

もう一度確認してみましょう

守りましょう！ 自転車の交通ルール

🚨 「歩行者・自転車専用」の表示がない場合
車両用の信号に従わなければいけません

※ただし、歩道を走っているときは歩行者用の信号に従う



🚨 道路標識・標示に従い、一時停止やすぐに停止できるような速度で通行するなどして、安全を確認しなければいけません



🚨 車道と歩道の区別のある道路では、原則として、車道を通行しなければいけません



歩道を通行する場合は、車道寄りを安全な速度で通行し、歩行者の通行を妨げるおそれがあるときは、止まらなければいけません。

🚨 右折する場合は、図のような方法で右折しなければいけません



歩道を通行することができる場合



歩行者優先

- 道路標識により自転車が歩道を通行することができるかとされているとき
- 13歳未満の子供や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とき

- 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とき





これはダメ ぜったいやめよう! やめさせよう!

- ❗ 他の自転車と並んで走行してはいけません



- ❗ 自転車で二人乗りをしてはいけません



- ❗ スマートフォン等の画面を見ながら運転してはいけません



- ❗ 傘差し運転をしてはいけません



- ❗ 飲酒運転は禁止です



- ❗ 夜間や暗い場所では前照灯を点灯させなければいけません



自転車利用中の対人賠償事故に備える保険等[※]に加入している必要があります!! (令和2年4月1日～)

自転車利用中に事故を起こした際には、自分がけがをするだけでなく、相手にけがなどをさせることがあります。万が一に備えて、保険等に加入している必要があります。

※自転車の利用によって生じた損害を賠償するための保険・共済

- 自転車利用者は、自転車の利用によって生じた他人の生命又は身体の損害を賠償する保険等に加入しなければなりません。(東京都自転車安全利用条例第27条)

- 保護者の方は、未成年のお子さんが自転車を利用するときは、自転車の利用によって生じた他人の生命又は身体の損害を賠償する保険等に加入しなければなりません。(東京都自転車安全利用条例第27条の2)

自転車利用中の対人賠償事故に備える保険等は、傷害保険、火災保険、自動車保険等の特約として契約することもできます。また、コンビニエンスストアやインターネット等を利用して手軽な手続で加入できる自転車向け保険もあるほか、点検整備された自転車の車体に付帯された保険(TSマーク付帯保険)もあります。既に加入している保険等に補償が付いている場合もありますので、確認してください。詳細は、保険会社や保険代理店にお問い合わせください。

自転車側が加害者になった賠償責任の例

男性がタワ。ペットボトルを片手に下り坂をスピードを落とさず走行して交差点に進み、横断歩道を横断中の女性(38歳)と衝突。女性は脳挫傷等で3日後に死亡した(約6,700万円)。(東京地裁。平成15年9月30日判決)



ヘルメットをかぶりましょう

- 保護者の方は、13歳未満の子供に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)
- 自転車利用者は、年齢を問わず、ヘルメット等の着用に努めるものとされています。(東京都自転車安全利用条例第19条)

点検整備をしましょう

自転車は日常的に点検整備しましょう。また、年に一回程度は自転車店等で点検整備してもらいましょう。





自転車利用者の皆さんへ

))) 自転車も取締りの対象です

もう一度確認してみましょう

守りましょう! 自転車の交通ルール

自転車安全利用五則 自転車安全利用五則とは、自転車に乗るときに守るべきルールのうち特に重要なもの

1 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先

歩道を通行する場合は、車道寄りを安全な速度で通行し、歩行者の通行を妨げるおそれがあるときは、止まらなければいけません。



歩道を通行することができる場合

- 13歳未満の子供や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とき
- 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とき



歩行者優先

- 道路標識により自転車が歩道を通行することができるとき

2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

「歩行者・自転車専用」の表示がない場合
車両用の信号に従わなければいけません

ただし、歩道を走っているときは歩行者用の信号に従う



「歩行者・自転車専用」の表示がある場合
歩行者用の信号に従わなければいけません



右折する場合は、
図のような方法で
右折しなければいけません



3 夜間はライト点灯



4 飲酒運転は禁止



酔い状態での運転だけでなく、酒気帯び運転や酒類の提供、同乗、自転車の提供も罰則の対象です
※飲酒運転の罰則は、令和元年（平成31年）から改正されています



5 ヘルメットを着用

自転車に乗るすべての人は
ヘルメットの着用が
努力義務です

自転車死亡事故の約65%が
頭部に致命傷を受けています。
※警察庁の統計（令和元年～令和5年）



これはダメ ぜったいやめよう! やめさせよう!



