

高齢者歩行者・自転車のための

# 交通安全講習



埼玉県警察本部交通部交通総務課



頭のウォーミングアップから始めましょう

## スリスリ・トントン

### 「思考力・集中力」の機能強化



机に向かって座り、

- ① 右手はグーにして上下運動
- ② 左手はパーにして前後運動

を繰り返すことで、脳の働きが活性化され、思考力や集中力の維持に役立ちます。

※慣れてきたら、リズムを変えたり、

①と②の左右の手の役割を入れ替えるなど、やり方を自分で工夫してみましょう。



高齢者の交通事故問題です

## 問題 1

**昨年の交通事故で  
高齢者の方は、何名  
亡くなっているでしょうか。**



答えは・・・

答え

全体の  
約**46**%

**52**  
—  
**113**

高齢者死者数



高齢者の交通事故問題です

## 問題 2

**高齢者の方は、  
どんな時に交通事故にあって  
亡くなっているのでしょうか。**



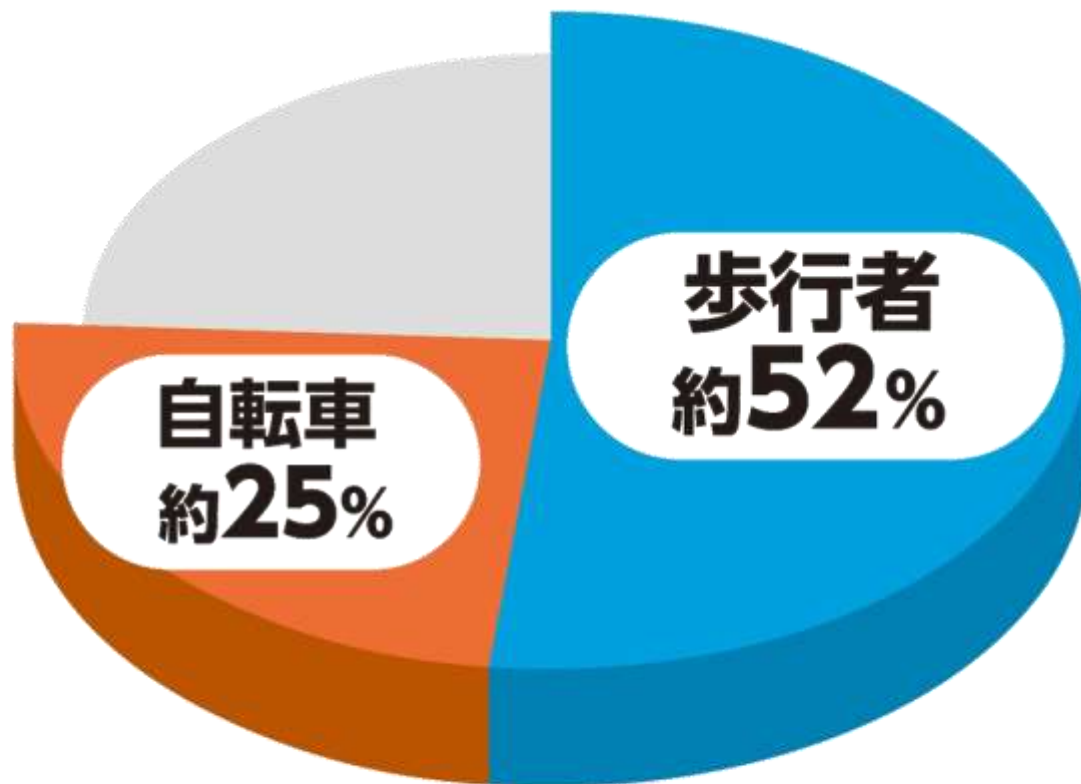
答えは・・・

答え

自転車  
歩行者



約 8 割



高齢者の状態別死者数 (埼玉県内)





高齢者の交通事故問題です

## 問題 3

**歩行者の交通事故は、  
自宅から何メートル先で  
起きているのでしょうか。**



答えは・・・

答え

500メートル以内







高齢者の歩行中の交通事故原因ってなに？

## 歩行者に多い交通事故原因

### ① 車両直前後の横断



### ② 横断歩道外での横断



◎横断歩道を横断しましょう。

# 歩行者に多い交通事故原因

## ③ 斜め横断



◎横断時間が長くなり危険。

## ④ 信号無視



◎青信号でも安全確認。



安全に横断するために

**お願い**

信号機の無い横断歩道では、  
**手を上げて**横断意思表示をしましょう。



- 横断意思表示
- 横断時に手を上げると  
8割以上の運転者が止まる。

(令和3年 県警調査結果)

