

# 自転車



## のルールブック



兵庫県交通安全対策委員会

## 【指導者用】

### 1 普通自転車とは！

普通自転車とは、二輪又は三輪の自転車で他の車両を牽引していないもので

- 車体の大きさが長さ190cm以内及び幅60cm以内であること
- 側車をつけていない（補助輪は除く）こと
- 運転者席以外に乗車装置（幼児用座席は除く）を備えていないこと
- ブレーキが走行中に容易に操作できる位置にあること
- 歩行者に危害を及ぼすおそれのある鋭利な突出部がないこと

が条件となっています。

「普通自転車歩道通行可」の標識や表示がある歩道を通行できる自転車は普通自転車に限られています。

【根拠】 道路交通法第63条の3、道路交通法施行規則第9条の2

### 2 必要な装置の確認！

道路交通法令では、制動装置・反射器材など、自転車に備えなければならない装置が規定されているので、それぞれ備え付けられているかを確認する必要があります。

#### (1) 制動装置

前車輪と後車輪を制動するブレーキを備えていること

【根拠】 道路交通法第63条の9第1項、道路交通法施行規則第9条の3

【罰則】 5万円以下の罰金、過失同じ

#### (2) 反射器材等

夜間、後方100メートルの距離から確認できる橙色又は赤色の尾灯、反射器材を備えていること

【根拠】 道路交通法第63条の9第2項、道路交通法施行規則第9条の4

兵庫県道路交通法施行細則第6条

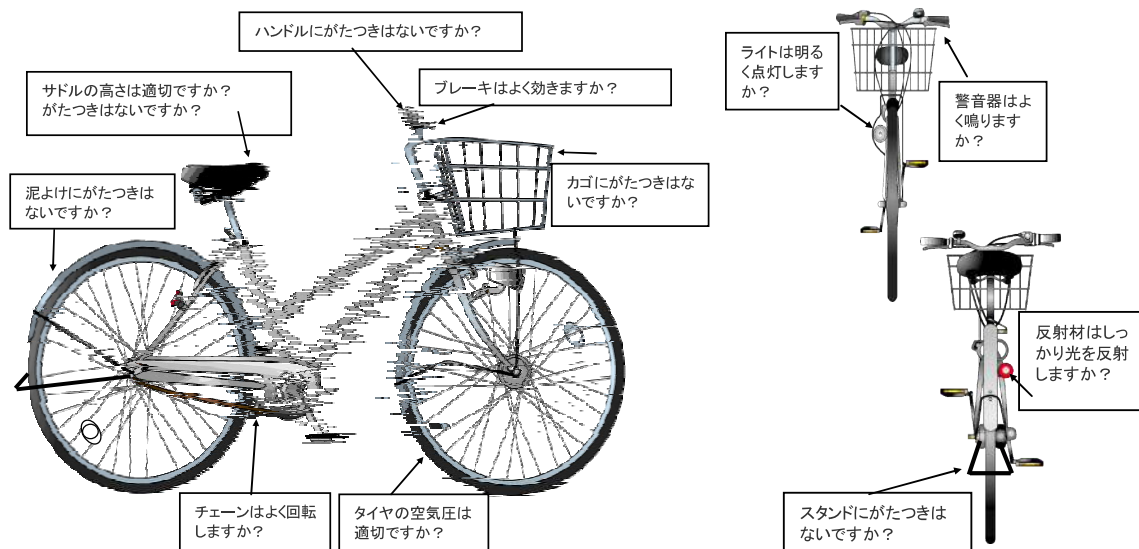
【罰則】 5万円以下の罰金、過失同じ

#### (3) 警音器

安全確保上、適当な音響を発する警音器を備えていること

【根拠】 道路交通法第71条第6号、兵庫県道路交通法施行細則第9条第9号

【罰則】 5万円以下の罰金



## 乗車人員、積載重量等の制限

自転車も「車両」であることから、乗車人員や積載重量等の制限が定められ、これを超えた場合、乗車・積載の制限等違反となるので注意する必要があります。

### 1 二人乗りの禁止！

運転席以外の場所に乗車させて自転車を運転してはいけません。  
ただし、下図のような場合は除かれます。

16歳以上の運転者が6歳未満の幼児一人を幼児用座席に乗車させている場合

16歳以上の運転者が4歳未満の幼児一人を背負い、ひも等で確実に緊縛している場合

16歳以上の運転者が6歳未満の幼児二人を幼児二人同乗基準適合自転車の幼児用座席に乗車させている場合



【根拠】 道路交通法第55条第1項及び第57条第2項、  
兵庫県道路交通法施行細則第7条第1項第1号

