



自転車の安全利用を推進するロゴマーク

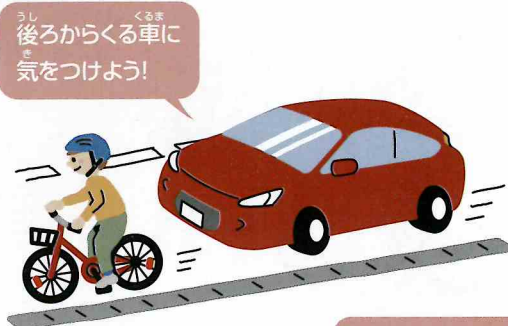
しょうがくせい ほごしゃ みな
小学生・保護者の皆さんへ

》》》自転車も取締りの対象です

自転車に安全に乗っているかな？



こゝろ 転んだときや、ぶつかったとき、ヘルメットをかぶっていると、頭を守ってくれます。



うしろ 後ろからくる車に気をつけよう！

おとな いっしょ 大人と一緒にいすの高さやブレーキの確認をしましょう。

ヘルメットをかぶりましょう。

ほ どう 歩道がないところは、道路の左側を走りましょう。

このマークのあるところでは止まって周りの安全を確認めよう。



かえ 帰ってきたら自転車に鍵をかけましょう。

ゴール

スタート

守っていることに
をつけてよう！
いくつかできているかな？

自転車に乗って、
おつかいに
行ってみよう

いち じていし 一時停止と安全確認を忘れないで。



さ ゆう みぎうしろ 左右、右後ろの安全を確認しよう！

ほ どう ほ どうしや き 歩道は歩行者に気を付けて車道寄りをゆっくり走ろう。



こう さん 交差点では曲がってくる自動車に気をつけましょう。

うんてんしや 運転手さん見てるかな？

しんこう まち あお 信号を守って、青になったら、左右と右後ろの安全を確かめてから渡りましょう。

みとお わる こう さん 見通しの悪い交差点では必ず止まって左右の安全を確認しましょう。

みせ どうちやく お店に到着！自転車は決められた場所に置きましょう。



と だ 飛び出しに注意！



か もの 買い物がお終わった！帰る道も気をつけよう！



これはダメ ぜったいやめよう! やめさせよう!



スマートフォンなどの
画面を見ながら
運転すること



ならはし
並んで走ること
ふたりの
二人乗りをすること



イヤホン・ヘッドホン等を
使用して、まわりの音が
聞こえない状態で
運転すること



かさ差して
運転すること



保護者の方へ

ヘルメットをかぶりましょう

- 自転車に乗るすべての人はヘルメットの着用が努力義務です。(道路交通法第63条の11)(東京都自転車安全利用条例第19条)
- 自転車死亡事故の約65%※が頭部に致命傷を受けています。※警視庁の統計(令和元年～令和5年)



自転車利用中の対人賠償事故に備える保険等※に加入している必要があります!!

自転車利用中に事故を起こした際には、自分がけがをするだけでなく、相手にけがなどをさせることがあります。万が一に備えて、保険等に参加している必要があります。

※自転車の利用によって生じた損害を賠償するための保険・共済

- 自転車利用者は、自転車の利用によって生じた他人の生命又は身体の損害を賠償する自転車損害賠償保険等に参加しなければなりません。(東京都自転車安全利用条例第27条)
- 保護者の方は、未成年のお子さんが自転車を利用するときは、自転車の利用によって生じた他人の生命又は身体の損害を賠償する自転車損害賠償保険等に参加しなければなりません。(東京都自転車安全利用条例第27条の2)

自転車利用中の対人賠償事故に備える保険等は、傷害保険、火災保険、自動車保険等の特約として契約することもできます。また、点検整備された自転車の車体に付帯された保険(TSマーク付帯保険)もあります。既に参加している保険等に補償が付帯している場合もありますので、確認してください。詳細は、保険会社や保険代理店等にお問い合わせください。

自転車側が加害者になった賠償責任の例

小学5年生の少年が、坂道を自転車の下っていた際に、前方不注意で女性に衝突。女性は頭の骨を折り、意識が戻らない状態。裁判所は、少年の保護者に監督責任を認め、約9,500万円の賠償を命じました。(神戸地方裁判所、平成25年7月4日判決)



子どもにルールを教えましょう

- 保護者の方は、その監護する未成年者が自転車を安全で適正に利用できるよう、必要な技能や知識を習得させるよう努めなければなりません。(東京都自転車安全利用条例第15条第1項)

親子で
楽しくルール
を学ぼう!