横断意思の明確化



イメージキャラクター「SIGN(サイン)ちゃん」  
ドライバーに対して横断する  
意思を明確に伝えましょう





## 夕方から夜間の交通事故防止

**お願い**

夕暮れ時や夜間は、  
反射材を着用しましょう。

- 明るい服装(黄色や白色)
- 反射材を着用すると、暗い服装時より  
2倍以上速く車に発見されやすくなります。





高齢者の自転車乗用中の交通事故原因ってなに？

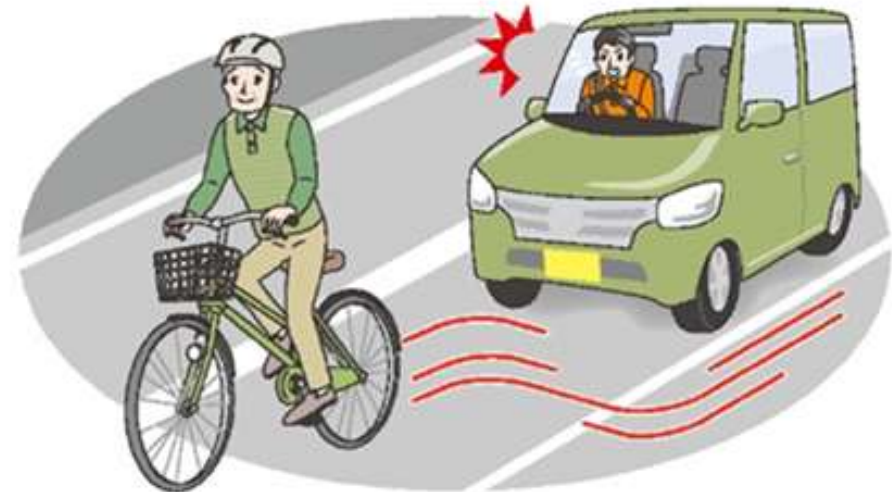
## 自転車に多い交通事故原因

① 一時不停止



◎必ず止まって左右の安全確認!

② 急な進路変更



◎進路変更時は周囲を確認!



自転車を利用する時はルールを守って安全運転

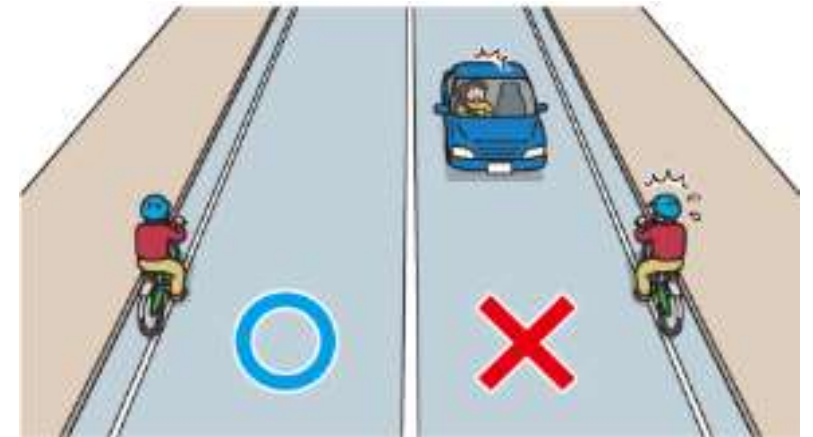
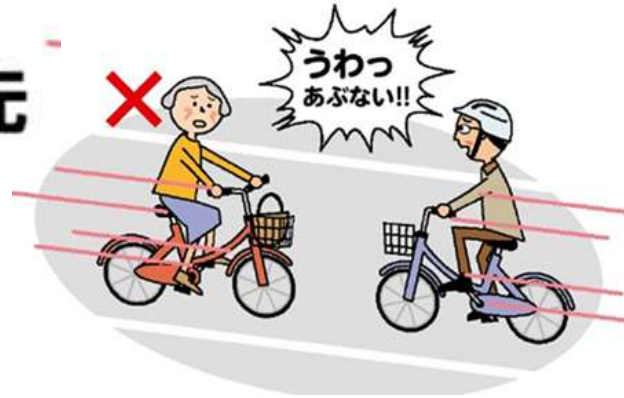
# 自転車安全利用五則

