

自転車安全利用研修の手引き

平成 26 年 4 月（平成 29 年 3 月改訂）

東京都青少年・治安対策本部

この資料は、都が公開している「従業員への自転車安全教育用教材（パワーポイント）」を用いて、事業者が従業員に対して自転車安全利用研修を行うに当たり、説明すべき事項や研修担当者が知っておくべき事項、また、研修をより効果的に実施するためのポイントなどについて、手引きとしてまとめたものです。

事業者の皆様におかれましては、従業員が自転車事故に遭わず、自転車事故を起こさないためにも、この手引きを参考として、ぜひ従業員への自転車安全利用研修に取り組んでください。

なお、「従業員への自転車安全教育用教材（パワーポイント）」は、全ての事業者に共通する基本的な内容となっています。まずは、こうした基本的な内容を伝えることが大切ですが、受講者である従業員の関心を更に高めるためにも、例えば、各事業者において発生した過去の自転車事故の事例や、自転車の利用に関する事業所内のルール等も取り入れて、従業員が研修を自分自身のこととして捉えられるような工夫をしてみましょう。

凡 例

法：道路交通法（昭和 35 年法律第 105 号）

都規則：東京都道路交通規則（昭和 46 年東京都公安委員会規則第 9 号）

自転車条例：東京都自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例（平成 25 年東京都条例第 14 号）

☑：クリックの目安

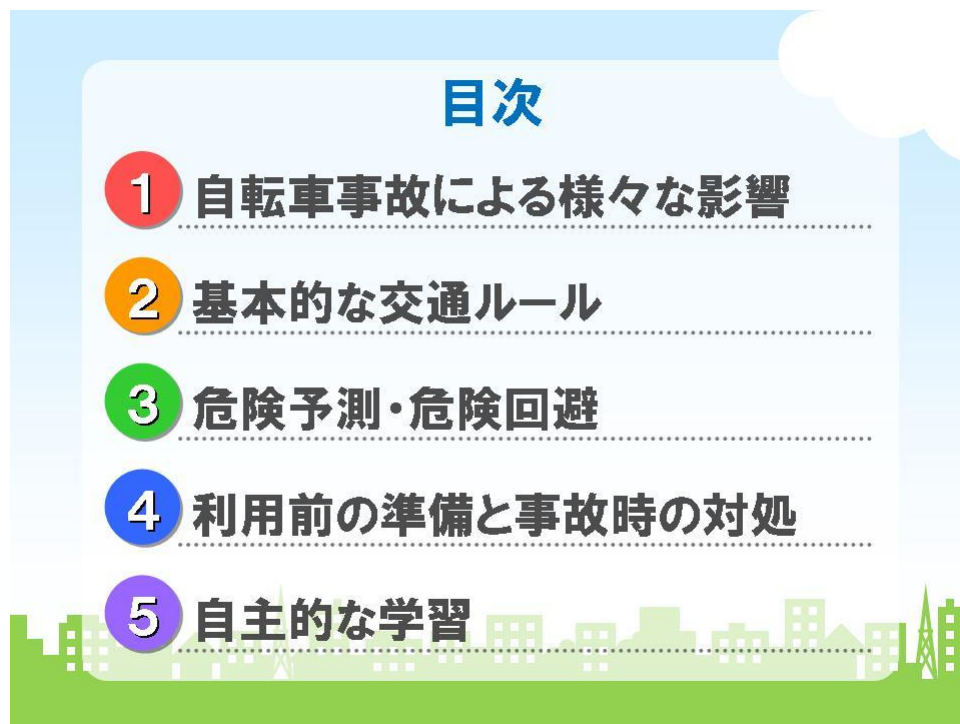
スライド1

画面イメージ



【説明内容案】

今から自転車安全利用研修を始めます。



【説明内容案】

☑本日の研修でお話しする5つの項目は、こちらです。

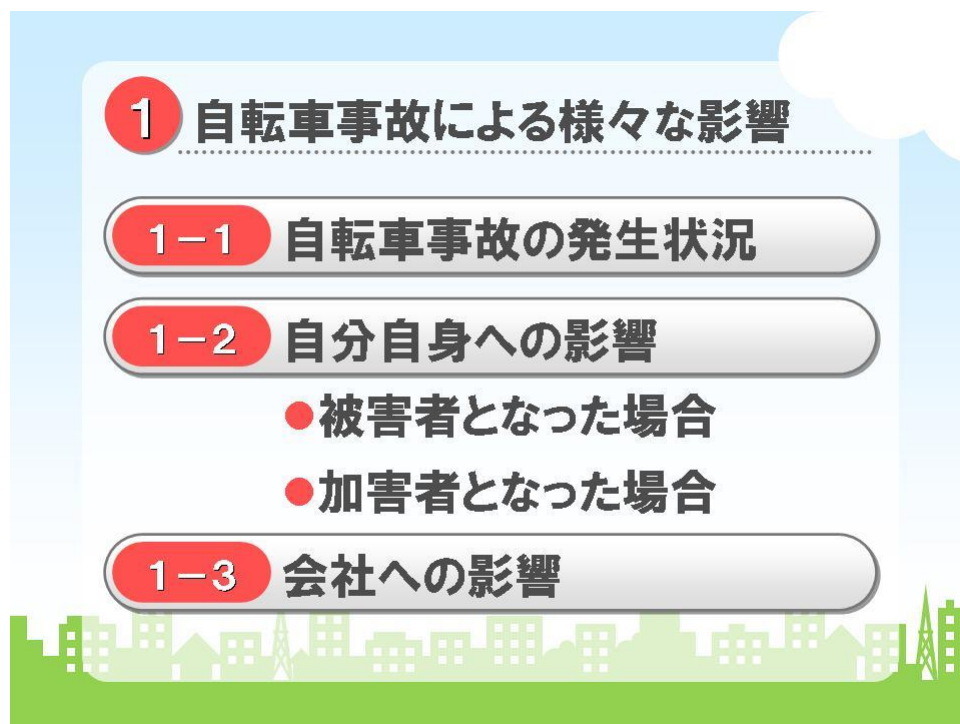
一つ目は、「自転車事故による様々な影響」についてです。こちらでは、自転車事故が起きると、自分や家族、会社にどのような影響が生じるかお話しします。

二つ目は、自転車に関する「基本的な交通ルール」についてです。自転車には、歩行者や自動車と違ったルールもありますので、そうした点についてお話しします。

三つ目は、「危険予測・危険回避」についてです。こちらでは、自転車を利用する際のいくつかの場面を通じて、道路に潜む様々な危険を予測し、危険を回避する手立てをお話しします。