自転車で
二人乗りをしては
いけません



他の自転車と並んで
走行してはいけません



傘差し運転を
してはいけません



スマートフォン等の
画面を見ながら
運転してはいけません

運転しながら手にもって通話したり、画面を注視する行為は罰則の対象です。自転車に取り付けたスマホであっても、運転中の画面注視は禁止です。



イヤホン・ヘッドホン等
を使用して、まわりの音が
聞こえない状態で
運転しては
いけません



道路標識・標示に従い、
一時停止やすぐに停止できるような速度で
通行するなどして、
安全を確認しなければいけません



自転車利用中の対人賠償事故に備える保険等^{*} に加入している必要があります!!

自転車利用中に事故を起こした際には、自分がけがをするだけでなく、相手にけがなどをさせることがあります。万が一に備えて、保険等に加入している必要があります。
※自転車の利用によって生じた損害を賠償するための保険・共済

- 自転車利用者は、自転車の利用によって生じた他人の生命又は身体の損害を賠償する自転車損害賠償保険等に加入しなければなりません。
(東京都自転車安全利用条例第27条)
- 保護者の方は、未成年のお子さんが自転車を利用するときは、自転車の利用によって生じた他人の生命又は身体の損害を賠償する自転車損害賠償保険等に加入しなければなりません。
(東京都自転車安全利用条例第27条の2)

自転車利用中の対人賠償事故に備える保険等は、傷害保険、火災保険、自動車保険等の特約として契約することもできます。また、点検整備された自転車の車体に付帯された保険(TSマーク付帯保険)もあります。既に加入している保険等に補償が付帯している場合もありますので、確認してください。詳細は、保険会社や保険代理店等にお問い合わせください。

自転車側が加害者になった高額賠償事例

男性が夕方、ペットボトルを片手に下り坂をスピードを落とさず走行して交差点に進入。横断歩道を横断中の女性(38歳)と衝突。女性は脳挫傷等で3日後に死亡した(約6,700万円)。(東京地裁、平成15年9月30日判決)



点検整備をしましょう

自転車は日常的に点検整備しましょう。また、年に一回程度は自転車店等で点検整備してもらいましょう。



自転車のルール・マナーをもっと詳しく学びたい方は… 東京都自転車安全学習アプリ「輪トレ」

アニメーション・CGで分かりやすく解説!

自転車走行のバーチャル体験が可能!

試験で合格証ゲット! 各種特典有!

スマホ・タブレットで利用可能! ダウンロードはこちら▲



自転車に乗る場合は、危険な走り方を避けるとともに、側方や後方の車の動きにも十分注意しましょう。

「東京都自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」(本文中は「東京都自転車安全利用条例」と表記)では、自転車損害賠償保険等への加入やヘルメットの着用などの規定を設けています。
令和7年3月発行 自転車安全利用普及啓発リーフレット
編集発行 東京都 お問い合わせ 電話 03-5388-3123

自転車ヘルメットの
大切さを動画でチェック!
「ヘルメットOK? かぶってGO!」





For Foreign Visitors & Residents

» Bicycles are now also subject to enforcement of traffic laws.

Did You Know? Japanese Traffic Rules & Manners

**Pedestrians on the right.
Cars and bicycles on the left.**

- Pedestrians walk on the right side of the road.
- Pedestrians use sidewalks or pedestrian zones if they are available.
- Cars and bicycles travel on the left side of the road.



**Wear a helmet
regardless of age**

About 65% of cycling fatalities are caused by head injuries.



Obey traffic lights and road signs.

Let's go !



Stop !



Stop sign



What to do in the event of a traffic accident.