【罰則】 2万円以下の罰金又は科料



### 2 積載物の重量を確認！

積載装置を備える自転車の積載物の重量の制限は30kg以下です。  
「少し重いな」と感じたら重量を確認しましょう。

【根拠】 道路交通法第57条第2項、  
兵庫県道路交通法施行細則第7条第1項第2号ア

【罰則】 2万円以下の罰金又は科料

### 3 積載物の長さ、幅又は高さを確認！

積載物そのものの長さ等に基準があるので確認しましょう。

- 長さ～積載装置の長さに0.3メートルを加えた数値以下であること
- 幅～積載装置の幅に0.3メートルを加えた数値以下であること
- 高さ～2メートルから積載装置までの高さを引いた数値以下であること

【根拠】 道路交通法第57条第2項、  
兵庫県道路交通法施行細則第7条第1項第3号

【罰則】 2万円以下の罰金又は科料

### 4 積載の方法を確認！

積載すれば、再度

- 積載装置の前後から0.3メートル以下であるか
  - 積載装置の左右のはみ出しがそれぞれ0.15メートル以下であるか
- 積載方法の制限を超えないか確認しましょう。

【根拠】 道路交通法第57条第2項、  
兵庫県道路交通法施行細則第7条第1項第4号

【罰則】 2万円以下の罰金又は科料

## 通行方法の基本

道路交通法上、自転車は「軽車両」に位置付けられ、車道と歩道の区別があるところでは、車道通行が原則となっていますが、車道を通行する際にも様々な交通ルールが定められています。

### 1 歩車道の区別がある道路では、車道を通行！

車道と歩道の区別のある道路では、車道を通行しなければいけません。

【根 拠】 道路交通法第 17 条第 1 項

【罰 則】 3 月以下の懲役又は 5 万円以下の罰金



### 2 道路の左側端に寄って通行！

道路（車道）の中央から左側部分の左側端に寄って通行しなければいけません。

【根 拠】 道路交通法第 17 条第 4 項、同法第 18 条第 1 項

【罰 則】 3 月以下の懲役又は 5 万円以下の罰金

### 3 並進は禁止！

普通自転車は「並進可」の道路標識がある道路以外では並進してはいけません。

※ 兵庫県内に「並進可」の規制実施箇所はありません。

【根 拠】 道路交通法第 19 条、同法第 63 条の 5

【罰 則】 2 万円以下の罰金又は科料



### 4 自転車道は必ず通行！

普通自転車は、自転車道が設けられている道路においては、自転車道以外の車道を横断する場合及び道路の状況によってやむを得ない場合を除き、その自転車道を通行しなければいけません。