## 1 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先

車道が原則

- 自転車は、道路交通法上、**軽車両**と位置付けられている。そのため、歩道と車道の区別がある道路では**車道通行が原則**である。

【罰則】 3月以下の懲役又は5万円以下の罰金



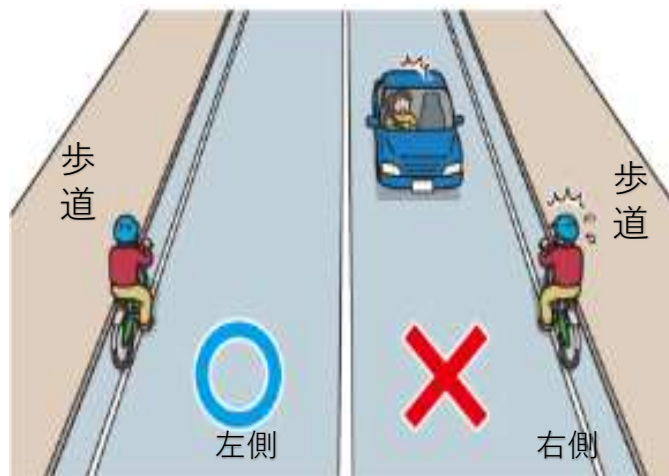
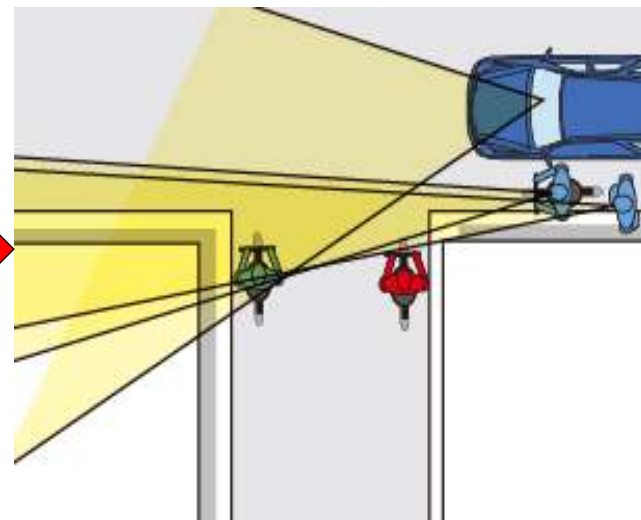


# 左側を通行

- ・ 自転車は、**道路の左側の端**に寄って通行しなければならない。

【罰則】 3月以下の懲役  
又は5万円以下の罰金  
(右側を通行した場合)

見通しの悪い交差点  
では右側通行は死角  
となりやすい。



外側線の場合



路側帯の場合

※歩行者の通行を妨げない速度と方法で  
通行しなければならない。

## 歩道は例外

# 自転車で歩道を通行できる「人」と「場合」

## 歩道通行できる人

- 児童及び幼児（13歳未満のこども）
- 70歳以上の高齢の方
- 車道通行に支障がある身体障害をもつ方



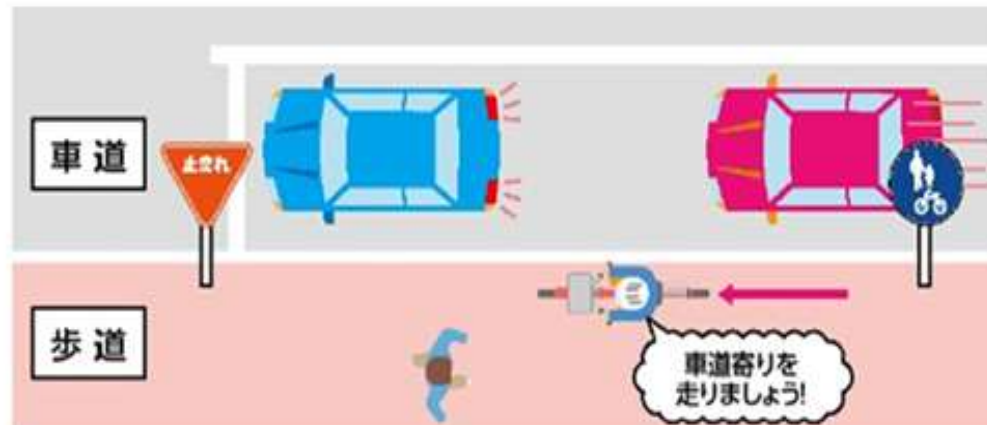
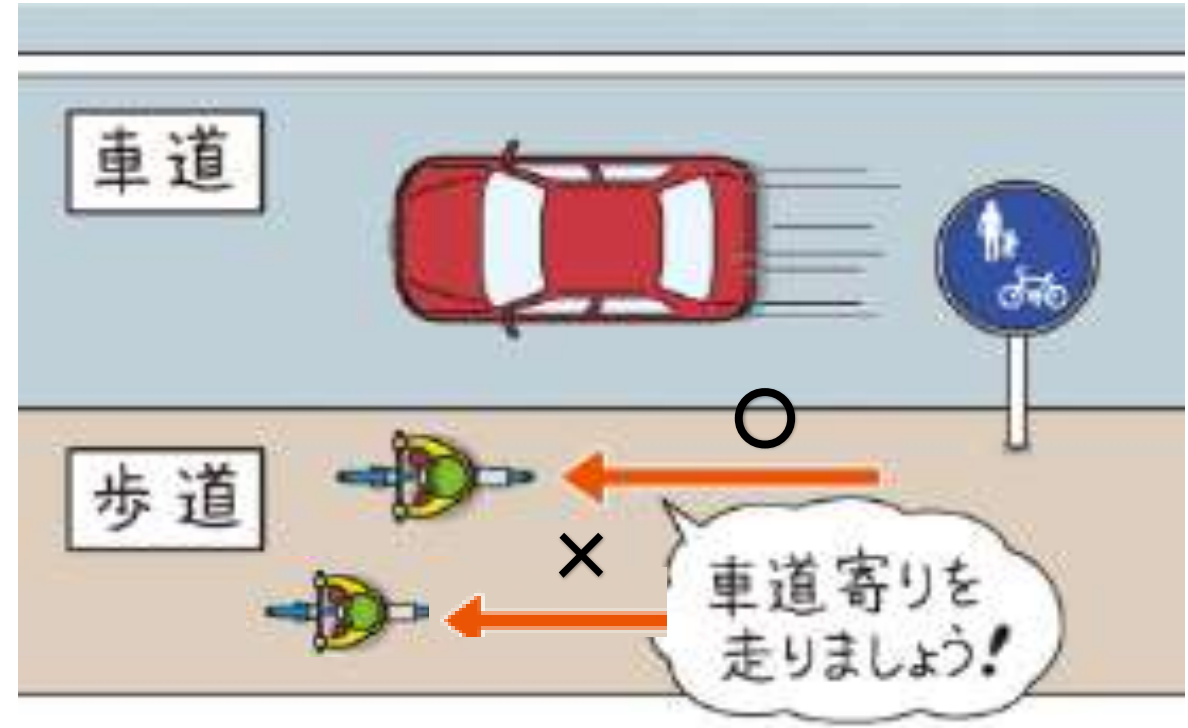
## 歩道通行できる場合

