときは、ブレーキを含めた点検をすることを教えましょう！

2 基本的な交通ルール

① 悪質・危険な違反行為の禁止

ら

乱暴な 自転車運転 事故のもと



【注釈】

- 自転車の乱暴な運転は、交通違反となり、交通の危険を生じさせ、事故に繋がる恐れがあるため、厳格に禁止されています。
- 乱暴な運転で、事故をした場合、罰則や損害賠償責任を負う可能性があります。
- 具体的には、信号無視、一時停止無視、歩道での危険走行、携帯電話使用（ながら運転）などが挙げられます。

警察は、自転車の交通違反を認知した場合、基本的には現場で指導警告を行います。ただし、その違反が交通事故の原因となるような、歩行者や他の車両にとって、危険性・迷惑性が高い悪質・危険な違反であったときは、取締りが行われます。取締りの対象は、16歳以上ですが、将来、自転車利用者となる未就学児から利用実態等を踏まえた交通安全教育を行いましょう。

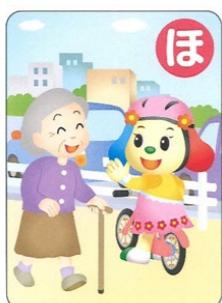
例えば、歩道をスピードを出して通行しているといった違反で、その違反の態様が交通事故を起こす危険性が低いなど、悪質・危険な違反に直ちに当たることがないときは、原則として、現場で「指導警告」を行います。



② 思いやと譲り合いが大切

ほ

歩道では 歩行者優先 忘れずに



動画をチェック！

【注釈】

- ・自転車は原則、車道通行です。
- 歩道は例外的に通行が認められる場合のみ通行できます。
- ・自転車の歩道通行は、原則として歩行者優先です。
- 歩行者の通行を妨げないように徐行し、必要に応じて一時停止しましょう。
- ・また、自転車は、歩道の車道寄りの部分を走行しなければなりません。

道路はみんなが使うところです。

まわりの歩行者や車の動きに注意して、相手の立場になって、思いやり、譲り合いの気持ちを持ちましょう。

幼児やお年寄り、からだの不自由な人がいるときは、必ずいったん止まるか、十分速度を落とし、危険のないように注意しましょう。

歩道や横断歩道を通行するとき、交通が混雑しているところでは、自転車から降りて、押して歩くようにしましょう。その場合は、歩行者のきまりに従わなければなりません。

● 歩道を通行できるとき

自転車は車道通行が原則ですが、次のようなときは、普通自転車（※4ページ参照）は歩道を通行することができます（道路交通法第63条の4第1項）。

- ① 道路標識・道路標示で歩道を通行することができるとされているとき
 - ② 13歳未満の方若しくは70歳以上の方又は一定の身体障害を有する方が運転するとき
 - ③ 車道又は交通の状況に照らして、自転車の通行の安全を確保するため、自転車が歩道を通行することがやむを得ないと認められるとき
- ※ 道路工事や連続した駐車車両等のため車道の左側を通行することが難しいときや、著しく自動車の交通量が多い、車道の幅が狭いなど、通行すると事故の危険があるときをいいます。

● 歩道を通行するときのルール（原則）

普通自転車で歩道を通行することができる場合に、歩道を通行するときは、歩道の中央から車道寄りの部分を徐行しなければなりません（道路交通法第63条の4第2項）。

また、普通自転車の進行が歩行者の通行を妨げることとなるときは、一時停止しなければなりません。

これらに違反すると、歩道徐行等義務違反（反則行為）として、反則金（3,000円）の対象となります。

※ 徐行とは、直ちに停止することができる速度で進行することをいいます。

【小学生1～3年生頃から】

- 歩道を通行できるのは「普通自転車」です。普通自転車の基準を満たすか、事前に確認しましょう！
- 歩道は歩行者のための道路です。「歩行者が優先」であることを強調しましょう。
- 車道から歩道へ。歩道から車道へ通行場所を変えるときの、周囲の安全確認についても教えましょう！
- 自転車を押して歩く場合は、歩行者とみなされ、歩行者として歩道を通行することができます。自転車を運転する場合は車両、押して歩く場合は歩行者とみなされることについて教えましょう。ただし、側車付きの自転車や牽引している自転車は、押して歩いたとしても歩行者とみなされず、歩道を通行することができません。

