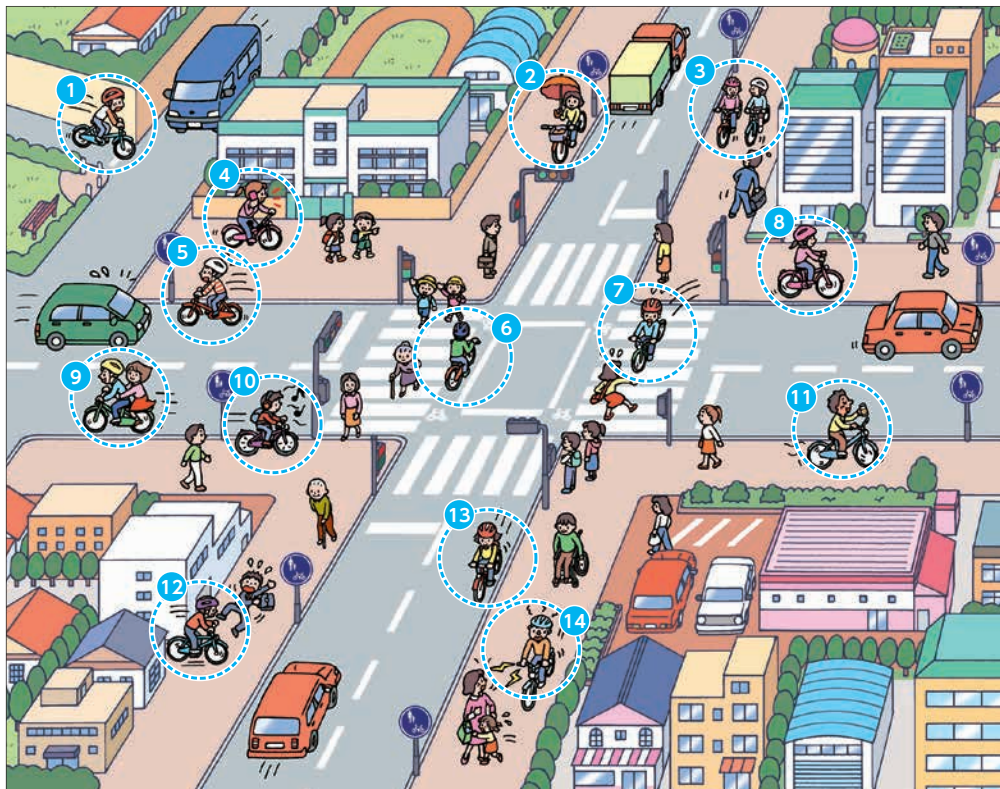


おぼえよう！ 自転車のルール

～ 事故にあわない、おこさない～



自転車の正しい乗り方はどれかな？

自転車に乗っている人がたくさんいます。
正しい乗り方をしている人はだれかな？
また、まちがっている乗り方の人、
どうすれば正しい乗り方になるかな？
友だちやお家の人と話し合ってみよう！

