

知っていますか？

自転車事故

～安全な乗り方と事故への備え～



1

こんな事故が起きています!

データから見る自転車事故の実態

各地で多発している自転車事故。被害事故だけでなく、加害事故も発生しています。最近の自転車事故の発生状況や事例を見ながら、その実態を探ってみましょう。

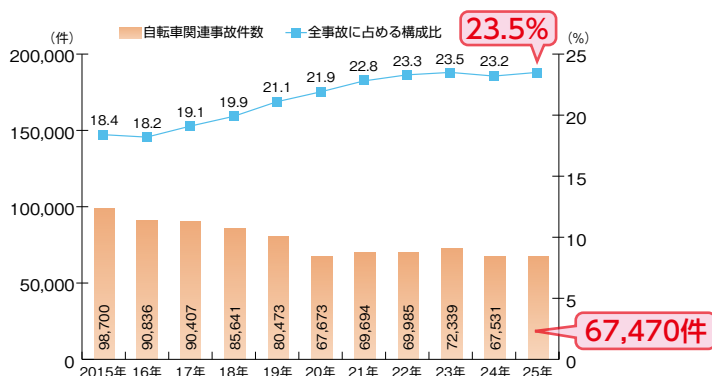
1-1 自転車事故の発生状況

■全交通事故件数に占める自転車事故件数の割合は、2割超と高い水準で推移
自転車乗用中の死傷者数は、20歳未満の若年層と65歳以上の高齢者層で約半数を占めている

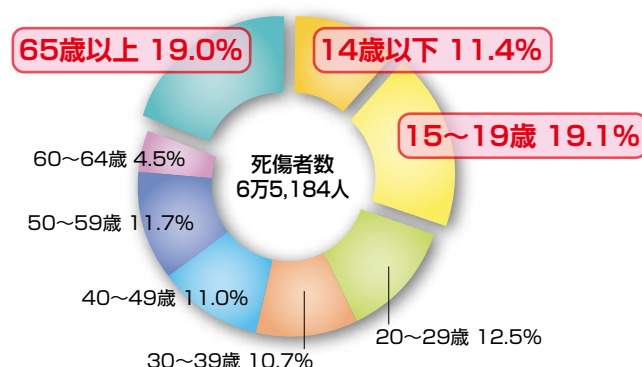
2025年の自転車が第1当事者または第2当事者となった交通事故（自転車関連事故）件数は6万7,470件[※]で交通事故件数全体に占める割合は23.5%と、昨年比で0.3ポイント増加しています（グラフ1）。また、自転車乗用中の死傷者数のうち、20歳未満の若年層と65歳以上の高齢者の2つの年齢層で約半数を占めています（グラフ2）。

※自転車が第1当事者または第2当事者となった交通事故件数。ただし、自転車相互の事故は1件とした。

グラフ1 自転車関連事故件数等の推移



グラフ2 自転車乗用中の年齢層別死傷者数の割合 (2025年)