- 「自転車及び歩行者専用」の標識がある場合。
- 工事や駐車車両等のため車道左側を通行することが困難な場合。
- 著しく自動車等の通行量が多く、かつ、道路幅が狭いなどのために、自動車等と接触事故の危険がある場合。

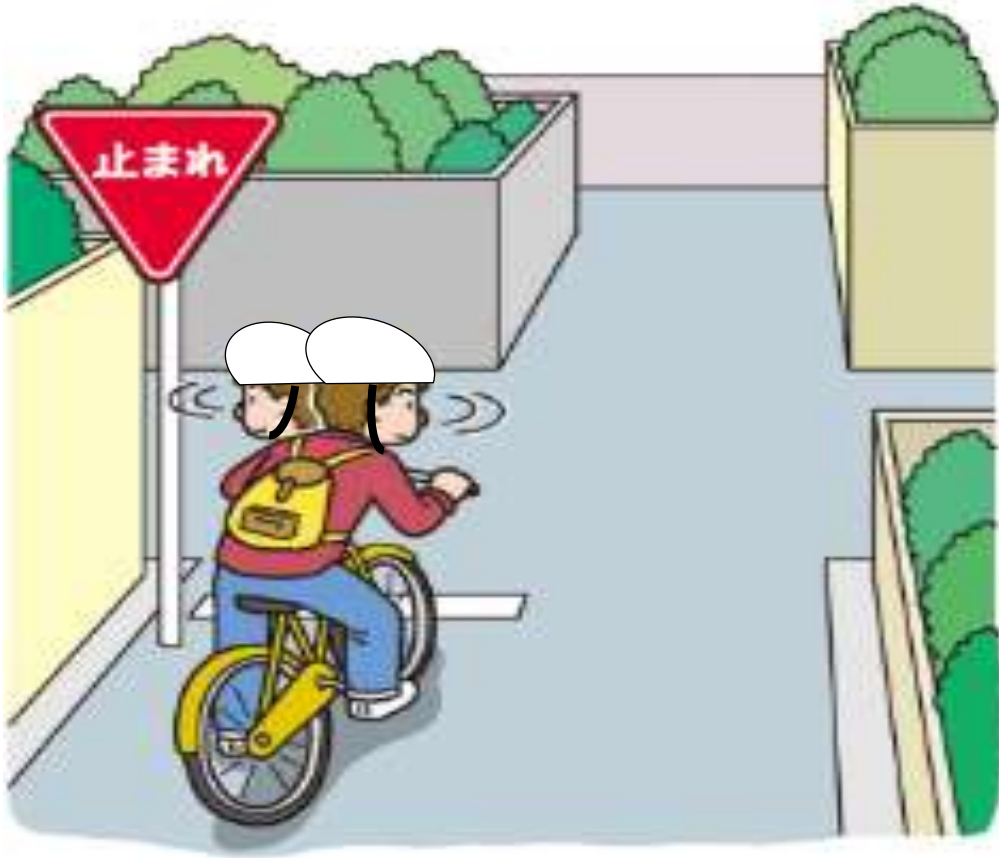
# 歩行者を優先

- 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行。歩行者の通行を妨げるおそれのある場合は、一時停止しなければならない。

