

広報

浦安市

うらやす

主な内容

令和4年度
臺地公園特別枠募集 ほか 7面

うらやすまるごとこども広場 ほか 8面

発行/浦安市
所在/〒279-8501 千葉県浦安市
猫実一丁目1番1号
編集/企画部広聴広報課
☎047-351-1111(代表)
<https://www.city.urayasu.lg.jp>

市の人口と世帯 人口=169,395人(+136) 男=82,384人(+76) 女=87,011人(+60) 世帯数=82,955世帯(+299) 令和4年4月末現在()は前月比

各記事に掲載しているIDを、市ホームページ上の「広報ページID検索」に入力すると、該当ページが出ます。これにより、記事を探す手間を省けます



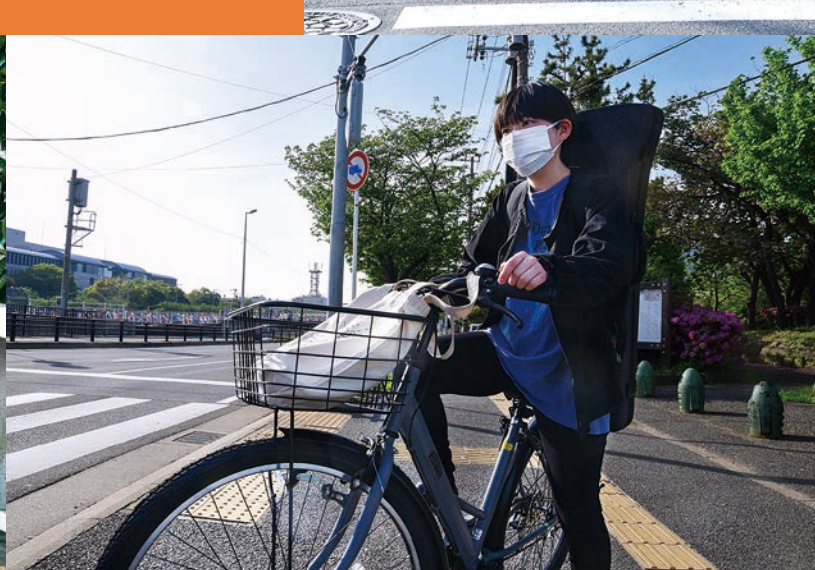
浦安市出身アスリート
中村妃智さん

楽しい自転車 の ための ライフ できること



自転車を利用する方が多い浦安市。自転車は、移動手段としてだけでなく、健康維持のためやスポーツとしても楽しむことができる万能な乗り物です。皆が快適に自転車を利用するためには、ルールやマナーを守ることが大切です。これからも楽しく自転車を利用するためにできることを紹介します。

【問】市民安全課
☎712・6590



©JCF

楽しい自転車ライフのために

できること

1

自転車保険に加入する

●自転車保険への加入が義務化されます

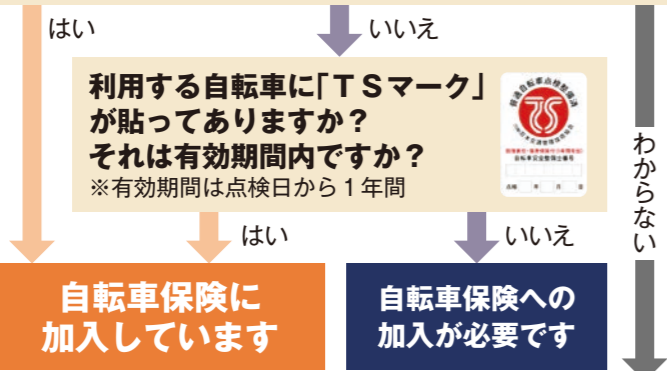
7月1日から自転車損害賠償保険などへの加入が義務になります。自転車による事故は、誰もが被害者、加害者になる可能性があります。事故に遭ってしまったときに備えて自転車保険に入りましょう。

自転車保険の種類って？

自動車の任意保険や傷害保険、火災保険、会社などの団体保険、クレジットカードに付帯した保険、PTAや学校が窓口の保険などに付随して自転車乗車中の事故の補償があるものと、自転車向けの保険があります。

●あなたは大丈夫？ 自転車保険加入チェックシート

自転車向けの保険など、自転車の事故による損害賠償に対応している保険や共済に加入していますか？



加入している保険会社に補償内容を確認し、自転車事故に対応していない場合は、特約の追加などで対応するか、新たに自転車保険に加入してください

補償の対象範囲もチェック！

契約者だけでなく、その家族（同居親族など）が事故に遭った場合も補償の対象になる保険も多くあります。自分だけでなく、家族が加入している保険も一緒に確認しましょう。

【出典】千葉県ホームページ「自転車保険(自転車損害賠償保険等)」に入りますよう Jhttps://www.pref.chiba.lg.jp/seikouan/koutsuanzen/jikoboushi/jitensha/hokenkanyuu.htmlを基に作成

●保険にはどうやって加入する？

自転車保険は、インターネットなどで簡単に加入できるものもあります。詳しくは、各損害保険や共済などのホームページをご覧ください。代理店などへお問い合わせください。

楽しい自転車ライフのために

できること

2

定期的に点検・整備する

「毎日使っていて問題ないから…」と、なかなかふだんの点検を怠ってしまう方も多いのでは？
自転車も車の仲間です。思わぬ事故を防ぐため、定期的に点検・整備をしましょう。

