



다 함께 목표로 하는
교통사고 없는 도쿄



contents

데이터로 도쿄도 내 사고 상황을 확인합시다

» 자전거 사고 관련 발생 현황.....3

철저히 지키자! 자전거 안전이용 5개 원칙

» 자전거 안전이용 5개 원칙.....5

» 알고 있나요? 헬멧의 중요성.....7

다시 돌아보자! 안전한 자전거 이용

» 이 거리의 자전거, 어디가 위험하나요?.....9

» 도로 주행의 기본 방법.....11

» 교차로 내 교통 규칙.....13

» STOP! 위험한 자전거 운전.....15

» 쾌적하고 안심할 수 있는 승차 방법 확인.....17

» 특히 사고가 많은 시간대와 날씨에 주의합시다!.....19

» 올바르게 알고 지키자! 표지판 규칙.....20

교통반칙통고제도(청색 스티커 제도).....21

안전한 운전을 위해 준비합시다

» 사고가 발생했다면 어떻게 해야 할까?.....25

» 자전거 손해배상 보험 등은 조례로 의무입니다.....26

» 마이크로모빌리티 / 모두가 생각해 볼 문제 '방치된 자전거'.....27

» 외출 전 안전 점검.....28

자전거 운전 셀프 점검.....29

Enjoy Cycle Life.....30

다 함께 목표로 하는
교통사고 없는 도쿄

교통 규칙을 지키는 것은 자신뿐만 아니라 주변 사람들의 생명을 지키는 첫걸음입니다. 자전거는 손쉽고 편리하게 이용할 수 있으며 환경친화적으로 도시 생활에 필수적인 교통 수단입니다. 한편, 교통사고 전체 건수는 감소 추세이나, 자전거 관련 사고는 증가하고 있습니다. 실제로 자전거 관련 사상사고의 약 70%에서 자전거 운전자의 교통 법규 위반이 확인되었습니다. 자전거는 때로는 피해자나 가해자가 될 수 있는 차량입니다. 이러한 상황을 바탕으로 도쿄도에서는 여러분 각자가 반드시 알아야 할 자전거의 교통 규칙을 가이드북으로 정리했습니다. 규칙을 올바르게 이해하고 서로 배려하는 마음을 가지고 행동하여 안전하고 쾌적한 도쿄를 함께 만들어 갑시다.



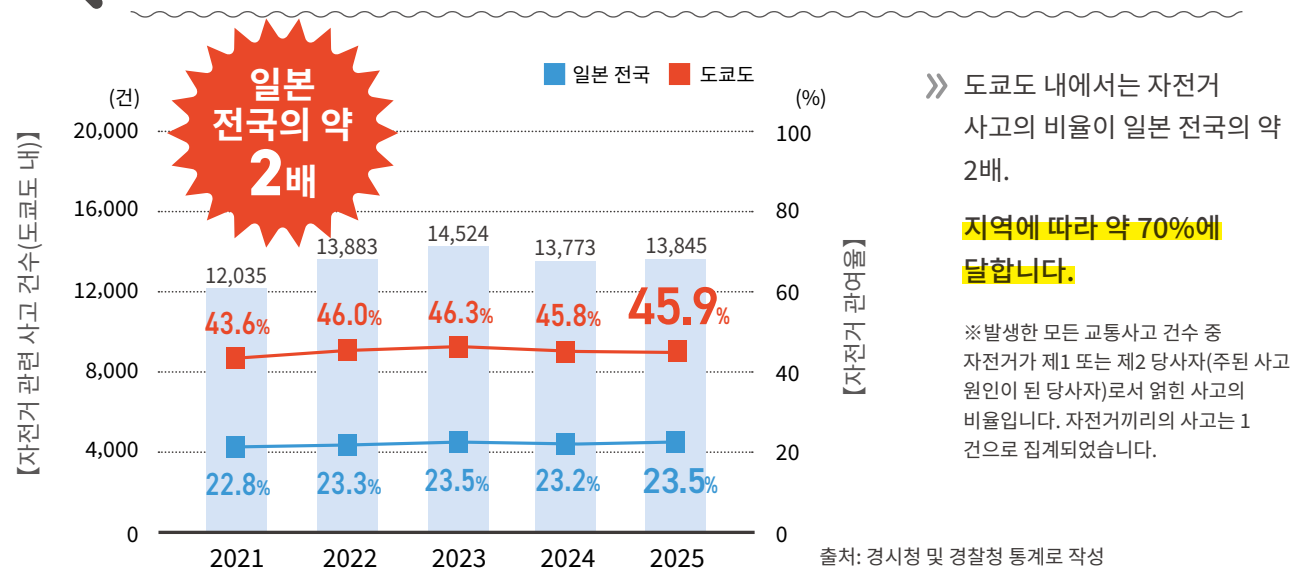
‘MIMAMORYINU’



알아두자! 자전거 사고 관련 발생 현황

> 숫자로 알 수 있는 실제 위험

DATA 01 모든 교통사고 중
대략 2건 중 1건이 자전거가 관련된 사고입니다!



» 도쿄도 내에서는 자전거 사고의 비율이 일본 전국의 약 2배.
지역에 따라 약 70%에 달합니다.
※발생한 모든 교통사고 건수 중 자전거가 제1 또는 제2 당사자(주된 사고 원인이 된 당사자)로서 얹힌 사고의 비율입니다. 자전거끼리의 사고는 1건으로 집계되었습니다.

DATA 02 사고가 일어나기 쉬운 장소

교차로·
교차로 부근 사고가
50% 이상!