【罰則】 2万円以下の罰金又は料料



## 2 交差点では信号と 一時停止を守って、 安全確認



## 交差点での通行方法

**信号機のある交差点**では、信号機の表示する信号機に従わなければならない。「歩行者・自転車専用」と表示されている信号機のある場合はその信号機に従う。

**信号機のない交差点**では、一時停止の標識がある場所は必ず一時停止をし、安全確認を行わなければならない。

また、一時停止の標識がない交差点や狭い道路から広い道路に出る場合、見通しの悪い曲がり角では徐行して、十分安全確認をしてから通行する。

**【罰則】 3月以下の懲役又は5万円以下の罰金等**



### 3 夜間はライトを点灯

#### 前照灯及び尾灯点灯

夜間、自転車で道路を通るときは、前照灯及び尾灯（又は反射器材等）をつけなければならない。ライトをつけずに走行すると、歩行者や車などに自転車の存在を気づいてもらえず、とても危険である。

また、ライト点灯することにより、自分の前方の安全を確認でき、危険を回避しやすくなる。

【罰則】 5万円以下の罰金



## 4 飲酒運転は禁止

### 酒気帯び運転等

お酒を飲んで運転することは、非常に危険。自動車の場合と同じく禁止されている。

また、酒気を帯びている者に自転車を提供したり、飲酒運転を行うおそれのある者に酒類を提供してはいけない。

【罰則】 5年以下の懲役又は100万円以下の罰金  
(酒に酔った状態で運転した場合)



## 5 ヘルメットを着用

# ヘルメットの重要性

【車の損傷状況】



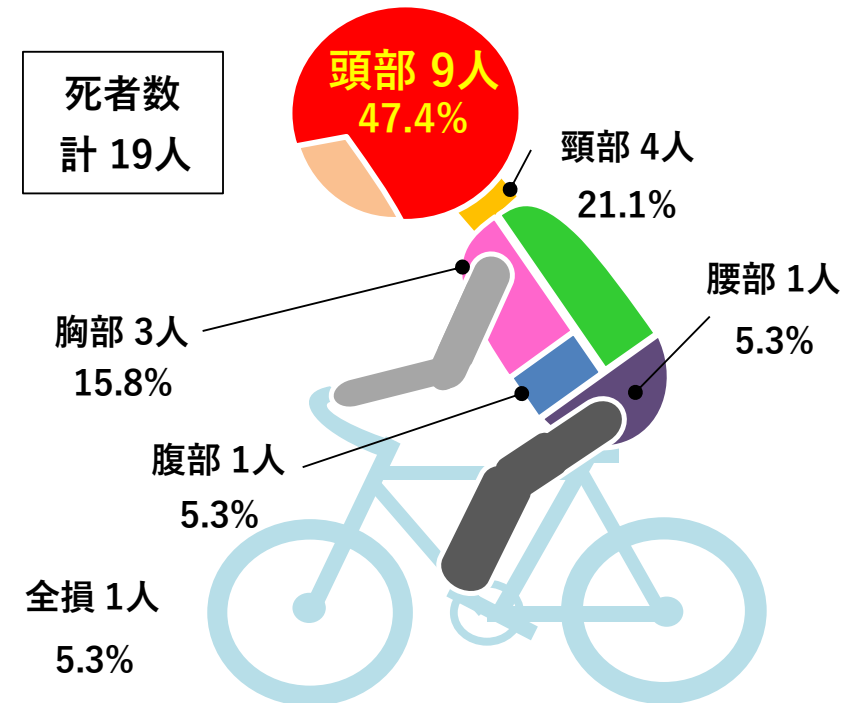
【ヘルメットの損傷状況】



全ての人が乗車用ヘルメットを着用すること  
→努力義務化!!

