

# 自転車はルールを守って安全運転

## 自転車 安全利用五則 を守りましょう！

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。  
また、令和5年4月1日から全ての自転車利用者に対して、乗車用ヘルメットの着用が努力義務となっています。

### 1

車道が原則、左側を通行  
歩道は例外、歩行者を優先

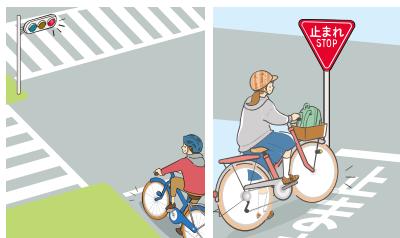
自転車は軽車両に該当します。車道と歩道の区別がある道路では車道通行が原則です。道路の左に寄って通行してください。



### 2

交差点では信号と  
一時停止を守って、安全確認

信号、一時停止は必ず守り、道路を横断する際は、安全確認を行いましょう。



### 3

夜間はライトを点灯

夜間、無灯火では、前方の安全確認ができません。また、周りからも見えにくくなり、大変危険です。



### 4

飲酒運転は禁止

自転車も、自動車の場合と同様に、お酒を飲んだときは、運転してはいけません。



### 5

ヘルメットを着用

乗車用ヘルメットは、交通事故時における被害軽減を図る重要な役割を果たします。こどもから大人まで、全ての自転車利用者が乗車用ヘルメットを着用しましょう。



## 絶対にやめましょう！「ながらスマホ」

自転車運転中に、スマートフォンや携帯電話の画面を見たり操作する、いわゆる「ながらスマホ」が原因となる交通事故の発生が後を絶ちません。中には、事故の相手方である歩行者が亡くなる事故も発生しています。自転車運転中の「ながらスマホ」は、不安定な運転になったり、周囲の自動車や歩行者などに対する注意が不十分になり、重大な交通事故につながり得る極めて危険な行為です。絶対にやめましょう。



## 自転車運転者講習制度

自転車の運転に関し、交通の危険を生じさせるおそれのある一定の違反（危険行為※）を反復して行った者が講習制度の受講対象となります。  
（※危険行為：信号無視、指定場所一時不停止、通行禁止違反、通行区分違反等）