答えは「保護者の方へ」の欄にあります。



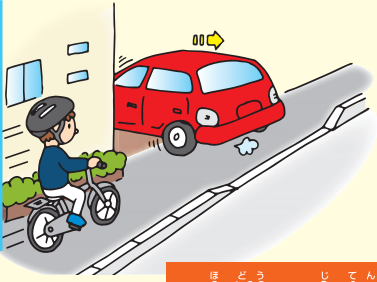
千葉県マスコットキャラクター
チーバくん

交通安全啓発リーフレット（小学校中・高学年用）
千葉県・千葉県教育委員会・千葉県警察

こんなとき、どうしたらいいのかな？

○この後^{あと}どんなことがおこるか^{かんが}考えて、話し合^{はな}ってみよう。

走^{はし}っています。
人がいない歩道^{ほどう}を、
スピード^{スピード}を出^だして、



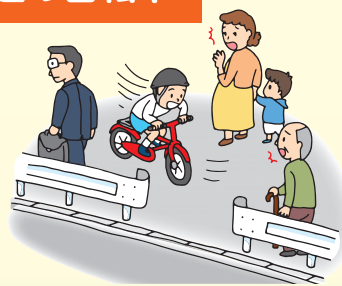
どんなことがおこるかな

どうしたらいいのかな

歩道の自転車^{ほどうじてんしゃ}

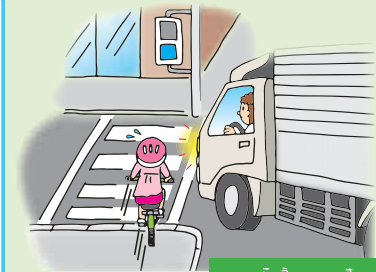
どんなことがおこるかな

どうしたらいいのかな



たくさん^{おほく}の人が歩いて
いる歩道^{ほどう}を、スピードを
ゆるめず^{ゆるめず}通りぬけよう
と
しています。

渡^{わた}らうとしていて、急^{いそ}いで
信号^{しんごう}が青^{あお}なので、



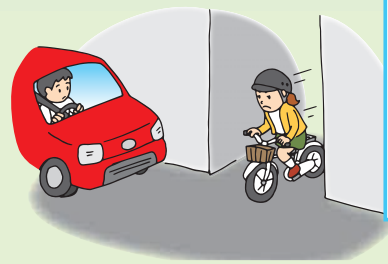
どんなことがおこるかな

どうしたらいいのかな

交差点^{こうさつてん}

どんなことがおこるかな

どうしたらいいのかな



左右^{さゆう}の見通^{みとお}しの悪い
交差点^{こうさつてん}で、先^{まき}を急^{いそ}いで
走^{はし}っています。

身近^{みぢか}なところで、ヒヤリとした経験^{けいけん}はないかな？



① 自転車保険に入ろう

自転車も事故の加害者となることがあります。万が一の事故に備えて自転車保険に加入しましょう。
過去には、1億円近い賠償を請求された事例があります。



自転車保険の加入について確認しましょう。

- T Sマークの付帯保険
- 自転車向けの保険
- 自動車の任意保険
- P T Aや学校が窓口の保険
- 会社等の団体保険・共済保険等



詳しくはここをチェック

② 点検整備をしよう

- 自転車販売店などで、定期的に点検・整備をしましょう。
- 必ずお家の人と点検してから自転車に乗ろう！

考えてみよう！

どうしてこわれている自転車に乗ってはいけないのかな？



フ	ブレーキは前も後ろもよくきかな。
タ	タイヤはすりへっていないかな。空気はしっかり入っているかな。
は	反射器材（はんしゃきざい）が付いているかな。汚れていないかな。（前後だけでなく側面にも）
	ライトはつくかな。レンズは汚れていないかな。
し や (車体)	サドルが高かったり、ぐらついたりしていないかな。（またがった時、両足のつま先が地面に軽くつく高さ）
	ハンドルは、曲がっていないかな。（前輪と直角に固定）
	ペダルは曲がっていないかな。足がすべらないかな。
	チェーンはゆるみすぎではないかな。
へ ル	ベルは鳴るかな。ハンドルを持ったまま、鳴らせる位置についているかな。



③反射器材(リフレクター)を付けよう

夜間、車や歩行者との交通事故を防ぐため、**ライト(前照灯)**、**後部の反射器材**と合わせて、**側面にも反射器材(リフレクター)**を取り付けましょう。

道路を横断する時に、車のライトに反射して発見されやすくなります。



より発見されやすくするために…

自転車には反射器材を付け、服装は、白や黄色などの明るい色を身に着けましょう。

④ヘルメットをかぶろう

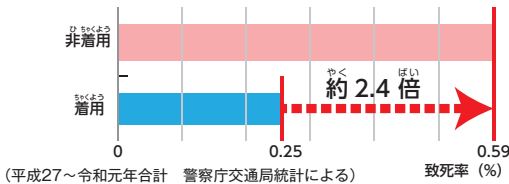
自転車用ヘルメットは、転んだときや交通事故にあったときに、衝撃から頭を守ってくれます。



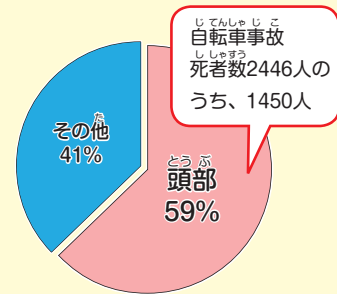
ヘルメットをかぶっているときの効果は?