自転車のルール・マナーをもっと詳しく学びたい方は… 東京都自転車安全学習アプリ「輪トレ」

アニメーション・CGで分かりやすく解説!

自転車走行のバーチャル体験が可能!

試験で合格証ゲット! 各種特典有!

スマホ・タブレットで利用可能! ダウンロードはこちら▲



自転車に乗る場合は、危険な走り方を避けるとともに、側方や後方の車の動きにも十分注意しましょう。

「東京都自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」(本文中は「東京都自転車安全利用条例」と表記)では、自転車損害賠償保険等への加入やヘルメットの着用などの規定を設けています。

令和7年3月発行 自転車安全利用普及啓発リーフレット
編集発行 東京都 お問い合わせ 電話 03-5388-3123

自転車ヘルメットの
大切さを動画でチェック!
「ヘルメットOK? かぶってGO!」





自転車の安全利用を推進するホームページ

自転車利用者の皆さんへ

》》自転車も取締りの対象です

もう一度確認してみましょう

守りましょう! 自転車の交通ルール

自転車安全利用五則

自転車安全利用五則とは、自転車に乗るときに守るべきルールのうち特に重要なもの

1 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先

歩道を通行する場合は、車道寄りを安全な速度で通行し、歩行者の通行を妨げるおそれがあるときは、止まらなければいけません。



歩道を通行することができる場合

- 13歳未満の子供や70歳以上の高齢者、身体の不自由な人が自転車を運転しているとき
- 自転車の通行の安全を確保するためにやむを得ないと認められるとき



歩行者優先



- 道路標識により自転車が歩道を通行することができることとされているとき

2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

「歩行者・自転車専用」の表示がない場合
車両用の信号に従わなければいけません

ただし、歩道を走っているときは歩行者用の信号に従う

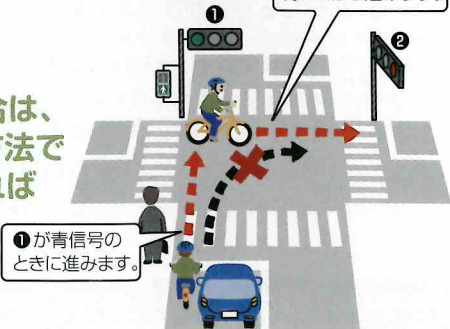


「歩行者・自転車専用」の表示がある場合
歩行者用の信号に従わなければいけません



方向転換して②が青信号になるのを待ってから進みます。

右折する場合は、図のような方法で右折しなければいけません



3 夜間はライト点灯



4 飲酒運転は禁止



酩酊状態の酒酔い運転だけでなく、酒気帯び運転*や酒類の提供、同乗、自転車の提供も罰則の対象です
※政令で定める程度以上のアルコールを身体に保有する状態で運転すること



5 ヘルメットを着用

自転車に乗るすべての人はヘルメットの着用が努力義務です

自転車死亡事故の約65%*が頭部に致命傷を受けています。
※警視庁の統計(令和元年~令和5年)



東京都 警視庁

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

これはダメ ぜったいやめよう! やめさせよう!



自転車
二人乗りをしては
いけません



他の自転車と並んで
走行してはいけません



傘差し運転を
してはいけません



スマートフォン等の
画面を見ながら
運転してはいけません

運転しながら手にもって通話したり、画面を注視する行為は罰則の対象です。自転車に取り付けたスマホであっても、運転中の画面注視は禁止です。



イヤホン・ヘッドホン等
を使用して、まわりの音が
聞こえない状態で
運転しては
いけません



道路標識・標示に従い、
一時停止やすぐに停止できるような速度で
通行するなどして、
安全を確認しなければいけません



自転車利用中の対人賠償事故に備える保険等* に加入している必要があります!!

