

主 題	自転車に乗るときの基本的な心得～交通社会人の自覚と責任を持って乗ろう	
ねらい	交通事故の危険性や怖さ、交通ルール等を守ることの大切さを知り、交通社会人としての自覚と責任を持って、適切な自転車利用ができるようにさせる。	
評 価	①交通事故の危険性や怖さを知り、交通ルール等を守ることの大切さが理解できたか。 ②交通社会人としての自覚と責任を持って、適切な自転車乗用を实践しようとする心構えができたか。	
学習項目	指導内容	指導上の留意点
<p>1. 自転車事故の事例研究</p> <p>2. 交通事故時の対処方法</p> <p>3. 交通事故の責任と補償</p> <p>4. まとめ</p>	<p>自転車の加害事故事例についての感想や、事故の原因・防止対策について発表し合い、考察を深めさせる。</p> <p>●資料1（高校生の自転車事故例） ○傘さし運転による事故</p> <p>●資料2（事故の防止対策） ①レインコートの着用（高校生） ②交差点での一時停止（主婦）</p> <p>交通事故を起こしたときに果たさなければならない義務と責任について理解する。</p> <p>●資料3（事故時の対応の仕方） 自転車による事故であっても加害者としての責任が問われることを理解させる。</p> <p>●資料4（運転者の結果責任） 自転車に乗るときの基本的な心得を再確認するとともに、交通社会の一員としての自覚を持って安全な自転車乗用に努め、決して交通事故を起こさないという意識を高めさせる。</p> <p>●確認クイズ</p>	<p>○普段の自分たちの行動と照らし合わせて考えさせる。</p> <p>○死亡事故が発生していることの重大性と事故の怖さを知らせる。</p> <p>○高校生からの視点と主婦からの視点を示し、原因を考えさせる。</p> <p>○自転車は車両の一種で、交通ルールを守る重要性を再確認し、実行することの大切さを理解させる。</p> <p>○乗車用ヘルメットの着用についても触れる。</p> <p>○事故時の対処方法の手順を十分に理解させる。</p> <p>○心肺蘇生法等の応急手当の重要性にも触れる。</p> <p>○高校生でも刑事罰や損害賠償責任を負うことになることを理解させる。</p> <p>○普段の自分の乗り方を振り返り、交通ルールを守ることの大切さと基本的な心得を再確認させる。</p> <p>○迷惑な自転車駐車についても触れ、正しい駐車を心がけさせる。</p> <p>○歩行者等いわゆる交通弱者（子ども、障害者、高齢者）への配慮についても理解させる。</p> <p>○クイズ形式の確認テストを実施して、学習した内容を確認させる</p>

高校生－1（自転車に乗るときの基本的な心得）

●資料1（高校生の自転車事故例）

傘さし運転による事故

この事例は、高校生が自転車で傘をさしながら車道を直進中に、左の路地から出てきた主婦の自転車に気付かずに衝突してしまった事故です。主婦は転倒で頭部を強打し、脳挫傷となり、3ヵ月後に病院で死亡。
この事故の原因、防止対策について考えてみましょう。



●資料2（事故の防止対策）

①レインコートの着用



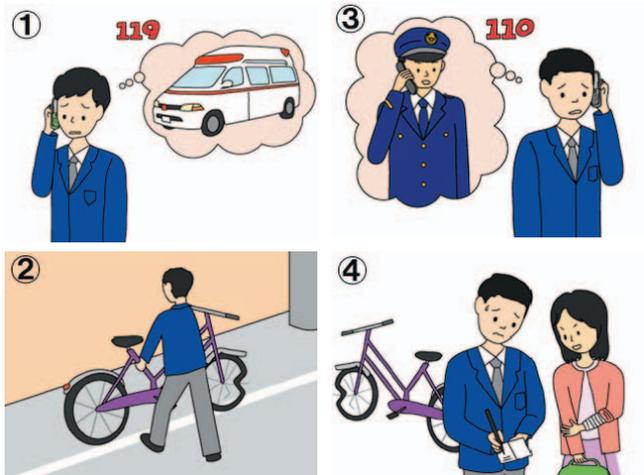
②交差点での一時停止



高校生は傘をさしての運転と交差点での安全確認を怠ったこと、主婦は交差点での安全確認を怠りわき道から飛び出したことが原因として考えられます。

- ①傘さし運転は、ハンドル操作、前方の情報収集、とっさの危険回避が困難になります。雨の日はレインコートを着用し、いつもよりスピードを落として走行するようにしましょう。
- ②路地から広い道路に出るときは、一時停止して右、左の安全を確認してから通行するようにしましょう。

