

# 自転車安全チェックリスト

自転車を安全に乗る為、このチェックリストをお子様と一緒に確認してみましょう。備えあれば憂いなしです。

## チェックリスト1

### 乗る前の車体の点検…「ブタはしゃべる」



- ブ** ブレーキは前後とも利く？
- しゃ** 車体に亀裂が入っていない？  
車体やハンドルのがたつきはない？
- ベル** ベルはきちんと鳴る？
- は** ハンドルは前輪と直角に固定されている？  
自転車後部に反射材が付いている？
- タ** タイヤに空気は入っている？  
ゴムが擦り減っていない？



ブレーキ・タイヤ  
ハンドル・シャタイ・ベル

## チェックリスト2

### 乗る前の子どもの点検



- ヘルメットをかぶった？
- 両足のつま先が地面につく？
- ブレーキをしっかりとぎれる？
- 運転時、顔は前のほうを向いている？



自転車に乗ったら  
必ず全て確認しよう！



## チェックリスト3

### おぼえよう、基本的な自転車の交通ルール

- 自転車は車道通行が原則だが、13歳未満は歩道を通行できる。  
ただし、歩道を通行するときには、歩行者優先で歩道の車道寄りを徐行する。
- 自転車はクルマの一種なので、車道はクルマ同様に左側通行する。
- 止まれの一時停止の標識では、必ず止まる。
  - ①一度止まって「ゼロ、イチ、ニ」と数える。
  - ②人やクルマが来ないか、首を動かして「右」「左」を確認。
  - ③後ろからクルマが来ていないか確認してから、発進する。
- 標識のない交差点でも一時停止し、  
左右・後ろの安全確認をしてから発進する。
- 横断歩道では自転車は自転車横断帯を通行する。  
横断帯が無い場合、歩行者に注意して自転車から降りてわたる。
- 横に並んで走らない。