

① 自転車は車道が原則、歩道は例外

歩道と車道の区分があれば自転車は、車道を通行するのが原則。「自転車通行可」の標識のある歩道は、普通自転車も通行できます。  
・13歳未満、70歳以上、その他やむを得ない場合



【罰則】3ヶ月以下の懲役又は5万円以下の罰金

② 車道は左側を通行

自転車は道路の左端によって通行しなければなりません。



【罰則】3ヶ月以下の懲役又は5万円以下の罰金

③ 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行

歩道は歩行者が優先です。歩行者の通行を妨げる場合は一時停止しなければなりません。



【罰則】2万円以下の罰金又は科料

④ 子供はヘルメットを着用

児童・幼児の保護責任者は、乗車用ヘルメットを児童・幼児にかぶらせるようにしましょう。



⑤ 安全ルールを守る

■ 二人乗りは禁止

6歳未満の子どもを1人乗せるなどの場合を除き、二人乗り禁止。

【罰則】2万円以下の罰金又は科料

■ 夜間はライトを点灯

夜間は、前照灯及び尾灯(又は反射器材)をつける。

【罰則】5万円以下の罰金

■ 並進は禁止

「並進可」標識のある場所以外では、並進禁止。

【罰則】2万円以下の罰金又は科料

■ 飲酒運転は禁止

自転車も飲酒運転は禁止。

【罰則】5年以下の懲役又は100万円以下の罰金 ※酒に酔った状態で運転した場合

■ 信号を守る

信号を必ず守る。「歩行者・自転車専用」信号機のある場合は、その信号に従う。

【罰則】3ヶ月以下の懲役又は5万円以下の罰金

■ 交差点での一時停止と安全確認

一時停止の標識を守り、狭い道から広い道に出るときは徐行。安全確認を忘れずに。

【罰則】3ヶ月以下の懲役又は5万円以下の罰金

■ 改正道路交通法の遵守

自転車運転者講習受講制度(H27.6.1～施行)法で定める危険行為(該当14項目)を反復(3年以内に2回以上)で受講命令。

【罰則】受講命令に従わないとき5万円以下の罰金



地図の使い方とツーリングの注意点

① 初心者のツーリング距離は約30km以内に!!

余裕のあるツーリングの速度は「約15km/h」と言われています。無理せず、2時間程度で完走できる計画を立てましょう。



■ ツーリングにTラインルートマップを使ってみよう。

Tラインの各拠点施設の間隔はおよそ15km以内となっています。ツーリング計画の目安にしてみましょう。

■ おすすめ初心者向けコースはHPでチェックできます。

徳島県 Tラインおすすめコース 検索



② 危険箇所・迷いやすい箇所は事前にチェック

Tラインルートマップでは、危険箇所・迷いやすい箇所などが示されています。ツーリング前に確認しましょう。マップの最新情報や詳細を知りたい方はHPの詳細地図を参考にしてください。迷ってみるのも楽しいかもしれませんが…。

徳島県 Tラインマップ 検索



③ 自宅を出発してから自宅へ到着するまでを考えて

拠点施設の到着に時間がかかり、ツーリングを終えるまでに日が暮れてしまうことも…。自宅出発から自宅到着までの計画を立てましょう。

④ ツーリングは自己責任で

ツーリングは、途中で中止することも難しいので体調管理・十分な準備をして、安全運転で完走できるようにしましょう。

危険を感じたら、無理せず止まって安全を確保しましょう。

自転車情報の宝庫・自転車店に相談しよう

快適なツーリングには、目的にあった自転車選びや適切な乗り方が大変重要です。

TSマークのついた自転車店なら、自身のサイクリングレベルや目的にあった自転車や乗り方、サイクリングのトラブル対応法など親切に教えてくれます。



サイクリングには必要! 「安全性の高い自転車と保険」

BAA・SBAA・SBAA PLUSとは

自転車業界の安全性の高い自主基準に適合した自転車に貼付されるマークです。一般自転車はBAA、スポーツ用自転車ではSBAA・SBAA PLUSが適用されます。



BAAマーク



S BAAマーク



S BAA PLUSマーク

自転車協会

検索



自転車に関する保険には

自転車総合保険やTSマーク付帯保険があります。



TSマーク付帯保険とは、保険有効期間中のTSマーク貼付自転車に搭乗中している人が対象となります。補償は、自転車搭乗者への「傷害補償」と自転車搭乗者が第三者に傷害を負わせてしまった場合の「賠償責任補償」があります。

日本交通管理技術協会 検索