四つ目は、「利用前の準備と事故時の対処」についてです。自転車を利用する前に行うべき準備と、事故を起こした場合の措置についてお話しします。

最後は、「自主的な学習」についてです。こちらでは、この動画のほか、自転車の交通ルールを学ぶための教材を紹介します。



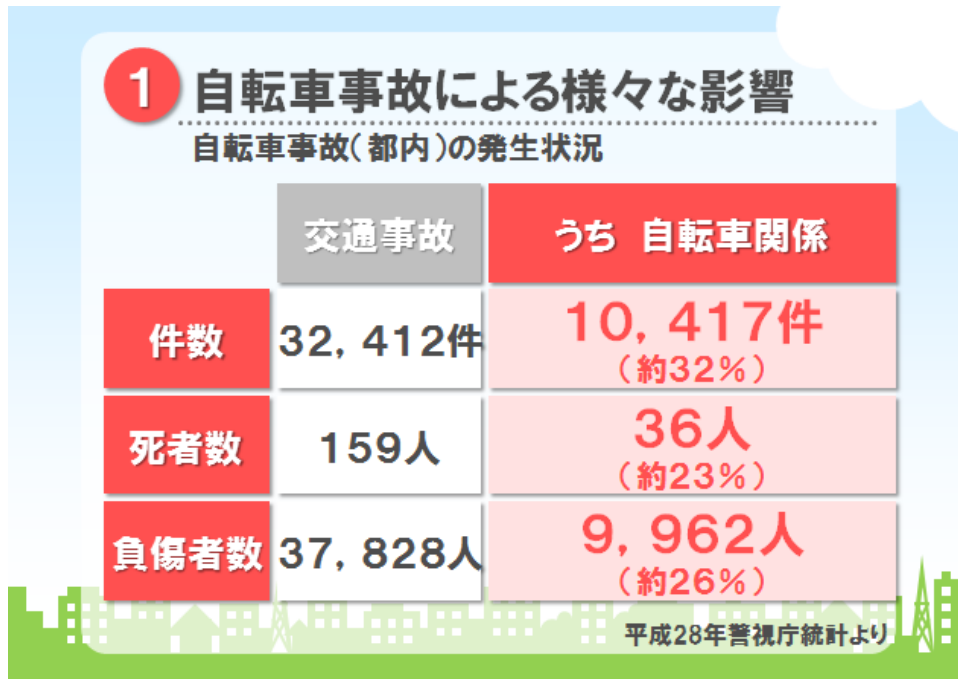
【説明内容案】

☑それでは一つ目の項目「自転車事故による様々な影響」について、考えてみましょう。
こちらではまず、自転車事故が都内でどれくらい発生しているか紹介し、そして、実際に自転車事故が起きた場合、自分や会社にどれだけ大きな影響があるかについてお話しします。



【説明内容案】

- ☑まず、都内の自転車事故の発生状況を見てみましょう。



【説明内容案】

☑都内では、平成 28 年中におよそ 3 万 2 千件に上る交通事故が発生しており、死者は 159 人、負傷者はおよそ 3 万 8 千人に上ります。このうち、自転車に関係する事故はどれくらいだと思いますか？

実は、自転車に関係した交通事故は、☑年間およそ 1 万件、これは都内の交通事故全体のおよそ 32%を占めます。そして、☑死者は 36 人、☑負傷者はおよそ 1 万人となっています。

自転車事故によって、多くの尊い命が失われ、ケガに苦しむ人が生まれています。

皆さん、「それでも自分は大丈夫」と思っていないですか？これだけ多くの事故が発生していることから分かります。そうした気の緩みによって、皆さん自身にいつ自転車事故が起こってもおかしくないということを理解してください。

【ポイント】

社内における自転車事故の事例やヒヤリハット事例等があれば、それも併せて説明するようにしましょう。

【参考情報】

都内の交通事故全体に占める自転車に関係した交通事故の割合（約 32%）は、全国におけるその割合（約 18%）を大きく上回っています。

死者数及び負傷者数は、自転車に乗っていて亡くなったり、ケガをされたりした方の人数です。



【説明内容案】

- 次に、自転車事故による自分自身への影響について考えてみます。
もし自転車を利用している際に、事故に巻き込まれたらどうなるでしょうか？

スライド7

画面イメージ



【説明内容案】

- ☑ 「自分が自転車に乗っていたら」という視点で、こちらの映像をご覧ください。これは時速40キロメートルで走る車に衝突したらどうなるかを実験した映像です。どうでしたか？「被害者になると、無事ではすまない！」。それがよく分かります。

【参考情報】

ここで紹介した実験映像の元の動画は、一般社団法人日本自動車連盟（JAF）のウェブサイトからダウンロードできます。

<http://www.jaf.or.jp/eco-safety/safety/usertest/bicycle/index.htm>



【説明内容案】

☑映像からも分かるとおり、事故の被害者になれば、☑頭を強く打つなどして、死亡したり、重い障害が残る可能性があります。☑その結果、皆さんだけでなく、家族の生活も不安定になる可能性もあります。



【説明内容案】

☑では、逆に、自転車を利用していた際に、自分自身が、事故の加害者となった場合はどうなるでしょうか？

1 自転車事故による様々な影響
自分自身への影響 加害者となった場合

道義責任 **刑事責任** **民事責任**

刑事事件の例

平成24年3月23日 大阪地裁
前方の安全確認を怠り、時速15km以上で自転車を走らせて、歩行者に衝突し、脳挫傷によって死亡させた事件

禁錮1年
(執行猶予3年)

【説明内容案】

☑自転車では歩行者にぶつかって、死亡やケガをさせたり、物を壊したりした場合、☑誠実に謝罪するという道義上の責任だけでなく、☑重過失致死罪等の罪に問われる刑事上の責任、☑治療費用や慰謝料等の損害を賠償しなければならない民事上の責任が生じます。

☑これは、過去に刑事責任を問われた例です。自転車に乗って前方の安全を確認せず、スピードを出していたところ、歩行者にぶつかって死亡させた事件で、☑禁錮1年、執行猶予3年の判決が下されています。

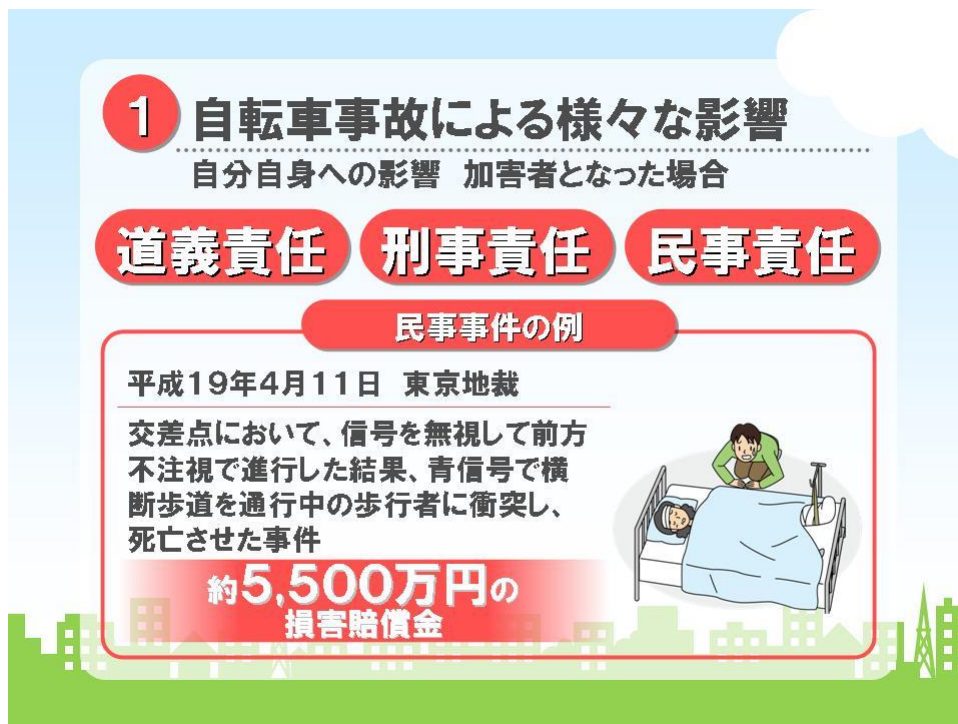
【参考情報】

○実刑となった事例

紹介事例では執行猶予が付されていますが、悪質な事例では実刑判決となることもあります。事故を起こすと、極めて重い責任が生じるということをしっかりと指導しましょう。(実刑判決となった事例：平成23年11月28日 大阪地方裁判所)

