

ルールを守って安全に運転すれば、
自転車はもっと楽しくなる。

駐輪場にとめましょう



ヘルメットをかぶりましょう



交差点をわたる時は左右確認



道路は左側を走りましょう



しっかりルールと
マナーをまもろう！

すべての人が、安心・安全に
自転車を楽しめる世の中をつくる

エシカル・サイクルは、多くのひとに
正しい自転車のルールや知識を伝えることで、
誰もが安心して自転車に乗れる世の中をつくるための活動をしています。



一般社団法人 エシカル・サイクル | エシカルサイクル | 検索 | 〒604-8176 京都市中京区両替町通 御池上ル龍池町449-1

M アーキエムズグループはエシカル・サイクルを応援しています。

平成29年5月発行 京都市印刷物 第293034号

京都市建設局自転車政策推進室

監修：多賀一雄 イラスト：カズマコージ デザイン：HON DESIGN



のろう！じてんしゃ
もまなべばもたのしい！



Enjoy
自転車 life
in Kyoto



京都市の自転車政策に関することは、[京都市サイクルサイト](#)

検索





さあ、 自転車に乗ろう

自転車を 点検しよう

サドル
反しゃ板
後ろブレーキ
スタンド
チェーン
ペダル



ヘルメット
ベル

ブレーキレバー
ブレーキがちゃんときくかどうか

前ブレーキ

ライト
電球が切れていないかどうか

タイヤ
みぞがすりへっていないかどうか

空気ベン
空気がちゃんと入っているかどうか

カギ



保護者の方へ

- お子さまが乗る自転車は必ずブレーキのききやライト、空気圧などの点検をしてください。できればお子さまと一緒に点検して、習慣づけましょう。
- 定期的に自転車販売店などで、点検・整備をもらい、安全な自転車でお子さまを事故から守りましょう。



ヘルメットを かぶろう

ヘルメットはみんなの大切な頭を守ってくれるよ。だから自転車に乗るときはかならずヘルメットをかぶろうね。

- 自分の頭の大きさにあったヘルメットをかぶろう。
- あごひもをしっかりしめよう。

サンダルやすぐにぬげてしまうクツはあぶないよ!

小さい...

身体にあった 自転車に乗ろう

大きいよー!



おうちの人といっしょに自転車をチェックしよう

2

自転車に乗るとき のやくそく



歩道は歩く人の道

歩道では、
歩く人に
やさしくしよう!

★人が多
いときは
自転車
をおりて
おして
歩こう。

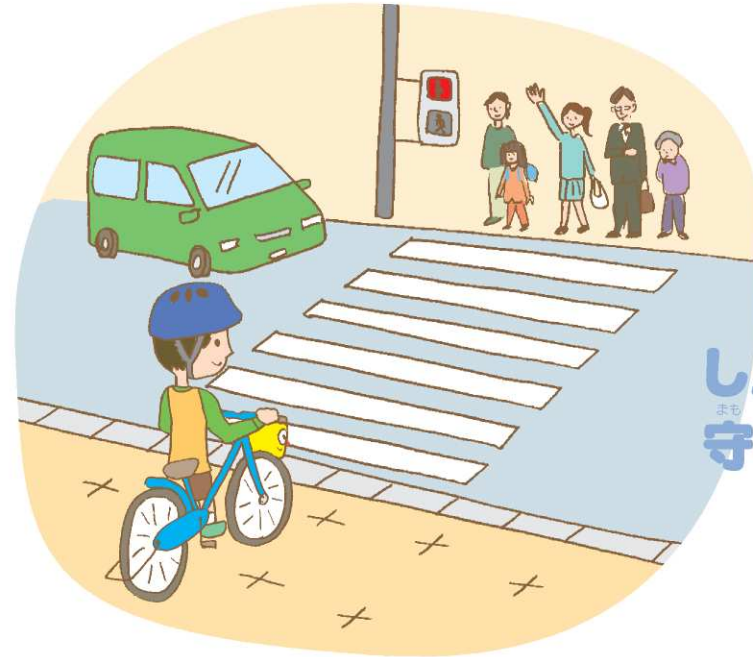


子どもは、歩道で自転車に乗ってもいいんだよ。
でもね、本当は歩道は歩いている人の道なんだ。
おじいさんやおばあさん、みなさんよりも、もっと小さな子どもも歩いている道。
自転車であぶない運転をしていると、人にけがをさせてしまうこともあるんだよ。
だから、自転車に乗るときは、守ってほしいやくそくがあるんだ。

「3つの左」を守ろう

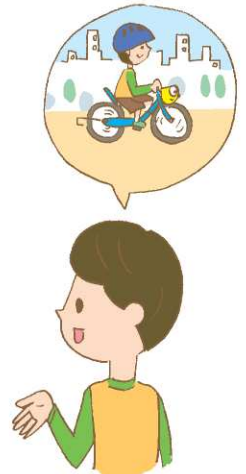


- ① 左がわから乗ろう
- ② 道路では左がわを
通ろう
(歩道を通るときは車道がわ)
- ③ 左がわにおりよう



しん号を
守ろう

自転車で出かけるときは、
おうちの人に前もって
つたえよう





自転車には 正しく乗ろう!

