

自転車のルールとマナー

中学生のための 交通安全

自転車を安全に乗るために



このリーフレットでは、交通ルールや自転車に乗る時のマナーで、特に中学生の皆さんに心掛けてほしいことや、してはいけないことなどをわかりやすく記載しています。自転車に乗る前に必ず読んで、みんなで交通事故の防止に努めましょう。

車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先 (自転車安全利用五則①)

自転車の通行場所

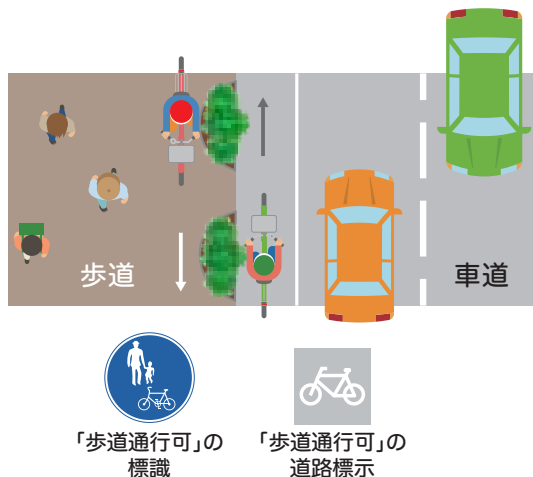
自転車が車道を通行する時は、自動車と同じ左側通行で、車両用信号機に従います。

〈例外として、次の場合は歩道通行が出来ます〉

- 普通自転車通行可の標識等がある場合
- 13歳未満、または70歳以上の人、身体が不自由な人が自転車を運転している時
- 車道通行が危険な場合 など

反則金：6,000円

罰 則：3月以下の拘禁刑または5万円以下の罰金



歩道を走行できる場合でもいつでも止まれるよう走行

歩道は、「歩行者優先」です。歩道を通行する場合は、車道寄りを徐行しなければなりません。歩行者の通行を妨げることとなる時は一時停止し、歩行者が多い場合は、自転車から降りて、押して歩きましょう。

反則金：3,000円

罰 則：2万円以下の罰金または料料



通行禁止場所での走行や一方通行逆走の禁止

車両進入禁止場所での自転車の通行は禁止されています。一方通行の逆走は大変危険な行為ですので、標識等をお確かめ絶対にやめましょう。



反則金：5,000円

罰 則：3月以下の拘禁刑または5万円以下の罰金、過失10万円以下の罰金



横に並んでの通行禁止 (並進の禁止)

自転車は、道路標識等により認められている場合を除き、他の自転車と並進してはいけません。

反則金：3,000円

罰 則：2万円以下の罰金または料料



・駐輪禁止場所での駐輪・

歩道上等に自転車を放置駐輪すると、歩行者の通行や目の不自由な方や車いすで移動している方の安全な通行の妨げになるおそれがあり、大変危険なのでやめましょう。

交差点では信号と一時停止を守って、安全確認 (自転車安全利用五則②)

交差点での注意

自転車を運転し、道路を通行する時は、信号機に従わなければいけません。「歩行者・自転車専用」の信号機がある時は、その信号に従わなければなりません。

反則金：6,000円／罰 則：3月以下の拘禁刑または5万円以下の罰金、過失10万円以下の罰金



交差点での右折の仕方

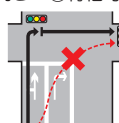
交差点では、交差点の左側に沿って十分速度を落とし、向こう側の角まで直進します。自転車の向きを変え、前後左右の安全を確認め、(信号機がある場合は信号に従い) 交差点の左端に沿ってゆっくり進まなければなりません。

反則金：3,000円

罰 則：2万円以下の罰金または料料(交差点右左折方法違反)

②止まって向きを変える ③青信号で進む

①青信号で進む



②向きを変える



①左右を確認して直進する



一時停止の標識

自転車は、一時停止の標識や表示がある時は、停止線の手前で一時停止をしなければいけません。一時停止をした時は、左右の安全確認をしてください。

反則金：5,000円

罰 則：3月以下の拘禁刑または5万円以下の罰金、過失10万円以下の罰金



「一時停止」の標識

横断歩道の渡り方

横断中の歩行者がいる時は、自転車から降り、歩行者の妨害とならないよう自転車を押して横断歩道を渡らなければなりません。「自転車横断帯」がある時は、必ずそこを渡らなければなりません。

