

1. はじめに：2026年4月から何が変わる？ 1. Introduction: What Changes from April 2026?

2026年4月1日から、自転車の交通違反に対する取締りが強化されます。

From April 1, 2026, enforcement of bicycle traffic violations will be strengthened.

違反した場合、「青切符（交通反則告知書）」が交付され、反則金の支払いが必要になります。

If you violate the rules, you will receive a traffic ticket and must pay a penalty.

反則金の目安：数千円～1万円以上 : Penalty range: several thousand to over 10,000 yen

青切符を受け取った場合：指定された方法で反則金を納付します

If you receive a ticket, follow instructions to pay the fine

納付しない場合：刑事手続きに移行し、裁判となる可能性があります

If unpaid, it may lead to criminal procedures and court

2. 特に注意が必要な違反行為と反則金（目安） 2. Key Violations and Penalties (Approx.)

- ながらスマホ：スマートフォンの操作・通話・イヤホンの使用による運転（約 12,000 円）
• Using a smartphone while riding: operating a phone, making calls, or using earphones while riding (approx. 12,000 yen)
- 酒気帯び運転：飲酒して運転（自転車も対象）（高額罰金・刑事罰）
• Riding under the influence (high fine / criminal penalty)
- 信号無視：赤信号で停止しない（約 6,000 円）
• Ignoring traffic signals (approx. 6,000 yen)
- 傘差し・片手運転：不安定な運転（約 5,000 円～）
• One-hand riding / umbrella (approx. 5,000 yen+)
- 逆走（右側通行）：道路右側を通行（約 6,000 円）
• Wrong-way riding (approx. 6,000 yen)
- 歩道での危険走行：歩行者に危険（約 6,000 円）
• Dangerous riding on sidewalk (approx. 6,000 yen)
- 無灯火：夜間にライトを点灯しない（約 5,000 円）
• No light at night (approx. 5,000 yen)
- 自転車制動装置不良：ブレーキがきかないなど（約 5,000 円）
• Defective brakes (approx. 5,000 yen)
- 一時不停止：一時停止標識で停止しない（約 5,000 円）
• Failure to stop at stop sign (approx. 5,000 yen)
- 並進禁止違反：他の自転車と横に並んで走行（約 3,000 円）
• Riding side by side (approx. 3,000 yen)
- 二人乗り：2人で乗る（約 3,000 円） : • Riding with two people (approx. 3,000 yen)

※反則金額は目安であり、違反内容や今後の制度運用により変更される場合があります。

*Penalty amounts are approximate and may change depending on circumstances or future regulatory updates.

3. 基本ルール：日本での正しい乗り方 3. Basic Rules: How to Ride in Japan

- 左側通行：自転車は道路の左側を通行します。右側通行は禁止です。
- Keep left: bicycles must ride on the left side.
- 原則、車道通行：自転車は軽車両です。原則車道を通行し、歩道では歩行者優先です。
- Use roadway: bicycles are vehicles. Sidewalk use requires pedestrian priority.
- 一時停止を守る：一時停止標識では必ず止まり、安全を確認してから進みます。
- Stop at stop signs: Always stop and check safety before proceeding.
- 安全確認：交差点や曲がる時は、必ず左右を確認します。
- Safety check: Always check left and right at intersections and when turning.
- 夜間はライト点灯：夜は必ずライトを点けてください。
- Turn on lights at night.
- ヘルメットの着用（努力義務）：安全のため着用を推奨します。
- Helmet use is recommended.
- 自転車保険への加入：事故時に高額賠償となる可能性があります。
- Have bicycle insurance due to high liability risk.

4. 事故が起きたときの対応 4. What to Do in Case of an Accident

- その場で停止する（逃げない）
- Stop immediately (do not leave)
- 警察へ連絡（110番）
- Call police (110)
- 会社（管理者）へ報告
- Report to your workplace

5. まとめ（チェックリスト） 5. Summary (Checklist)

- 左側通行を守っていますか？
- Are you keeping left?
- 夜はライトを点けていますか？
- Are your lights on?
- スマートフォンを見ながら運転していませんか？
- Are you avoiding smartphone use?
- 傘差し・片手運転をしていませんか？
- Are you avoiding one-hand riding?
- 自転車保険に加入していますか？
- Do you have bicycle insurance?

ルールを守ることは、自分自身と周りの人の命を守ることに繋がります。
Following the rules protects your life and others.

安全に配慮し、日本での生活を安心して送りましょう。
Stay safe and enjoy your life in Japan.