● ヘルメットの着用

自転車乗用中の死者の約5割が、頭部を負傷しており、頭部を保護することは極めて重要です。

自転車乗用中に頭部を負傷した者（令和2年～令和6年）のうち、ヘルメットを着用していないなかった者の致死率は、ヘルメットを着用していた者の致死率の約1.4倍となっています。

自転車を運転するときは、ヘルメットの着用が努力義務とされています。



(道路交通法第63条の4第1項)

動画をチェック！ ヘルメットの着用

【未就学児頃から】

・自転車を運転する未就学児に対しては、保護者が正しいヘルメットの着用の仕方を理解し、ヘルメットを着用させましょう！

・ヘルメットの着用は、頭部の保護に有効で、命を守るものであることを教えましょう！

・あわせて、交通事故に遭ったとき、頭部以外への負傷を軽減させるために、長袖、長ズボンを着用するなど、肌の露出を少なくすることを教えましょう！

・バランス能力やブレーキのかけ方に不安がある場合は、公道に出る前に、公園や広場などの安全な場所で十分に練習しましょう！

最初は自転車に慣れ親しむことを目標に、子供のペースに合わせて練習しましょう！



動画をチェック！

自転車保険

● 自転車保険の加入

ね



ねえ、みんな 自転車保険は 入ってる

【注釈】

・自転車保険への加入は、事故時の賠償責任やご自身の怪我に備えるために重要です。兵庫県では、自転車保険への加入が義務付けられています。

・自転車保険の加入は、事故の相手方だけでなくご自身やご家族の経済的な負担を軽減するためにも重要ですし、事故を起こした場合だけでなく、事故に遭った場合にも役立ちます。

● 自転車損害賠償責任保険等の加入

交通事故を起こした場合の損害賠償責任について、実際に自転車の交通事故で多額の（9,500万円超）賠償金が命じられた事例があります。

兵庫県は、平成27年10月に全国で初めて、加入義務に関する条例が制定されました。もしもの備えをしておきましょう。

【小学生4～6年生頃から】

・未就学児と小学生には、交通事故に遭ったときは、通行人や近隣住民、近くの店の大人に助けを求めるなどを教えておきましょう！

また、その場所から、事故の相手方や周りの大人に依頼して、保護者や学校に連絡してもらう必要があることを教えておきましょう！

・中学生以上には、自転車で交通事故に遭った場合や事故を起こした場合には、警察に報告する義務があること、負傷者を救護する義務があることを教えておきましょう！

● 携帯電話使用の禁止

自転車を運転するときは、携帯電話、スマートフォン等を使って通話したり、表示された画像を注視することが禁止されています。(道路交通法第71条第5号の5)

携帯電話・スマートフォン等を使用して、実際に事故を起こしたり、歩行者の通行を妨害したりするなどして、実際に交通の危険を生じさせたときは、携帯電話使用等（交通の危険）として1年以下の拘禁刑又は30万円以下の罰金が科せられます。

また、手に保持して通話したときや、手に保持して画面を注視したときも、携帯電話使用等（保持）（反則行為）として、反則金（1万2,000円）の対象となります。

これは、自転車の反則金中で最も高額となっています。

【小学生4～6年生頃から】

- ・携帯電話・スマートフォン等を使用していた自転車の死亡・重傷事故件数は増加傾向にあります。特に、画像や動画を見る目的で使用しているときの事故が多く発生しています。
- ・画像を注視しながらの運転は、文字や動画に集中てしまい、歩行者の存在を見落としたり、意図せず信号を無視したりするなどの危険があることを教えましょう！
- ・ホルダーに固定している場合でも、走行中に画像を注視したり、操作することは禁止されています。携帯電話やスマートフォン等を使用する場合には、安全な場所に停止して行うようにすることを教えましょう！

⑨ 自分の身や他社の身を守る

ゆ

夕暮れと 共に点けよう 自転車ライト



【注釈】

- ・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。安全のため、夜間はライトを点灯しましょう。
- ・ライトは自分の進行方向を照らすのみではなく、他の人に自転車が走っていることを知らせるためのものです。ライトは前方約10メートルの道路上の障害物がよく見える明るさが必要です。

● 無灯火の禁止

夜間は、ライトをつけなければなりません。(道路交通法第52条第1項)