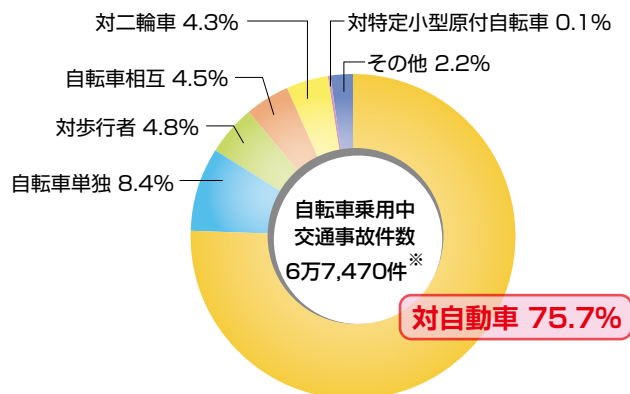


(注) 各グラフの構成率は、警察庁交通局の統計数値をもとに小数点第2位を四捨五入していることから、合計が100%にならない場合があります。 出典：警察庁交通局

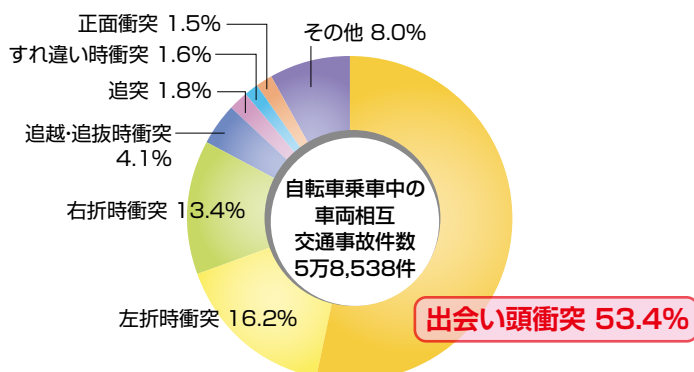
■自動車との事故が約8割 出会い頭、右左折時での事故が多い

自転車事故の約8割が自動車との事故です（グラフ3）。また、事故類型（車両相互）としては出会い頭による事故が圧倒的に多く約半数を占め、次いで左折時衝突、右折時衝突と続いています（グラフ4）。

グラフ3 自転車乗用中の相手当事者別交通事故件数の割合 (2025年)



グラフ4 自転車乗用中車両相互の事故類型別交通事故件数の割合 (2025年)



※自転車が第1当事者または第2当事者となった交通事故件数。ただし、自転車相互の事故は1件とした。

(注) 各グラフの構成率は、警察庁交通局の統計数値をもとに小数点第2位を四捨五入していることから、合計が100%にならない場合があります。 出典：警察庁交通局

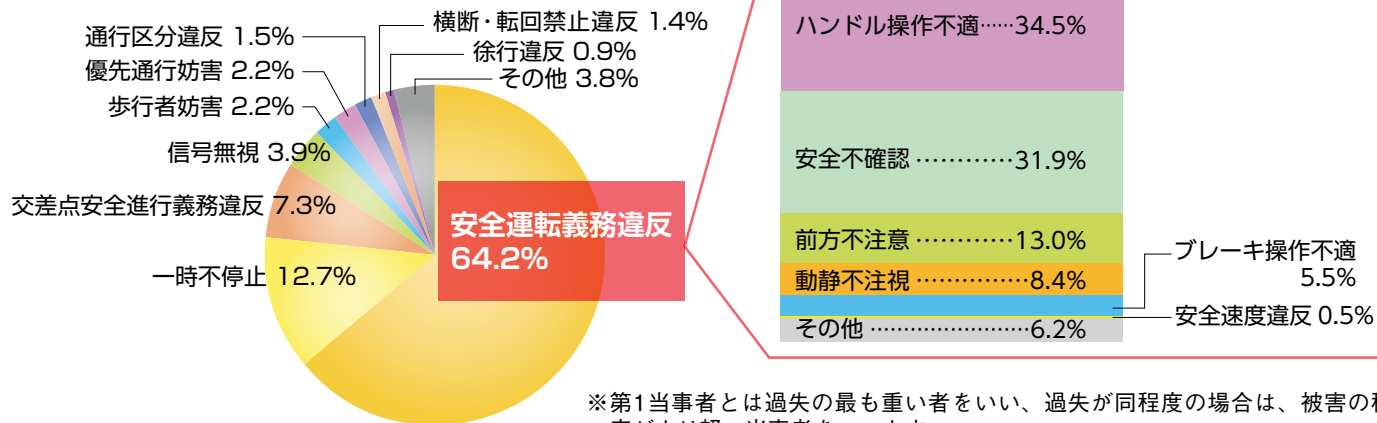
1-2 自転車による加害事故

自転車は道路交通法では、自動車と同じ“車両”です。車両として交通ルールを守らなければなりません。ルールを守らず事故を起こすと自転車側も責任を問われます。

■自転車による加害事故は1万7,356件で、自転車事故全体に占める割合は25.7%

グラフ5 自転車乗用者（第1当事者※）の法令違反別交通事故件数の割合（2025年）

出典：警察庁交通局



（注）各グラフの構成率は、警察庁交通局の統計数値をもとに小数点第2位を四捨五入していることから、合計が100%にならない場合があります。

自転車による加害事故（自転車乗用者が第1当事者であった交通事故）は、2025年中に1万7,356件発生し、自転車乗用中の交通事故全体の25.7%を占めています。

加害事故を法令違反別にみると、最も多い「安全運転義務違反」は全体の64.2%に上り、半数を超えています。続いて、「一時不停止」「交差点安全進行義務違反」「信号無視」などの違反が多くなっています。