① Stop your bicycle immediately.

② Move your bicycle to the roadside. Do not block traffic.

③ Call an ambulance (dial 119) if someone is injured. Give emergency aid until the ambulance arrives. However, do not try to move the injured person.

Call the police (dial 110). Never leave the scene of an accident. You are obliged to explain to the police how the accident happened.

Dial "119" and "110"

Let's review traffic rules & manners for bicycles

As a general rule, bicycles travel on the road.
(Bicycles on sidewalks are allowed only as exceptions to the rule)
Violations may be subject to imprisonment of up to 3 months or a fine of up to 50,000 yen.

Travel on the left side of the road.
Violation may be subject to imprisonment of up to 3 months or a fine of up to 50,000 yen.

~Cases where bicycles are allowed on sidewalks~

① Where designated by road signs or road markings



② When the cyclist is:

- A child under 13 years old
- A person 70 years old or older
- A person with a physical disability



③ When otherwise unavoidable to ensure your own safety



Pedestrians have the right of way on sidewalks.
Ride slowly, staying on the side closer to the roadway.

When on the sidewalk, proceed at a speed that will allow you to stop immediately. Stop whenever there is a possibility of blocking pedestrian passage.

Violations may be subject to a fine of up to 20,000 yen or a minor fine.

Obey the safety rules.

Drunk riding



Penalty:
Imprisonment of up to 5 years or fine of up to 1,000,000 yen



Riding with a passenger



Penalty:
Fine of up to 20,000 yen or minor fine



Riding side by side



Penalty:
Fine of up to 20,000 yen or minor fine



Riding at night without a light



Penalty:
Fine of up to 50,000 yen



Ignoring traffic lights



Penalty:
Imprisonment of up to 3 months or fine of up to 50,000 yen



Failing to stop



Penalty:
Imprisonment of up to 3 months or fine of up to 50,000 yen



Using a mobile phone while riding



Penalty:
Imprisonment of up to 6 months or fine of up to 100,000 yen



Using an umbrella while riding



Penalty:
Fine of up to 50,000 yen



Wearing headphones or earphones while riding



Penalty:
Fine of up to 50,000 yen



Take out insurance in case of a bicycle accident.

The Tokyo Metropolitan Government ordinance has been amended, making it mandatory from April 1, 2020 for all those who use bicycles to have insurance*.

Take out insurance to cover yourself in case of a bicycle accident.

*Accident insurance for liability coverage in the event of death or bodily injury to a third party caused when using a bicycle

To learn more about bicycle rules and manners... Rin-tore Tokyo Bicycle Safety Learning App

Clearly explained by animation and CG!

Learn from a virtual experience of bicycle riding!

Take a test to get certified!
Certification has various benefits!

Can be used from a smartphone or tablet. Download the app here →



When riding a bicycle, avoid dangerous riding behavior and also pay close attention to the movement of cars to your sides and behind you.

特定小型原動機付自転車
「特定原付」
電動キックボード等

交通ルールを 守りましょう



※イラストはイメージです。

最近はこんなタイプもあるよ!

(例)



「特定原付」かどうか
裏面で必ず確認しよう!

- ✓ **16歳未満は運転禁止**
- ✓ **自賠責保険**(共済)に加入する
- ✓ **ナンバープレート**をつける

✓ **ヘルメットを**
着用しよう(努力義務)

✓ **飲酒運転しない**

✓ **曲がる時はウィンカー**

✓ **運転中は携帯電話等を**
使用しない

✓ **車道か**
自転車道が原則

✓ **信号や標識を守る**

✓ **二人乗りしない**

✓ **道端などに**
放置しない

安全安心を推進する
マスコットキャラクター
みまもりいぬ



東京都の
HPはこちら



警視庁の
HPはこちら



「特定原付」を安全に乗るために



「特定原付」とは

- 車体は長さ190cm以下・幅60cm以下
- オートマ(AT機構)である
- 走行中に最高速度設定を変更できない
- 最高速度20km/h以下
- 原動機の定格出力は0.6kW以下
- 最高速度表示灯が備えられている