» 자전거 사고는 교차로에서 많이 발생합니다.
시야가 확보되지 않은 교차로나 모퉁이에서는 일시 정지와 안전 확인이 특히 중요합니다.
출처: 경시청 통계로 작성(2025년 중) 자세한 내용은 p.13

DATA 03 사고가 많이 발생하는 상황



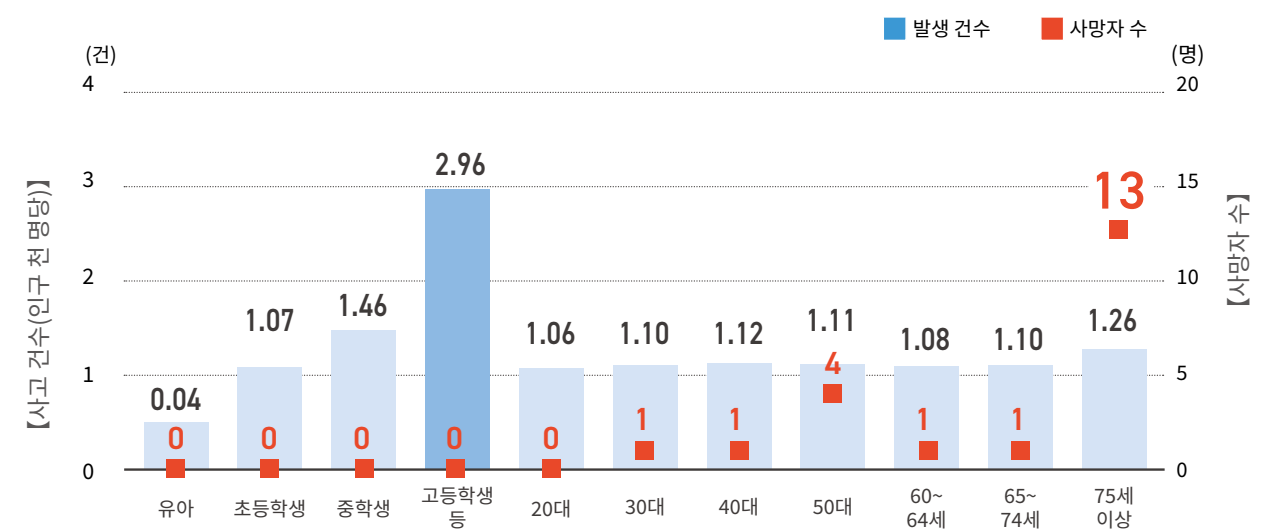
» 자전거 사고에서는 특히 골목길 교차로 충돌 사고가 많이 발생하고 있습니다. 교차로 등에서의 안전 확인 부족이 사고로 이어지는 상황임을 알 수 있습니다.
출처: 경시청 통계로 작성(2025년 중) 자세한 내용은 p.11



자전거는 통근 및 통학, 쇼핑 등 도민의 생활에 빠뜨릴 수 없는 이동 수단입니다.
그러나 도쿄도에서는 일본 전국에 비해 자전거가 관여한 사고의 비율이 약 2배로 높고 또한 자전거 관련 사고 중 자전거 운전자에 의한 교통 법규 위반이 있던 비율이 70% 이상을 차지하는 등 큰 과제가 있습니다.
현상을 올바르게 이해하고 한 사람 한 사람이 안전하게 자전거를 이용하도록 유의합시다.

DATA 04 연령대별로 보는 자전거 사고의 추세

출처: 경시청 통계로 작성(2025년 중)



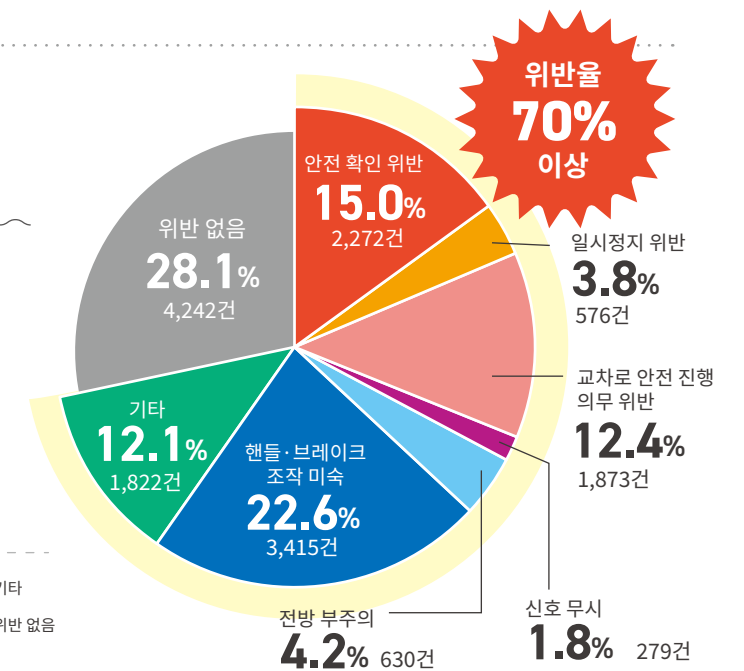
» 연령층별 자전거 사고는 인구 비율로 보면 고등학생 등이 가장 많은 것으로 나타났습니다.
또한 사망자 수는 만 75세 이상이 가장 많습니다.
통학 및 인근 쇼핑 등 자전거를 탈 때는 평소보다 더욱 주의가 필요합니다.

DATA 05 자전거 운전자도 교통 위반!
출처: 경시청 통계로 작성(2025년 중)

» 도쿄도 내의 자전거 사고 중에는 자전거 운전자가 교통 위반을 하는 케이스도 많습니다.
특히 안전 확인 등 기본적인 규칙을 지키는 것이 사고 예방으로 이어집니다.

자세한 내용은 p.09

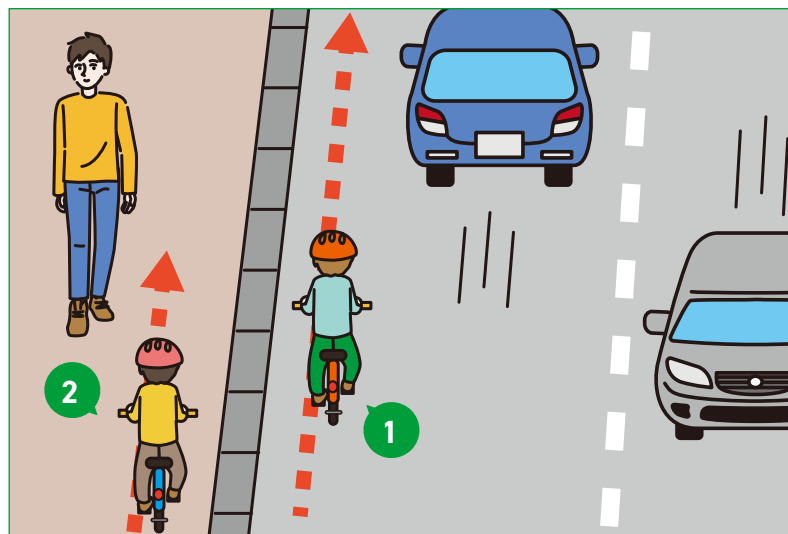
- 안전 확인 위반
- 일시정지 위반
- 교차로 안전 진행 의무 위반
- 신호 무시
- 전방 부주의
- 핸들·브레이크 조작 미숙
- 기타
- 위반 없음