自転車利用中に事故を起こした際には、自分がけがをするだけでなく、相手にけがなどをさせることがあります。万が一に備えて、保険等に加入している必要があります。
※自転車の利用によって生じた損害を賠償するための保険・共済

- 自転車利用者は、自転車の利用によって生じた他人の生命又は身体の損害を賠償する自転車損害賠償保険等*に加入しなければなりません。
(東京都自転車安全利用条例第27条)
- 保護者の方は、未成年のお子さんが自転車を利用するときは、自転車の利用によって生じた他人の生命又は身体の損害を賠償する自転車損害賠償保険等*に加入しなければなりません。(東京都自転車安全利用条例第27条の2)

自転車利用中の対人賠償事故に備える保険等は、傷害保険、火災保険、自動車保険等の特約として契約することもできます。また、点検整備された自転車の車体に付帯された保険(TSマーク付帯保険)もあります。既に加している保険等に補償が付帯している場合もありますので、確認してください。詳細は、保険会社や保険代理店等にお問い合わせください。

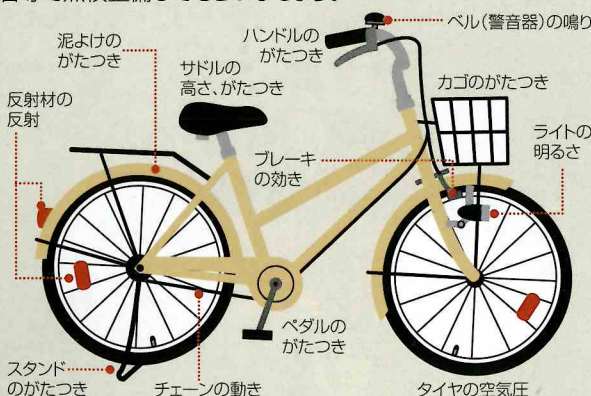
自転車側が加害者になった高額賠償事例

男性がタ方、ペットボトルを片手に下り坂をスピードを落とさず走行して交差点に進入、横断歩道を横断中の女性(38歳)と衝突。女性は脳挫傷等で3日後に死亡した(約6,700万円)。(東京地裁、平成15年9月30日判決)



点検整備をしましょう

自転車は日常的に点検整備しましょう。また、年に一回程度は自転車店等で点検整備してもらいましょう。



自転車のルール・マナーをもっと詳しく学びたい方は… 東京都自転車安全学習アプリ「輪トレ」

アニメーション・CGで分かりやすく解説!

自転車走行のバーチャル体験が可能!

試験で合格証ゲット! 各種特典有!

スマホ・タブレットで利用可能! ダウンロードはこちら▲



自転車に乗る場合は、危険な走り方を避けるとともに、側方や後方の車の動きにも十分注意しましょう。

「東京都自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」(本文中は「東京都自転車安全利用条例」と表記)では、自転車損害賠償保険等への加入やヘルメットの着用などの規定を設けています。

令和7年3月発行 自転車安全利用普及啓発リーフレット
編集発行 東京都 お問い合わせ 電話 03-5388-3123

自転車ヘルメットの
大切さを動画でチェック!
「ヘルメットOK? かぶってGO!」





自転車の安全利用を推進するホームページ

保護者の方へ

お子さんを自転車に同乗させるときは
乗せ方のルールを守りましょう

))) 自転車も取締りの対象です

お子さんを守ってあげられるのは あなたです

電動アシスト自転車を 安全に利用しましょう

発進時は、ペダルをゆっくり
踏み込みましょう。



電源を入れるときは、
両手はハンドル、
両足は地面に。

前抱っこはダメ



自転車利用中の対人賠償事故に備える保険等※に加入 している必要があります!!