安全確認が不十分なまま道路を自転車で横断したところ、その自転車を避けようとした自動車が歩道に乗り上げ、歩行者2名が死亡した事件において、事故の原因となった自転車の利用者に禁錮2年の実刑を命じた。

※ 実刑が確定しています。



【説明内容案】

☑また、これは、民事責任が問われた例です。自転車前方を確認せず信号を無視して進んだ結果、歩行者を死亡させ、☑およそ 5,500 万円の損害賠償金の支払いを命じられています。

【参考情報】

○自転車事故に備えた保険

自転車事故に備える保険には、次のようなものがあります。

保険の種類	保険の内容
個人賠償責任保険	他人にケガをさせたり、他人の物を壊したりして賠償責任が発生した場合に備える保険（傷害保険、火災保険、自動車保険など他の保険の特約として、契約することができます。）
傷害保険	自分のケガの治療費等に備える保険
T S マーク	自転車安全整備店で、点検整備した自転車に貼られる T S マークに付帯した個人賠償責任保険と障害保険がセットになった保険
施設賠償責任保険	施設の管理の不備や仕事の遂行等に起因する対人・対物事故により、賠償責任が発生した場合に備える保険

※ 保険金額等によって、補償内容が大きく異なるので、内容を十分に確認して加入するようにしましょう。詳しくは、損害保険代理店や保険会社に御確認ください。

○他の高額賠償事例

小学校 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し、女性は頭の骨を折り、意識が戻らない状態となった事例において、民法第 714 条第 1 項（責任無能力者の監督義務者等の責任）の規定に基づき、少年の保護者に約 9,500 万円の損害賠償金の支払いを命じた。（平成 25 年 7 月 4 日 神戸地方裁判所）



【説明内容案】

☑では次に、自転車事故が会社に与える影響について考えてみましょう。



【説明内容案】

☑仕事かプライベートかを問わず、皆さんに自転車事故が起きてしまうと、☑ケガの治療や警察への出頭、示談交渉などにより、皆さんが取り組んでいた業務が突然停滞することになります。

☑特に業務上の自転車事故の場合、原則として、☑会社が被害者に生じた損害を賠償したり、☑示談交渉をしなければなりません。

自転車事故は、当事者だけでなく、会社にも大きな影響を与えることになります。

【参考情報】

従業員が、会社の事業の執行について第三者に損害を与えた場合、民法第 715 条（使用者等の責任）の規定に基づき、使用者である会社が損害賠償責任を負うことになります。

なお、従業員自身が損害賠償保険に加入していても、業務中の自転車事故に係る賠償責任は補償の対象となりません。



【説明内容案】

☑これまで説明したとおり、自転車事故は、被害者になっても、加害者になっても、取り返しのつかない大きな影響があります。自分や家族が、事故を起こしたら、事故に遭ったらどうなるか、一度、想像してみてください。

被害に遭わない、被害を生まないために、交通ルールを守ることの重要性をしっかりと心にとめてください。

こうした悲惨な自転車事故が起きないようにするためには、自転車を利用する一人一人が、交通ルールをしっかりと守ることが重要です。

【ポイント】

従業員が自転車事故に遭わない、自転車事故を起こさないようにするためには、従業員自身が、「自転車事故がいつ自分自身に起きてもおかしくない」ということを実感し、「日々、安全に配慮して自転車を利用することの重要性を理解し、交通ルールを守った自転車の利用を実践するようになる」ことにかかっています。

過去の従業員に発生した実例を併せて紹介するなどして、従業員の心に響く説明をしましょう。



【説明内容案】

☑そこで、次に、本日の二つ目の項目「基本的な交通ルール」について学んでいきましょう。

基本的な交通ルールとして、自転車の通行場所、交差点の通行方法、危険な利用の禁止について説明していきます。



【説明内容案】

- まずは、自転車の通行場所です。



【説明内容案】

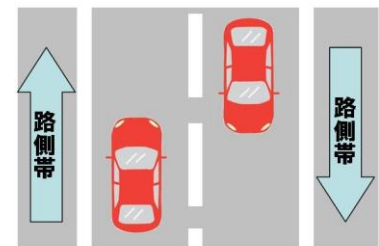
☑自転車は、自動車と同じ車の仲間であり、☑イラストのように、車道と歩道があるところでは、原則車道の左側を通行します。

【参考情報】

○路側帯の通行

平成 25 年 12 月に道路交通法が改正され、自転車で路側帯を通行する場合は、道路の左側に設けられたものしか通行できなくなりました（路側帯では、歩行者の通行を妨げないような速度と方法で通行しなければなりません。）。

※路側帯…歩道のない道路において、白線等で区切った車道の外側部分



【根拠法令】

車道と歩道の区別がある道路での車道通行：法第 17 条第 1 項

（違反に対する罰則：3 月以下の懲役又は 5 万円以下の罰金）

車道での左側通行（逆走の禁止）：法第 17 条第 4 項

（違反に対する罰則：3 月以下の懲役又は 5 万円以下の罰金）

車両通行帯（レーン）のない道路での左側端通行：法第 18 条

車両通行帯のある道路での左端通行帯の通行：法第 20 条第 1 項

（違反に対する罰則：5 万円以下の罰金）

道路の左側にある路側帯の通行：法第 17 条の 2

（違反に対する罰則：3 月以下の懲役又は 5 万円以下の罰金）



【説明内容案】

☑では、車道の左側ではなく右側を通行すると、どうなるでしょうか？

イラストの交差点を見てください。

☑このように、正しく左側を通行していれば、事故に遭う可能性は低くなります。

☑では、右側通行ではどうでしょうか。

このように、右側を通行すると、☑自動車の運転者にとって思いがけない方向からの飛出しとなり、交差点での衝突の危険が高まります。また、衝突を避けるだけの十分な距離もありません。

車道の逆走はとても危険なので、☑絶対にしてはいけません。

【ポイント】

「自動車が向かって来るのが見えた方が安全」といった感覚で逆走（右側通行）している人もいますので、「ルールで決まっているからそれを守りましょう」という形式的な説明だけでなく、「左側通行を守らないとどのような危険があるのか」まで踏み込んで説明するように心がけましょう。

② 基本的な交通ルール

歩道通行の条件

- ① 右の**道路標識等**がある場合
- ② 13歳未満の子供、70歳以上の高齢者、身体の不自由な人が**自転車**を運転している場合
- ③ **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場合**



※大きさ、形状等が一定の要件を満たす「普通自転車」に限る。

【説明内容案】

☑先ほど、自転車は、自動車と同じ車の仲間であり、車道通行が原則と説明しました。では、歩道を通行できるのは、どのような場合でしょうか。

自転車が歩道を通行できるのは、次の3つの場合です。

☑1つ目は、イラストのような道路標識やペイントがある場合。☑2つ目は、子供や高齢者が運転している場合。☑3つ目は、自転車の安全を確保するためにやむを得ないと認められる場合です。