자전거 안전이용 5개 원칙

2022년 11월 1일부 중앙교통 안전대책회의의 교통대책본부 결정

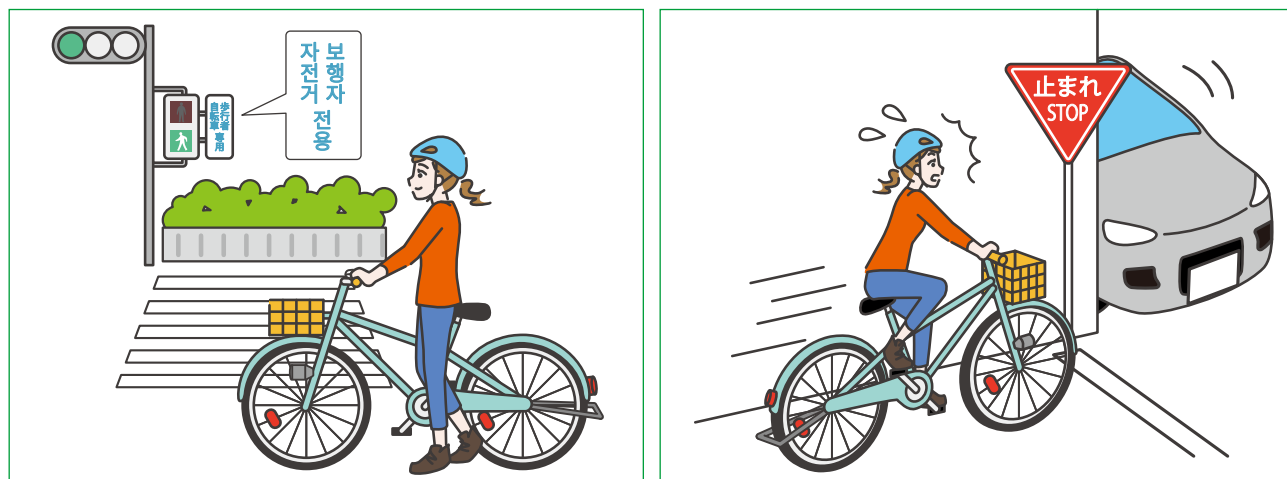
원칙적으로 차도의 좌측을 통행해야 하고, 인도 주행은 예외, 보행자 우선을 잘 지킬 것



‘보통자전거 전용통행대’
자세한 내용은 p.11

- 1 도로(차도)의 중앙에서 좌측 부분의 왼쪽 끝으로 가까이 붙어 통행해야 합니다.
보통자전거 전용통행대가 있는 경우에는 공사 등의 경우를 제외하고 보통자전거 전용통행대를 통행합니다.
- 2 부득이하게 보도를 통행해야 하는 경우, 보도의 중앙에서 차도쪽으로 가까이 붙어 서행해야 하며 보행자의 통행에 방해가 된다면 일시정지해야 합니다.

교차로에서는 신호 준수와 일시정지를 하고 안전을 확인할 것



- 자전거는 도로 통행 시 신호등 등의 지시를 따라야 합니다.
특히 횡단보도를 주행하여 도로를 횡단하는 경우나 보행자용 신호등에 ‘보행자·자전거 전용’의 표시가 있는 경우에는 보행자용 신호등을 따라야 합니다. 보행자용 신호등의 초록불이 깜빡이는 것은 노란불과 같은 의미입니다. 다음 초록불로 변경될 때까지 기다립니다.
- 일시정지 표지판이 있는 장소나 건널목, 시야가 확보되지 않은 장소 등에서는 반드시 멈춰 서서 좌우의 안전을 확인합니다.

야간은 불을 켜고 운전할 것

- 라이트를 켜지 않는 행위는 도로 상황이나 주변 자동차, 보행자를 확인하기 어려울 뿐만 아니라 다른 자동차, 보행자도 자전거의 존재를 인식하기 어려워지므로 매우 위험합니다. 안전을 위해 야간에는 라이트를 켜고 반사 장비가 설치된 자전거를 운전합니다.



음주운전을 안 할 것



- 주취, 주기 상태에서 자전거를 운전해서는 안 됩니다.

‘주취’와 ‘주기’
운전은 범죄입니다!

자세한 내용은 p.15

◀MIMAMORYINU

헬멧을 착용할 것

- 자전거를 운전할 때는 사고로 인한 피해를 줄이기 위해 헬멧을 착용합니다.
도로교통법과 도교도 자전거의 안전하고 적절한 이용의 촉진에 관한 조례(도교도 자전거 안전이용 조례)로 모든 자전거 이용자의 헬멧 착용을 노력 의무(착용 권고)로 규정하고 있습니다.

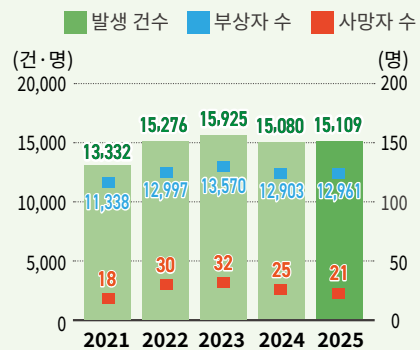


알고 있나요? 헬멧의 중요성

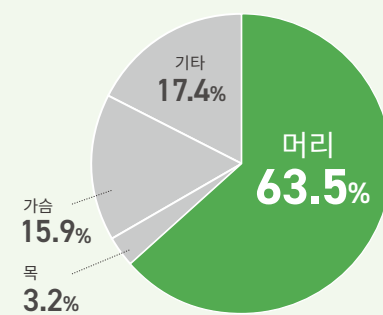
머리가 치명상! 헬멧을 착용합시다!