さらに安全運転義務違反の内訳を細かくみると、「ハンドル操作不適」が34.5%と最も多く、以下、「安全不確認」「前方不注意」「動静不注視」の順になっています。

知っておきたい 用語の意味

ここで紹介している法令違反用語の主な意味は次のとおりです。

安全運転義務違反

道路交通法第70条では、「ハンドル、ブレーキその他の装置を確実に操作し、かつ、道路、交通及び当該車両等の状況に応じ、他人に危害を及ぼさないような速度と方法で運転しなければならない」と規定し、車両等の運転者に安全運転義務を課しています。この規定に違反した場合に「安全運転義務違反」となります。具体的には、以下のような態様が含まれます。

ハンドル操作不適	片手運転など、他人に危害を及ぼすような運転をした場合。
ブレーキ操作不適	ブレーキのかけ方が甘いなど、他人に危害を及ぼすような運転をした場合。
前方不注意	ぼんやりしながら「漫然運転」したり、他の事物に気を取られて「脇見運転」したりして前方への注意を怠り、他人に危害を及ぼすような危険な運転をした場合。
動静不注視	いわゆる「だろろ運転」のように、車や歩行者など相手の存在を認識しているにもかかわらず、危険はないだろうと判断して相手の動静に対する注視を怠るような運転をした場合。
安全不確認	前方や後方、左右の安全確認が不十分だったことにより、相手の存在を見落とししたりして発見が遅れたりすることをいい、交差点で他の自動車に気を取られ、歩行者を見落としてしまうようなケース。
その他	歩道における徐行など、その場の状況に応じた安全な速度や方法で運転しない場合など。

交差点安全進行義務違反

交差点で、交差する道路を通行する車や、交差点を横断する歩行者に注意せず、安全な速度と方法で進行しなかった場合。

通行区分違反

歩道と車道の区別のある道路で、車道の左側を走行しなかったり、自転車通行可となっていない歩道等を通行したりした場合。

優先通行妨害

信号機のない交差点で、交差する優先道路の車等の通行を妨害したり、優先道路に進入する際に徐行しなかったりした場合。

横断・転回禁止違反

道路を横断・転回して正常な交通を妨害したり、禁止されている場所で横断・転回したりした場合。

自転車事故のパターン

安全不確認（急な進路変更）

事故の状況

道路の左端を通行していたAさんは、路上駐車した車を避けようと後方を確認せずに車道側に急に進路変更したため、後ろから来た自動車に追突され、大ケガを負いました。

事故の原因

自動車側にも注意義務違反がありますが、Aさんが後方の安全をよく確認しないまま急に進路変更をしたことが事故の大きな原因です。



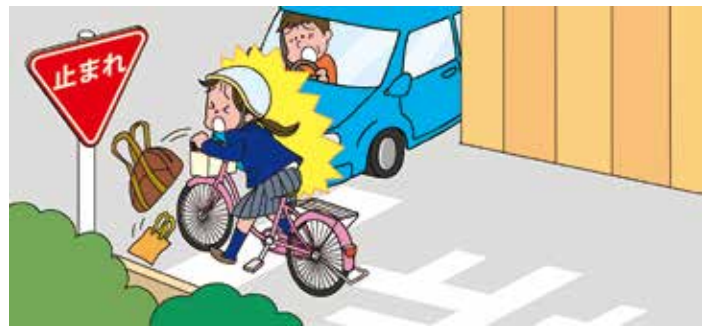
一時不停止

事故の状況

信号のない見通しの悪い交差点にBさんが自転車で一時停止せずに進入したため、自動車と出会い頭に衝突し、腕の骨を折る大ケガを負いました。

事故の原因

自動車側にも注意義務違反がありますが、Bさんが一時停止の標識・標示を無視して、交差点で左右の安全確認をしないまま飛び出したことが事故の大きな原因です。



信号無視

事故の状況

Cさんは、赤信号を無視して交差点に進入したため、走ってきたトラックと衝突し、大ケガを負いました。

事故の原因

トラック側にも前方不注意がありますが、Cさんが赤信号を無視して交差点に進入したことが事故の大きな原因です。



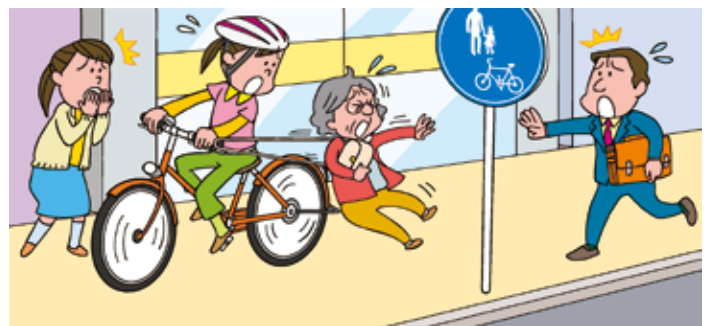
歩道上での歩行者との接触

事故の状況

Dさんは、自転車歩道通行可の標識がある歩道上を自転車で通行中、歩いてきたおばあさんのバッグにハンドルを引っ掛けてしまい、転倒したおばあさんは意識不明の重傷となりました。