反則金：5,000円

罰 則：3月以下の拘禁刑または5万円以下の罰金



巻き込み事故に注意

自転車で車道の左端に沿って走行している時、左折する車の死角に自転車が入ると、車(特に大型車)の内輪差によって巻きこまれる可能性があるため要注意です。そのような場合は、左折車を先に行かせてから進みましょう。



踏切の渡り方

自転車は、踏切を通過しようとする時は踏切の手前で停止し、安全を確認しなければいけません。警報器が鳴っている時や、遮断機が下りてきた時に無理やり通過する行為は大変危険なのでやめましょう。

反則金：7,000円／罰 則：3月以下の拘禁刑または5万円以下の罰金、過失10万円以下の罰金



夜間はライトを点灯 (自転車安全利用五則③)

無灯火は非常に危険

無灯火での走行は、他者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、反射器材を備えた自転車を運転しましょう。

反則金：5,000円

罰則：5万円以下の罰金、過失同じ



飲酒運転は禁止 (自転車安全利用五則④)

お酒を飲んで運転することは、非常に危険です。自動車の場合と同じく酒気を帯びて自転車を運転してはいけません。

(酒気帯び運転)

(酒酔い運転)

罰則：3年以下の拘禁刑または
50万円以下の罰金

罰則：5年以下の拘禁刑または
100万円以下の罰金



ヘルメットを着用 (自転車安全利用五則⑤)

自転車を運転する場合は、事故による被害を軽減させるため、自転車乗車用ヘルメットをかぶりましょう。

道路交通法や北海道自転車条例では、
自転車利用者の安全を確保するため、
ヘルメット着用が努力義務となっています。



※反則金は16歳以上

中学生に多い主な違反行為です。特に気をつけてね!

ヘッドホンやイヤホン等を使用しての運転

ヘッドホンやイヤホン等を使用して音楽を聴く等、安全な運転に必要な周囲の音や声が聞こえない状態で自転車を運転してはいけません。

反則金：5,000円
罰則：5万円以下の罰金



傘差し運転(片手運転)

傘差し運転等をしての片手運転は、不安定な運転になり危険です。降雨時に自転車に乗る時は雨合羽を着用しましょう。

反則金：5,000円
罰則：5万円以下の罰金



自転車の二人乗り

幼児用座席に乗せる場合等の例外を除いては、自転車の二人乗りをしてはいけません。バランスを崩しやすく、事故の原因となる恐れがあるため、非常に危険です。

反則金：3,000円
罰則：2万円以下の罰金
または料料



携帯電話を使用しながらの運転

携帯電話を使用する時は自転車から降りて、他の歩行者の通行妨害にならない場所で使用しなければなりません。

反則金：12,000円
罰則：6月以下の拘禁刑
または10万円以下の罰金



交通事故の場合の3つの義務

1

負傷者を救護する義務

2

道路における危険の防止措置をする義務

3

直ちに最寄りの警察署等警察官に報告する義務

自転車を運転していて万が一交通事故を起こしてしまい、その場から逃げたら、**ひき逃げ(救護義務違反)**という**重大犯罪**になります。

軽車両の運転者
1年以下の拘禁刑または10万円以下の罰金



～チェック!～【法改正】

令和8年4月から、自転車運転者（16歳以上）の交通違反に対して「交通反則通告制度」（いわゆる青切符）が適用されます！

自転車の指導取り締まりの基本的考え方について

- 警察では、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。（例えば、スピードを出して歩道を通行する違反）
- 14歳以上の者が重大な違反や事故を起こした時（例えば、酒酔い運転や酒気帯び運転、違反により実際に交通事故を発生させるなど）は刑事手続きによって処理されます。（拘禁刑や罰金が適用されます）
- 令和8年4月から16歳以上の者による悪質・危険な違反には「青切符」により処理されます。