출처: 경시청 통계로 작성

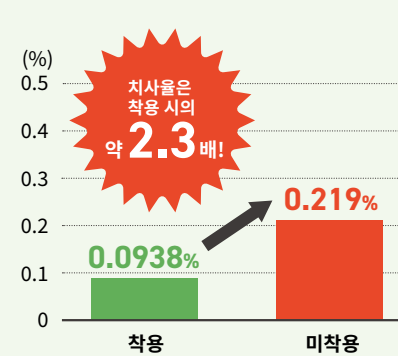
자전거 운전 중의 사망자·부상자 수
(2021년~2025년 중/도쿄도 내)



자전거 운전 중 사망자의 주요 손상 부위
(2021년~2025년 중/도쿄도 내)



헬멧 착용 상황별 치사율
(2021년~2025년 중/도쿄도 내)

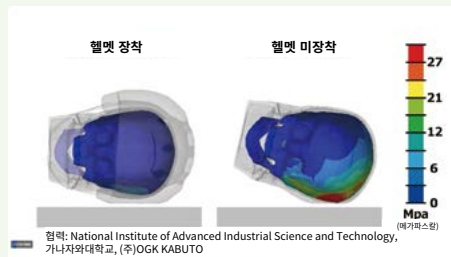


동영상으로 알아보는 헬멧의 중요성

넘어지면 헬멧이 충격을 흡수하여 머리 손상을 1/15로 줄일 수 있습니다. 헬멧은 당신을 보호하는 파트너입니다.



헬멧 OK? 장착하고 GO! with OWV (가족편) 자전거 헬멧 착용 촉진 동영상 #3



【경시청 교통 총무과】
‘헬멧으로 구해낸 생명’ 살 수 있었기에 전할 수 있는 메시지



보호자와 함께 탈 때도

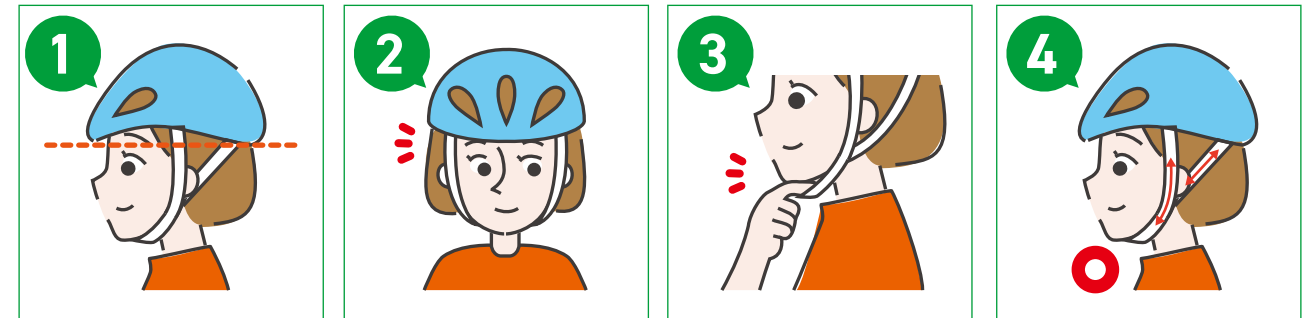


아이가 스스로 운전할 때도



» 머리를 지키면 생명을 지킬 수 있습니다. 자전거 운전 시의 헬멧 착용은 연령을 불문하고 모든 이용자에게 요구됩니다. 먼저 어른이 모범이 되어 헬멧을 착용하는 모습을 아이들에게 보여 줍시다.

헬멧의 올바른 착용법



- 1 수평이 되도록 올바른 각도로 장착한다.
- 2 헬멧 끝이 눈썹 바로 위로 오도록 각도를 맞추고 좌우 균등하게 쓴다.
- 3 턱과 턱끈 사이에 집게손가락 1개분이 들어가는 공간을 확인한다.
- 4 귀 주변의 V자 부분이 꼬여 있지 않은지 확인한다. V자 부분이 킷볼 바로 아래 근처에 오도록 조정한다.

자전거용 안전 기준 마크가 부착된 것을 선택합시다!

산업용 헬멧은 자전거 운전 시 머리 보호의 안전 기준을 충족하지 않습니다.

안전 기준 마크 예시
마크는 헬멧 안쪽이나 바깥쪽 뒷면 등에 있습니다.

CE 마크 중에도 EN으로 시작하는 다른 숫자는 규격이 달라 안전 기준을 충족하지 않습니다.

SG 마크



JCF 마크



CE 마크 EN1078



헬멧은 계속 쓸 수 있나요?

강한 충격을 받으면 헬멧이 변형됩니다. 이로 인해 충격을 충분히 흡수하지 못할 우려가 있습니다.

강한 충격을 받은 헬멧은 계속 사용하지 말고 교환합시다!

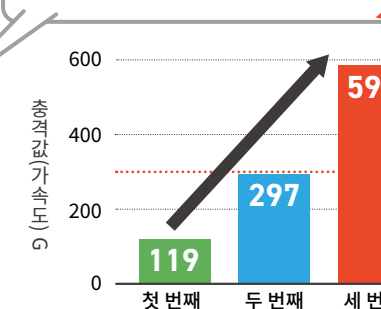
» 겉보기에 특별한 변화가 없어도 자외선 등으로 인해 시간 경과에 따른 성능 저하가 발생합니다. 제조사 등이 권장하는 기간(구입 후 3년간 등)이 지나면 교환을 검토합니다.

헬멧 준비 완료!? 도로교통법은 물론, 도쿄도 자전거 안전이용 조례에서도 헬멧 착용은 노력 의무(착용 권고)로 규정하고 있어요!