※令和6年12月22日まで経過措置があります。

左記を満たしていない場合、一般原動機付自転車等に分類され、車両区分に応じた交通ルールが適用されます。

区分	年齢制限	免許	ヘルメット	速度制限	走行場所	最高速度表示灯
一般原動機付自転車(従来の原動機付自転車)	16歳以上	必要	義務	30km/h(法定)	車道	—
特定小型原動機付自転車	16歳以上	不要	努力義務	20km/h(最高)*	車道・自転車道	緑色点灯
特例 特定小型原動機付自転車	16歳以上	不要	努力義務	6km/h(最高)*	車道・自転車道・特定の歩道	緑色点滅

※速度抑制装置で制限

切替可能な車両もあり(走行中は不可)

車道や自転車道を走ろう

車道と歩道または路側帯の区別があるところでは、**車道(もしくは自転車道)**を走行します。



信号や標識・
標示を必ず確認し
交通ルールを
守りましょう。

交差点での右折は
二段階で!



歩道通行は例外

「特定原付」のうち、「**特例特定原付**」のみ
自転車が通行可能な歩道に限り走行できます。
歩道は**歩行者優先**です。

注意

標識等で特例特定原付の通行が禁止される場合は除く



通行可能

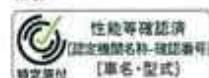


普通自転車等及び歩行者等専用

安全な車両に乗ろう

道路運送車両法の**保安基準に適合**した
車両であることを確認しましょう。

(例)



性能等確認済シール

交通違反の罰則例

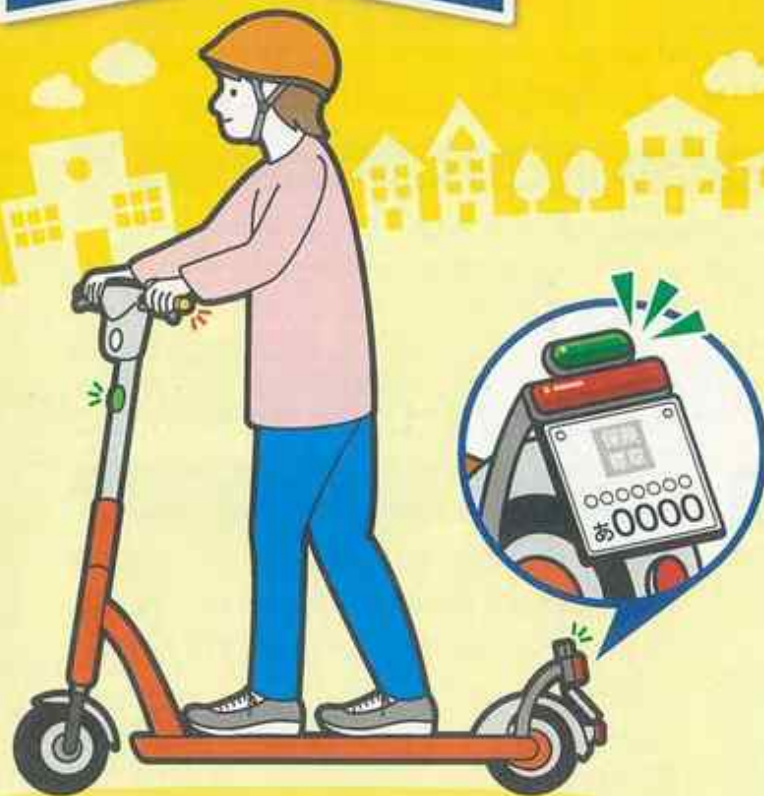
飲酒運転	5年以下の懲役または100万円以下の罰金等
信号無視	3ヶ月以下の懲役または5万円以下の罰金
歩行者を妨害	3ヶ月以下の懲役または5万円以下の罰金
歩道通行*	3ヶ月以下の懲役または5万円以下の罰金

※特例特定小型原動機付自転車の基準を満たす場合で、普通自転車等及び歩行者等専用標識がある場合は除かれます。

Specified Small Motorized Bicycles

e.g. Electric Scooters

Follow traffic rules



*Image for illustrative purposes only.

Here are some recent models!