これに違反すると、無灯火（反則行為）として、反則金（5,000円）の対象となります。

【小学生1～3年生頃から】

- ・ライトをつけることは、自動車や歩行者等に対して、自身の存在を知らせる役割があることを教えましょう！安全のため、夜間には反射材を着用することを教えましょう！

● ヘルメットの着用

れ

レッツゴー 自転車乗る時 ヘルメット



【注釈】

- ・自転車に乗るときは、安全のため乗車用ヘルメットを着用するようにしましょう。
- ・自転車乗用中の交通事故で亡くなられた方は、半数以上が頭部に致命傷を負っています。
- ・交通事故の被害を軽減するためには、頭部を守ることがとても重要です。自転車に乗るときはヘルメットを着用して、頭部を保護しましょう。

※ 普通自転車の基準

- 車体の大きさ
長さ190cm以内、幅60cm以内
- 車体の構造
 - ・四輪以下の自転車
 - ・側車を付けていない（補助輪は除く）
 - ・乗車装置は一つである（幼児用乗車装置は除く）
 - ・ブレーキは走行中簡単に操作できる位置にある
 - ・鋭い突出部がない



普通自転車の基準

③ 信号や標識・表示に従うこと

こ

子供でも 自転車に乗ったら ドライバー



【注釈】

- ・自転車は車両の一種であり、車両としてのルールが適用されます。車両である以上、信号や標識に従い、安全運転を心がけ、歩行者や他の車両との接触事故を防ぐため、交通ルールを正しく理解し、遵守しましょう。
- ・自転車は気軽に使える乗り物ですが、車両であることを意識し、常に安全運転を心がけましょう。

● 道路交通法上の自転車の位置付け

【小学生1～3年生頃から】

- ・小学1～3年生は、「歩行者は道路の右側、自転車を含めて車は道路の左側を通ります」というように、歩行者の交通ルールと関連付けて伝え、歩行者と自転車との交通ルールの違いを教えましょう！
- ・自転車は「車両」であることについて、中学生以降では、法律上の位置付けを含めて、繰り返し触れます！

● 信号に関するルール

信号は、前方の信号に従わなければなりません。

横の信号が赤であっても、前方の信号が青であるとは限りません。

全方向が赤になる信号や時差式の信号もあります。

自転車は、車両用信号に従わなければなりません。しかし、歩行者用の信号機に「歩行者・自転車専用」の表示がある場合や普通自転車が横断歩道を進行する場合は、歩行者用の信号機に従わなければなりません。

自転車は、車道を通行するときは「車両用信号」、横断歩道を通行するときは「歩行者用信号」に従います。(道路交通法第7条)

また、「車両用信号」が黄色の場合は、安全に止まれないときを除いて、停止線を超えて進行してはいけません。

信号無視の反則行為は、反則金（6,000円）の対象となります。

※点滅信号を無視した場合は、5,000円

※ ただし、「歩行者用信号」に「歩行者・自転車専用」の標示がある場合は、車道を通行するときであっても、歩行者用信号に従ってください。

【未就学児頃から】

- ・従るべき信号を教えるときには、イラストを用いて説明しましょう！
- ・赤信号で停止線を越えて進行すると、歩行者や自動車等と衝突するおそれがあるので、赤信号で停止する場所は、停止線（交差点の直前）であることを強調して教えましょう！
- ・青信号で進行する場合でも、周囲の安全確認を行うことが大切です。特に交差点では、右折や左折する自動車から見落とされる可能性があるため、周りの状況を確認してから進行することを教えましょう！



ひ 標識を 守って走ろう 自転車も

【注釈】

- ・自転車は道路交通法上「軽車両」とみなされ、道路標識や道路標示に従う義務があります。
- ・例えば、一時停止の標識がある場所では、必ず停止線の直前で停止し、安全を確認してから通行しましょう。
- ・その他の標識や標示も理解して、自転車も交通ルールを守って安全に運転することが大切です。



と 飛び出すな 車は急に 止まれない

【注釈】

- ・車の制動距離は、速度が速ければ速いほど長い距離になります。
- ・子供には、道路を飛び出すことの危険性を車がすぐに止まれないという事実を基に教えましょう。
- ・子供たちに対して、道路に飛び出す行為をしないように注意し、事故につながる可能性が高いことを伝えましょう。