自転車利用中に事故を起こした際には、自分がけがをするだけでなく、相手にけがなどをさせることがあります。万が一に備えて、保険等に加入している必要があります。

※自転車の利用によって生じた損害を賠償するための保険・共済

- 自転車利用者は、自転車の利用によって生じた他人の生命又は身体の損害を賠償する自転車損害賠償保険等に参加しなければなりません。(東京都自転車安全利用条例第27条)
- 保護者の方は、未成年のお子さんが自転車を利用するときには、自転車の利用によって生じた他人の生命又は身体の損害を賠償する自転車損害賠償保険等に参加しなければなりません。(東京都自転車安全利用条例第27条の2)

自転車利用中の対人賠償事故に備える保険等は、傷害保険、火災保険、自動車保険等の特約として契約することもできます。また、点検整備された自転車の車体に付帯された保険(TSマーク付帯保険)もあります。既に参加している保険等に補償が付帯している場合もありますので、確認してください。詳細は、保険会社や保険代理店等にお問い合わせください。

自転車側が加害者になった賠償責任の例

小学5年生の少年が、坂道を自転車で下っていた際に、前方不注意で女性に衝突。女性は頭の骨を折り、意識が戻らない状態。裁判所は、少年の保護者に監督責任を認め、約9,500万円の賠償を命じました。(神戸地方裁判所、平成25年7月4日判決)

お子さん2人を乗せる場合は 基準を満たした自転車に乗りましょう

幼児2人を乗せる場合には一定の安全基準を満たした「幼児2人同乗用自転車」を使いましょう。普通の自転車の前後に座席を取り付けて幼児2人を乗せてはいけません。

※幼児とは小学校就学の始期に達するまでの者



BAAマーク



SGマーク

幼児2人同乗基準適合車
社団法人自転車協会

幼児2人同乗
基準適合マーク



⚠ 注意

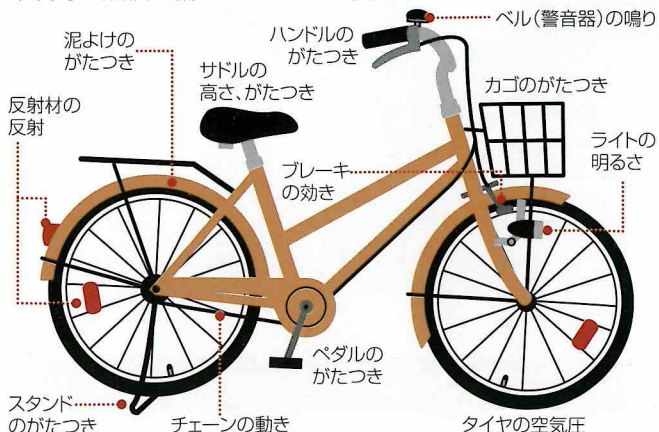
- ・お子さんを座席に乗せるときは、必ずベルトをしめましょう。
- ・お子さんを座席に乗せたまま、自転車から離れないでください。

ヘルメットをかぶりましょう

- 自転車に乗るすべての人はヘルメットの着用が努力義務です。(道路交通法第63条の11)(東京都自転車安全利用条例第19条)
- 自転車死亡事故の約65%※が頭部に致命傷を受けています。※警視庁の統計(令和元年~令和5年)

点検整備をしましょう

自転車は日常的に点検整備しましょう。また、年に一回程度は自転車店等で点検整備してもらいましょう。



東京都 警視庁

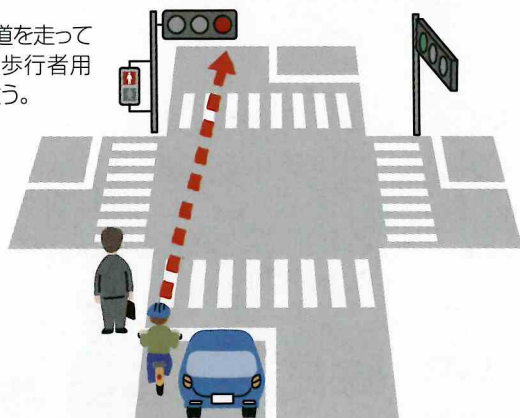
リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