●資料3（事故時の対応の仕方）



もしも事故を起こしてしまったら、落ち着いて次の行動をとるようにしましょう。

- ①けが人がいる場合は、まず救急車を呼びましょう。
- ②二次災害を防止するため、歩道など安全な場所に自転車を移動させましょう。
- ③現場をよく確認し、けが人の人数やけがの程度などを警察へ通報しましょう。
- ④事故の相手の名前、住所、連絡先などを確認しておきましょう。

●資料4（運転者の結果責任）



自転車は、道路交通法では、車の一種です。

交通ルールを守らないで交通事故を起こすと、刑事責任として刑罰が科せられたり、民事責任として被害者に与えた損害を賠償しなければなりません。

自転車で事故を起こした場合の責任の重さをよく理解し、交通ルールを守って安全な乗り方に努めるようにしましょう。

主 題	自転車に乗るときの注意～基本を忘れず安全に乗ろう
ねらい	自転車に乗るときに守るべき色々な注意事項を再確認し、安全な自転車利用をしようとする意識を高め、実践できるようにさせる。
評 価	①安全に乗るために必要な注意事項と正しい点検・整備の仕方が理解できたか。 ②安全に乗るための諸注意の大切さを再確認し、日常の自転車利用において実践しようとする心構えができたか。

学習項目	指導内容	指導上の留意点
1. 高校生の自転車事故と防止対策	<p>高校生が関係した自転車事故事例についての感想や事故の原因、防止対策について発表し合い、考察を深めさせる。</p> <p>●資料1（高校生の自転車事故例） ○夜間の無灯火運転による事故</p> <p>●資料2（事故の防止対策） ①自転車に乗る前の点検 ②夜間のライト点灯</p>	<p>○多様な意見が活発に出し合える雰囲気大切にさせる。</p> <p>○自転車からの視点と車からの視点を示し、原因を考えさせる。</p> <p>○焦りや急ぎなど心理的な要因が事故の原因につながることに気付かせる。</p> <p>○時間的な余裕を持って行動することの大切さを理解させる。</p>
2. 自転車の正しい点検・整備の仕方	<p>自転車の故障による危険について考えさせ、自転車の点検・整備の重要性に気付かせる。また、自転車の正しい点検・整備の仕方を理解させる。</p> <p>●資料3（自転車に乗る前の点検の仕方） ①ブレーキ ②ベル・ブザー ③ライト ④タイヤ ⑤ハンドル ⑥反射器材・尾灯</p>	<p>○TSマーク、JISマーク、BAAマークなどについて触れる。</p> <p>○自転車安全整備店などでの定期的（最低年に1回）な点検・整備の大切さにも触れる。</p>
3. 自転車に乗るときの注意	<p>自転車に乗るときの注意を再確認させる。</p> <p>●資料4（自転車に乗るときの悪い例） ①傘さし運転 ②不適切な荷物の積み方</p> <p>●資料5（自転車に乗るときの良い例）</p>	<p>○生徒に危険な場面を想像させる。</p> <p>○雨や雪の日の危険（スリップして転倒しやすい、すぐに止まらない、視界が悪くなる）についても触れる。</p>
4. まとめ	<p>自転車に乗るときの基本的な注意事項を再度確認し、日常の自転車利用に役立たせる。</p> <p>●確認クイズ</p>	<p>○クイズ形式の確認テストを実施して、学習した内容を確認させる。</p>

【補足資料】（TSマーク、JISマーク、BAAマーク）



自転車安全整備士が点検・整備を行い、点検整備基準に適合した普通自転車には、点検整備済TS（Traffic Safety）マークが貼られます。この点検整備済TSマークには傷害保険や賠償責任保険が付いています。また、日本工業規格に適合した自転車にはJIS（Japanese Industrial Standard）マーク、自転車安全基準に適合した自転車にはBAA（Bicycle Association Approved）マークが貼られています。安全に、そして安心して自転車に乗るためにも、これらのマークの付いた自転車を利用するようにしましょう。