● 一時停止に関するルール

一時停止標識のある交差点では、停止線があるときはその直前で、停止線がなければ、交差点の直前で一時停止しなければなりません。（道路交通法第43条）

これに違反すると、指定場所一時不停止等（反則行為）として、反則金（5,000円）の対象となります。

【未就学児頃から】

- ・停止位置で進路前方と交差点の左右を確認し、人や自動車などが来ていないかを確認した後、交差点の左右が見通せる位置までゆっくり進み、再度、左右から人や自動車などが来ていないか確認すべきことを教えましょう！
- ・自動車が来ている場合など、安全に進行できないときは、自動車が通り過ぎるまで待つように教えましょう！

【小学生1～3年生頃から】

- ・ブレーキをかける順番は、静かに後輪ブレーキをかけ（左側のブレーキを握る）続けて前輪のブレーキをかける（右側のブレーキを握る）ように教えましょう！
- ・片手のブレーキは、前輪又は後輪だけにブレーキがかかり、操縦が困難になったり、車体後部が持ち上がって転倒したりするおそれがあります。

【小学生4～6年生頃から】

- 並進しながら会話していると注意力が散漫になり、周囲の安全確認がおろそかになるほか、道路を塞いで他の自動車や歩行者の通行の妨げになることを教えましょう！
- 道路の左側に沿って一列で走行することを教えましょう！

⑧ イヤホンをしながらの運転、傘を差しながらの運転の禁止

へ ヘッドホン したまま自転車 危ないよ



ぬ 濡れた道 スリップ注意 慎重に



● イヤホンをしながらの運転、傘を差しながらの運転の禁止

自転車に関するルールの中には、公安委員会が個別に規定しているものがあります。
傘さし運転やイヤホンをつけて周りの音が聞こえない状態での運転は禁止されています。
(道路交通法第71条第6号)

傘をさしての運転は、自転車のハンドル、ブレーキの操作が難しくなり、イヤホンをつけての運転は、周囲の音が聞こえず、自動車や歩行者の動きに気付けなくなり、重大な事故に発展するおそれがあります。

これらに違反すると、公安委員会遵守事項違反（反則行為）として反則金（5,000円）の対象となります。

※ ただし、イヤホンを片耳のみに装着しているときや、オープンイヤー型イヤホンや骨伝導イヤホンのように、装着時に利用者の耳を完全に塞がないものについては、安全な運転に必要な音又は声が聞こえる限りにおいて、違反になりません。

【中学生頃から】

- ・雨天時は雨衣を着用し、両手でハンドル操作・ブレーキ操作を行うように教えましょう！
- ・雨天時は路面が滑りやすくなっている、特にマンホールや路面標示の白色ペイント部分の上を通過するときは速度を落としてゆっくり走る必要があることを教えましょう！
- ・運転するときは、目視による安全確認のほか、自動車のエンジン音や緊急自動車のサイレンの音を聞いて、他の車両が近づいて来ないか確認することも大切です。目視に加え、音を聞いて周囲の状況を確認することを教えましょう！

ふ

振り向いて 後ろの安全 確かめて



【注釈】

- ・自転車に乗る際の後方確認は、安全な走行のために非常に重要です。特に、進路変更や右左折時、合流時など、後方からの車両や自転車の動きを把握するために、必ず行う必要があります。
- ・後方確認を怠ると、後続車との衝突や接触事故の原因になります。特に、急な進路変更は非常に危険なのでやめましょう。

● 車道通行の原則

自転車は、「軽車両」と位置付けられ、自動車と同じ「車両」の一種です。

原則として、歩道又は路側帯と車道のある道路では、車道を通行しなければなりません。[\(道路交通法第17条第1項\)](#)

これに違反すると、[通行区分違反（反則行為）](#)として、反則金（6,000円）の対象となります。

※ 路側帯とは、歩道のない道路にある、歩行者が通行するために、道路の側端に白線で区画された場所です。

※ 歩道のない道路で駐車車両があり、進路変更をしなければいけない場合は、必ず、一時停止して、後方の確認をして、後方からの車両や自転車に注意をしてください。

● 停車している車両に関する危険予測

★予測される危険の例★

- ・後方や前方から車両が来ていないか
- ・停車車両が急発進しないか、突然、ドアが開かないか
- ・停車車両の陰から歩行者等が飛び出さないか

★運転のポイント★

①速度を落として、右後方と対向車線の安全確認、目視確認等による周囲の確認
(必要に応じて一旦停止)

