

自転車に乗る前のルール ちばサイクルール

① 自転車保険に入ろう (令和4年7月1日より義務化)

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となった。

ばいしょうがく 賠償額 9,521万円!!

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
- ☐ 自動車の保険・火災保険等の特約
- ☐ 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

詳しくはこちらをチェック

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?

ブ	ブレーキは前も後ろもよくきくかな。
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。
ハ	反射器材 (はんしやきざい) 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	ライトはつくかな。レンズは汚れていないかな。
サ	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	ハンドルは、曲がっていないかな。(前輪と直角に固定)
ペ	ペダルは曲がっていないかな。足がすべらないかな。
チェ	チェーンはゆるみすぎではないかな。
ベル	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。

自転車に乗る前のルール ちばサイクルール

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…

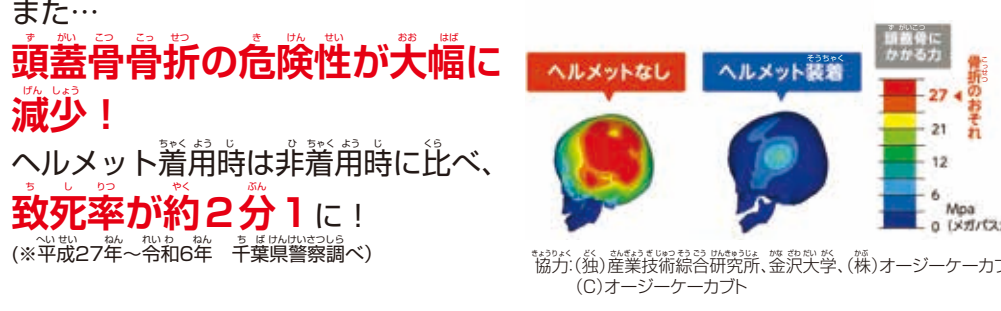
自転車には反射器材を付け、服装は、白や黄色などの明るい色を身に着けましょう。

④ ヘルメットをかぶろう (令和5年4月より努力義務化)

命を守るために、ヘルメットを着用しよう!

ヘルメットを着用すると、転倒時の頭部への衝撃値が約60%減少!

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?



⑤ 飲酒運転はやめよう

「自転車も車と同じ。飲酒運転は絶対しない、させない、許さない」

家族や周りの人にも伝えていきましょう。

※ヘルメットをかぶろう

自転車に乗るときのルール ちばサイクルール

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。

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?

考えてみよう! 止まっている自動車の横を通る時は、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

13歳未満は、歩道を通ることができます。

- 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。

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、自転車をおりて押して通りましょう。

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、自転車をおりて押して通りましょう。

自転車に乗るときのルール ちばサイクルール

③ ながら運転はやめよう

- 傘を差しながら
- スマートフォン・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

傘を差しながら

スマートフォン・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

※ヘルメットをかぶろう

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。

交通安全

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?