Is yours one?
Check the back of this flyer!

✓ Riding under the age of 16 is **prohibited**

✓ Obtain **compulsory automobile liability insurance**

✓ Attach a **license plate**

✓ Wear a **helmet**
(strongly encouraged but not mandatory)

✓ No riding under the influence of alcohol

✓ Use turn signals

✓ No cell phone use or other distractions while riding

✓ Ride on roadways or bike lanes, as a general rule

✓ Follow traffic signals and signs

✓ No tandem riding

✓ No leaving vehicles unattended on the roadside, etc.

Mimamorlinu
Mascot promoting
safety and security



Tokyo
Metropolitan
Government
Website

Metropolitan
Police
Department
Website



TOKYO
METROPOLITAN
GOVERNMENT

Safety Guidelines for Riding Specified Small Motorized Bicycles

Check these out!



Criteria for Specified Small Motorized Bicycles

- Up to 190cm in length and 60cm in width
- Automatic transmission
- Top speed cannot be adjusted while in motion
- Max speed of no more than 20km/h
- Motor power rating of no higher than 0.6kW
- Equipped with a max speed indicator light

*Transitional measures in effect until December 22, 2024.

Vehicles that do not meet all of the listed criteria are classified as general motorized bicycles or motor vehicles and are subject to traffic rules according to their vehicle classification.

Classification	Age Restriction	License Needed?	Helmet	Speed Limit	Lane Use	Max Speed Indicator Light
General Motorized Bicycles (formerly "Motorized Bicycles")	16+	Yes	Mandatory	30km/h (by law)	Roadways	—
Specified Small Motorized Bicycles	16+	No	Strongly Encouraged	20km/h (max)*	Roadways / Bike Lanes	Solid Green
Exceptional Specified Small Motorized Bicycles	16+	No	Strongly Encouraged	6km/h (max)*	Roadways / Bike Lanes / Designated Sidewalks	Flashing Green

*Controlled by speed limiting device

Some vehicles can switch between both (not while in motion)

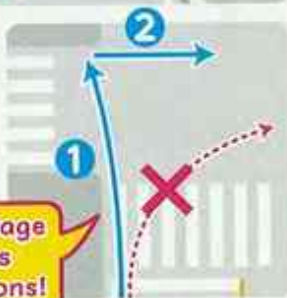
Ride on roadways and bike lanes

Ride on **roadways (or bike lanes)** in areas where the roadway is distinguished from a sidewalk or pedestrian shoulder.



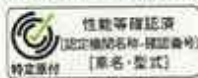
Always check traffic signals and signs, and follow traffic rules.

Make two-stage right turns at intersections!



Ride safe vehicles

Make sure your vehicle is **compliant with the safety standards** of the Road Transport Vehicle Act.
e.g. Performance certificates



Riding on sidewalks is the exception

Only scooters designated as **exceptional** specified small motorized bicycles may ride on **sidewalks permitting bicycle use**. **Pedestrians have right of way** on sidewalks.

Note: Excludes sidewalks where the passage of exceptional specified small motorized bicycles is **prohibited** by road signs, etc.



Bicycle and pedestrian use only

Traffic Violation Penalties

Riding under the influence of alcohol	Up to 5 years in prison or a fine of up to 1,000,000 yen, etc.
Ignoring a traffic signal	Up to 3 months in prison or a fine of up to 50,000 yen
Obstructing pedestrian traffic	Up to 3 months in prison or a fine of up to 50,000 yen
Riding on a sidewalk*	Up to 3 months in prison or a fine of up to 50,000 yen

*Excluding cases where the vehicle meets the criteria for an exceptional specified small motorized bicycle AND the sidewalk has a sign indicating bicycle and pedestrian use only.

Published by:

- Citizen Safety Promotion Division, Bureau of Citizens, Culture and Sports, Tokyo Metropolitan Government / TEL: 03-5388-3124
- Traffic Administration Division, Traffic Bureau, Metropolitan Police Department / TEL: 03-3581-4321

In cooperation with:



Micro-Mobility Promotions Council



Japan Electronic Mobility Promotion Association

Published September 2024