事故の原因

Dさんが、人の間をぬうように走行し、歩道の車道寄りをいつでも止まれる速度で走行していなかったことが、事故の大きな原因です。



（注）歩道上の歩行者との接触事故は、自転車側に100%責任が求められる可能性が高くなります。

交通反則通告制度（以下、青切符）について

2026年4月1日より、16歳以上の自転車の交通違反に対して、いわゆる青切符が導入されました。青切符とは、道路交通法の違反行為のうち、比較的軽微なものに対し、反則金の納付が通告される制度です。飲酒運転といった重大な違反は刑事手続により処理されます。

この機会に自転車の交通ルールをしっかりと確認しておきましょう。

2

自転車の安全な乗り方とルール

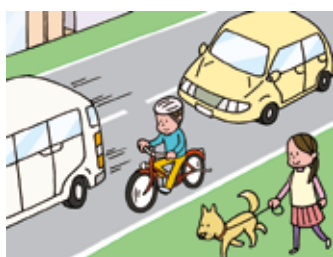
交通ルールやマナーを守らず事故を起こすケースがしばしば見られます。自転車で事故を引き起こさない(加害者にならない)ために、また、事故に巻き込まれない(被害者にならない)ために、ルールを守りましょう！

2-1 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

自転車は車道が原則

道路交通法上、自転車は「軽車両」と位置づけられます。歩道と車道の区別のあるところでは、自動車と同様に車道通行が原則です。



車道では左側を通行

自転車が車道を通行するときは、常に道路の左端にそって通行しなければなりません。



路側帯の通行

路側帯（歩行者用路側帯を除きます）があるところは、歩行者の通行の妨げになる場合を除き、路側帯を通行することができます。ただし、道路の左側部分に設けられた路側帯に限りです。

違反した場合 反則金 6,000円



違反した場合 反則金 6,000円

様々な自転車通行部分

自転車が安全で快適に通行できるように、様々な整備が進められています。

自転車車道

自転車の通行のために、縁石線や柵などによって区画された道路の部分のことです。歩道や車道とは分離されており、自転車は双方向に通行できます。



自転車専用通行帯（自転車レーン）

道路標識・標示等によって、車道の左側に自転車専用の通行帯を指定したものです。ただし、あくまでも車道の一部であるため、双方向通行はできず、道路の左側に設けられた自転車専用通行帯しか通行できません。



自転車歩行者道

歩行者や自転車の通行のために、縁石線や柵などによって区画された道路の部分のことです。歩行者と自転車の通行部分を、植樹帯や色分けした塗装などを使って分離しています。



車道混在（自転車ナビライン）

自転車の安全な通行を促すために、自転車の利用者などに自転車が通行すべき部分と通行すべき方向を知らせる青色の矢羽根型の路面標示のことです。



いろいろな路側帯

自転車通行可

路側帯（白線1本）



駐停車禁止路側帯（白線と点線）



（注意）自転車通行不可

歩行者用路側帯（白線2本）



歩道では歩行者優先

歩道は「歩くための道」です。歩道を通行するときは歩行者を優先し、車道寄りの部分を徐行します。また、歩行者の通行を妨げるようなときは、一時停止しなければなりません。

自転車が歩道を通行する場合は、自転車同士が相互通行することが可能です。

違反した場合 反則金 3,000円



自転車が歩道を通行することができる場合

- 歩道に「普通自転車等及び歩行者等専用」の道路標識等がある場合
- 幼児・児童(13歳未満)や高齢者(70歳以上)、身体に障がいをする人が運転している場合
- 道路工事や連続した駐車車両など、交通の状況からみて、やむを得ない場合