自転車乗車中の交通事故においてヘルメットを着用していなかった方の致死率は、着用していた方に比べて約2.4倍高くなっています。

ヘルメットをかぶっていても、衝撃を受ける前に脱げてしまえば効果が期待できません。「あごひも」を正しく締めることも大切です。

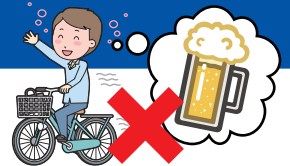


自転車死亡事故での頭部の外傷の割合 (平成27年~令和元年 全国)



⑤飲酒運転はやめよう

お酒を飲んで、自転車に乗ることは法律で禁止されています。



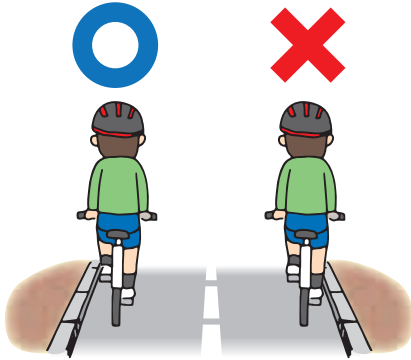


自転車は車の仲間です



① 車道の左側を走ろう

○ 歩道がない道路では、車道の左はしを走ります。



どうして左側を走らなくてはいけないのかな？

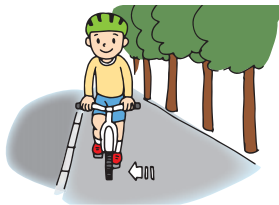
止まっている自動車の横を通る時は、**考えてみよう！** 後ろの安全を確かめましょう。

② 歩いている人を優先しよう

○ 子供(13歳未満)は、歩道を通ることができます。

大人(13歳以上)が
自転車で歩道を
通行できる場合

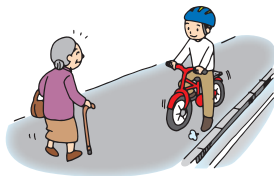
- 道路標識で指定されているとき
- 車道を走ることが危険でやむを得ないとき
- 70歳以上の人、体の不自由な人