【根 拠】 道路交通法第 63 条の 3

【罰 則】 2 万円以下の罰金又は科料



自転車道（西宮市内）

西宮市ホームページより

### 5 路側帯は基本的には通行可！

著しく歩行者の通行を妨げることとなる場合や歩行者専用路側帯を除き路側帯を通行することができますが、通行できる路側帯は、道路左側に設置された路側帯です。

また、路側帯内では歩行者の通行を妨げない速度と方法で進行しなければいけません。

【根 拠】 道路交通法第 17 条第 1 項、同法第 17 条の 2

【罰 則】 ○ 右側に設置した路側帯及び歩行者専用路側帯を通行した場合  
3 月以下の懲役又は 5 万円以下の罰金

○ 歩行者の通行を妨げた場合  
2 万円以下の罰金又は科料

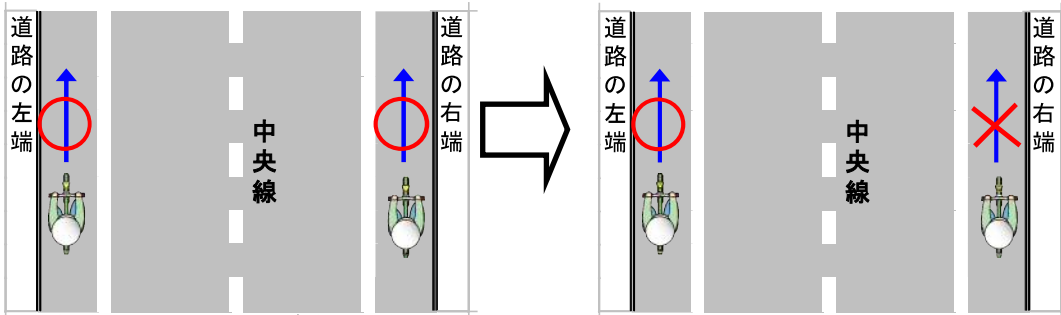
## 路側帯の通行方法が変わりました

道路交通法の一部改正（平成25年12月1日施行）  
 自転車は、著しく歩行者の通行を妨げることとなる場合及び歩行者専用路側帯を除き、路側帯を通行することができますが、今回の道路交通法の改正で、自転車が通行できる路側帯は、**道路左側に設置された路側帯のみ**となりました。



路側帯の通行（改正前）

路側帯の通行（改正後）



※ 右側に設置された路側帯を通行した場合  
 道路交通法第17条第1項の違反（3ヶ月以下の懲役又は5万円以下の罰金）  
 の対象となります。

### 【路側帯と外側線（区画線）の違い】

道路上の標示については、歩道の有無によって異なります。

歩道が設置されている場合は**外側線**、歩道がない場合は、原則、**路側帯**となります。

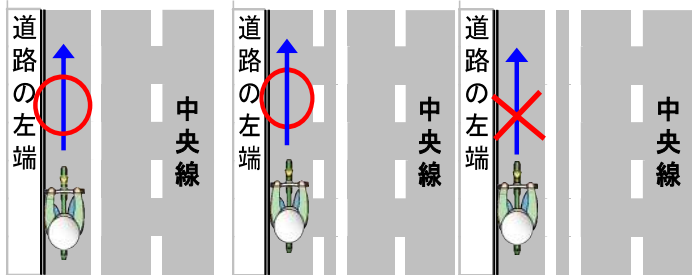
#### 路側帯

（根拠：道路交通法第2条第1項第3号の4）

歩行者の運行の用に供し、又は車道の効用を保つため、歩道の設けられていない道路、又は道路の歩道の設けられていない側の路側寄りに設けられた带状の道路の部分で、道路標示によって区画されたもの