自転車は クルマのなかま

自転車の
乗るとき、
みんなは自転車の運転手。
クルマの運転手と同じように
交通ルールを
守らないといけないんだよ。



歩道で 自転車に乗るときは、 車道がわを過ろう



歩道がないときは、
道路の左がわを
通ってね



暗くなりはじめたら
ライトをつけよう

自転車は、
決められた場所に
正しくとめよう



道路でやってはいけないこと

ふたりの 二人乗り

★あぶないので
やめようね。



とも 友だちとのきょう走

★スピードが出すぎて
とてもキケンだよ。



よこ 横にならんで走る

★まわりの人の
じゃまになったり
ぶつかったりするよ。



4



道路デビュー

～道路ではクルマから自分を守ろう～

しん号のない交差点では

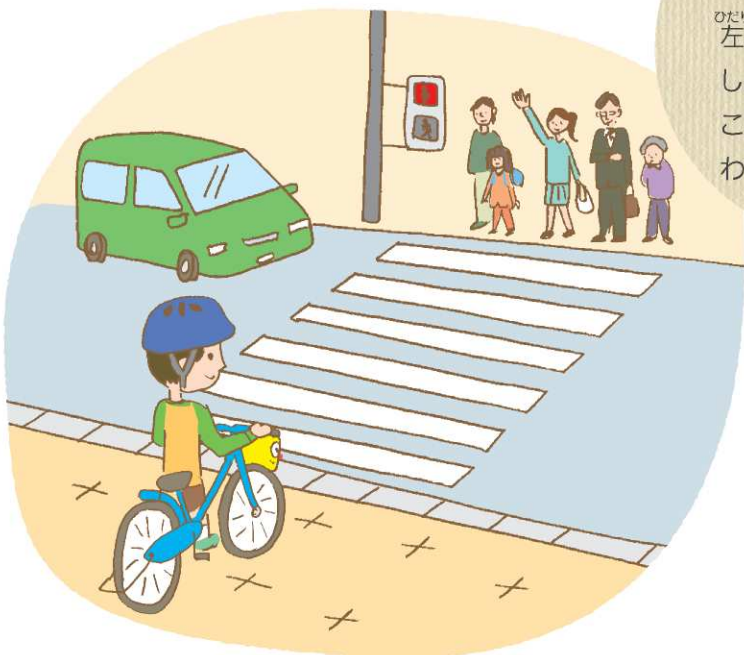
- かならず止まって前・後ろ、
みぎ ひだり あんげん
右・左の安全をたしかめてからわたろう。

しん号のある交差点では

- しん号を守ろう (わたってよいのは青しん号のときだけ)。
あおいろの子カチカ (点めつ) は黄色と同じでわたってはいけないよ。
- 青しん号でも右・左をたしかめよう。
- 人がわたっているときは、自転車をおりてわたろう。



ひだり え
左の絵のような
しん号がないところでは、
このしん号を見て
わたってね。



とび出しキケン!



とび出したら
クルマにぶつかるよ

て ぎょう だ かつ 手しん号の出し方





クイズで学ぼう

1 道路で見かけるひょうしきの意味がわかるかな？



A 意味 ()

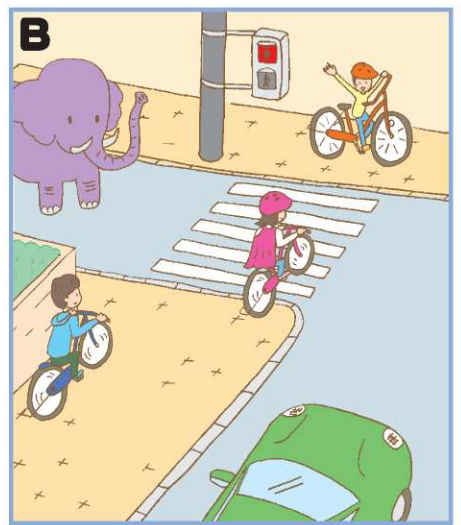
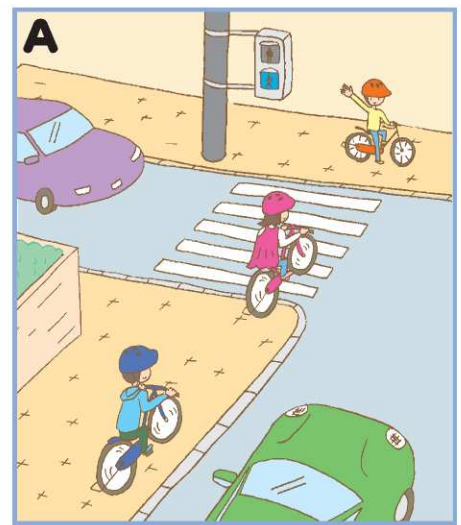