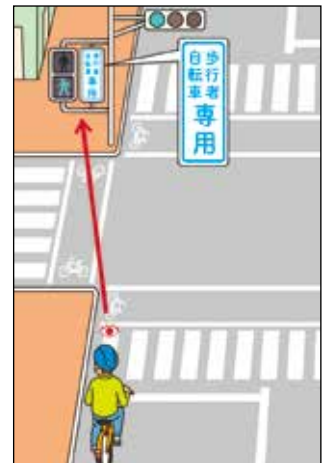
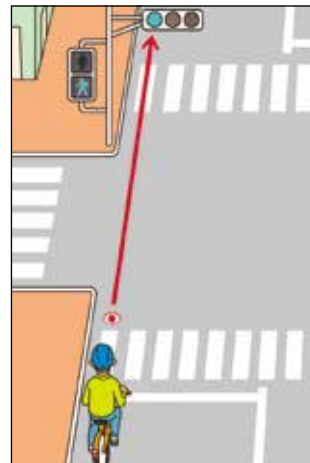
2 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

交差点では信号を守る

自転車は、対面する信号機の指示に従わなければいけません。

- ①車道を通行する場合は、車両用信号に従います。
- ②横断歩道を押し歩きで通行するなどの場合は、歩行者用信号に従います。
- ③歩行者用信号機に「歩行者・自転車専用」と表示されている場合は、歩行者用信号に従います。

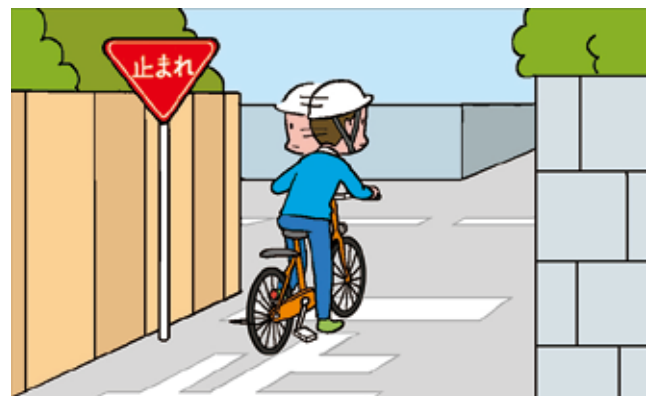
違反した場合 反則金 6,000円



一時停止で安全確認

一時停止標識・標示のある場所や、踏切などでは、必ずいったん停止して、左右の安全を確認しましょう。

違反した場合 反則金 5,000円



3 夜間はライトを点灯

夜間は必ずライトを点灯しなければいけません。前方の安全を確認し、自分の存在を対向車や歩行者に知らせるためにライトを点灯し、反射器材を備えた自転車を運転しましょう。

違反した場合 反則金 5,000円



4 飲酒運転は禁止

自動車と同様に自転車の飲酒運転や酒気帯び運転も禁止されており、酒類提供者にも厳しい罰則が課せられます。

違反した場合

(酒酔い運転) 5年以下の拘禁刑または100万円以下の罰金

(酒気帯び運転) 3年以下の拘禁刑または50万円以下の罰金



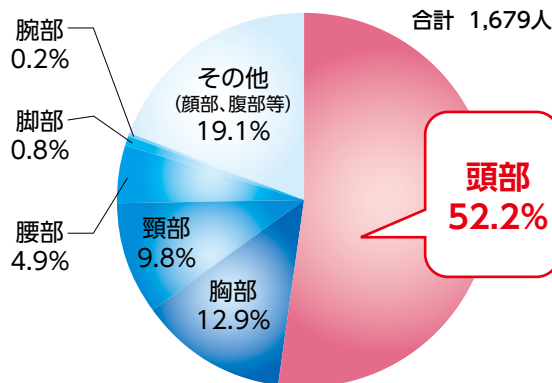
5 ヘルメットを着用

道路交通法には、「自転車を運転するすべての人」は、乗車用ヘルメットを着用するよう努めなければならないと定められています。

警察庁の調査では、自転車乗用中の死者の損傷部位は、「頭部」が約5割(52.2%、2021～2025年合計)と圧倒的に高くなっています(円グラフ)。またヘルメット非着用の場合の死者・重傷者における人身損傷主部が「頭部」であった人の構成率は着用時に比べて約1.7倍も高くなっています。被害を軽減するためにもヘルメットの着用が必要です。ヘルメットの着用を習慣にしましょう。



■自転車乗用中死者の人身損傷主部位(致命傷の部位)
(2021年～2025年合計)