#### 通行可能

#### 通行不可



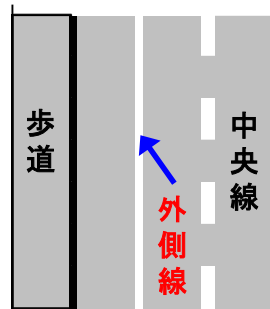
一般の路側帯

駐停車禁止  
路側帯

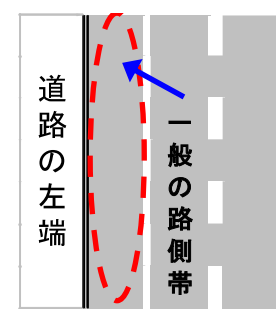
歩行者用  
路側帯

#### 外側線となる場合

#### 路側帯となる場合



歩道があれば、外側線（区画線）となる



歩道がなければ路側帯となる

#### 外側線（区画線）

（根拠：道路法第45条、道路標識、区画線及び道路標示に関する命令第5条・第6条）

道路管理者が道路構造の保全又は道路の交通の安全と円滑を図るために設ける道路標示

## 歩道の通行方法等

自転車が歩道を通行する場合は、車道寄りの部分を徐行し、歩行者の通行を妨げるような場合は、一時停止しなければいけません。

### 1 道路標識や道路標示を確認！

普通自転車は、「歩道通行可の標識や標示」がある歩道を通行することができます。

【根拠】道路交通法第63条の4第1項第1号



「普通自転車歩道通行可」の標識



「普通自転車歩道通行可」の標示

### 2 児童・幼児、70歳以上の高齢者等は歩道通行可！

普通自転車の運転者が、13歳未満の児童・幼児又は70歳以上の高齢者の場合等は、「歩道通行可の標識や標示」が無くても歩道を通行することができます。

【根拠】道路交通法第63条の4第1項第2号

### 3 やむを得ない場合は歩道通行は可能！

車道又は交通の状況に照らして、通行の安全を確保するために歩道を通行することがやむを得ないと認められるときは歩道通行することができます。

【根拠】道路交通法第63条の4第1項第3号

《歩道通行することがやむを得ないと認められるときは・・・》

例えば、

- 道路工事や連続した駐車車両などのために車道の左側部分を通行することが困難な場所を通行する場合
- 著しく自動車の交通量が多く、かつ、車道の幅が狭いなどのために、追い越しをしようとする自動車等との接触事故の危険がある場合

など自転車の通行の安全を確保するため、一時的に歩道を通行することがやむを得ないと認められるときが該当します。

【交通の方法に関する教則】

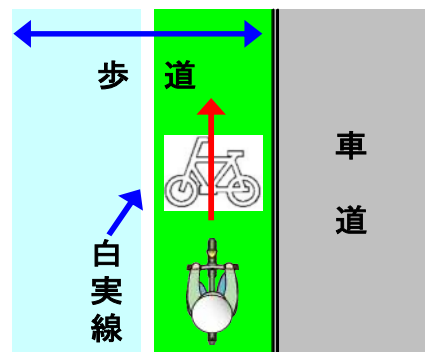
### 4 歩行者の優先！

歩道通行が可能な場合でも、歩道は歩行者優先であり、普通自転車が通行する場所や方法が道路交通法で規定されていますので、その内容をよく理解しておく必要があります。

- (1) 普通自転車通行指定部分がある場合は、その部分を通行！
- (2) 普通自転車通行指定部分がない場合は、歩道の中央から車道寄りの部分を通行！
- (3) (1)、(2)の場合とも**徐行**し、歩行者の通行の妨害となる場合は**一時停止**！

【根拠】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科料



普通自転車通行部分の指定がある歩道

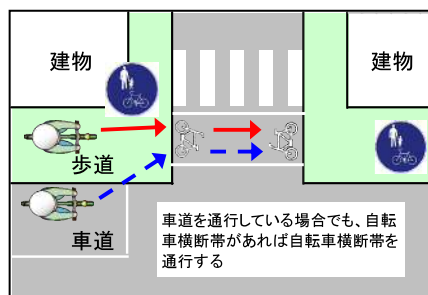
## 交差点の通行方法等

### 1 自転車横断帯による交差点の横断！

交差点に自転車横断帯があるときは、その自転車横断帯によって横断しなければいけません。

【根拠】 道路交通法第 63 条の 7  
同法第 63 条の 8

【罰則】 2 万円以下の罰金又は科料  
(警察官等の指示に背いて自転車横断帯を横断しなかった場合)



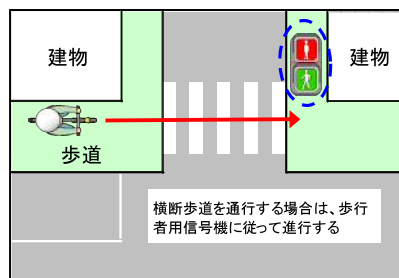
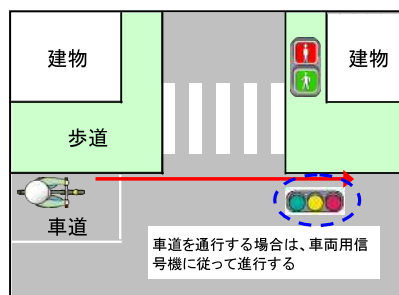
### 2 自転車横断帯がない場合の交差点の横断！