B 意味 ()



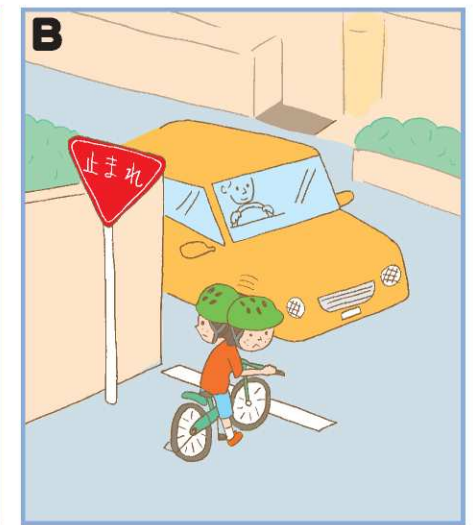
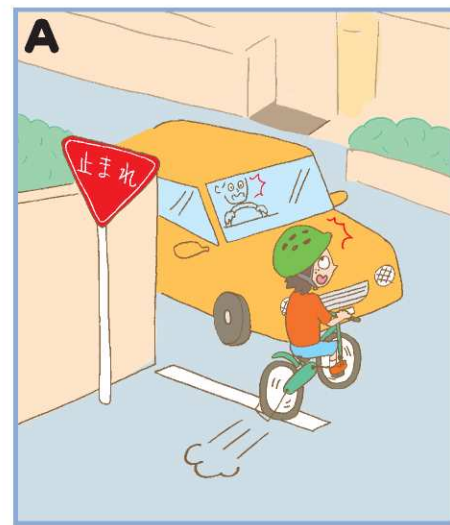
C 意味 ()

2 Bの絵にはまちがいが5コあるよ。



3 どちらが正しい？

(AとBのどちらか正しい方をえらんでね)



6

子ども乗せ自転車の 乗り方の注意点

(電動アシスト・幼児2人同乗を含む)

保育園・幼稚園の送り迎え時は、時間にゆとりを持ちましょう。
大切な子どもの命を運んでいるということを、忘れないようにしてください。

乗せる前に

- 子ども同乗は5歳まで。
- 年齢と体重に合ったシートに乗せましょう。
- 子どもにはヘルメットとシートベルトを必ず着用してください。

運転中は

- スピードの出しすぎに注意しましょう。
- ながら運転は禁止です。
(電話をしながら、音楽を聴きながら、傘をさしながらなど)

駐輪するときは

- 子どもを乗せたまま、自転車から離れるのは絶対にやめましょう。
- 鍵をかけ忘れないように!