- 頭部を損傷し、亡くなる方が一番多い

自転車事故死者の主損傷部位（令和6年中）





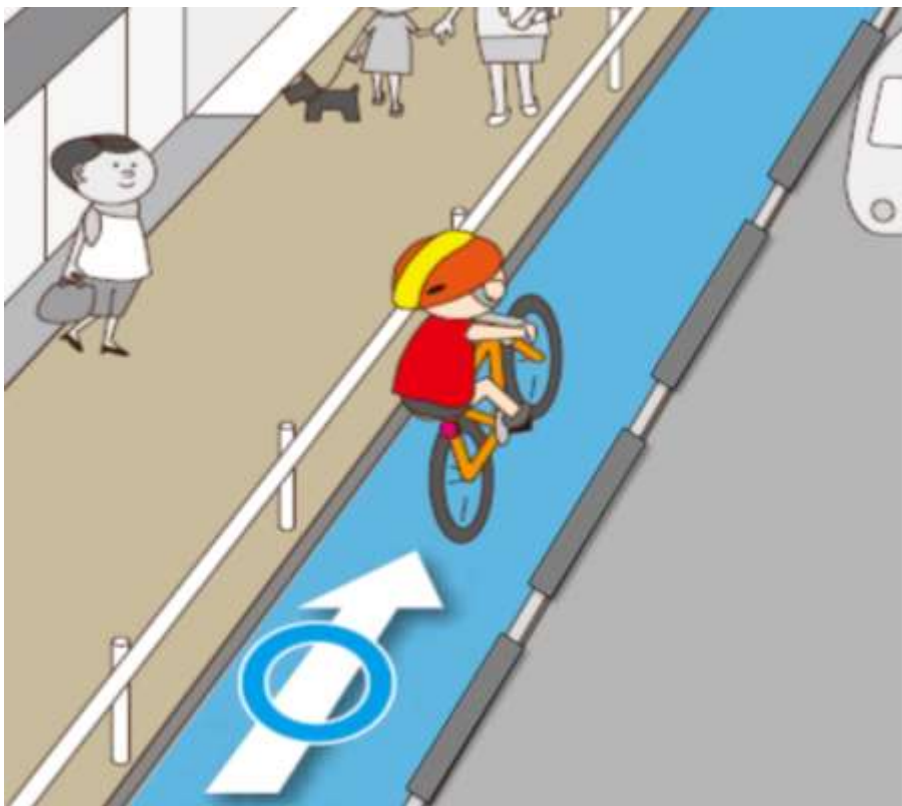


自転車の通るところ理解していますか？

# 自転車の通るところ

## ①自転車道

自転車道がある場合は、歩道は走行できません。  
自転車道を走行してください。



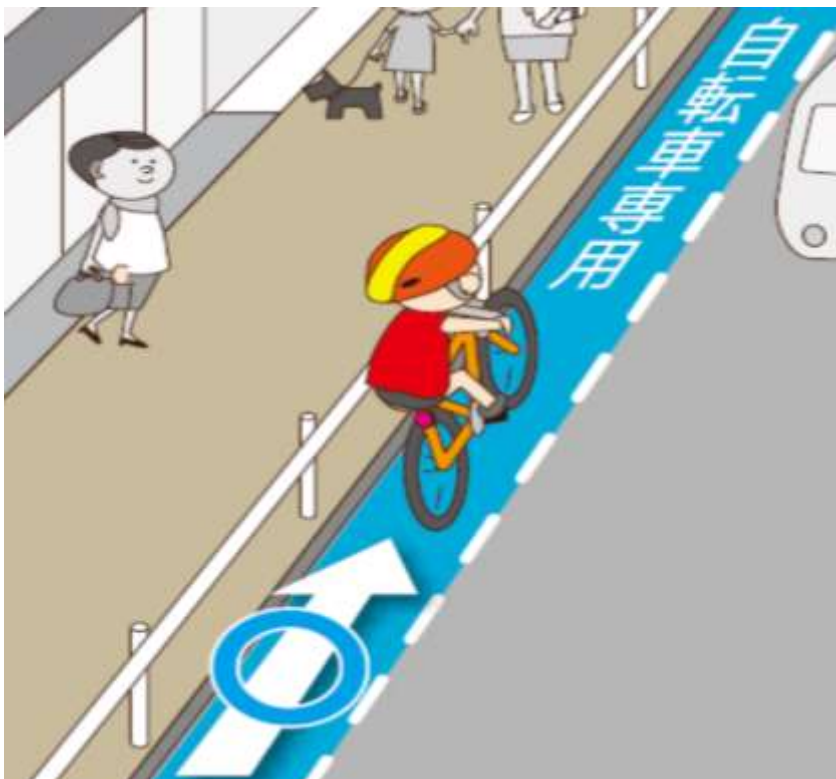
「自転車専用」  
の標識です。  
自転車道が片  
側にしかない場合は、  
左側を通行して交互通  
行をしてください。