●自転車の点検項目

合言葉 ぶたはしゃべる

ぶ ブレーキ…前も後ろもよく利くか

た タイヤ…すり減っていないか、空気はしっかり入っているか

は 反射器材、ライト…反射器材が後ろだけでなく横にも付いているか、ライトは点灯するか

し サドル…高すぎたり、ぐらついたりしないか
や ハンドル…曲がっていないか
ペ ペダル…曲がっていないか、足が滑らないか
る チェーン…緩みすぎではないか

べ ベル…しっかり鳴るか、ハンドルを握ったまま鳴らすことができる位置に付いているか

楽しい自転車ライフのために

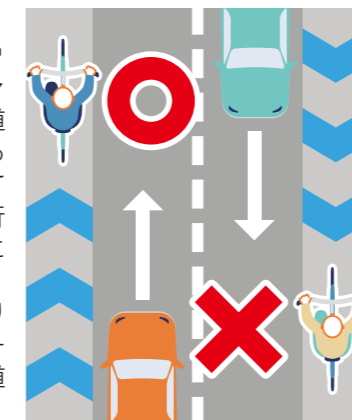
できること

3

自転車に乗るときのルールを確認する

① 逆走注意！ 右側通行は違反

自転車は車の仲間。車道通行が原則。車道を通行するときは、道路の左側に寄って通行しましょう。右側を通行すると、自動車と同じように逆走になり、違反です。
自転車の走行位置をわかりやすくするため、自転車マークや矢印を整備している車道があります。



② 歩行者優先！徐行を意識する

歩道を通行できるのは、歩道通行可の標識が付いている場合か、運転者が13歳未満、70歳以上または身体に障がいがある方の場合のみ。通行できる歩道でも、スピードの出すぎは厳禁です。すぐに停止できる速度で車道寄りを通り、歩行者の通行を妨げないようにしましょう。また、自転車通行帯が整備されている歩道では、自転車用に区分された場所を通行してください。



ルールやマナーを守らないと、事故の被害者になる可能性だけではなく、自分が加害者になってしまう可能性もあります。あなたの運転で、怖い思いをしたことがある歩行者もいるかもしれません。慣れていなくても大丈夫だと思わず、いつでも注意して自転車を利用しましょう。

③ ながら運転はキケン！

傘差し、スマートフォン、ヘッドホンなどを使用しながらの「ながら運転」は違反です。



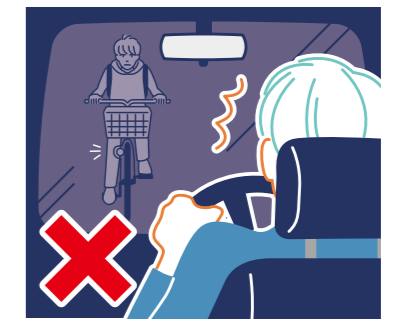
④ 交差点では安全確認する

信号や標識に従うだけでなく、徐行や一時停止するなど、安全確認を徹底しましょう。



⑤ ライトは早めに点灯

夕暮れ時は暗さに目が慣れておらず、事故が起きやすくなります。暗くなる前に早めにライトを点灯しましょう。



【出典】千葉県ホームページ「ちばサイクルルール」https://www.pref.chiba.lg.jp/seikouan/koutsuanzen/jikoboushi/jitensha/gosoku.htmlを基に作成

準備ができたなら

自転車を 楽しもう



中村妃智さん（JPF所属）
浦安市出身・在住。東京2020オリンピック競技大会に自転車競技女子マディソン代表で出場。昨年12月に競技を引退し、現在は自転車界を支える立場として活動。

浦安市出身アスリート 中村妃智さんにお話を伺いました

競技生活の中ではたくさん自転車に乗られてきたと思いますが、日常生活でも自転車は乗りますか？

—ふだんからよく乗ります。ちょっとした移動や買い物は自転車で行きますね。そういうときはママチャリに乗ります（笑）

ママチャリも乗られるんですね！サイクリングにも行ったりされますか？

—はい。サイクリングのときはロードバイクに乗ります。市内のサイクリングコースだと、日の出の三番瀬沿い

の緑道は道がまっすぐで走りやすく好きです。舞浜にあるクレープ屋さんまで走って、芝生に座りながらクレープを食べたりするのがお気に入りですね。

移動手段としてやサイクリング…いろいろな形で自転車を楽しんでいるんですね。浦安市民の皆さんも、中村さんと同じようにさまざまな形で自転車を利用しています。楽しくて自転車を利用していくためには何が大切でしょうか？

—とにかく安全が一番だと

思います。浦安市には、信号がないサイクリングロードもあります。道が狭くて自動車と自転車の距離が近いところでは、まっすぐ走ることを意識すると思います。それから、自動車と同じように「かもしれない運転（子どもが飛び出してくるかもしれない…など）」をすることが大切だと思います。あとは、景色を楽しんだり風を感じたりしながら、楽しんで自転車で乗ってほしいですね。

●日の出三番瀬沿い緑道

「信号がなくて道が直線的なので、安全面でもおすすめ」と中村さんも話すサイクリングコース。海風に吹かれながら、心地よい汗をかいてみませんか。



●運動公園スケートボード場

アクティブに楽しみたい方はこちら。スケートボードのほか、BMXやインラインスケートも利用できます。