自転車への青切符の導入の背景について

自転車の一定の交通違反への青切符の導入（16歳以上の者が対象です）は、自転車の交通事故の抑止を図るためです。

自転車は、便利で身近な乗り物ですが、自転車関連事故の発生件数は増加傾向にあり、さらに、自転車乗車中の死亡・重傷事故のうち、約4分の3は自転車側にも法令違反があります。そこで警察では、今回の法改正を受けて、自転車事故と被害に遭われる方を減らすため、自転車の交通違反の指導取り締まりを強化することになりました。

※青切符処理対象となる主な違反

- ながらスマホ ●信号無視
- 右側通行 ●歩道徐行等義務違反 など



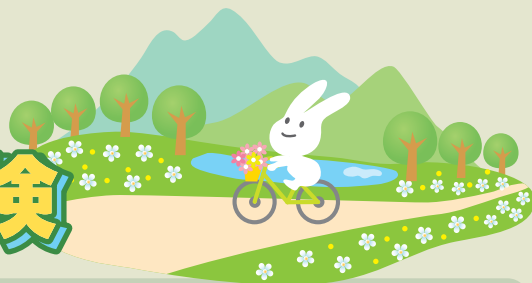
自転車運転者講習制度について

14歳以上の者が、自転車の運転に関し、一定の違反行為（危険行為）を3年以内に2回以上反復して行った場合、または、交通事故を起こしたときは講習制度の対象となります。また、講習の受講命令に違反をした場合は、「5万円以下の罰金」が科せられます。「運転中のながらスマホ」や「歩道を徐行せず歩行者を立ち止まらせたとき」などが危険行為に当たります。


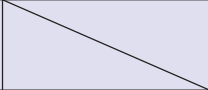
危険行為とは

歩道徐行等義務違反、信号無視、指定場所一時不停止、通行区分違反、携帯電話使用等、遮断踏切立入り、安全運転義務違反 など（16種類）

もしものための 自転車損害賠償保険



自転車を運転し事故を起こした時に、高額な損害賠償を求められる場合があります。自転車利用者は、万が一交通事故を起こしてしまった場合に備え、自転車損害賠償保険に必ず加入しましょう。保険の種類は、①人にかける保険 ②自転車にかける保険があり、①には、自転車保険や自動車保険、傷害保険、PTAが取り扱っている賠償責任保険等があります。②には、自転車販売店で、自転車の点検整備を受けた際に付けるTSマークに付帯する傷害保険と賠償責任保険があります。

 第一種 TSマーク (青マーク)	区 分	傷 害 補 償		賠償責任補償	被害者見舞金
		入院15日以上	死亡、重度障害	死亡、重度障害	入院15日以上
 第二種 TSマーク (赤マーク)	第一種 TSマーク	一律 1万円	一律 30万円	限度額 1,000万円	
	第二種 TSマーク	一律 10万円	一律 100万円	限度額 1億円	
 第三種 TSマーク (緑マーク)	第三種 TSマーク	一律 5万円	一律 50万円	限度額 1億円	

中学生が損害賠償の 民事責任を問われた事例

無灯火の自転車で 歩行者に衝突

男子中学生が、夜間無灯火で自転車を走行中、対向して歩いていた女性（75歳）と衝突し、歩行者は、重大な障害（後遺障害2級）を負いました。この結果、無灯火で通行していた自転車側に過失があるとして、約3,120万円の賠償支払いを命じられました。

【平成14年9月 名古屋地方裁判所】

歩道上で発生した 死亡事故

男子中学生が、歩道上を無灯火の自転車で走行していたところ、男性歩行者（62歳）と衝突し、歩行者は転倒し頭を強打して死亡しました。この結果、中学生には、無灯火運転に加え、前方の注視を怠った過失等があるとして、約3,970万円の賠償支払いを命じられました。