【補足資料】（自転車保険の種類）

自転車事故による損害賠償に備える保険には、いろいろな種類の保険があります。

保険の種類	対 象			備 考
	事故の相手	自分	自分	
個人賠償責任保険※	○	○	×	損害保険各社で取り扱い
傷害保険	×	×	○	損害保険各社で取り扱い
TSマーク付帯保険	○	×	○	自転車安全整備店で購入または点検整備を行い基準に合格した自転車に貼付（保険期間1年間）
SGマーク	○	×	×	安全な製品として製品安全協会の基準に合格した製品に貼付

※個人賠償責任保険は、単独で加入する方法と傷害保険等に特約として加入する方法があります。

高校生一 2 (自転車に乗るときの注意)

●資料1 (高校生の自転車事故例)

夜間の無灯火運転による事故

この事例は、夜間、クラブ活動で遅くなった高校生が、自転車のライトが切れたまま、無灯火で家に帰る途中、左側の路地から出てきた車と出会い頭に衝突してしまった事故です。この事故の原因、防止対策について考えてみましょう。



●資料2 (事故の防止対策)

①自転車に乗る前の点検



②夜間のライト点灯



ライトが故障していて無灯火だったため車の運転者から見落とされたこと、安全確認がおろそかだったことなどが事故の原因として考えられます。

- ①自転車に乗る前には、ブレーキやライトなどが故障していないか、反射器材や尾灯が付いているかなどしっかり点検・整備をするようにしましょう。
- ②夜間の無灯火は道路交通法違反であり、非常に危険です。夜間は必ずライトをつけて乗りましょう。

●資料3 (自転車に乗る前の点検の仕方)

自転車に乗る前の点検の仕方



自転車の安全な乗り方の第一歩は、自転車に乗る前の点検です。

点検の仕方をしっかりと覚えましょう。

- ①ブレーキが前後ともきくか確認します。
- ②ベルやブザーがよく鳴るか確認します。
- ③ライトは明るく点灯するか確認します。
- ④タイヤの空気は十分か、すり減っていないか確認します。
- ⑤ハンドルが曲がっていないか確認します。
- ⑥反射器材や尾灯が後方や側方からよく見えるか確認します。

自転車点検表

点検箇所	点検のポイント	月/日	月/日	月/日	月/日
1 ブレーキ	ブレーキが前後ともよくきくか確認します。				
2 ベル・ブザー	ベルやブザーがよく鳴るか確認します。				
3 ライト	ライトは明るく点灯するか確認します。				
4 タイヤ	タイヤの空気は十分かすり減っていないか確認します。				
5 ハンドル	ハンドルが曲がっていないか確認します。				
6 反射器材・尾灯	反射器材や尾灯が後方や側方からよく見えるか確認します。				

●資料4 (自転車に乗るときの悪い例)

次の場面は自転車に乗るときの悪い例です。自転車に乗るときの注意を再確認してみましょう。

①傘さし運転



傘をさしたり、自転車に固定したりして運転するのは、ハンドル操作、前方の情報収集、とっさの危険回避が困難になります。

②不適切な荷物の積み方



荷物を不適切に積むと自転車が不安定になる、はみ出した荷物が歩行者に接触するなどの危険があります。

●資料5 (自転車に乗るときの良い例)