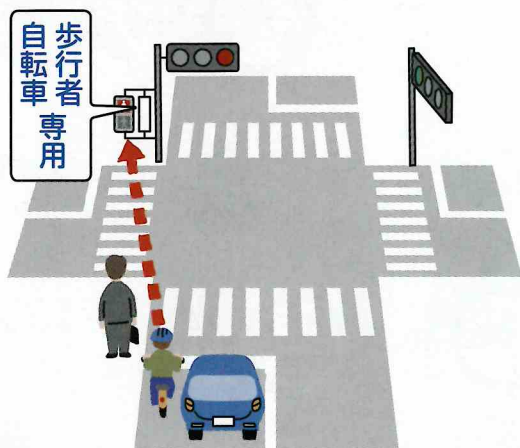
自転車のルールをもう一度確認してみましょう

「歩行者・自転車専用」の表示がない場合
車両用の信号に従わなければいけません

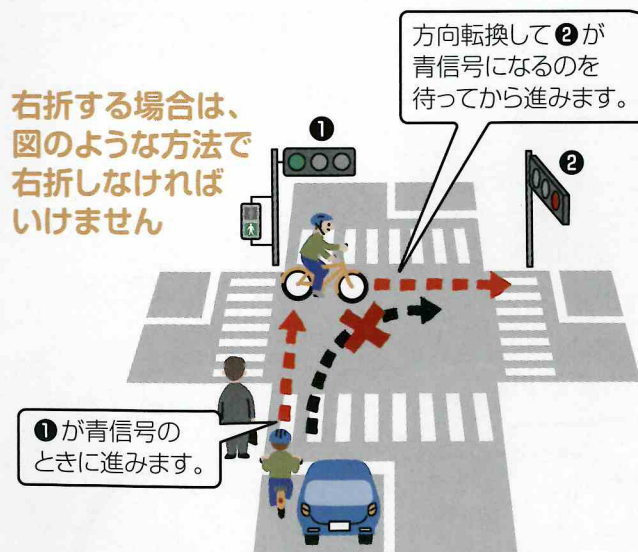
ただし、歩道を走っているときは歩行者用の信号に従う。



「歩行者・自転車専用」の表示がある場合
歩行者用の信号に従わなければいけません



右折する場合は、
図のような方法で
右折しなければ
いけません



道路標識・標示に従い、一時停止やすぐに
停止できるような速度で通行するなどして、
安全を確認しなければいけません



車道と歩道の区別のある道路では、
原則として、車道を通行しなければいけません



車道を通行するときは、
左側を通行しなければいけません。

歩道を通行する場合は、車道寄りを安全な速度で通行し、歩行者
の通行を妨げるおそれがあるときは、止まらなければいけません。



歩行者優先

歩道を通行することができる場合

- 道路標識により自転車が歩道を通行することができるかとされているとき
- 自転車の通行の安全を確保するためにやむを得ないと認められるとき 等

自転車のルール・マナーをもっと詳しく学びたい方は…
東京都自転車安全学習アプリ「輪トレ」

アニメーション・CGで分かりやすく解説!

自転車走行のバーチャル体験が可能!

試験で合格証ゲット! 各種特典有!

スマホ・タブレットで利用可能! ダウンロードはこちら▲



自転車に乗る場合は、危険な走り方を避けるとともに、側方や後方の車の動きにも十分注意しましょう。

「東京都自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」(本文中は「東京都自転車安全利用条例」と表記)では、自転車損害賠償保険等への加入やヘルメットの着用などの規定を設けています。

令和7年3月発行 自転車安全利用普及啓発リーフレット
編集発行 東京都 お問い合わせ 電話 03-5388-3123

自転車ヘルメットの
大切さを動画でチェック!
「ヘルメットOK? かぶってGO!」