これらの条件のどれか一つを満たす場合には歩道を通行することができます。ただ、歩道はあくまでも歩行者のものであります。歩行者の迷惑にならないように、特に慎重に運転しなければなりません。

【参考情報】

3つ目の条件の「自転車の安全を確保するためにやむを得ないと認められる場合」とは、例えば、「道路工事や連続した駐車車両などにより車道の左側部分を通行することが困難な場合」、「著しく自動車などの交通量が多く、かつ、車道の幅が狭いなどのために、追越しをしようとする自動車などとの接触事故の危険がある場合」などが挙げられます。

【根拠法令】

歩道を通行できる条件：法第63条の4第1項

(違反に対する罰則：3月以下の懲役又は5万円以下の罰金)



【説明内容案】

☑それでは、歩行者の迷惑にならない通行方法とはどのようなものでしょうか？ポイントは、通行する場所と速さです。

まず、通行場所は、☑イラストにあるとおり、「歩道の車道寄り」です。そして、☑スピードは、すぐに止まれる速さで、歩行者の通行を妨げるときは必ず止まらなければなりません。☑常に歩行者優先ということを忘れないようにしましょう。

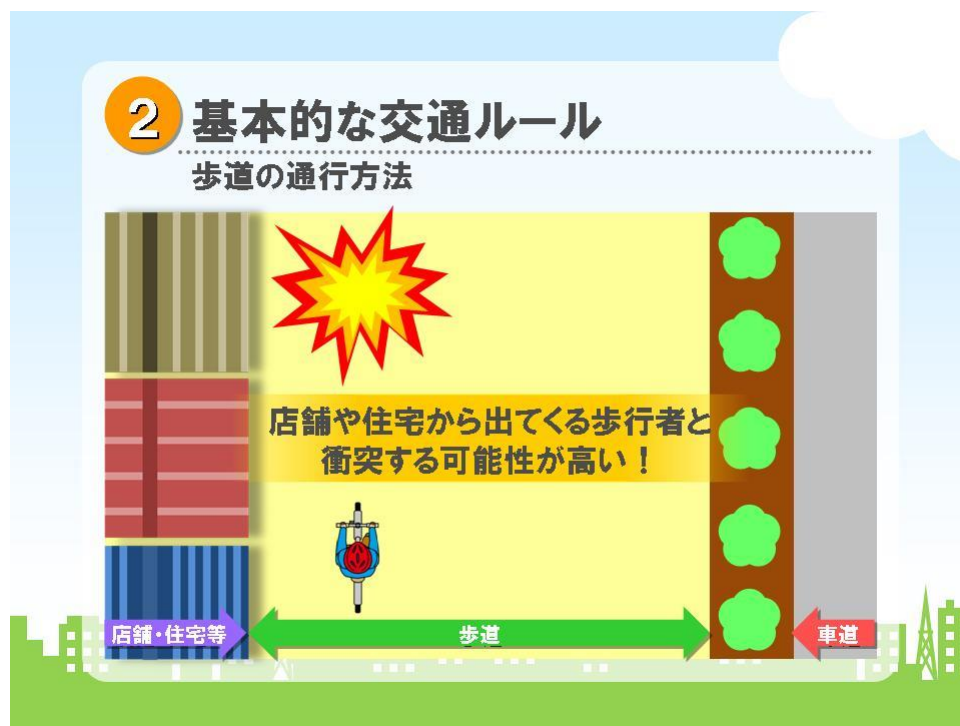
【ポイント】

「歩道は歩行者のもの」、「歩道は徐行」等の基本的なルールを強調して教えましょう。

【根拠法令】

歩道の通行方法：法第 63 条の 4 第 2 項

(違反に対する罰則：2 万円以下の罰金又は科料)

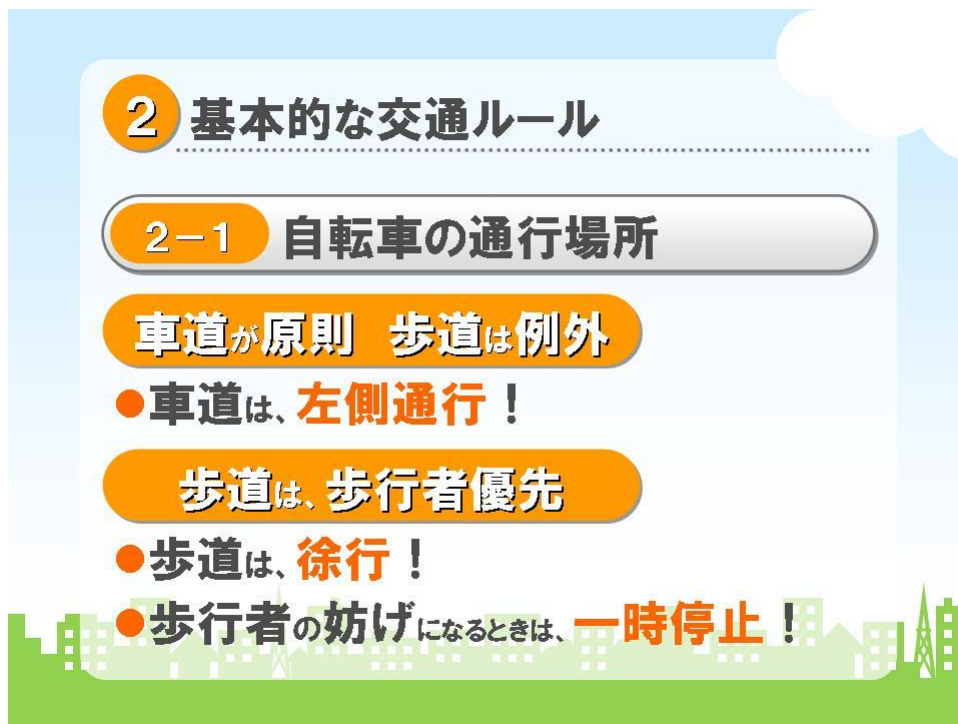


【説明内容案】

- ☑もし、歩道で車道側を通行せず、また、スピードを出していたらどうなるでしょうか？
- ☑イラストのように車道と反対側を通行していると、このように、☑建物から出てきた人に衝突する可能性が高くなります。

【ポイント】

「ルールで決まっているから守りましょう」という説明だけでなく、「そのルールを守らないとどのような危険があるのか」まで踏み込んで説明するように心がけましょう。



【説明内容案】

- ☑ここで、自転車の通行場所のポイントをおさらいします。
 - ☑まず、自転車は、車道が原則、歩道は例外。車道では、左側通行です。
 - ☑歩道を通行するときは、歩行者優先です。必ず徐行し、歩行者の通行の妨げになるときは、一時停止しなければなりません。
- なお、横断歩道も歩行者のためのものです。横断しようとしている歩行者がいる場合は、渡りきるまで待つなど、歩行者優先を守りましょう。

【ポイント】

自転車の通行方法は、極めて基本的な事項ですが、違反している自転車利用者も多く目に付きます。先に説明した事項のおさらいですが、車道と歩道の通行場所をしっかりと強調しましょう。