①レインコートを着て運転



雨の日はレインコートを着用し、いつもよりスピードを落として走行するようにしましょう。

②適切な荷物の積み方



荷物を積むときは、前が見えなくなったり、自転車の安定が悪くなったりしないように、かごや荷台に適切に積むようにしましょう。

主 題	自転車の安全な乗り方～パートナーシップを大切にしよう	
ねらい	自転車の危険な乗り方が自分だけではなく、他の交通利用者にも危険を及ぼし迷惑をかけてしまうことに気付かせ、正しい安全な乗り方の重要性を理解させる。	
評 価	①自転車に乗るときの禁止・注意事項を理解し、安全な乗用を図ろうとする意識が高められたか。 ②危険な乗り方が、他の交通利用者に迷惑をかけてしまうことを理解できたか。	
学習項目	指導内容	指導上の留意点
1. 危険な乗り方についての話し合い	<p>危険な乗り方をしている交通場面を見て、なぜ危険なのか、また他の交通利用者（歩行者や車など）に対してどのような迷惑が考えられるか発表させる。</p> <p>●資料1（危険な乗り方）</p> <p>①乗用中の携帯電話使用 ②乗用中のヘッドホン使用 ③夜間の無灯火運転 ④二人乗り運転 ⑤傘さし運転 ⑥並進・競走・ジグザグ運転 ⑦車と車の間に割り込み ⑧物を持ったりハンドルにかけたりしての運転</p>	○多様な意見が活発に出し合える雰囲気大切にさせる。
2. 自転車の罰則と安全な乗り方	<p>発表や質疑応答等を通じて、正しい安全な乗用に努めることの大切さを理解させる。</p> <p>●資料2（罰則と安全な乗り方）</p>	○違法な行為については、罰則が定められていることにも触れる。
3. 自転車に乗るときの注意事項	<p>交通場面を見て、自転車に乗るときの注意事項を再確認させる。</p> <p>●資料3（自転車に乗るときの注意）</p> <p>①踏切を渡るとき ②自転車が故障、路面凍結、風雨が強いとき</p>	○合図をする場合は、自動車の運転者から分かるように合図を行い、合図をする場合の他は片手運転をしないことにも触れる。 ○点検・整備の大切さにも触れる。
4. まとめ	<p>学習した内容を再度確認し、自分の行動が他の交通利用者にもどのような影響を及ぼすかについてしっかりと自覚し、日常の自転車利用に役立たせる。</p> <p>●確認クイズ</p>	○パートナーシップが、安全な交通社会の実現には大切であることを理解させる。 ○クイズ形式の確認テストを実施して、学習した内容を確認させる。

高校生－3（自転車の安全な乗り方）

●資料1（危険な乗り方）

次の自転車の危険な乗り方をしている交通場面を見て、なぜ危険なのか、どうすれば安全なのかについて考えてみましょう。

①乗用中の携帯電話使用



携帯電話を使用しながら乗ると、片手運転になりハンドル操作が不安定になったり、周囲への注意が散漫になったりするため、歩行者や車に危険と迷惑を及ぼすので、やめましょう。違反をすると5万円以下の罰金になる場合があります。

乗用中の携帯電話使用

違反をすると
5万円以下の罰金

②乗用中のヘッドホン使用



ヘッドホンを使用しながら乗ると、周囲の音が聞き取りにくくなり、危険に気付くのが遅くなったり対応が遅れたりして危険なので、やめましょう。違反をすると5万円以下の罰金になる場合があります。

乗用中のヘッドホン使用

違反をすると
5万円以下の罰金

③夜間の無灯火運転



夜間、ライトをつけずに走行するのは、車の運転者から見落とされやすく非常に危険です。前方の安全確認だけでなく、車や歩行者に自転車の存在を知らせるためにも、夜間は必ずライトをつけて走行しましょう。違反をすると5万円以下の罰金になります。

夜間の無灯火運転

違反をすると
5万円以下の罰金

④二人乗り運転



二人乗りはバランスを崩しやすく、ハンドル操作が不安定になるので、やめましょう。違反をすると2万円以下の罰金または料料になります。

二人乗り運転

違反をすると
2万円以下の罰金
または料料

⑤傘さし運転



傘さし運転は、片手運転になる上に、視界が妨げられて危険です。車の運転者から見られやすくするために、できるだけ明るい目立つ色のレインコートを着用するようにしましょう。違反をすると5万円以下の罰金になる場合があります。