出典：警察庁交通局

安全のため、ここにも注意！

●右折は2段階右折(2回に分けて右折)

※交差点を通行する場合、左折してくる自動車にも十分に注意しましょう。



違反した場合 反則金 3,000円

●イヤホンをしながらの運転はしない

違反した場合 反則金 5,000円



●携帯電話等を使用しながらの運転はしない

違反した場合 反則金 12,000円



●二人乗りは禁止

※ただし、幼児用座席に幼児を乗せる場合等は、例外的に認められています。

違反した場合
反則金 3,000円



●並んで走らない

※「並進可」の標識のある場所以外では並進禁止です。

違反した場合
反則金 3,000円



●傘さし運転はしない

違反した場合 反則金 5,000円



(注) 罰則は、各都道府県における規則で定める一例です。

2-2

自転車運転者講習制度

信号無視や一時不停止、飲酒運転などの一定の違反行為（危険行為）を繰り返す自転車運転者に、安全講習の受講が義務づけられています。反復して危険行為で検挙された14歳以上の人が対象です。

自転車運転者講習の対象となる危険行為（16類型）

受講命令に従わない場合 5万円以下の罰金

1 信号無視



信号に従わなかった場合

2 通行禁止違反



道路標識により車両等の通行が禁止された道路を通行した場合

3 歩行者用道路における車両の義務違反（徐行違反）



歩行者専用道路で歩行者に注意して徐行しなかった場合

4 通行区分違反



歩道と車道の区分のある道路で車道の左側を走行しなかったり、立入禁止部分等に入ったりした場合

5 路側帯通行時の歩行者の通行妨害



路側帯で歩行者の通行を妨げるような速度や方法で進行した場合

6 遮断踏切立入り



踏切が閉じようとするとき、閉じているとき、警報機がなっているときに踏切に入った場合

7 交差点安全進行義務違反等



信号機のない交差点で優先されている車両等の進行を妨害した場合

8 交差点優先車妨害



交差点で右折する際に、直進または左折しようとする車両等の進行を妨害した場合

9 環状交差点安全進行義務違反等



環状交差点内で車両等の進行を妨害した場合

10 指定場所一時不停止等



標識・標示などを無視して一時停止しなかった場合

11 歩道通行時の通行方法違反



歩道の通行が認められている場所で歩行者の妨害をした場合

12 制動装置（ブレーキ）不良自転車運転



ブレーキがついていない、または整備不良の自転車で走行した場合

13 酒気帯び・酒酔い運転



酒に酔って自転車を運転した場合

14 安全運転義務違反



脇見運転などで他人に危害を及ぼすような危険な運転をした場合

15 携帯電話使用等



携帯電話等を手で保持して通話したり、画面を注視して運転した場合

16 妨害運転



他の車両等の走行を妨害する目的で急な進路変更などをした場合

自転車の制動装置（ブレーキ）の検査と応急措置命令について

ブレーキを備えていない、あるいは壊れているため、交通の危険を生じさせるおそれがある自転車については、警察官から、停止や検査、応急措置や運転禁止を命じられることがあります（道路交通法第63条の10）。自転車の点検整備については、自転車の安全利用を促進する条例などによって、自治体ごとに定められている場合があるので、お住まいの地域のルールを確認しましょう。

命令に従わなかった場合 5万円以下の罰金

3

自転車を取り巻くリスクとその責任

どんなに注意していても、いつ起こるかわからないのが交通事故です。もしも事故を起こしてしまった場合、どのように対応すればよいのでしょうか？ また、事故に備える保険にはどのようなものがあるのでしょうか？

3-1 自転車を取り巻く事故のリスク

自転車は、その気軽さや便利さの裏にさまざまな危険が潜んでいます。自分がケガをするだけでなく、歩行者にケガをさせたり、財物を壊したりするケースもあります。まずは、この3つの事故のリスクをしっかりと認識しましょう。

●自分がケガをする



●他人にケガをさせる



●財物を壊す(損害を与える)



加害事故で問われる責任

自転車だから大丈夫。事故を起こしたとしても大事にはならない……。そんな軽はずみな気持ちが、死傷者を出す重大な事故につながります。道路交通法上、自転車は車両の一種（軽車両）です。法律違反をして事故を起こすと、自転車利用者は刑事上の責任が問われます。また相手にケガを負わせた場合や、相手の財物を壊した場合は、民事上の損害賠償責任も発生します。