【根拠法令】

横断歩道における歩行者の保護：法第 38 条
(違反に対する罰則：3 月以下の懲役又は 5 万円以下の罰金)



【説明内容案】

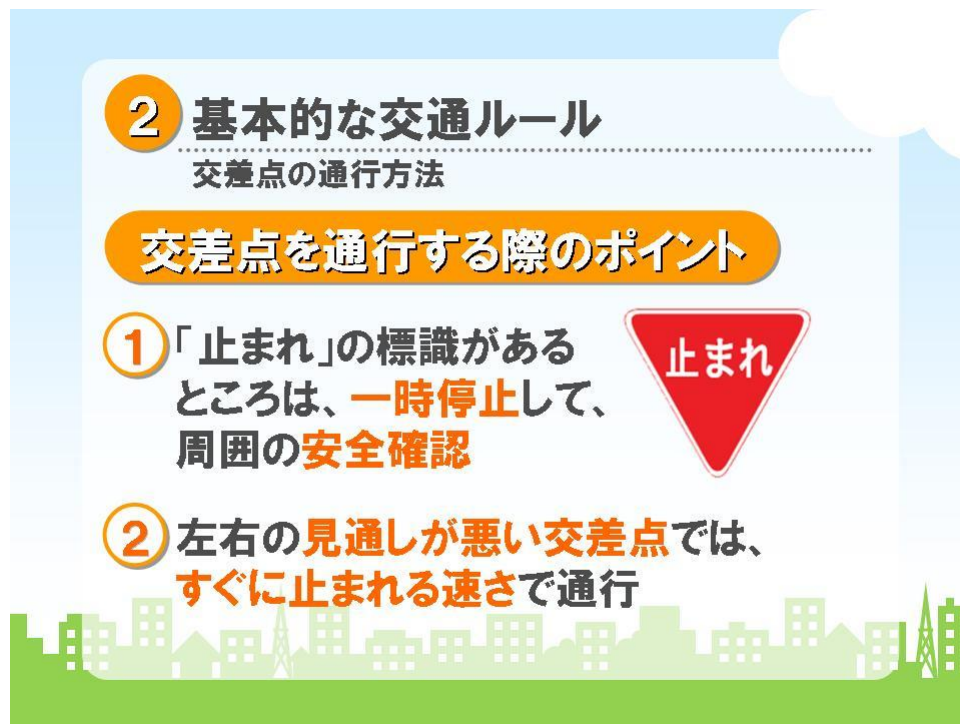
次に、交差点の通行方法について説明します。



【説明内容案】

☑警視庁の統計によると、☑自転車事故のおよそ7割が交差点やその周辺で起こっています。交差点は、人や車が交錯する場所なので、特に慎重に運転しなければなりません。

「いつも車が来ないから今日も大丈夫だろう」といった思い込みや油断で、安全を確認せずに交差点に飛び出すと、いつか事故に遭ってしまいます。



【説明内容案】

☑交差点に入るときは、特に次の2つのポイントを守りましょう。

☑一つ目は、「止まれ」の標識があるところでは、必ず止まって、周りの安全を確認します。

そして、☑二つ目は、そうした止まれの標識がないところでも、塀や街路樹などで見通しが悪い交差点では、すぐに止まれる速さに落として、安全を確認しながら進みます。

交差点では、常に、歩行者や自動車に注意して、できるだけ安全な速度と方法で通行しなければなりません。

【ポイント】

会社の周辺等で見通しが悪かったり、実際に事故が起こったりしている危険な交差点があれば、それも併せて紹介しましょう。

【根拠法令】

「止まれ」の標識による一時停止：法第43条

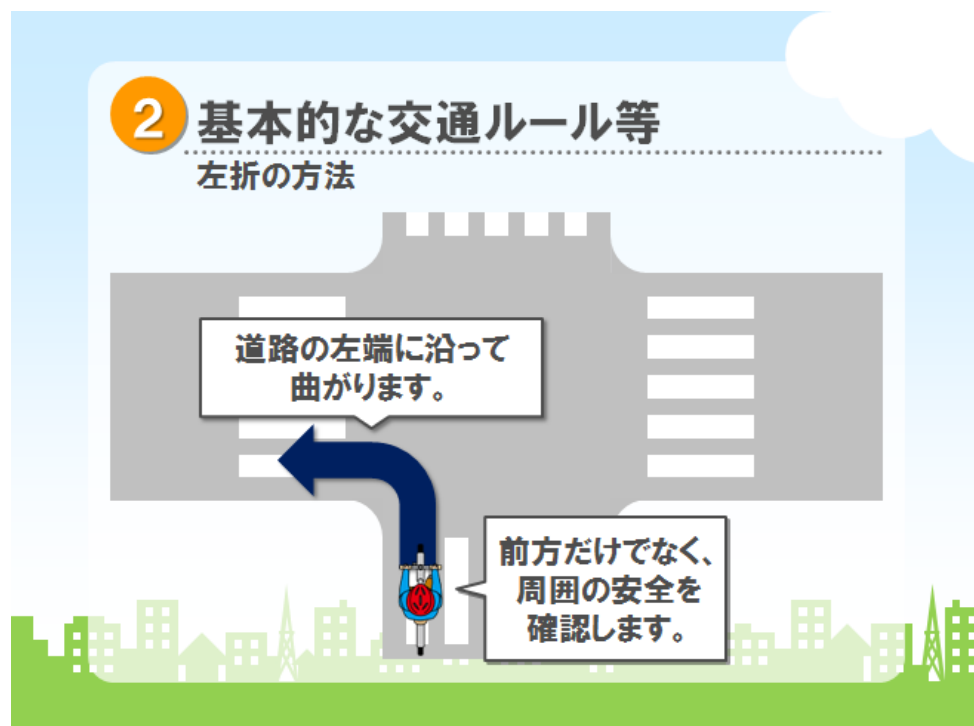
(違反に対する罰則：3月以下の懲役又は5万円以下の罰金)

見通しの悪い交差点での徐行：法第42条第1号

(違反に対する罰則：3月以下の懲役又は5万円以下の罰金)

交差点の通行方法：法第36条第4項

(違反に対する罰則：3月以下の懲役又は5万円以下の罰金)