自転車横断帯がない場合、車道又は横断歩道を進行して交差点を横断することになりますが、その場合、確認すべき対面信号機が異なるので十分に注意する必要があります。

【根拠】 道路交通法第 7 条

【罰則】 3 月以下の懲役又は 5 万円以下の罰金  
過失は 10 万円以下の罰金

- (1) 車道を通行して交差点を横断する場合は、車道の左側端に沿って、車両用信号機に従って進行しなければいけません。
- (2) 横断歩道を通行して交差点を横断する場合は、歩行者用信号機に従って進行しなければいけません。



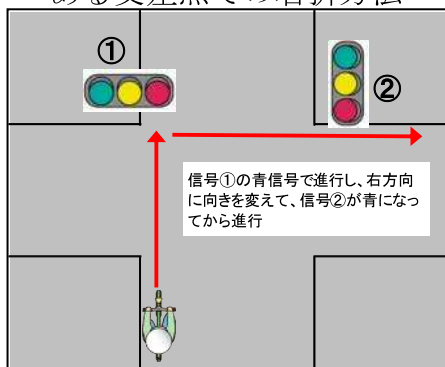
※「横断歩道」は、歩行者の横断のための場所であり、歩行者の通行を妨げるおそれのある場合は、自転車に乗ったまま通行してはいけません。

【交通の方法に関する教則】

### 3 自転車横断帯がない交差点の右折！

自転車横断帯がない交差点を右折する場合は、あらかじめ出来る限り道路の左側端に寄って、交差点の側端に沿って徐行しなければいけません。この時、対面する信号機の表示に従う義務があります（原付の二段階右折と同様）。

自転車横断帯がなく、信号機のある交差点での右折方法



自転車横断帯も、信号機もない交差点での右折方法



## その他の主な交通ルール

### 1 信号の遵守！

原則、車両用信号機に従って進行しなければいけません。  
横断歩道を通行して道路を横断する場合や歩行者用信号機に「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わなければいけません。

【根拠】 道路交通法第7条 道路交通法施行令第2条

【罰則】 3月以下の懲役又は5万円以下の罰金  
過失は10万円以下の罰金



### 2 歩行者専用道路は通行不可！

歩行者専用道路は商店街等に多くみられますが、自転車は通行できません。

【根拠】 道路交通法第8条第1項

【罰則】 3月以下の懲役又は5万円以下の罰金  
過失は10万円以下の罰金



### 3 一方通行は補助標識を確認！

補助標識で除外されていない限り、規制の対象となり、一方通行を逆走してはいけません。

【根拠】 道路交通法第8条第1項

【罰則】 3月以下の懲役又は5万円以下の罰金、過失は10万円以下の罰金



### 4 遮断踏切への立入は禁止！

遮断機が下りていたり、警報機が鳴っているときは、絶対に踏切内に入ってはいけません。

【根拠】 道路交通法第33条第2項

【罰則】 3月以下の懲役又は5万円以下の罰金  
過失は10万円以下の罰金



### 5 交差点での安全な進行！

交差点に入ろうする場合及び交差点を通行する場合は、

- 交差する道路を通行する車両等
- 反対方向からくる右折車両等
- 横断歩行者

に注意して、出来る限り安全な速度と方法で進行しなければいけません。

【根拠】 道路交通法第36条第4項

【罰則】 3月以下の懲役又は5万円以下の罰金



### 6 見通しの悪い交差点では徐行！

道路標識等のある場合のほか、左右の見通しの悪い交差点等に進入しようとする場合は、徐行しなければいけません。

【根拠】 道路交通法第42条

【罰則】 3月以下の懲役又は5万円以下の罰金  
過失は10万円以下の罰金





## 7 一時停止は確実に！

自転車が一時停止規制を免除される規定はありません。  
一時停止の標識のある交差点では、停止線の直前で一時停止するとともに、交差道路を通行する車両等の進行を妨害してはいけません。