②緩やかに右に進路変更

③停車車両と安全な間隔を保持

④左側（停車車両）の安全確認

⑤緩やかに左に進路変更

⑦ 並進の禁止

に

二列だめ 自転車並んで 走らない



【注釈】

- ・自転車の並列走行は道路交通法で禁止されています。並んで走行すると、道路をふさぎ他の車の通行を妨げ、事故の原因にもなりかねません。
- ・ただし、道路標識で並進が許可されている場所では、2台まで並んで走ることができます。
- ・歩道には並走禁止の定めはありませんが、歩行者を優先し、徐行して安全に走行しましょう。

● 並進の禁止

自転車は、並進してはいけません。[\(道路交通法第19条\)](#)

これに違反すると、[並進禁止違反（反則行為）](#)として、反則金（3,000円）の対象となります。

ま
曲がり角 見えない場所だよ 気を付けて

【注釈】

- ・曲がり角で、自転車・歩行者も交通事故を防ぐためには、一旦止まって安全確認することが重要です。
- ・カーブミラーなどを活用し、見通しの悪い場所では特に注意しましょう。
- ・特に、歩きスマホは危険です。道路の陰から突然車や自転車がやってきます。十分に注意をしましょう。

● 徐行に関するルール

信号機がなく、左右の見通しのきかない交差点や、道路の曲がり角付近では、徐行しなければなりません。[\(道路交通法第42条\)](#)

これに違反すると、[徐行場所違反（反則行為）](#)として、反則金（5,000円）の対象となります。

【未就学児頃から】

- ・未就学児には、見えない場所から車や人が来ること、飛び出さずに周りをしっかり確認する必要があることを教えましょう！
- ・見えない場所に近づく時はスピードを落としてゆっくり走ることを教えましょう！
- ・見えない場所の手前では、飛び出しを防いだり、車や人の衝突を防いだりするためにも、一度止まることをしっかりと教えましょう！
- ・交差点では、「止まる」「見る」「確かめる」を確実に行い、見えない場所にいる車や人の存在を確認する行動を身に付けさせましょう！
- ・「止まる」→飛び出しを防ぐため、①交差点手前で一度止まり（停止線がある場合はその直前）
②左右を見とおせる位置までゆっくり進んでから、再度止まる
- ・「見る」→交差点の③前方と左右を見る、発進するときは後方も見る
- ・「確かめる」→車やバイク等、他の交通主体が近づいてこないかを確かめる

か

カンカンカン 踏切鳴ったら 渡らない



【注釈】

- ・踏切の手前では、必ず止まって、右と左の安全を確かめましょう。
- ・警報機が鳴っている時や、遮断機が降り始めてからは、踏切に入ってはいけません。
- ・警報機が鳴っていないときや遮断機が降りていないときでも機械が故障している場合があるので、必ず安全を確かめましょう。

● 踏切を通過する時のルール

自転車で踏切を通過しようとするときは、踏切の直前（停止線があるときはその直前）で停止し、安全であることを確認しなければいけません。[\(道路交通法第33条第1項\)](#)
これに違反すると、[踏切不停止等（反則行為）](#)として、反則金（6,000円）の対象となります。

また、踏切の遮断機が閉じようとしているときや警報器が鳴っている間は、その踏切に入ってはいけません。[\(道路交通法第33条第2項\)](#)

これに違反すると、[遮断踏切立入（反則行為）](#)として、反則金（7,000円）の対象となります。

【小学生1～3年生頃から】

- ・踏切での安全確認は、踏切に向かって列車が近づいて来ないか確認することに加え、踏切を通過した先の道路の状況を確認することを教えましょう！
- ・渋滞車両により、踏切を渡り切ることができない場合（踏切内で停止することになる場合）は、通過せず待つように教えましょう！
- ・警報機が鳴り始めたら、遮断機が閉じていなくても踏切内に立ち入ってはいけないことを教えましょう！
- ・踏切では、自転車の車輪がレールの間に挟まったり、落輪したりしないよう、注意して通行しながら、押して歩いたりすることを教えましょう！