▲MIMAMORYINU

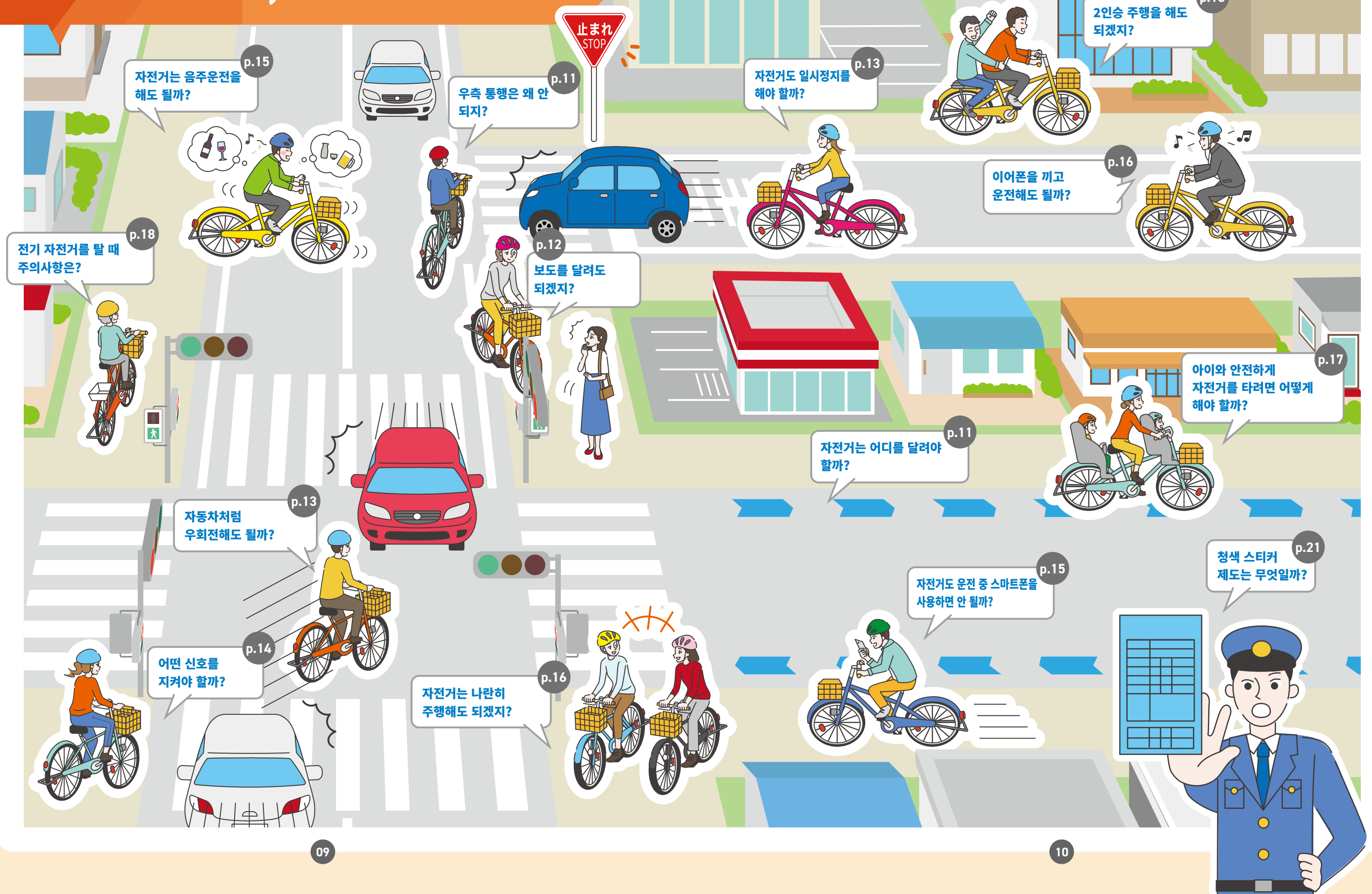
헬멧 구매 비용을 보조해 주는 지자체도 있습니다



SG 마크가 부착된 자전거용 헬멧을 머리 모형에 씌운 후 약 1.1m 높이에서 반구상의 금속 위로 떨어뜨렸을 때의 충격.

출처: 도쿄도 생활문화국 소비생활부
‘왜? 무엇일까? 자전거용 헬멧’ 중

이 거리의 자전거, 어디가 위험하나요?

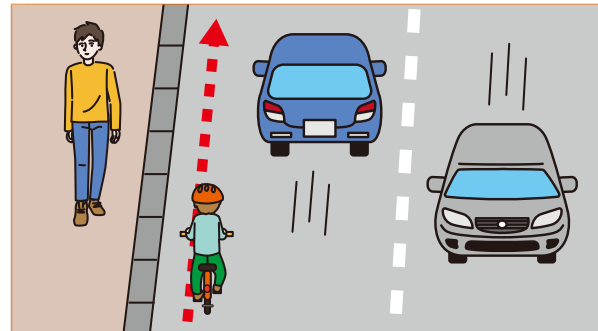


도로 주행의 기본 방법

자도를 달립시다

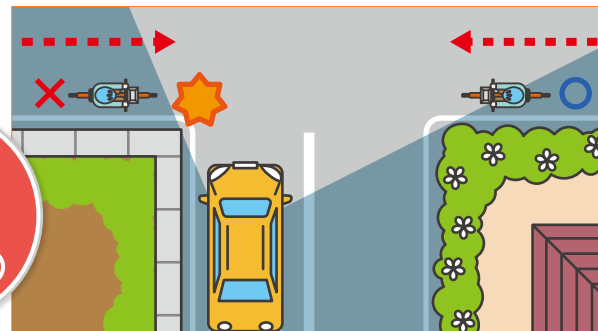
원칙은 '차도의 좌측'으로 통행합니다

- 자전거로 차도를 주행할 때는 도로 중앙에서 좌측의 '왼쪽 끝'에 가까이 붙어 통행해야 합니다.



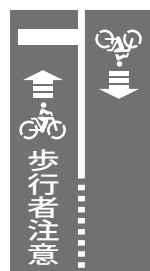
우측 통행(역주행)은 왜 위험한가?

- 우측 통행 시 모퉁이 부근은 자동차의 사각 지대로 사고 발생 위험이 높아집니다. 일반 도로 구간이라도 역주행 시 차량과 정면 충돌할 우려가 있어 매우 위험합니다. 또, 정면에서 부딪혔을 경우 좌측 통행에 비해 충격이 크기 때문에 더 위험한 사고로 이어집니다.



※실제 사고 영상이 재생됩니다. 심약자 및 비위가 약하신 분은 시청을 삼가하시기 바랍니다.

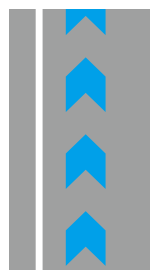
자전거가 통행 가능한 장소



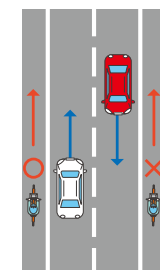
- 자전거 전용도로**
갓길과 울타리 등의 인공구조물로 구획되어 있습니다. 자전거 전용도로가 설치된 도로에서는 부득이한 경우를 제외하고 자전거 전용도로로 통행해야 합니다.