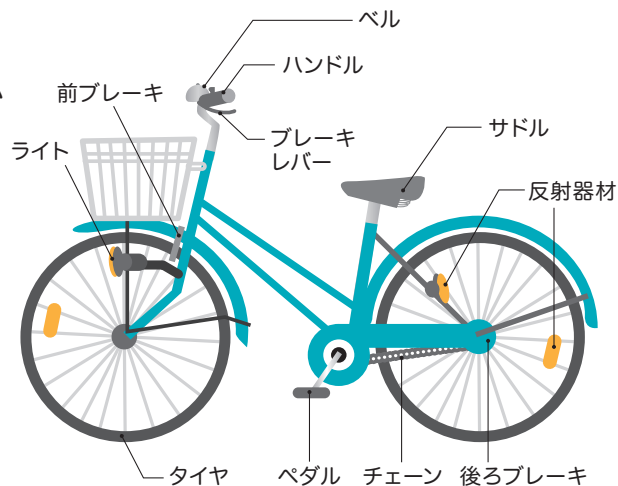
【平成19年7月 大阪地方裁判所】

自転車を点検しましょう!

自転車の点検

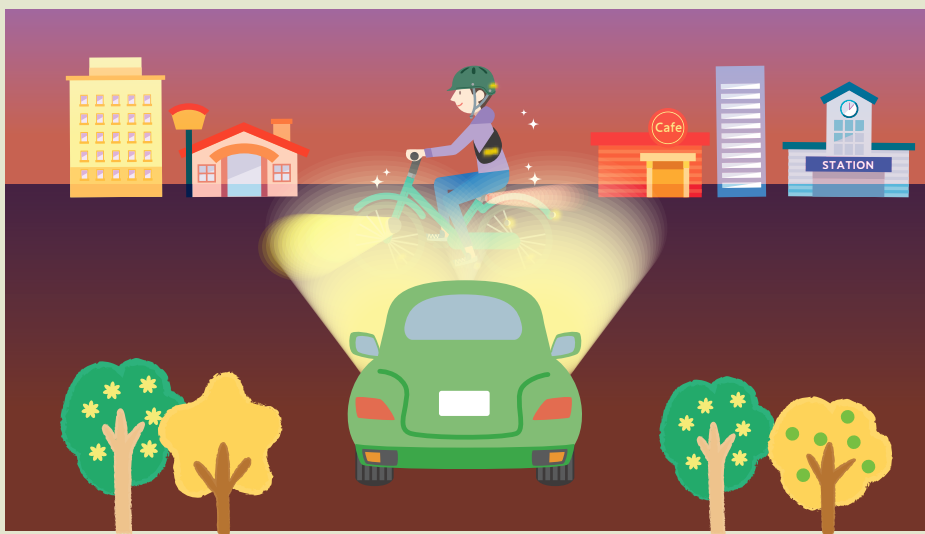
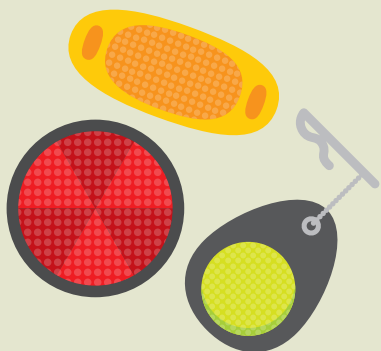
自転車は、常日頃から点検と手入れをし、
万全の状態自転車で乗れるようにしておきましょう。

- サドル** グラグラしていないか、またがった時、
両足のつま先が地面に着くか
- ハンドル** グラグラしていないか、曲がっていないか
- ブレーキ** 前後輪とも効くか
- タイヤ** 前後輪とも空気が十分入っているか
- 反射器材** リフレクター、サイクルピラス等が
付いているか
- ライト** 点灯するか、汚れていないか
- ペダル** 曲がったり歪んでいないか
- ベル** きちんと鳴るか

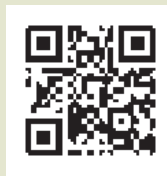


反射器材を利用しましょう

自転車用反射器材用品（サイクル（ホイール）リフレクター、サイクルピラス等）や反射材付のヘルメット、ウェア、リュック、シューズを着用することで、車のヘッドライトが反射して、ドライバーや歩行者に自分の存在を知らせることができます。



令和8年3月作成
札幌市中央区北5条西6丁目1番地23 第二道通ビル6階
公益社団法人 北海道交通安全推進委員会
(電話) 011-221-6666



公式サイト