歩道を走るときは、
車道寄りを、いつでも
止まれる速さで走りま
しょう。



自転車及び歩行者専用

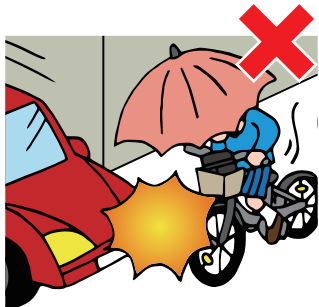


歩いている人がいたら、一度
止まって道をゆずりましょう。
歩行者が多いときは、自転車を
おいて押して通らしましょう。



③ながら運転はやめよう

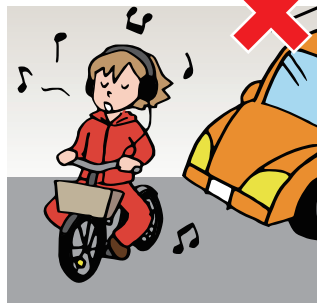
◆傘を差しながら



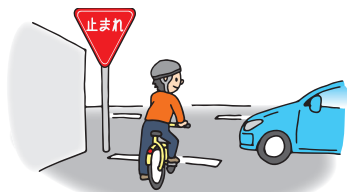
◆スマホ・携帯電話を
使いながら



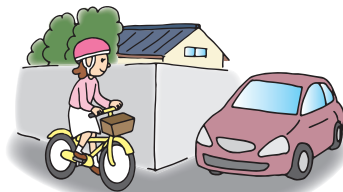
◆ヘッドホン等で
音楽を聞きながら



④交差点では安全確認しよう



「止まれ」の標識があるとき
は、必ず止まりましょう。



標識がなくても一度止まって
左右の確認をしましょう。

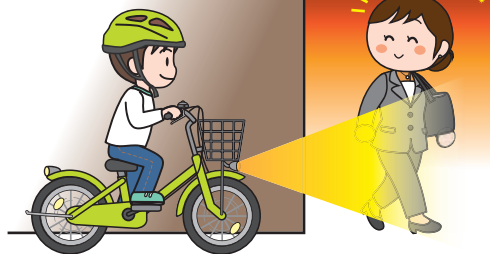


⑤夕方からライトをつけよう

早めに自転車のライトをつけましょう。

考えてみよう!

なぜうす暗くなる夕方からライトを
つけないといけないのかな?



おぼ 覚えておこう!

「交差点」の走り方

○ 信号のある交差点の 通行ルール

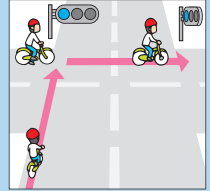
信号が青でも、一度止まって安全を
確かめてから渡ります。



自転車横断帯があったら
必ずそこを通りましょう。

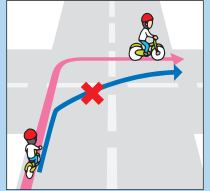
信号のある交差点で 右折するとき

青信号で交差点の向こう
がわまで進み、右に向き
をかえ、前方の信号が青に
なってから進みましょう。



信号のない交差点で 右折するとき

十分速度を落として交
差点の向こうがわまで進んで
から、曲がりましょう。



危険な乗り方はダメ!



❌ ふたりの
二人乗り



❌ 競走やジグザグ運転



❌ てばな
手放し運転



❌ よこ
横に並んで走る



❌ きけん
危険な横断



❌ 手やハンドルに
物を掲げて乗る

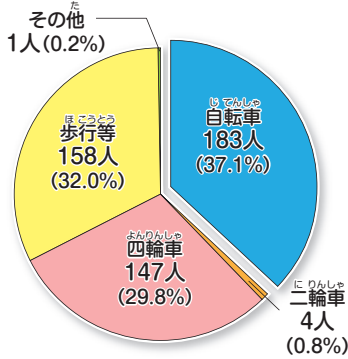


どんなときに自転車の事故が起きているのかな？

小学生の交通事故

(令和2年 千葉県)

全死傷者数 493 人



※表記外の数字を四捨五入しているため、各構成率の和が100%にならない場合があります。

自転車事故のうち小学生側の原因

安全不確認	32人	(17.3%)
一時不停止	11人	(5.9%)
信号無視	4人	(2.2%)
通行区分	4人	(2.2%)
交差点安全進行	4人	(2.2%)
その他	12人	(6.5%)
違反なし	118人	(63.8%)

※上記には、負傷者183人に、負傷していない2人を含む。(令和2年中 県警統計による)

加害者になってしまうことも…

小学生が夜間、自転車で坂道を下っていたところ、歩行中の女性に正面衝突。女性は頭の骨を折り、意識が戻らない状態になった。



保護者の方へ

- ◆ご家族で自転車のルールやマナーについて確認しましょう。
- ◆タイヤの空気圧やブレーキの効きなどを日常的に点検しましょう。
- ◆お子さん(高校生以下)にヘルメットの着用をお願いします。転倒したときに衝撃から頭を守ります。
- ◆車体側面に反射器材をつけましょう。

自転車保険に加入しましょう

万が一の加害事故に備え、自転車損害賠償保険等に加入しましょう。

自動車の任意保険や損害保険の特約として付いている場合があるので、まずは自分が加入している保険を確認してみましょう。

詳しくは、千葉県ホームページをご覧ください。

千葉県自転車条例

検索



「表紙 自転車の正しい乗り方はどれかな？」の答え：⑥⑧⑬