【説明内容案】

☑では、交差点を曲がる場合は、どのようなルールでしょうか。

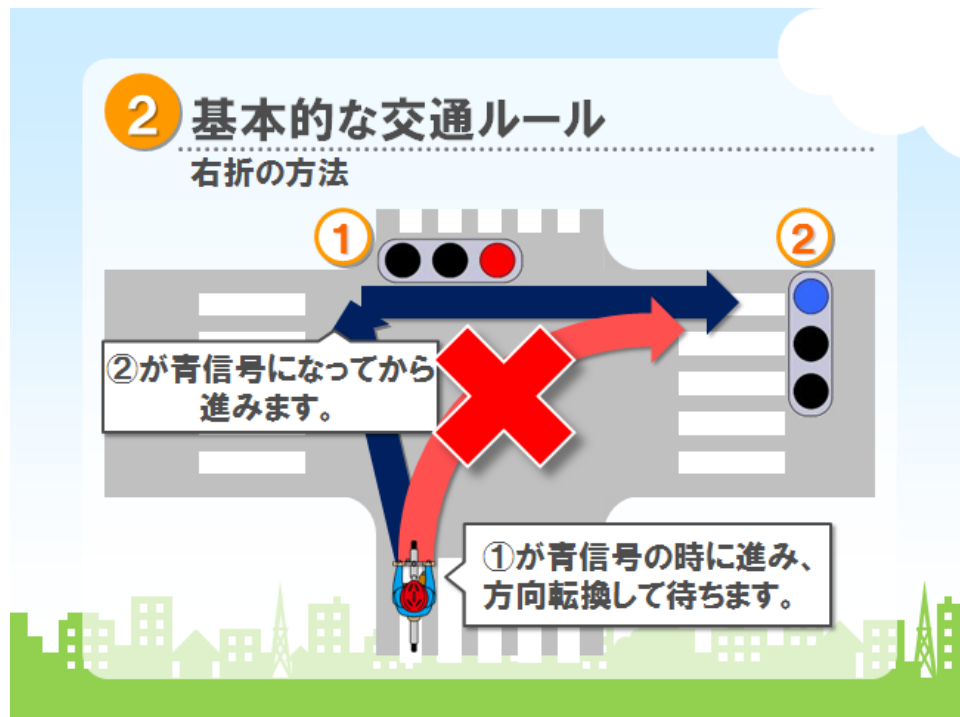
まずは、左折です。

左折するときは、左折する自動車による巻き込みの危険もあるので、☑最初に前方だけでなく、周囲の安全を確認して、☑道路の左端に沿って、☑速度を十分に落としながら、曲がっていきます。交差点を横断しようとしている歩行者がいる場合は、その通行を妨げないようにします。

【根拠法令】

左折の方法：法第 34 条第 1 項

(違反に対する罰則：2 万円以下の罰金又は科料)



【説明内容案】

☑では、右折はどうでしょうか？普段どのように曲がっているかイメージしてみてください。

☑普段、このような曲がり方をしていないですか？このような曲がり方は、道路の中央に寄るときに車と接触する危険性が高いため、☑禁止されています。

☑正しい曲がり方は、まず、☑正面の1の信号が青になったときに直進し、交差点の端まで進んだところで方向転換して待ちます。

その後、☑2の信号が青になってから☑進みます。

信号機がない交差点でも、同じように、交差点の左端に沿って曲がります。

【ポイント】

2段階右折をしないと、自動車との接触の危険が高まるということを強調して教えましょう。

【根拠法令】

右折の方法：法第34条第3項

(違反に対する罰則：2万円以下の罰金又は科料)

スライド 28

画面イメージ



【説明内容案】

☑こちらは、実際の交差点の様子です。

自転車が、交差点の中央を自動車と同じように曲がってしまっています。

正しくは、先ほど説明したとおり、このように二段階で曲がらなければなりません。

【ポイント】

動画の動きに合わせて説明しましょう。



2 基本的な交通ルール

2-3 危険な利用の禁止

【説明内容案】

☑基本的な交通ルールの最後に、禁止されている危険な利用方法について紹介します。
皆さんも、これから紹介することをしていないか、普段の自分の利用方法を振り返って
みてください。



【説明内容案】

- まず、夜なのにライトを付けずに運転する。

【ポイント】

ライトの点灯は、自分が見るためだけでなく、歩行者や自動車運転者から自転車を見えるようにするためのものでもあることも併せて説明しましょう。

【根拠法令】

夜間等の灯火：法第 52 条

(違反に対する罰則：5 万円以下の罰金)



【説明内容案】

- ☑ 自転車を運転しながら、携帯電話やスマートフォンを操作する。☑

【ポイント】

周囲への注意が散漫になってしまうということも併せて説明しましょう。

【根拠法令】

携帯・スマホの利用禁止：法第 71 条第 6 号、都規則第 8 条第 4 号
(違反に対する罰則：5 万円以下の罰金)



【説明内容案】

- ヘッドホンで音楽を聞きながら運転する。

【ポイント】

自動車の接近等に気付きにくくなることなども併せて説明しましょう。

【根拠法令】

ヘッドホン・イヤホンの利用禁止：法第 71 条第 6 号、都規則第 8 条第 5 号
(違反に対する罰則：5 万円以下の罰金)



【説明内容案】

- ☑ 雨の日に傘を差しながら運転する。☑
- 雨の日は、かっぱを利用するなどしましょう。

【ポイント】

周囲の安全確認がしにくくなったり、バランスを崩しやすくなったりすることも併せて説明しましょう。

【参考情報】

自転車のハンドル部分などに取り付けた傘の固定装置を利用した傘差し運転も禁止されています。

固定装置を利用した傘差し運転の禁止：法第 57 条第 2 項、都規則第 10 条第 3 号
(違反に対する罰則：2 万円以下の罰金又は科料)

【根拠法令】

傘差し運転の禁止：法第 71 条第 6 号、都規則第 8 条第 3 号
(違反に対する罰則：5 万円以下の罰金)



【説明内容案】

- ☑そして、同僚や友人と並んで走る。☑

【ポイント】

他の交通の妨げとなったり、自動車との接触の危険が高まったりすることも併せて教えてください。

【参考情報】

例外的に右の道路標識がある道路は、普通自転車が2台並進できますが、都内では一部サイクリングロードを除き、並進は禁止されています。



【根拠法令】

並進の禁止：法第 19 条

(違反に対する罰則：2 万円以下の罰金又は科料)



【説明内容案】

- ☑二人乗りをする。☑

【ポイント】

バランスを崩しやすくなることも併せて説明しましょう。

【参考情報】

幼児（6歳未満）の同乗は、次の方法で行います。

1 幼児（6歳未満）1人を幼児用座席を設けた自転車に乗せることができます。

2 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」を使わなければなりません。普通の自転車の前後に座席を取り付けた自転車に幼児2人を乗せてはいけません。

3 「幼児2人同乗用自転車」に乗る場合、自転車の前後に幼児を乗せ、さらに幼児を背負って4人で乗ることはできません。

The illustrations show three scenarios: 1. A woman riding a bicycle with a child in a front-mounted child seat. 2. A woman riding a bicycle with a child in a front-mounted child seat and another child in a rear-mounted child seat. 3. A woman riding a bicycle with a child in a front-mounted child seat and another child in a rear-mounted child seat, with a fourth child sitting on the woman's back. The first two scenarios are marked with a red circle, indicating they are correct. The third scenario is marked with a red 'X' and the word '禁止' (Prohibited), indicating it is incorrect.

