

シニアの  
皆さまへ

# 自転車の 安全利用アドバイス



Honda 自転車シュミレーター

こんな場面を見ませんでしたか？



危ない！



横からクルマや  
歩行者が……

2018年には、約1万7000人のシニア(65歳以上)の方が自転車事故にあっています(警察庁交通局資料)。自転車事故を減らすためには、皆さん一人ひとりが安全運転を心がけることが大切です。

## 日頃の自転車の運転を振り返ってみましょう！

### Check Point

- ☐ 交差点を横断する時や右左折する時に左右の安全確認をしていますか？
- ☐ 信号のない交差点を通過する時は、クルマや歩行者が飛び出してくることを予測していますか？
- ☐ 「止まれ」の標識がある場所では、一時停止して左右の安全確認をしていますか？
- ☐ 自転車を発進させる時や駐車車両を通過する時に後方の安全確認をしていますか？
- ☐ 道路を横断する時や歩行者が多い場所では、自転車を押して歩いていますか？

## 事故にあわないためのアドバイス

### アドバイス

# 1

## 交差点では横断する前に左右の安全確認をしましょう

### ここがポイント

信号機のある交差点では

- 青信号でも右左折してくるクルマがいる

道路信号機のない交差点では

- 自分が優先を走っていても、クルマや歩行者が飛び出してくることがある

「止まれ」の標識がある場所では

- 停止線の手前で一時停止



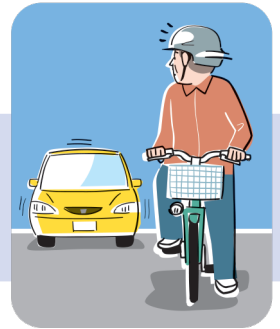
### アドバイス

# 2

## 自転車を発進させる時、進路を変更する時は、必ず後方の安全確認をしましょう

### ここがポイント

- 気づかぬうちにクルマが後方に接近している場合がある
- 必ず自分の目で後方を見てから、発進や進路変更する



### アドバイス

# 3

## 道路を横断する時は、横断歩道を押して渡りましょう

### ここがポイント

- 発進時はバランスをくずしやすく、加速に時間がかかる場合があるため、押して歩いた方がすみやかに横断できる
- 人の多い通りでは、自転車を押して歩けば歩行者の通行のさまたげにならず安全



### アドバイス

# 4

## 夜間、走行する時はライトを点灯しましょう また、反射器材が取り付けられているか確認しましょう

### ここがポイント

- 周囲にいるクルマや歩行者に自分の存在を知らせることができる
- 夜間は服装も明るい色のものを着用するのが安全

