

令和6年11月

自転車の安全利用 指導マニュアル



三重県警察本部

- 目 次 -

- ★ 自転車ってどこを走ればいいのか? 1
 - 1 車道通行の原則
 - 2 路側帯の通行
 - 3 普通自転車専用通行帯の通行
 - 4 自転車道の通行
 - 5 歩道の通行方法

- ★ 交差点はどこを走ればいいのか? 4
 - 1 信号機がある交差点
 - 2 信号機のない交差点

- ★ 自転車に関すること 10
 - 1 普通自転車とは
 - 2 並進走行の禁止
 - 3 夜間のライト点灯義務
 - 4 傘さし運転の禁止
 - 5 イヤホーンの使用の禁止
 - 6 携帯電話使用等の禁止
 - 7 警音器の使用義務と乱用の禁止
 - 8 自転車の乗車人員について
 - 9 自転車乗車用ヘルメット着用の努力義務
 - 10 酒気帯び運転等の禁止

- ★ 自転車の安全な乗り方 16
 - 1 からだに合った自転車に乗る
 - 2 タイヤの空気圧の点検
 - 3 ブレーキのかけ方
 - 4 踏切のわたり方

- ★ 自転車運転者講習制度について 17
 - 1 自転車運転者講習とは
 - 2 自転車運転者講習の対象となる危険行為 16項目
 - 3 講習の目的

- ★ 自転車保険に加入しましょう 19

- ★ 自転車安全利用五則 21