



# 自転車は安全に乗りましょう!!



自転車は幼児から高齢者まで、幅広い年齢層に利用されています。また、自転車には多くの種類があり、安全に取扱いをしないと怪我をしたり、事故につながります。自転車は車の仲間です。交通ルールを守り、正しく安全に利用しましょう。

## 自転車に乗る前の確認

### 自転車損害賠償責任保険等に加入しましょう

令和3年10月～  
自転車運転者等を対象に保険等の加入は義務化となっています。



### 乗車用ヘルメットの着用が努力義務化!

令和5年4月～  
全ての自転車利用者に対して努力義務化となっています。



## 自転車安全利用五則



- 1 車道が原則、左側を通行  
歩道は例外、歩行者を優先
- 2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- 3 夜間はライトを点灯
- 4 飲酒運転は禁止
- 5 ヘルメットを着用



### 体に合った自転車に乗りましょう

サドルにまたがった時、両足先が地面につくように調節して乗りましょう。



### ヘルメットは正しくかぶりましょう

頭部損傷が重大な被害につながります。頭の大きさに合わせて正しくかぶりましょう

## 自転車の正しい乗り方

## 安全な発進と停止

### 発進するとき

- ★ 道路の左端で、自転車の左側から、安全確認して乗る
- ★ 両手ともブレーキをかけ、右足はペダル、左足は地面
- ★ 右・左・後ろの安全確認をして発進

### 安全確認!!



### 止まるとき

- ★ 停止時に、後ろの安全確認をする
- ★ 安全を確認してから左側に降りる

### 3つの左

POINT

1. 左側から乗る
2. 左足をつく
3. 左側に降りる

.. 保護者のかたへ ..

## 幼児用ペダルなし二輪車(キックバイク等)について

ブレーキのない  
タイヤが多い

道路では乗らない!!  
保護者同伴で楽しむ  
ヘルメット着用



2～6歳児向け  
法律上は  
「自転車」ではない

自転車に乗る前に  
バランス感覚を養う

ペダルがなく、地面を蹴って進む幼児向け二輪車は、法律上自転車ではありません。

たとえ車や人通りが少なくても公道での使用は禁止です。公園などで乗るようにしましょう。また、乗車の時は、保護者が必ず同伴し、自転車の乗り降りや、安全確認の方法など繰り返し指導してあげましょう。



# 電動アシスト自転車の特性

電動アシスト自転車（駆動補助機付き自転車）は、モーターがペダルを漕ぐ力を補助し、上り坂などでも楽に走行できる便利な乗り物です。幼児の送迎や、脚力がない人でも簡単に乗ることができます。自転車の特徴を理解して安全に乗りましょう。

## ～車体の特徴～

### 車体が重い

モーター等の重量や車体強度を高めるため重い。小回りが利きにくい。

バッテリー等が付いている自転車（軽車両）に該当



### 速度制限

時速24kmになると、電動モーターが作動しなくなる（電動アシストが効かない）



「電動アシスト自転車」でも時速24kmを超えても補助が続く場合などは、「電動自転車」扱いになります。購入前に確認を！

## ～安全な発進と停止～

- ① サドルにまたがる（両足は地面につける）
- ② スタートボタンを押す
- ③ ペダルに足を置く
- ④ こぎ始める（立ちこぎはしない）



- ⚠️ こぎ始め、急の付く動作に注意!!
- ⚠️ 【ケンケン乗り】はやめましょう!!
- ⚠️ 停止時は、必ずブレーキを握ったまま!!（両足は地面につける）

## 「ペダル付原動機付自転車」は自転車？バイク？



ペダルがあっても「バイク」の仲間です!!

※排気量又は定格出力により車両区分が異なります。

要 運転免許

免許不要

電動自転車 ≠ 電動アシスト自転車



原動機を作動させずに運転した場合も、原付車や二輪車の「運転」となります。

足漕ぎの場合でも、免許やヘルメット等が必要です。歩道も走れません。



運転するために必要なもの

- ① 運転免許
- ② ヘルメットの着用
- ③ ナンバープレート
- ④ 自賠責保険の加入
- ⑤ 保安基準の適合



〔ライト類(ウインカー等)、ミラー、警音器、スピードメーター等〕

上記全てを満たさなければ違反になります。

★=★=★ 3つの走行パターン おべてが 原付の運転 に該当します ★=★=★

- ① ペダルを漕いで走行  
原動機(モーター)OFFの状態



- ② 原動機(モーター)とペダルの併用



① もも自転車ではありません



- ③ 原動機(モーター)のみで走行



## 三重県交通安全研修センター

セーフティプラザみえ

◇ 開館時間 午前9:30～午後4:30 ☆ご利用には予約が必要です☆

◇ 休館日 土曜・日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)

< 所在地 > 津市垂水2566 三重県運転免許センター4階

< TEL > 059-224-7721 < FAX > 059-224-7641

ホームページ <http://www.safetyplaza-mie.com>