④ 二人乗りの禁止

う

後ろには 乗るな乗せるな 二人乗り



【注釈】

- ・自転車の二人乗りは禁止です。
- ・二人乗りは、自転車のバランスを崩しやすく、事故につながる危険性が高いため、絶対にやめましょう。
- ただし、16歳以上の運転者が、安全基準を満たした幼児用座席に小学校入学前までの幼児1人を乗せる場合や幼児2人同乗用自転車に小学校入学前までの幼児2人を乗せる場合は例外です。

⑤ 二人乗りの禁止

自転車で二人乗りをしてはいけません。（道路交通法第57条第2項）

自転車で二人乗りをすると、ブレーキの効きが悪くなる可能性があるほか、バランスを崩し転倒する可能性もあります。

これに違反すると、軽車両乗車積載制限違反（反則行為）として反則金（3,000円）の対象となります。

【小学生4～6年生頃から】

- ・自転車の二人乗りは、同乗者の体重の分、重くなるため、ブレーキの効きが悪くなったり、バランスを崩しやすくなったりするなどの危険があります。
- ・自転車の運転者以外の者を乗せて運転することができる場合でも、ブレーキに影響が生じることを理解し、バランスを崩さないよう走行することが大切なことを教えましょう！

⑤ 安全運転の義務

す

スピードは 出せば出すほど 止まれない



【注釈】

- ・速度が上がると、ブレーキをかけてから停止するまでの制動距離が長くなり、速度が速ければ速いほど、事故の衝撃も大きく、被害も大きくなります。
- ・自転車には、法定速度はありませんが、標識で指定されている道路では、指定速度を守らないといけません。

速度は控えめに、安全な速度で走行しましょう。

⑥ 安全運転の義務

自転車を運転するときは、自転車のハンドル、ブレーキその他の装置を確実に操作し、かつ、他人に危害を及ぼさないような速度と方法で運転しなければなりません。

（道路交通法第70条）

例えば、手を放して自転車を運転するような行為や前輪を上げて走行するような行為（いわゆる「ウイリー走行」）をしてはいけません。

これに違反すると、安全運転義務違反（反則行為）として、反則金（6,000円）の対象となります。

【小学生4～6年生頃から】

- ・横断歩道付近に街路樹や電信柱等がある場合、その陰（死角）に歩行者がいて、突然横断歩道に飛び出してくれるおそれがあることを教えましょう！
- ・歩行者が横断歩道の前に立っている場合や横断歩道に向かって歩いている場合、横断歩道付近に街路樹等があり、歩行者の有無が確認できない場合には、すぐに止まれる速度まで減速して進むよう教えましょう！

⑥ 自転車で車道を通行するときのルール

る ルール無視 自転車だって 車だよ



【注釈】

- ・道路交通法では、自転車は自動車やバイクなどと同じ車両の一種で、道路を通行する場合は車両としての交通のルールやマナーを守らなければなりません。
- ・交通のルールやマナーは単に知識として知るだけではなく、それに従った行動を取ることができるよう、体で覚え、その内容を十分に理解しましょう。

自転車の通るところ
動画をチェック！

⑦ 左側通行の原則

自転車は、基本的に道路の左側端に寄って通行しなければなりません。

（道路交通法第17条第4項、第18条第1項）

自転車の右側通行は、逆走となり、通行区分違反（反則行為）として反則金（6,000円）の対象となります。

⑧ 自転車の右側を車両が通過する場合のルール

車両と自転車の間に十分な間隔がない状態で車両が自転車の右側を通過するときは、自転車は、できる限り道路の左側端に寄って、通行しなければなりません。

（道路交通法第18条第4項）

これに違反すると、被側方通過車義務違反（反則行為）として、反則金（5,000円）の対象となります。

※ 自転車の右側を通過する車両についても、車両と自転車の間に十分な間隔がない状況で自転車の右側を通過するときは、自転車との間隔に応じて安全な速度で進行しなければならないとされています。（道路交通法第18条第3項）

【小学生1～3年生頃から】

- ・小学生には、車は左側を走ること、自転車も同じく左側を走ることを教えましょう！
- ・中学生からは、自動車やバイクと同じように車道の左側の部分を通行することを伝えましょう。
- ・道路の右側を通行する「逆走」は、交通事故のリスクが高まるることを教えましょう！

例えば、見通しの悪いカーブでは、対向車から自転車が見えず、正面衝突のおそれがあります。

「なぜ、左側通行をする必要があるのか」、「なぜ、交通ルールを守る必要があるのか」その理由を併せて理解することが大切です。