【根拠法令】

二人乗りの禁止：法第57条第2項、都規則第10条第1号
(違反に対する罰則：2万円以下の罰金又は科料)



【説明内容案】

- 酒を飲んで運転する。

【ポイント】

正常な判断や適切な自転車の操作が困難になることも併せて教えましょう。また、自転車通勤をしている従業員には、特に注意を促しましょう。

【参考情報】

「酒気帯び運転」とは、通常の状態ですべての身体に保有する程度以上にアルコールを保有している状態で運転することをいいます。一般には、「飲酒運転」と呼ばれています。

なお、「酒気帯び運転」のうち、「アルコールの影響により正常な運転ができないおそれのある状態での運転」を「酒酔い運転」といいます。

【根拠法令】

酒気帯び運転の禁止：法第 65 条第 1 項

(違反に対する罰則：酒酔い運転は、5 年以下の懲役又は 100 万円以下の罰金)



【説明内容案】

- ☑最後に、自転車の放置。☑

皆さん、たかが自転車の放置だと思っていないですか。「少し買物する間だけ」「歩道の隅なら邪魔にならないし」

【参考情報】

自転車条例第 30 条では、自転車通勤する従業員がいる事業者は、その従業員の通勤自転車について駐輪場所を確保するか、その従業員が駐輪場所を確保していることを書面で確認しなければなりません（従業員が自宅から最寄駅まで自転車を利用している場合の駐輪場所も含みます。）。

このため、従業員に自転車通勤の実態を届け出るようにさせましょう。また、従業員の最寄駅周辺で会社として駐輪場所を確保することが難しい場合は、従業員がその駅の周辺で駐輪場所を確保していることを必ず確認しましょう。

義務の詳細は、条例の Q & A のサイトをご覧ください。

<http://www.seisyounen-chian.metro.tokyo.jp/kotsu/kakusyutaisaku/jitensha/seisaku-jyourei/jitensha-jourei/jitensha-joureiqa/index.html>

【根拠法令】

歩道における放置自転車の禁止：法第 47 条第 2 項

（違反に対する罰則：15 万円以下の罰金）



2 基本的な交通ルール

危険な利用の禁止

【説明内容案】

☑そうした安易な考えが、このように大量の放置を生み出し、歩行者の通行を妨げています。

自転車をとめるときは、「短時間だから問題ない」ではなく、必ず周囲の駐輪場を探して、そこに駐輪しましょう。

【参考情報】

○放置自転車対策に投じられている税金

現在、都内の区市町村では、駐輪場の整備、放置自転車の撤去等の放置自転車対策のために、年間 200 億円以上もの税金を投じています。ルールを守らない自転車利用者のために、ルールを守っている自転車利用者や歩行者等が負担しているのが現状です。

○放置自転車の撤去

駅周辺等の各区市町村が指定した区域において放置された自転車がある場合は、「自転車の安全利用の促進及び自転車等の駐車対策の総合的推進に関する法律」第 6 条第 1 項の規定に基づき各区市町村が定めた条例により、撤去されることがあります。撤去された自転車については、撤去等に要した費用を負担しなければなりません。



【説明内容案】

☑こちらの実際の交差点の様子を見てください。

自転車に乗りながら音楽を聞いている人や、携帯電話を使っている人がいます。

さらに、別のタイミングでは、車が来ているにもかかわらず、車道の真ん中を逆走する人もいます。

また、赤信号に変わったのに交差点を渡る自転車が2台もいます！しかも、自転車横断帯から大きくはずれて、あやうく車と衝突しそうになっています。

【ポイント】

動画の動きに合わせて説明しましょう。



【説明内容案】

☑これまで紹介した自転車の危険な利用方法は、歩行者や車にとっても、自転車利用者自身にとっても極めて危険な行為であり、☑全て罰則付きで禁止されています。

これが自転車ではなく、バイクであれば、こうした危険な運転をする人はいないと思います。逆走や信号無視なども決してしないでしょ。自転車事故は、『たかが自転車』『自分は大丈夫』『いつも問題ないから今日も大丈夫』といった慢心によって起きます。

安易な気持ちで利用するのではなく、高い安全意識を持って、しっかりと交通ルールを守って利用しなければなりません。

【参考情報】

自転車やバイクの交通違反には、反則金制度があり、反則金を納めれば刑事裁判にはなりません。自転車の交通違反には反則金制度がないため、取り締まられた場合には、犯罪として処分されることとなります。



【説明内容案】

☑次は、本日学ぶ5項目のうちの三つ目「危険予測・危険回避」です。

自転車を利用する際、道路には様々な危険が潜んでいます。

そこで、ここでは、具体的な場面設定を通じて、危険を予測し、それを回避するトレーニングをしてみましょう。

では、早速トレーニングを始めます。



【説明内容案】

☑最初の場面は、こちらです。

今、複数の車線がある比較的大きな交差点を自転車で直進しようとしています。ここではどのような危険があり、それを避けるために何をしなければならないのでしょうか？

この交差点は、☑一番左端のレーンが左折レーンになっています。自転車は、いつも車道の左端を通行しなければならないので、この交差点では、☑左折レーンを直進しなければなりません。左折レーンを直進する場合、自転車も左折すると思い込んだ左折自動車に巻き込まれる可能性があります。

こうした場所では、特に後ろから来る自動車に注意しましょう。また、交通量が多い大規模な交差点で危険を感じる場合は、無理に車道を渡らず、自転車を押して横断歩道を渡るなどしましょう。

【ポイント】

時間に余裕がある場合は、従業員に危険を予測させた上で、何人かに予測した危険を発表させるなどしましょう。

【参考情報】

自転車事故の約7割が交差点で発生しています。交差点は人、自動車、自転車が交錯するので、事故の危険性が高まることをしっかりと教えましょう。



【説明内容案】

☑次は、こちらです。

今、この信号機のない見通しの悪い交差点を自転車で左に曲がろうとしています。ここではどのような危険があり、それを避けるために何をしなければならないでしょうか？

この場面では、☑歩行者や自動車の飛び出し、左折した先での歩行者や自転車の横断、後方からの自動車の接近などの危険を予測できます。

こうした危険を避けるためには、まず、☑一時停止の標識に従って、停止線の位置でしっかりと止まることが大切です。そして、先ほど学んだとおり、周囲の安全を確認した上で、交差点の左端に沿って、十分注意しながら曲がるようにしましょう。

【ポイント】

時間に余裕がある場合は、従業員に危険を予測させた上で、何人かに予測した危険を発表させるなどしましょう。

【参考情報】

自転車事故の約7割が交差点で発生しています。また、特に多いのが出会い頭の事故です。交差点は人、自動車、自転車が交錯するので、事故の危険性が高まるので、十分に安全確認をすることが大切であることを教えましょう。



【説明内容案】

☑最後はこちら、歩道を通行する場面です。

この歩道は、☑「自転車歩道通行可」の標識があり、自転車も歩道を通行することができます。

今、この歩道を自転車で通行しています。ここではどのような危険があり、それを避けるために何をしなければならないでしょうか？☑

この場面では、☑歩行者の急な方向転換や、☑建物からの飛び出しなどの危険を予測できます。

こうした危険を避けるためには、歩道ではすぐに止まれる速さで☑車道寄りを通行しましょう。また、歩行者の隣を通るときは安全な間隔を保ち、それができない場合は、自転車を降りて歩きましょう。ベルを鳴らして歩行者に道を譲らせてはいけません。

もしスピードを出したい場合は、車に気をつけて、車道を通行しましょう。

【ポイント】

時間に余裕がある場合は、従業員に危険を予測させた上で、何人かに予測した危険を発表させるなどしましょう。

また、歩道では、常に歩行者優先で、徐行や一時停止しなければならないことを強調して教えましょう。そして、歩行者を避けるために急に車道に降りた場合、車道を通る自動車と衝突するおそれがあることも理解させましょう。



【説明内容案】

☑次は、本日の4つ目の項目である「利用前の準備と事故時の対処」です。

これまでは、正に自転車を運転しているときに守るべき交通ルールや、場面場面で危険を予測したり、回避することなどをお話ししてきましたが、自転車を利用する前にも必要な準備があります。また、万一の事故に備え、事故が起きた場合の対処方法も知っておく必要があります。