傘さし運転

違反をすると
5万円以下の罰金

⑥並進・競走・ジグザグ運転



並進や競走、ジグザグ運転は、車や歩行者へ迷惑と危険を及ぼすとともに、周囲への注意がおろそかになり危険なので、やめましょう。

並進での違反は2万円以下の罰金となります。また、競走とジグザグ運転での違反は3ヶ月以下の懲役または5万円以下の罰金となる場合があります。

並進	競走・ジグザグ運転
違反をすると 2万円以下の罰金	違反をすると 3ヶ月以下の懲役 または 5万円以下の罰金

⑦車と車の間に割り込み



車のすぐ後ろに続いて走ったり、車と車の間に割り込むのは、車と衝突する危険があるので、やめましょう。

違反をすると3ヶ月以下の懲役または5万円以下の罰金になります。

車と車の間に割り込み
違反をすると 3ヶ月以下の懲役 または 5万円以下の罰金

⑧物を持ったりハンドルにかけたりしての運転



物を持ったり、ハンドルにかけたりして乗るのは、片手運転や不安定な運転になりやすく危険です。かごや荷台に適切に積むようにしましょう。

違反をすると5万円以下の罰金になります。

物を持ったりハンドルにかけたりしての運転
違反すると 5万円以下の罰金

●資料3（自転車に乗るときの注意）

①踏切を渡るとき



②自転車が故障、路面凍結、風雨が強いとき



①踏切を安全確認しないで渡るのは、電車や列車と事故になる危険があります。

踏切では、必ず一時停止をして安全を確認し、自転車を押して渡るようにしましょう。

②走行中にブレーキやライトが故障したり、路面凍結、風雨が強いときは、自転車を押して歩きましょう。

MEMO

主 題	自転車の通行場所と正しい通行方法～自転車の正しい通行方法を実践し、安全な自転車利用を心がけよう	
ねらい	自転車の通行場所と正しい通行方法を再確認し、安全な自転車利用ができるようにさせる。	
評 価	①危険を予測して、事故を未然に防ぐ意識や態度が身に付いたか。 ②自転車に乗るときの通行場所と正しい通行方法を再確認し、日常の自転車利用で実践しようとする心構えができたか。	
学習項目	指導内容	指導上の留意点
<p>1. 交通場面の読み取りと危険予測（個別学習）</p> <p>2. 危険予測学習の結果発表と回避の仕方（グループ別学習）</p> <p>3. 自転車の通行場所と正しい通行方法</p> <p>4. まとめ</p>	<p>自転車で歩道と車道を通行している場面を見て、どのような危険が考えられるか、またその予想される危険の回避方法を個別に考えさせる。</p> <p>●資料1（歩道・車道を通行する場面）</p> <p>①自転車が通れる歩道を通行 ②見通しの悪い交差点を右折</p> <p>6～8名のグループに分けて話し合わせ、その結果をグループ別に発表し、質疑応答を通じて、危険を予測して正しい安全な自転車乗用に努めることの大切さを理解させる。</p> <p>●資料2（予測される危険）</p> <p>①歩道 ・前からくる歩行者と衝突 ・車道へ移り、後ろからくる車と衝突</p> <p>②交差点 ・右からくる車と出会い頭に衝突 ・後ろからくる直進車と衝突</p> <p>●資料3（危険回避の仕方）</p> <p>自転車の通行場所と正しい通行方法を再確認させる。</p> <p>●資料4（信号機のある交差点の通行） ●資料5（駐停車車両の右側通行） ●資料6（車道の通行） ●資料7（歩道の通行） ●資料8（道路の横断）</p> <p>自転車の通行場所と正しい通行方法を改めて確認し、日常の安全な自転車利用に役立てるように努めさせる。</p> <p>●確認クイズ</p>	<p>○ソフトから出力したワークシートを全員に配布する。</p> <p>○速やかに全体の交通状況が把握できる習慣が付くことが大切なので、あまり時間をかけないで行う。</p> <p>○目に見える範囲以外にいる（ある）物（車両・人）の存在も推測させる。</p> <p>○多様な意見が活発に出し合える雰囲気大切にさせる。</p> <p>○発表は参加意識を持たせるためにもグループ全員で行わせる。</p> <p>○車や自転車からの視点を示し、危険の原因を考えさせる。</p> <p>○「思い込み」や「判断の誤り」など、心の中にある危険についても触れる。</p> <p>○最適な方法で危険を回避するには自己の冷静で安定した心構えが大切であることを理解させる。</p> <p>○合図の仕方を理解させる。 ●資料9（自転車の合図の仕方）</p> <p>○普段の生活態度がそのまま交通行動へとつながることにも触れる。</p> <p>○クイズ形式の確認テストを実施して、学習した内容を確認させる。</p>

高校生－４（自転車の通行場所と正しい通行方法）

●資料１（歩道・車道を通行する場面）

次の交通場面から、どのような危険が予測されるか、またその予測される危険の回避方法を考えてみましょう。

①自転車が通れる歩道を通行



②見通しの悪い交差点を右折



●資料２（予測される危険）

①前からくる歩行者と衝突

車道へ移り、後ろからくる車と衝突



歩道をスピードを出して走ると、前を歩いている歩行者が自転車に気付かずに進路を変えて衝突する危険が考えられます。

歩行者を避けようと後方の安全を確認しないで車道に出ると、後方からくる車と衝突する危険が考えられます。

②右からくる車と出会い頭に衝突

後ろからくる直進車と衝突



一時停止、安全確認をしないで交差点に飛び出すと右からくる車と出会い頭に衝突する危険が考えられます。

後方の安全確認をせずに急に右に曲がると後方から直進してくる車と衝突する危険が考えられます。

●資料３（危険回避の仕方）

①自転車が通れる歩道の正しい通行



自転車歩道通行可の標識



②見通しの悪い交差点の正しい右折



自転車は、自転車歩道通行可の標識のある歩道を通ることができます。通行するときは、車道寄りの部分または指定された部分を徐行して走り、歩行者の通行を妨げそうな場合は一時停止し、歩行者が多いときは降りて押して歩きます。むやみにベルを鳴らしながら走るのはやめましょう。歩道は、歩行者優先であることを忘れないでください。