【根拠】 道路交通法第 43 条

【罰則】 3 月以下の懲役又は 5 万円以下の罰金、過失は 10 万円以下の罰金



## 8 夜間はライトの点灯を！

夜間、道路を通行するときは、前照灯（白又は淡黄色で夜間前方 10 メートルの距離にある障害物を確認できる性能を有するもの）をつけなければいけません。

【根拠】 道路交通法第 52 条第 1 項前段

道路交通法施行令第 18 条第 1 項第 5 号

兵庫県道路交通法施行細則第 6 条第 1 項第 1 号

【罰則】 5 万円以下の罰金、過失も同じ



## 9 ブレーキのない自転車は運転禁止！

前輪及び後輪にブレーキを備え付けていない自転車を運転してはいけません。

【根拠】 道路交通法第 63 条の 9、道路交通法施行規則第 9 条の 3

【罰則】 5 万円以下の罰金、過失も同じ

## 10 飲酒運転は禁止！

酒気を帯びて自転車を運転してはいけません。

【根拠】 道路交通法第 65 条第 1 項

【罰則】 5 年以下の懲役又は 100 万円以下の罰金（酒酔い運転の場合）



## 11 走行しながらの傘差し運転、携帯電話は禁止！

携帯電話を操作しながら、傘を差しながらの運転は禁止されています。

【根拠】 道路交通法第 71 条第 6 項

兵庫県道路交通法施行細則

第 9 条第 1 項第 10 号及び第 11 号

【罰則】 5 万円以下の罰金



## 12 イヤホンを使用しての運転の禁止！

イヤホンを使用して音楽を聴くなど安全な運転に必要な交通に関する音が聞こえない状態で自転車を運転してはいけません。

【根拠】 道路交通法第 71 条第 6 項

兵庫県道路交通法施行細則第 9 条第 1 項第 12 号

【罰則】 5 万円以下の罰金



## ★ 交通事故の場合は必ず届け出を！

交通事故があった場合は、直ちに負傷者を救助して、危険を防止する等の必要な措置を講じるとともに、警察に事故の内容を連絡しなければなりません。

【根拠】 道路交通法第 72 条第 1 項

誰でも歳をとるにつれて、身体の働きが十分でなくなってきました。無理せず、注意して行動することが交通安全の最初の一步です。高齢者の特性を理解し、思いやりのある運転をしましょう。

### 1 身体面の特徴的傾向

(1) ものが見えにくくなる

静止視力、動体視力、夜間視力が低下します。成人の健常な両眼での水平視野は左右で200度くらいですが、高齢者は100度くらいで、ほとんど正面しか見えていないような状態であり、左右から来る車などを見落とすおそれがあります。



(2) 音が聞こえにくくなる

歳をとると聴力が低下します。特に、高い音が聞き取りにくくなり、車の走行音やクラクション、バックする音等に気づきにくく、危険な状況に陥ることがあります。



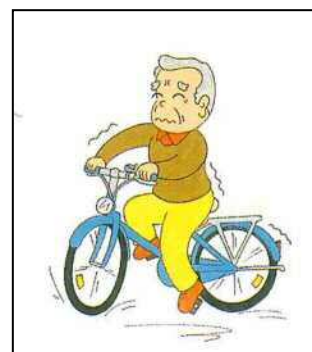
(3) 歩く速さなどが遅くなる

足が弱くなると、歩く、走るなどの動作がゆっくりになってきます。道路の横断に時間がかかったり、とっさに危険を避けることができにくくなります。



(4) 平衡感覚が低下する

平衡感覚（バランス感覚）も体力の一要素ですが、加齢により平衡感覚が低下すると、歩行中や自転車運転中にふらついたり、転倒したりするおそれがあります。



### 2 心理面の特徴的傾向

(1) 体力の過信…さっそうと行動できたころのイメージが残っている

(2) 自己中心的な考え…相手に頼りがちになり、安全確認せずに渡ったりする

(3) 過去の経験に頼る…道路交通の変化、ルール改正などへの適応力が弱い

## 夜間等の交通安全

### 1 歩行者

早朝、夕方から夜間、雨の日などは、見通しが悪く、運転者から歩行者がよく見え、非常に危険です。

- (1) 夜間等に道路を横断しようとするときは、運転者からよく見えるように道路照明のある所など明るい場所を選びましょう。
- (2) 夜間等は、車の速度や遠近がわかりにくいので、横断するときは車が来ないことを十分に確かめてから道路を渡りましょう。
- (3) 外出時は、できるだけ黒っぽい服装を避け、目立つ明るい色（白や黄色）の服装などをこころがけ、反射材をつけるようにしましょう。



