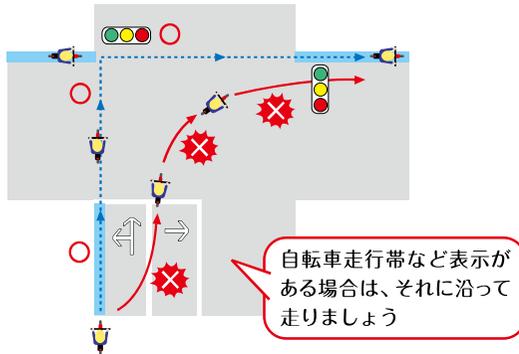


## 交差点の通行方法

### ● 交差点での右折は「二段階右折」です

信号機のある交差点を右折する場合は、青信号で交差点の向こう側までまっすぐに進み、その地点で止まって右に向きを変え、前方の信号が青になってから進みます。



交差点を左折するときは、できる限り道路の左側端に沿って徐行します。

左折する車に巻き込まれないように気をつけましょう！

## これらは違反行為です



## 自転車安全利用五則

① 車道が原則、左側を通行  
歩道は例外、歩行者を優先



② 交差点では、信号と一時停止を守って、安全確認



③ 夜間はライトを点灯



④ 飲酒運転は禁止

⑤ ヘルメットを着用

持ち運びに便利な折りたたみ式ヘルメットもあります！

頭部	22人
腹部	3人
全身	2人
頸部	1人

※平成29年警視庁調べ

自転車運転中の事故で亡くなった28人中22人が頭部に損傷を受けています。

ルール・マナーを守って  
安全・快適に♪ 自転車シェアリング☆

編集発行 東京都環境局環境改善部自動車環境課  
電話：03-5388-3525

〈自転車の安全利用に関すること〉  
東京都生活文化スポーツ局都民安全推進部総合推進課  
電話：03-5388-3127



## 自転車シェアリングの 安全で快適な利用案内



## 出発前に確認しましょう！

### ●天候、路面状況

強い風が吹いたり、路面が雨で濡れて滑りやすくなっていたりするときは、より慎重な運転を心がけ、荒天時には、自転車の利用は見合わせましょう。



### ●サドル

両足が地面につくように調整しましょう。



### ●ブレーキ

乗り始める前にブレーキの効き具合を確認しましょう。



### ●電動アシストの操作方法

バッテリー残量が十分ある自転車を選びましょう  
ライトは夜間常時点灯しておきましょう。



バッテリー残量が気になるときや、アシストが不要なときは、本体に装着されているメーター部分でアシストの設定を調整できます。

パワーモードで急な坂道も楽々♪



頑張ってるけど漕ぐと重たく感じるものがあるのは？

▶時速24km以上ではアシストが機能しないので重く感じてしまいます。



## さあ出発です！

### ●電動アシストのスイッチを入れる時は、ペダルに足をかけない

ペダルに足をかけてスイッチを入れたときに、知らず知らずにかがかり電動アシストが作動し、自転車が動き出してしまうことがあるので注意しましょう！



### ●電動アシスト付自転車の加速具合を確認しましょう

初めて電動アシスト付自転車を利用するときは、安全な広い場所で練習をしてから出発しましょう  
下り坂でのスピード出しすぎにも気をつけましょう。



### ●「けんけん乗り」はしない

片方の足をペダルに乗せ、もう片方で地面を蹴って乗る、いわゆる「けんけん乗り」は、電動アシストの作動で思わぬ勢いがつき、バランスを崩したり、転倒するおそれがあり危険です！



発進するときは、しっかりサドルに腰かけ、安定した体勢でペダルをこぎましょう。



### ●一時駐輪するときは、サイクルポート又は、駐輪場を利用しましょう

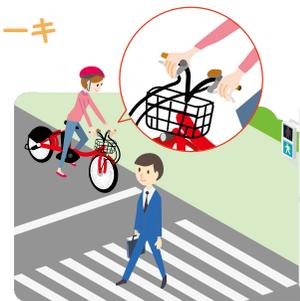


電動アシスト付自転車の  
特徴を知って  
安全・快適に楽しもう！

## ～思わぬ事故に遭わないために～

### 信号待ちの際も両手でブレーキ

信号待ちの際は、しっかりブレーキをかけ、足は地面につけておきましょう。ブレーキをかけたままにすると、思わぬ拍子に力がかり、意図せず動き出してしまうなど危険です！



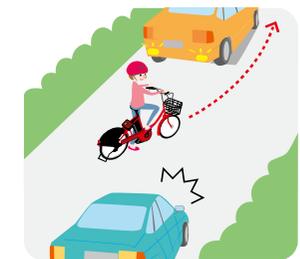
### ブレーキは余裕をもって

一時停止の表示、交差点手前では、余裕を持ってブレーキをかけ、安全に止まりましょう。



### 左右・後方確認

急な進路変更は危険です。左右・後方の安全を確認してから走り出しましょう。



### 歩道は歩行者優先

歩道を走るときは、歩行者に気をつけて車道寄りゆっくり走りましょう。



自転車は  
くるまの仲間です！  
ルールを守って  
安全に走行しましょう!!