【説明内容案】

☑まず、自転車を利用する前の準備についてです。

自転車を利用する前には、☑必ず点検整備をしましょう。自転車の点検整備をしっかりと行わないと、急にブレーキが効かなくなったりして、思わぬ事故に繋がります。そのため、ブレーキやライトなどに問題がないか確認するとともに、年に1回程度は、自転車店などで専門家に点検整備をしてもらいましょう。

また、自転車事故で亡くなられた方の多くは、頭を最もケガしています。☑そのため、自転車を利用する際は、ヘルメットを着用するようにしましょう。

【参考情報】

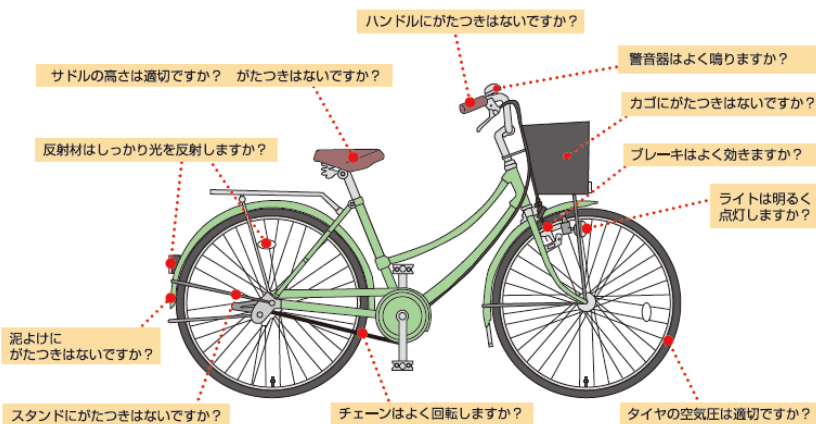
○点検整備

点検整備のポイントは、右図のとおりです。

○ヘルメットの着用

平成 28 年中に自転車利用中に亡くなられた方は 36 人ですが、そのうち 23 人、実に 6 割

以上の方が頭部を最もケガしています。このため、自転車条例第 19 条では、大人も子供もヘルメット等の安全に役立つ器具の利用が努力義務とされています。また、法第 63 条の 10 では、13 歳未満の子供を自転車に乗車させるときは、その子供にヘルメットをかぶらせることが努力義務とされています。





【説明内容案】

☑次は、事故が起きた場合の対処方法についてです。

事故を起こした場合は、次のように対応します。

まず始めに、人にぶつかったり、他人の物を壊した場合は、☑その状況を確認しましょう。

☑次に、けが人がいる場合は、きれいなハンカチ等で止血などの応急手当をします。また、必要に応じて、周りの人に助けを求めたり、救急車を呼んだりしましょう。

☑さらに、道路に倒れた自転車を移動したり、散乱した荷物などを片付けて、二次被害が起きないようにします。道路上では、周囲の車にも十分注意して、自分自身が事故に遭わないように注意しましょう。

☑また、必ず警察に通報しなければなりません。業務中である場合は、会社にも連絡しましょう。

【根拠法令】

交通事故による負傷者の救護義務：法第 72 条第 1 項

(違反に対する罰則：1 年以下の懲役又は 10 万円以下の罰金)

交通事故についての警察への報告義務：法第 72 条第 1 項

(違反に対する罰則：3 月以下の懲役又は 5 万円以下の罰金)



【説明内容案】

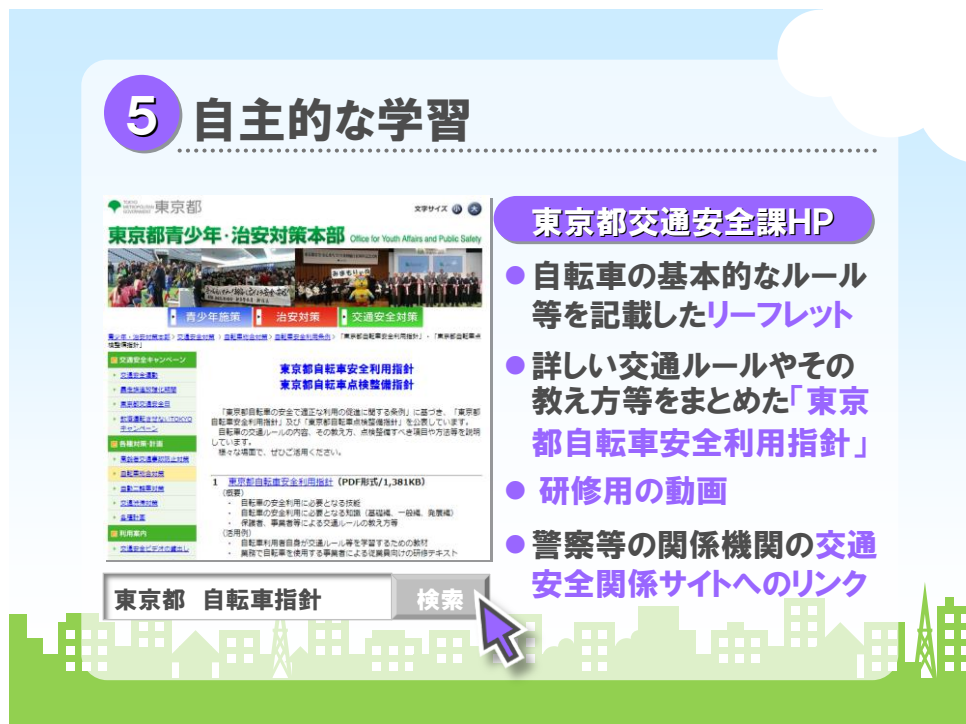
☑研修の最後は、「自主的な学習」についてです。



【説明内容案】

☑これまで、自転車事故の怖さや自転車事故を起こした場合に刑事責任や民事責任が問われること、また、基本的な交通ルールとして、「車道は左側通行、歩道は車道寄りを徐行」、「交差点ではしっかり安全確認をすること」などについて学んできました。しかし、一度しっかり研修を受けたとしても、時間が経つと学んだことを忘れてたり、また、法改正により交通ルールそのものが変わることもあります。

自転車を安全に利用するためにも、定期的に研修を受けたり、自分でも勉強するようにしましょう。



【説明内容案】

☑自主的な学習をする場合は、こちらの東京都の交通安全課のホームページなどをご覧ください。

東京都のページには、自転車の基本的なルール等を記載したリーフレットのほか、自転車に関わる細かな交通ルールなどをまとめた指針、研修用の動画や自転車に関するクイズも掲載されています。また、警察等の関係機関の関連ウェブサイトへのリンクも掲載されています。

これらのツールを、皆さん自身の学習はもちろん、ご家族への教育にも活用してみてください。

以上で、自転車安全利用研修を終わります。

【関連ウェブサイト】

○東京都青少年・治安対策本部

<http://www.seisyounen-chian.metro.tokyo.jp/kotsu/kakusyutaisaku/jitensha/seisaku-jyourei/jitensha-guidelines/index.html>

○警視庁

<http://www.keishicho.metro.tokyo.jp/kotsu/jikoboshi/bicycle/index.html>

○警察庁

<http://www.npa.go.jp/koutsuu/kikaku/bicycle/index.htm>