一時停止の標識・標示がある交差点を右折するときは、停止線で必ず一時停止をして、前後左右の安全を確かめ、できるだけ道路の左端に寄って交差点の向こう側までまっすぐに進み、十分にスピードを落として曲がりましょう。また、左折するときは、停止線で一時停止し、前後左右の安全を確かめて曲がります。

●資料4（信号機のある交差点の通行）

①歩行者・自転車専用の
信号機



青信号の点滅信号



②右折するとき



- ①信号機のある交差点を通行するときは、信号に従って通行しましょう。「歩行者・自転車専用」と表示されている信号機がある場合は、その信号機の信号に従ってください。特に青信号の点滅は横断を始めてはいけないという意味であることを再確認しておきましょう。黄色の信号も同じ意味です。
- ②信号機のある交差点で右折するときは、青信号で交差点の向こう側までまっすぐに進み、その地点で止まり右に向きを変え、前方の信号が青になってから進みます。
- ③左折するときは、前後左右の安全を確かめ、できるだけ道路の左端に沿って十分スピードを落とし、横断中の歩行者に注意して曲がります。

●資料5（駐停車車両の右側通行）

①一度止まって前や後ろの安全を確認する



②止まっている車の周囲によく注意しながら走行する



止まっている車の右側を通らなければならない場合は、車の手前でいったん止まり、前や後ろの安全を確かめてから、止まっている車の周囲によく注意しながら、ゆっくり走行するようにしましょう。

●資料6（車道の通行）

①車道の左端通行



②自転車道の通行



③路側帯の通行



※路側帯とは、歩道の設けられていない道路で、歩行者の通行のため道路標示によって区画された部分

- ①自転車は車道を通行するのが原則で、歩道通行は例外です。車道を通行するときは、車道の左端を通行するようにしましょう。
- ②自転車道がある場合は、そこを通るようにしましょう。
- ③路側帯を通るときは、歩行者の迷惑にならないように注意して、場合によっては降りて通らしましょう。また、白の2本線の路側帯は通行できないことも覚えておきましょう。

●資料7（歩道の通行）

①歩道から車道への移動



②歩道での自転車同士の行き違い



- ①歩道から車道へ移る場合は、後ろからくる車などに十分注意して安全を確認してから行いましょう。また車道に出たときに右側通行にならないようにしましょう。特に頻繁な乗り入れや交差点付近で歩道から車道へ移るのは危険であることを理解しておきましょう。
- ②歩道で自転車同士が行き違うときは、相手の自転車を右に見ながらスピードを落としてお互いにぶつからないように、歩行者に注意して通ります。その他警察官や交通巡視員の指示があった場合は、その指示に従いましょう。

●資料8（道路の横断）

①横断歩道や自転車横断帯の横断



②近くに横断歩道や自転車横断帯がない所での横断



③Uターン



- ①横断歩道を横断するとき、歩行者がいる場合は、自転車から降りて押して歩くようにしましょう。近くに自転車横断帯があるときは、そこを通ります。
- ②近くに横断歩道や自転車横断帯がない場合は、右左の見通しのきく所を選んで、車のとぎれたときに直角に横断します。斜め横断は危険なのでやめましょう。
- ③Uターンするときも、いったん止まって、正しい横断の仕方です道路の反対側に渡り、自転車の向きを変えるようにしましょう。

●資料9（自転車の合図の仕方）

停止 右折 左折



道路は様々な人たちが利用します。お互いの安全のために、これからしようとする行動を他の交通利用者に知らせることがとても大切です。自転車に乗っているときの合図の仕方を再確認しましょう。

- ①「これから停止」は、右腕を斜め下に出します。
- ②「これから右折」は、手のひらを下にして右腕を横に水平に出します。
- ③「これから左折」は、右腕のひじを垂直に上に曲げます。