- 보통자전거 전용통행대**
자전거 전용차로가 설치되어 있을 때는 그 전용차로를 이용해야 합니다. 상호 통행은 불가하므로 좌측 전용차로를 이용합니다.



- 자전거 내비 라인**
자전거가 통행해야 할 부분과 방향을 알려줍니다. 통행은 의무가 아니지만, 자전거는 이 표시를 따라 통행합니다.

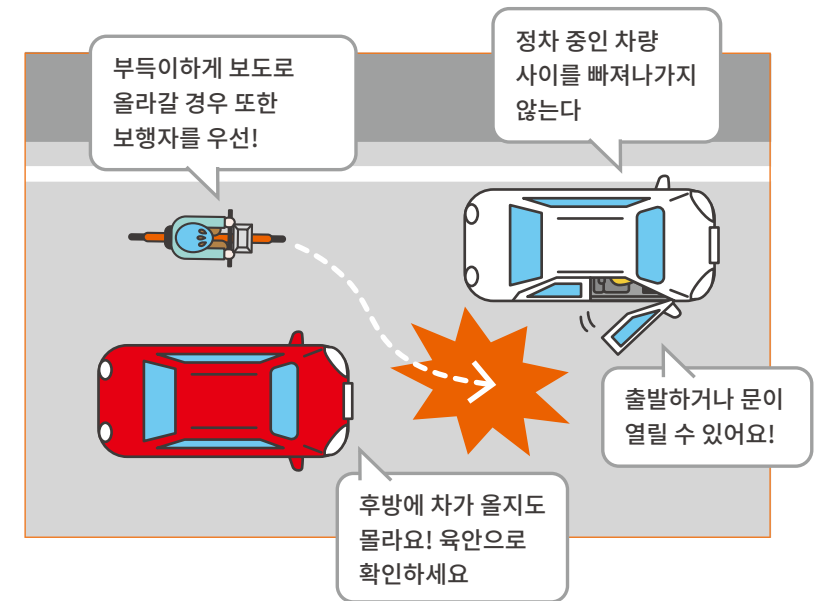


- 가장자리 구역**
보행자를 방해하지 않는 경우에만 통행할 수 있습니다. 또, 두 줄 실선의 가장자리 구역(보행자용 가장자리 구역)은 통행할 수 없습니다.

진로 변경 시

진로 변경 시 안전을 확인합니다

- 주정차 중인 차량은 오른쪽 방향으로 피합시다. 피할 때는 후방에서 접근하는 차량에 충분히 주의합니다.
- 버스 정류장에 정차 중인 노선버스를 추월하려고 할 때 출발하기 시작한 노선버스와 접촉하는 사고가 발생할 위험도 있습니다. 승객의 승하차를 위해 노선버스가 출발하는 타이밍에 충분히 주의합니다.



예외 상황! 보도를 달릴 때는

보통자전거가 보도를 통행할 수 있는 예외 상황

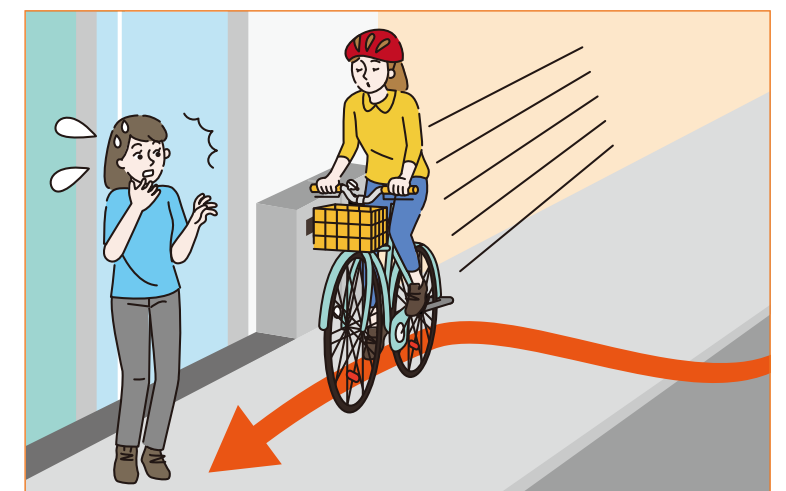
- 만 13세 미만의 어린이, 만 70세 이상의 고령자 및 신체 장애가 있는 분이 보통자전거를 운전할 경우
- 도로 공사나 연속된 주차 차량이 있을 때, 현저하게 자동차의 교통량이 많고 폭이 좁은 차도 등의 경우
- 보도에 '보통자전거 보도 통행 가능' 표지판 및 도로 표시가 있을 때



歩行者優先
'보통자전거 보도 통행 가능' 표지판

보도는 보행자를 최우선으로 보도 중앙에서 차도쪽으로 서행합니다

- 보행자 사이를 빠져나가거나 차도·보도를 오가는 행위는 위험합니다.
- 벨을 울려 보행자를 이동하게 하는 행위는 하지 않도록 합니다.
- 위험을 느끼면 바로 멈출 수 있는 속도로 주행합니다!
- 가게 등에서 사람이 갑자기 뛰어나올 가능성이 있기 때문에 보도 중앙에서 차도쪽으로 통행합니다.

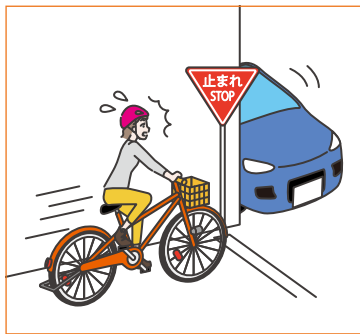


교차로 내 교통 규칙

신호와 일시정지 준수하기

시야가 확보되지 않은 교차로에서는 일단
멈춘 후 좌우 안전을 확인합니다

- ✓ '止まれ(멈춤)'의 정지 위치에서 충분히 확인할 수 없다면 천천히 앞으로 나와 안전을 확인하면서 진입합니다.