刑事上の責任

相手を死傷させた場合、「重過失致死傷罪」等となります。

民事上の責任

被害者に対する損害賠償の責任を負います。

※交通事故を起こした場合には、左記2つの責任のほか、被害者を見舞い、誠実に謝罪するという「道義的な責任」を果たすことが重要です。また、運転免許保有者に対して、免許の停止といった「行政上の責任」を求められる場合があります。

〈自転車での加害事故例〉

自転車事故でも被害の大きさにより数千万円の賠償金を支払わなくてはならない場合もあります。この賠償責任は、未成年といえども責任を免れることはできません。

判決認容額※	事故の概要
9,521万円	男子小学生(11歳)が夜間、帰宅途中に自転車で走行中、歩道と車道の区別のない道路において歩行中の女性(62歳)と正面衝突。女性は頭蓋骨骨折等の傷害を負い、意識が戻らない状態となった。 (神戸地方裁判所、2013年7月4日判決)
9,330万円	男子高校生が、夜間、イヤホンで音楽を聞きながら無灯火で自転車を運転中に、パトカーの追跡を受けて逃走し、職務質問中の警察官(25歳)と衝突。警察官は、頭蓋骨骨折等で約2か月後に死亡した。 (高松高等裁判所、2020年7月22日判決)
9,266万円	男子高校生が昼間、自転車横断帯のかなり手前の歩道から車道を斜めに横断し、対向車線を自転車で直進してきた男性会社員(24歳)と衝突。男性会社員に重大な障害(言語機能の喪失等)が残った。 (東京地方裁判所、2008年6月5日判決)
6,779万円	男性が夕方、ペットボトルを片手に下り坂をスピードを落とさず走行し交差点に進入、横断歩道を横断中の女性(38歳)と衝突。女性は脳挫傷等で3日後に死亡した。 (東京地方裁判所、2003年9月30日判決)
5,438万円	男性が昼間、信号表示を無視して高速度で交差点に進入、青信号で横断歩道を横断中の女性(55歳)と衝突。女性は頭蓋内損傷等で11日後に死亡した。 (東京地方裁判所、2007年4月11日判決)

※判決認容額とは、上記裁判における判決文で加害者が支払いを命じられた金額です（金額は概算額）。

上記裁判後の上訴等により、加害者が実際に支払う金額とは異なる可能性があります。

日本損害保険協会調べ

3-2

自転車事故に備える保険

自転車事故による損害賠償責任に備える保険があります。ただ、自動車事故への備えと異なるのは、被害者救済のための強制保険（自賠責保険）がないことです。ではどのような保険に入っておけばよいのでしょうか？

	自動車事故	自転車事故
損害賠償に備える保険(強制加入)	自賠責保険	×
損害賠償に備える保険(任意加入)	任意の自動車保険	個人賠償責任保険など

損害賠償責任や自分自身のケガに備える

自転車事故による損害賠償責任は「個人賠償責任保険」で、また、自分自身のケガは「傷害保険」でそれぞれ補償されます。加入している保険の補償内容をご確認ください。

保険の種類 対 象	事故の相手		自 分
	生命・からだ 	財産（モノ） 	生命・からだ 
個人賠償責任保険	○	○	×
傷 害 保 険	×	×	○

●個人賠償責任保険や傷害保険では、自転車事故のほか日常生活における事故も補償対象となります。

例

個人賠償責任保険・・・買い物中に商品を壊した、飼い犬が他人に噛みついてケガをさせた

傷害保険・・・・・・・・・・スポーツ中にケガをした、階段で転んでケガをした

●傷害保険には、交通事故によるケガのみを補償するタイプもあります。

●業務で自転車を使用中に起こした事故は個人賠償責任保険では補償されません。事業主が事業者用の賠償責任保険に加入する必要がありますので、ご注意ください。

〈補償内容のご確認にあたってご注意いただきたいこと〉

●個人賠償責任保険は、自動車保険、火災保険、傷害保険などの特約としてセットすることが一般的ですが、特約の名称は保険会社ごとに異なる場合があるほか、保険会社によっては取扱っていない場合があります。

●新たな保険（特約）への加入をご検討される場合は、自転車を乗用される方またはそのご家族が既に補償内容が同種の保険契約に加入されていますと、補償の重複が生じることがありますので、保険金額（支払限度額）、被保険者（補償の対象となる人）などの補償内容を十分ご確認ください。

