

# 「りんりんつくば」を目指して

つくば市では、環境に優しく、健康増進にも繋がる自転車を市内の重要な交通手段の一つとして位置づけ、クルマから自転車への交通手段転換を推進しています。自転車を安全・快適に利用するための意識啓発や自転車利用環境の整備を進め、地域資源の活用などを通じて、自転車を利用する多様なライフスタイル「りんりんつくば」を実現していきます。

ここでは、ルールを知り、万が一に備え、しっかりと点検をして快適な自転車ライフを送るための情報をご紹介します。

詳しくは



## 自転車安全利用五則

### 1 自転車は車道が原則、歩道は例外

自転車は車の仲間です。歩道と車道の区別のある場所では車道を通行しましょう

〈例外として歩道通行できる場合〉

- 道路標識や道路標示などによって歩道通行が可能なき
- 運転者が13歳未満の子どもや70歳以上の入または車道通行に支障がある身体の不自由な人であるとき
- 安全上やむを得ないとき

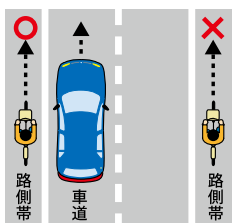


### 2 車道は左側を通行

自転車は道路の左側端に寄って通行しましょう

〈路側帯の通行方法〉

自転車が路側帯を通行する場合は左側の路側帯を通行しなければなりません(右側にある路側帯は通行できません)



路側帯とは…歩道のない道路等で、歩行者が通行するために設置された、道路表示(白線)によって区分された部分のことで、歩行者の通行を妨げない場合は、自転車も通行できます。

### 3 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行

- 歩道では車道寄りを、すぐに止まれる速度で通行しましょう
- 歩行者の通行を妨げるときは、一時停止をするか自転車から降りて歩いて歩きましょう

### 4 安全ルールを守る

- ◎飲酒運転の禁止  
自転車は車の仲間です。お酒を飲んだら乗ってはいけません
- ◎二人乗り・並進の禁止
- ◎夜間はライト点灯  
ライト及び反射材をつけましょう
- ◎信号を守る
- ◎交差点での一時停止と安全確認  
一時停止のある場所、見通しの悪い交差点では、停止線の直前で必ず止まり、左右を確認しましょう
- ◎ながら運転の禁止  
携帯電話等を操作しながらの運転  
イヤホン・ヘッドホンをして音楽を聴きながらの運転

### 5 子どもはヘルメットを着用

子どもの命を守るのは、大人の責任です!



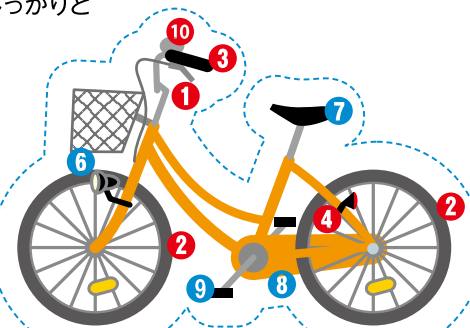
交通事故を防ぐために、自転車の点検整備をしましょう。

点検をする部分は「ブタハシャベル」と覚えておこう。

ブレーキ・タイヤ・ハンドル・シャイター・ベル



- 1 ブレーキ → 前輪ブレーキ、後輪ブレーキともよくきくか。
- 2 タイヤ → 適度に空気が入っているか。すり減っていないか。
- 3 ハンドル → 前の車輪と直角に固定されているか。
- 4 反射器材 → 付いているか。後方や側方からよく見えるか。
- 5 車体全体 → 全体の破損や変形がないか。
- 6 前照灯 → 電球が切れていないか。明るいか。
- 7 サドル → 適切な高さにしっかりと固定されているか。
- 8 チェーン → 緩みすぎているか。
- 9 ペダル → 曲がっていないか。滑りやすくなっていないか。
- 10 ベル → よく鳴るか。



自転車事故  
自分自身とみんなの安全のために!

子どもは飛び出し、中学生は急な車線変更や後方不注意による自転車と歩行者、自転車とクルマの事故が増加しています。自転車が走行可能な空間においても、歩行者やクルマへの配慮と注意をしながら走るようにしましょう。また、自転車での事故の場合、頭部の損傷で亡くなる方が6割以上を占めています。自転車用のヘルメットを着用するように心がけてください。



安全



### 青色TSマーク(第一種点検整備済TSマーク)



傷害補償 ○入院15日以上 一律1万円  
○死亡、重度後遺障害(1~4級) 一律30万円

賠償補償 ○死亡、重度後遺障害(1~7級) 限度額1,000万円

### 赤色TSマーク(第二種点検整備済TSマーク)



■平成29年10月1日以降に貼付した赤色TSマークの補償内容

傷害補償  
○入院15日以上 一律10万円  
○死亡、重度後遺障害(1~4級) 一律100万円  
賠償補償  
○死亡、重度後遺障害(1~7級) 限度額1億円  
被害者見舞金  
○入院15日以上 一律10万円

■平成29年9月30日までに貼付した赤色TSマークの補償内容

傷害補償  
○入院15日以上 一律10万円  
○死亡、重度後遺障害(1~4級) 一律100万円  
賠償補償  
○死亡、重度後遺障害(1~7級) 限度額5,000万円