自転車協会の「BAA」マークや「幼児2人同乗基準適合車」などの基準に合った自転車を選びましょう。



乗る時 荷物が先、子どもが後

降りる時 子どもが先、荷物が後

※子どもを乗せた状態で転倒すると、子どもの頭が地面にぶつかる可能性があり、とても危険です。

荷物を載せるときの注意点

高さ

荷物を載せたときに地面から2mを超えないこと

長さ・幅

カゴ等の積載装置から左右各15cmを超えないこと

重さ

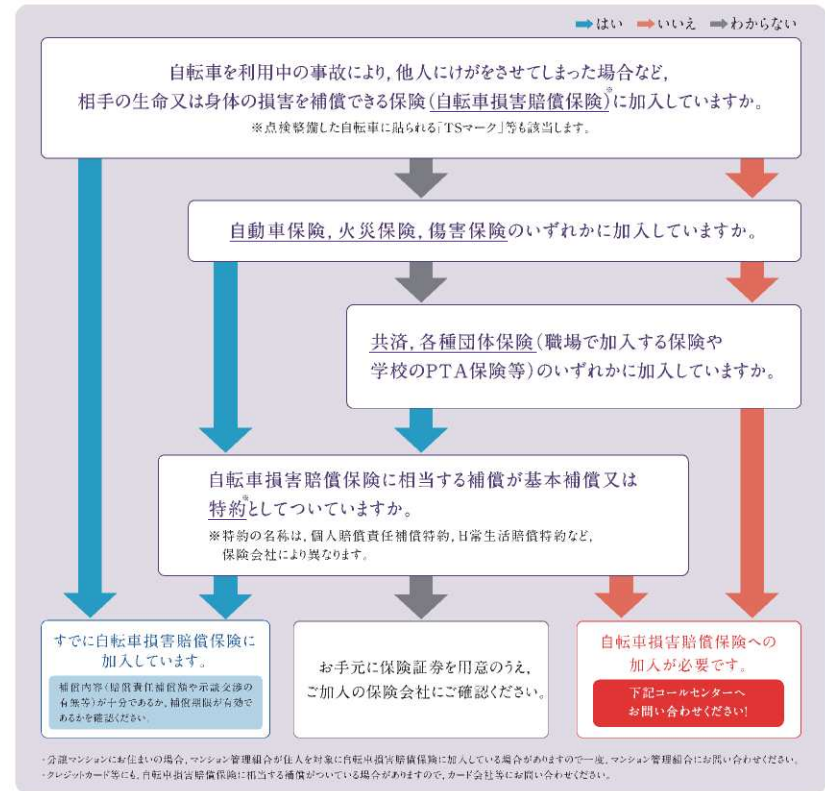
30kgを超えないこと

7

京都は、平成30年4月から 自転車保険の加入が義務化

子どものためにも必ず自転車保険に加入をしてください。

以下のチェックシートで、
自転車保険への加入状況をご確認ください。



きょうと自転車保険専用コールセンター(通話料金がかかります。)

0570-001-382

午前9時～午後6時
(土日祝及び年末年始を除く)

※IP電話や一部携帯電話をご使用の場合、つながらない事がありますので、その時は、018-803-7765におかけください。

さらに詳しい情報はホームページをご確認ください

京都市サイクルサイト

検索

親の責任

子どもの自転車の安全利用の責任は親にあります。大切なお子さまの命を守るために、正しいルール等を伝えてください。

自転車屋さんと上手に付き合う

自転車販売店と相談して、お子さまの身体に合った自転車を選んでください。

交差点に注意

自転車事故の多くは、生活道路の交差点で起こる出会いがしら事故です。自宅周辺の通り慣れた道であっても、スピードを出さず、交差点では必ず一旦停止して、前後左右の安全確認を行ってから通行するよう、お子さまに伝えてください。

怖い自転車事故

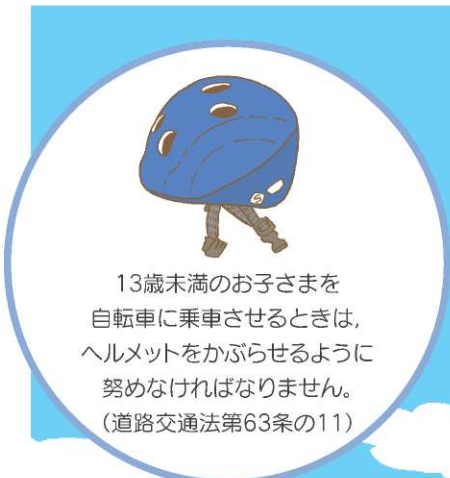
自転車事故では、子どもは被害者になるだけでなく加害者にもなり、高額な賠償事例も発生しています。歩道上で起きた歩行者対自転車の事故では、ほぼ100%自転車に過失責任が問われます。歩道を通る際は、歩行者に気をつけて車道寄りをゆっくりとしたスピードで通行するよう、お子さまに伝えてください。

自転車保険義務化

京都では、平成30年4月から、自転車保険に加入することが、自転車利用者に義務付けられます（事業者は平成29年10月から）。万が一に備えて自転車保険に加入しましょう。

自転車は車道走行が原則

歩道の自転車通行は、①自転車の歩道通行可の標識があるとき、②自転車の運転者が13歳未満の子どもや70歳以上の高齢者、身体の不自由な方の場合、③車道を安全に通行できないやむを得ない場合に限られています。13歳になったら、車道（の左側）を走行するようお子さまに伝えてください。



13歳未満のお子さまを自転車に乗車させるときは、ヘルメットをかぶらせるように努めなければなりません。（道路交通法第63条の11）



大人が身をもって

子どもに教えてください。

子どもは大人をみています。

本当に大切なのはマニュアルよりも

親の…大人の…背中です。



一般の方のルールなどに関しては「Enjoy 自転車 life in Kyoto（一般向け）」をご覧ください。

5 クイズで学ぼう！（9～10ページ）の答え

- A** 「一時てい止」…かならず一度止まって右左の安全をたしかめよう。
いちじ し いちどと みぎひだり あんぜん

B 「自転車および歩行者せん用」…歩行者と自転車だけが通れる道路だよ。
じてんしゃ および ほんこうしゃ せんよう ほんこうしゃ じてんしゃ とお どうろ

C 「自転車通行止め」…自転車は通れないよ。
じてんしゃつうこうと じてんしゃ とお
- 上 A 下 B**
うえ した