縁石や柵などの工作物で構造的に自動車と自転車を分離している。



## ②普通自転車専用通行帯

自転車はこの通行帯を通行しなければなりません。  
しかし、車道の一部となりますので、自転車道とは異なり、歩道を通行できる場合があります。

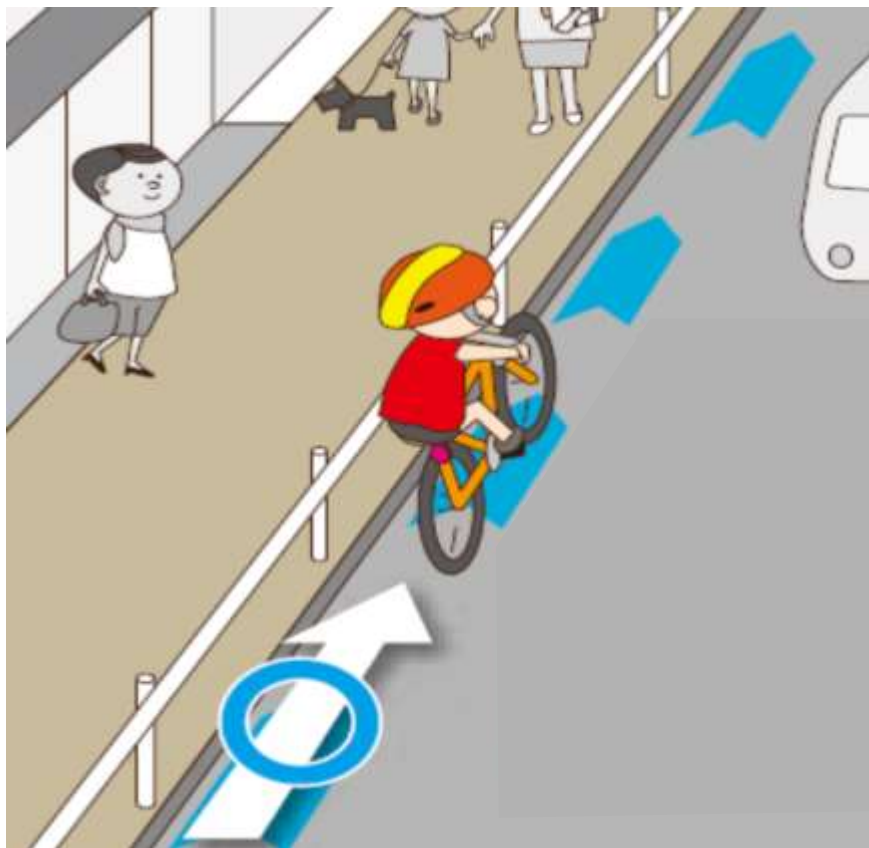


車道の左端にある車両通行帯で、「自転車専用」の路面標示とこの標識が設けられています。

縁石等の工作物によって構造的に分離されていない。

### ③矢羽根型路面表示等、車道混在型

自転車の通行位置を路面に分かりやすく示したものです。  
法律に定められたものではありません。



矢羽根型



自転車の絵  
(ピクトグラム)

道路の左側に、矢羽根型や自転車の絵が描いてある。



悪質・危険な運転による交通事故の危険を防止するために

# 自転車運転者講習制度

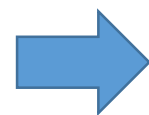
## 危険行為を繰り返す自転車運転者に講習受講が義務化

信号無視や酒酔い運転、一時不停止等、特定の「16の危険行為」を過去 **3年以内**に **2回以上**繰り返すと、「自転車運転者講習」を受講しなければなりません。

違反者の特性に応じた個別的指導を含む3時間の講習

**14歳以上の自転車運転者が対象**  
**(中学・高校生も講習対象)**

命令を受けてから3カ月以内の指定された期間内に受講しない場合



**罰則あり** (5万円以下の罰金)





自転車を運転する人もきちんと守って交通事故防止

# 覚えておきたい道路標識



## 車両進入禁止

車両が進入してはいけないことを示す。  
一方通行出口側につけられている。



## 車両通行止め

自転車を含むあらゆる車両の通行が禁止されていることを示す。



## 自転車通行止め

自転車の通行が禁止されていることを示す。



## 徐行

すぐに止まれる速度で通行しなければならないことを示す。



## 一時停止

停止線があるときはその直前、無いときは交差点の直前で必ず停止して、安全確認しなければならないことを示す。



## 自転車および歩行者

歩行者と普通自転車だけが通行できることを示す。



## 自転車並進可

自転車が2台までなら並んで走ることができることを示す。



## 歩行者専用

歩行者だけが通行できることを示す。



## 自転車一方通行

矢印の方向にしか進めず、反対方向への通行が禁止されていることを示す。



## 自転車横断帯

自転車が横断するときに通らなければならない自転車横断帯があることを示す。





万が一に備えて交通ルールのほかにも知っておきたいこと

## 自分の身を守るために

点検・整備された自転車に乗ることはリスクを減らすためには大切。出かける前にセルフチェックを行う。  
夜間は、ライトだけでなく、明るい色の服装と反射材を着用し自分の存在を周りに知らせる。

ブレーキを備えていない競技用の自転車（ピスト）などは、公道を走ることが禁止されている。  
ブレーキのない競技用自転車では、車の倍以上の停止距離を要するので大変危険である。