詳しくは、損害保険代理店や保険会社にご確認ください。

自転車損害賠償保険等への加入状況を確認してみましょう

自転車損害賠償保険等への加入状況の確認について、下記のチェックシートで確認してみましょう。

はい

いいえ

わからない

自転車を利用中の事故により、他人の生命または身体を害したり、
他人の物を壊したりした際に、法律上の損害賠償責任を
補償できる自転車損害賠償保険に加入していますか。

自動車保険、火災保険、傷害保険のいずれかに加入していますか。

共済、各種団体保険（職場で加入する保険や
学校のPTA保険など）のいずれかに加入していますか。

自転車損害賠償保険に相当する補償が基本補償または
特約※としてついていますか。

※「特約」の名称は、個人賠償責任補償特約、日常生活賠償特約など、
保険会社により異なります。

すでに
自転車損害賠償保険に
加入しています。

補償内容（賠償責任補償額や示談交渉の有無など）が十分であるか、補償期限が有効であるか
をご確認ください。

お手元に保険証券を
ご用意のうえ、
ご加入の保険会社に
ご確認ください。

自転車損害賠償保険への
加入が必要です。

- 分譲マンションにお住まいの場合、マンション管理組合が住人を対象に自転車損害賠償保険に加入している場合があります。
- クレジットカード等にも、自転車損害賠償保険に相当する補償がついている場合があります。

自転車損害賠償保険等への加入を義務化する自治体が増えています

全体の交通事故発生件数に占める自転車事故の割合が2割程度で横ばいに推移している事故状況や、自転車による重大事故で高額な損害賠償の請求が相次いでいる社会状況などを背景に、自転車事故に備えた損害賠償保険の加入を義務付ける自治体が増えています。

自転車損害賠償保険の目的は、自転車事故による被害者の損害を補償し、加害者の経済的負担を軽減することです。お住まいの自治体にこうした条例等がなかったとしても、万が一に備えて、自転車を利用する人は必ず保険に加入しましょう。

もしも事故を起こしてしまったら

事故を起こしてしまった場合、気が動転して的確な対応ができないこともあります。
以下の手順を参考に、落ち着いて行動できるようにしましょう。

119



① ケガ人の救護

ケガ人がいる場合は、ケガ人の手当てが最優先です。
まず救急車を呼びましょう。

② 道路上の危険防止

二次災害を防止するため、路肩や歩道など安全な場所に
自転車を移動させましょう。

③ 警察への連絡

現場をよく確認し、落ち着いて警察に連絡しましょう。
警察への届出がないと、「交通事故証明書」が発行されません。
※道路交通法で警察への報告義務が定められています。
※交通事故証明書がないと、保険金が支払われない場合があります。



④ 事故状況の確認

事故の相手方の名前、住所、連絡先などを確認し、
簡単な事故状況メモをつくりましょう。

⑤ 損害保険会社への連絡

事故の状況をただちに損害保険会社または代理店に連絡してください。

そんぽ ADR センター（損害保険相談・紛争解決サポートセンター）

損害保険に関するご相談・お困りごとは **そんぽ ADR センター** にご連絡ください。

受付時間 月～金曜日（祝日・休日および12月30日～1月4日を除く）の午前9時15分～午後5時

電話番号 **03-4332-5241**（全国共通）

●センター所在地

そんぽ ADR センター東京	東京都千代田区	そんぽ ADR センター近畿	大阪府大阪市中央区
----------------	---------	----------------	-----------

※損害保険のご加入、ご契約内容の変更や事故のご連絡は、直接、損害保険会社またはお取扱いの代理店へお願いいたします。

会員会社一覧

■会員会社一覧

会員会社の社名、相談窓口等は当協会ホームページに掲載しています。

下記リンク先は右の二次元コードからご覧いただけます。

<https://www.sonpo.or.jp/member/link/member.html>



本誌の『自転車』とは内閣府令で定める『普通自転車』をさしています。車体の大きさなどが基準に適合しない自転車*は「普通自転車」に該当せず、「普通自転車等及び歩行者等専用」や「自転車を除く」等の交通ルールが適用されません。なお、一般的に使用されている軽快車などの自転車のほとんどは「普通自転車」に該当しています。

※一部のマウンテンバイクやタンデム自転車等

発行 一般社団法人 **日本損害保険協会**

業務企画部 啓発・教育・防災グループ

TEL 03-3255-1215

編集制作 一般財団法人 日本交通安全教育普及協会