초록불이라도 주변
안전을 확인합니다

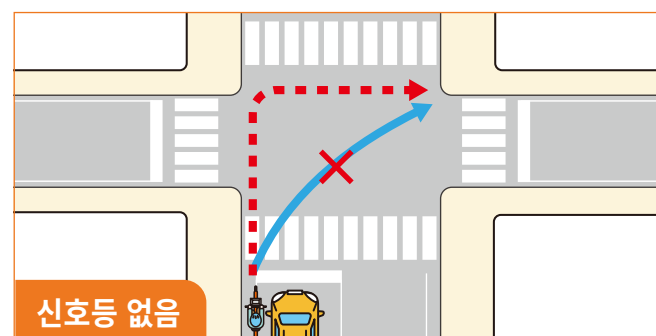
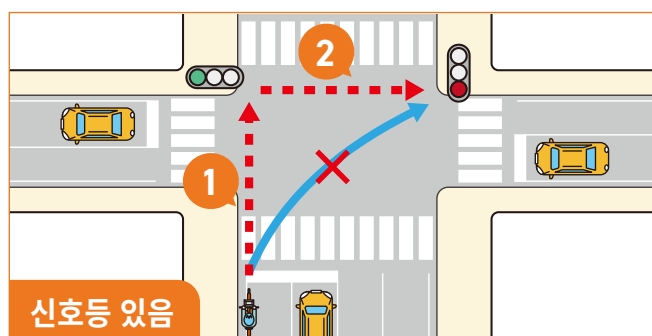
- ✓ 자동차뿐 아니라 오토바이 등에도 주의합니다.

회전하는 차량의 사각
지대에 들어가 위험합니다!
초록불이라도 무조건
안전하지 않습니다!



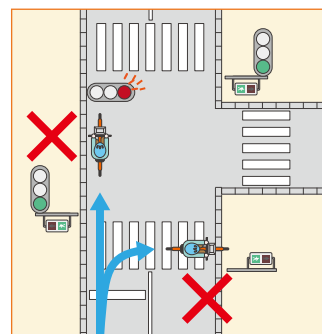
교차로에서의 우회전은 '2단계 우회전'입니다

- ✓ 1 초록불에 도로를 건넌 후 방향을 바꾸어 빨간불에 정지합니다.
- 2 마주보는 신호등이 초록불로 바뀌면 진행합니다. 우측 차선에 진입해서는 안 됩니다.



T자형 삼거리 도로를 주행할 때는 차량용 신호를
따릅니다

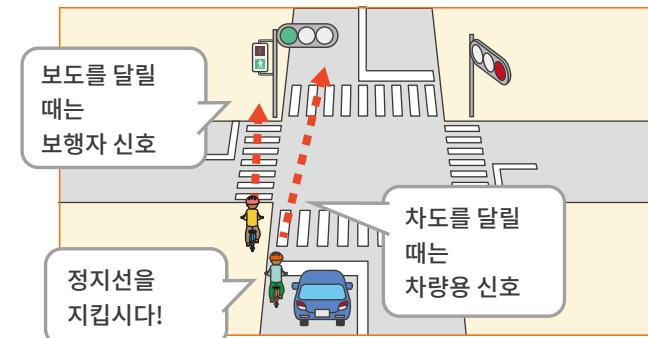
- ✓ 차량으로 취급하므로 보행자용 신호를 따르지 않고 차량용 신호에 따라 통행합니다.



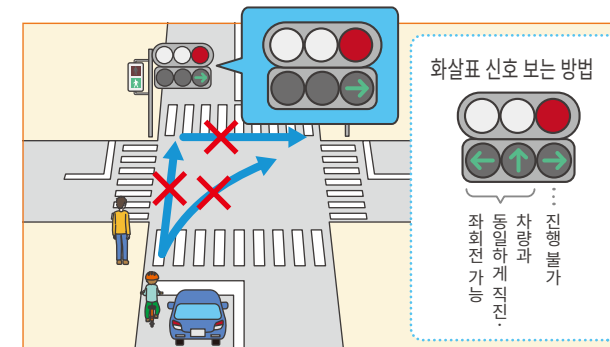
※실제 사고 영상이 재생됩니다. 심약자 및 비위가 약하신 분은 시청을 삼가시기 바랍니다.

신호등 보는 방법

'보행자·자전거 전용'의
표기가 없는 경우



'보행자·자전거 전용'의
표기가 있는 경우

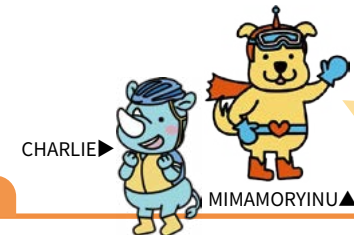


화살표 신호에서는 우회전할 수 없습니다
초록불 또는 직진 화살표에 따라
통행합니다

PICK UP // 자전거의 교통 규칙과 매너를 배우자!

도쿄도 자전거 안전학습앱 'Rintore(린토레)'

사고 사례 및 교통 규칙과 매너 학습과 더불어 출발 및 정지, 장애물 피하기 등 자전거 주행에 관한 체험 학습을 할 수 있는 스마트폰·태블릿용 앱입니다.



다운로드는 여기!



STEP 3D 애니메이션으로 01 학습해 보세요



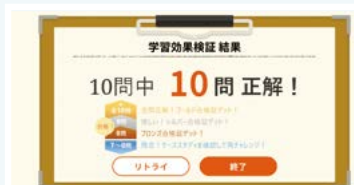
MIMAMORYINU와 CHARLIE의
대화로 풀어가는 학습 콘텐츠.
재미있게 자전거 교통 규칙과
매너를 배울 수 있습니다.

STEP 시뮬레이션으로 02 체험해 보세요



교통 규칙을 지키면서 운전할 수
있는지를 확인하는 시뮬레이션
체험. 5개의 코스가 준비되어
있습니다. 안전하게 목표 지점까지
운전해 봅시다!

STEP 도전해 보세요! 03 합격증 받기



10개 문항의 시험을
통해 교통 규칙과
매너 총 복습. 시험에
합격하면 린토레 특제
합격증이 발급됩니다.

합격증을 받으면 멋진
혜택까지 있습니다.
자세한 내용은 도쿄도
홈페이지에서
소개합니다.



STOP! 위험한 자전거 운전

» 위험한 자전거 운전 01

운전 중 스마트폰 사용 금지

운전 중에 스마트폰으로 통화를 하거나 화면을 주시하는 행위는 전방을 주시하고 소홀해져 신호나 주변의 움직임을 알지 못해 사고가 발생할 위험이 있습니다. 추가로 자전거에 장착된 스마트폰의 화면을 주시하는 것도 금지되어 있습니다. 생활에 편리한 스마트폰이지만 주행 중의 사용은 생명을 위험에 빠뜨리는 행위입니다.