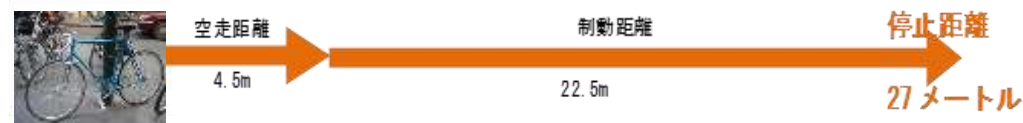
普通自転車 時速 20km (自動車安全運転センター実験結果)



普通自動車 時速 30km (神奈川県警実験結果)



ピスト 時速 30km (神奈川県警実験結果)





加害者でも、被害者でも交通事故の際にやるべきこと

## 交通事故を起こした場合の措置

### 1 負傷者の救護

ケガ人がいる場合は、119番通報

### 2 危険防止の措置

自転車等を安全な場所に移動させて  
二次被害を防止

### 3 警察への通報

交通事故を起こした(遭った)場合は  
110番通報





自転車で事故を起こした場合の加害責任って？

## 交通事故発生時の責任

- **刑事的責任**

自転車加害者 ➡ 重過失致死傷罪

- **民事的責任**

賠償責任(治療費・入院時 その他)など

- **道義的責任**

謝罪・お見舞いなど







万が一の事故の交通事故に備えて

## 自転車保険の加入

- 埼玉県は、自転車損害保険等への加入が**義務**！

- 賠償事例

自転車事故の加害者となり、相手に重傷を負わせ**1億円近く**の損害賠償を請求されるケースも発生しています。

自転車保険





## どのような交通事故が予想されますか？ ①



### 【危険予測のポイント】

- ① 通行場所は正しいか
- ② ドライバーからあなたはどのように見えているか
- ③ どこを進行すべきか、どのように行動したらよいか
- ④ この場面で予想される危険は他にあるか



## 予想される危険の回避方法と事故防止のための心構え

### どのような交通事故が予想されますか？ ①



- ① 車両が交差点手前で減速するのは左折、右折しようとしているとき、前方から来る車両を先に右折させるとき、歩行者がいるときなどであることを知っておく。
- ② 減速したのは何らかのサインと考え、スピードを落とし他の交通を確かめてから進む。
- ③ 車両の運転手から見えにくい死角や、大型車両ほど内輪差が大きくなることを知った上で車両からは十分離れて走行すること。
- ④ ウィンカーを曲がる直前に出すこともある可能性がある等を知っておく。
- ⑤ 前方からの右折車両に十分気をつける。



## どのような交通事故が予想されますか？ ②



### 【危険予測のポイント】

- ① 歩道を通行してもよいかどうか
- ② 歩行者がいる場合は、どのように通行すべきか
- ③ 横断歩道付近に高齢者がいるが、どのような行動をとるべきか
- ④ この場面で、予想される危険は他にあるか





# 予想される危険の回避方法と事故防止のための心構え

## どのような交通事故が予想されますか？ ②



① 歩道は歩行者優先で車道よりを徐行すること。

自転車歩道が歩道を通行することができる場合

- (1) 歩道に「普通自転車歩道通行可」の標識や標示があるとき
- (2) 13歳未満の子どもや70歳以上の高齢者や身体の不自由な人が普通自転車を運転しているとき
- (3) 車道または交通の状況に照らして、通行の安全を確保するために、普通自転車が歩道を通行することがやむを得ないと認められるとき

② 歩行者の通行を妨げるおそれのあるときは、一時停止をして道を譲るか、自転車を押して歩くこと。

③ 危険回避のためであってもベルを鳴らすなど、歩行者を驚かせることのないようゆとりある、思いやりを持った優しい走行をする。

## どのような交通事故が予想されますか？ ③



### 【危険予測のポイント】

- ① この自転車の乗り方は正しいか
- ② どのようなことに気を付けるべきか
- ③ 左の車は、この後どのように進行するか
- ④ 夜間に気を付けるべきところはどこか



## 予想される危険の回避方法と事故防止のための心構え

### どのような交通事故が予想されますか？ ③



- ① 自転車は車両の一種なので、夜間は必ずライトを点灯する。
- ② ライトをつけるということは、周囲を照らす役割と、自分の存在を車両や歩行者等に知らせるという大きな役割がある。
- ③ 無灯火の場合、自転車から車両は良く見えていても、無灯火で走る自転車は車両からほとんど見えず認識されない。  
また、点灯している場合でも対向車がある場合はそのライトが眩しくて、運転者は自転車や歩行者を見落とす場合がある。
- ④ 交差点手前では減速し、車両が出てくるかもしれないと防衛運転をする。
- ⑤ 万が一の交通事故の場合に備え、ヘルメットを着用し、顎ひももしっかり締める。





埼玉県警察本部交通部交通総務課