※ 夜間の外出時には、反射材を活用しましょう

### 2 自転車

夕方から夜間等の見通しの悪いときは、車から発見されやすくするため、必ずライトを点灯し、無灯火で走行することは絶対にやめましょう。

また、目立つ明るい色（白や黄色）の服装などをこころがけ、反射材をつけるようにしましょう。



# 自転車も 自転車安全利用五則

## 交通ルールを守って 安全に利用しましょう!



### 1 自転車は、車道が原則、歩道は例外

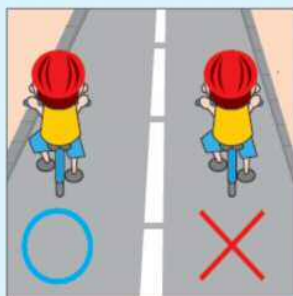


自転車は例外として、次の場合は歩道を通ることが出来ます。

- 道路標識や道路標示で指定された場合。
- 運転者が児童・幼児、70歳以上の高齢者または車道通行に支障がある身体障害者であるとき
- 交通の状況に照らして、通行の安全を確保するために、歩道を通ることがやむを得ない場合



### 2 車道は左側を通行



### 3 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行



### 4 安全ルールを守る

- 飲酒運転・2人乗り・並進の禁止
- 夜間はライト点灯
- 交差点での信号遵守と一時停止・安全確認



### 5 子どもはヘルメットを着用



自転車は車(軽車両)です。道路交通法により、守るべきルールが定められています。しかし、気軽な乗り物であることから、正しいルールを知らずに危険な運転をして、交通事故に遭う人が後を絶ちません。

# 自転車の加害事故による 高い損害賠償

自転車利用者の交通ルール無視やマナーの悪さから、歩行者等にケガを負わせる交通事故が後を絶ちません。

交通事故は事故を起こした本人だけでなく、被害者等の人生に大きく影響します。

自転車で事故を起こすと、加害者として民事・刑事の責任を問われます。



## 加害事故事例①

損害賠償額 **9,266万円**

自転車運転中の男子高校生が昼間、自転車横断帯の手前の歩道から車道を斜めに横断し、対向車線を自転車ですり抜けてきた男性会社員(24歳)と衝突。男性会社員は重大な障害(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)

## 加害事故事例②

損害賠償額 **1,239万円**

自転車が、信号のない交差点を歩いて横断中の歩行者女性(54歳)と衝突。女性は顔の骨や歯を折る等の重傷を負った。(神戸地方裁判所/平成21年3月25日判決)



## 自転車保険加入をお勧めします

自転車の点検・整備の励行と、もしもの時に備えて保険に加入しましょう。



## 個人賠償責任保険

他人にケガをさせたり、他人のモノを壊したりして、法律上の賠償責任が発生した場合に支払われる保険です。火災保険、自動車保険など他の保険の特約として契約することができます。

## 傷害保険

自転車での転倒など、思わぬ事故による自分のケガに備える保険ですが、個人賠償責任特約を付帯することで交通事故の賠償責任にも対応できます。

## TSマーク付帯保険

自転車安全整備士による自転車点検・整備を受けた安全な普通自転車であることを示すTSマークに付帯した保険です。

### 保険の種類と内容

対 象	事故の相手		自分	取 り 扱 い
	生命 身体	財産	生命 身体	
個人賠償 責任保険	○	○	×	傷 害 保 険 各 社
傷害保険	×	×	○	傷 害 保 険 各 社
TS マーク 付帯保険	○	×	○	自 転 車 安 全 整 備 店