» 위험한 자전거 운전 02

음주운전 금지

주취 운전이란, 알코올의 영향으로 똑바로 주행하지 못하거나 판단력이 현저하게 저하되어 정상적인 운전을 할 수 없는 상태를 말합니다.

주기 운전이란, 체내에 알코올이 남아 있는 상태에서 운전하는 행위를 말하며 정령으로 정하는 기준치 이상의 알코올이 검출된 경우에는 벌칙의 대상이 됩니다. 두 경우 모두 사고의 위험이 높고 자전거라 할지라도 법으로 금지되어 있습니다. 자전거를 제공한 사람이나 동승 및 주류를 제공한 사람도 벌칙의 대상입니다.



‘자전거 운전자 강습 제도’란

악질적으로 위험한 위반을 반복한 자전거 운전자에 대한 강습 제도입니다. 만 14세 이상인 자가 자전거 승차 중에 신호 무시 등의 위험 행위(16개 유형)로 3년 이내에 교통 위반 스티커 등으로 단속을 받거나 교통사고를 2회 이상 반복하여 일으킨 경우에 수감 명령을 받게 됩니다. 수감 명령을 따르지 않은 경우에는 5만 엔 이하의 벌금이 부과됩니다.

» 이하의 위험 행위가 대상입니다(16개 유형)

- | | | | |
|------------------|--------------------|-------------------------|----------------|
| ① 신호 위반 | ⑤ 가장자리 구역 통행 방법 위반 | ⑨ 회전 교차로 통행차량 방해 등 | ⑬ 주기 및 주취 운전 등 |
| ② 통행 금지 위반 | ⑥ 차단기가 내려간 건널목 진입 | ⑩ 지정 장소 일시정지 위반 등 | ⑭ 안전 운전 의무 위반 |
| ③ 보행자 전용도로 서행 위반 | ⑦ 우선도로 통행 차량 방해 등 | ⑪ 보도 통행 시 통행 방법 위반 | ⑮ 휴대전화 사용 등 |
| ④ 통행 구분 위반 | ⑧ 교차로 통행 우선차량 방해 | ⑫ 제동 장치(브레이크) 불량 자전거 운전 | ⑯ 교통방해 운전 |

» 위험한 자전거 운전 03

이어폰 사용 금지



이어폰이나 헤드폰으로 음악을 듣거나 통화를 하며 운전하면 경적 및 긴급 차량의 사이렌 등 중요한 소리를 들을 수 없습니다. 그로 인해 골목길 교차로 충돌 사고나 피하는 데 시간이 걸려 실제로 충돌이 발생하고 있습니다. 귀를 막지 않고 주변 소리에 주의하며 주행합니다.



» 위험한 자전거 운전 05

2인승 주행 금지



자전거에 두 사람이 타면 무게중심이 불안정해져 균형을 잃고 넘어지기 쉽습니다. 나와 상대방 모두를 지키기 위해 2인승 주행은 절대로 하지 않습니다. 다만, 아이를 자전거에 태울 때는 탑승 수칙을 준수하고 신중하게 운전해 주십시오.

자세한 내용은 p.17



» 위험한 자전거 운전 04

차단기가 내려간 건널목 진입 금지



차단기가 내려가는 중이거나 완전히 내려간 상태에서는 건널목 안으로 들어가지 마십시오.



» 위험한 자전거 운전 06

나란히 주행 금지



친구나 동료와 옆으로 나란히 달리게 되면 후방에서 오는 차량이나 오토바이의 통행에 방해가 되는 것은 물론 사고로도 이어질 수 있습니다. 즐겁더라도 나란히 주행은 피하고 앞뒤로 안전하게 주행합니다.



쾌적하고 안심할 수 있는 승차 방법 확인

아이를 자전거에 태울 때는

운전자가 만 16세 이상인 경우 유아용 좌석에 미취학아동을 최대 2명까지 태울 수 있습니다

※미취학아동: 초등학교 입학 전 아동



※유아 2인 동승 자전거는 'BAA 마크'와 '유아 2인 동승 기준 적합차 마크'가 부착된 일정한 안전 기준을 충족하는 자전거

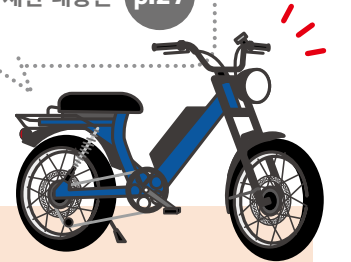
유아 2인용 자전거를 태우는 방법

평평하고 안전한 장소에서 주변을 잘 확인한 후 승하차하도록 합니다



전기 자전거에 대하여

최근에 볼 수 있는 이것도 자전거인가요?
자세한 내용은 p.27

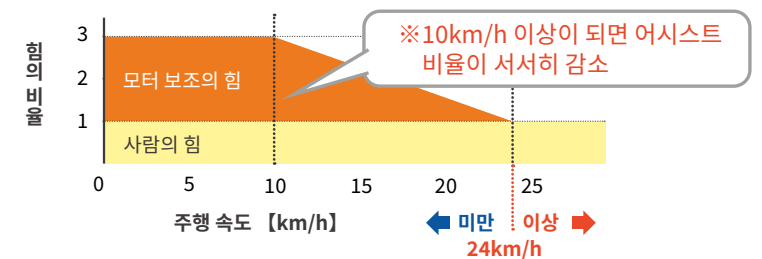


전기 자전거는 사람이 페달을 밟는 힘을 전기 모터가 보조해 주는 구조로 법령 기준 이내일 경우 보통자전거로 이용할 수 있습니다.

전기 자전거 타는 법

01 » 법령 기준에 적합한 전기 자전거를 이용합시다

모터 보조 비율이 법령 기준을 초과하면 보통자전거에 해당되지 않으며 운전면허가 필요한 경우가 있습니다.



02 » 전원을 켤 때는 양손 핸들, 양발은 지면에

페달에 발을 걸친 상태에서 전원을 켜면 모터 보조가 작동하지 않을 수 있습니다. 갑작스러운 모터 보조 작동에 따른 사고를 예방하고자 마련된 기능입니다.



03 » 출발 시에는 주위를 확인하고 천천히 진행하기

전기 자전거는 출발 시 모터 보조가 강하게 걸릴 수 있습니다. 달리기 전에 주변의 안전을 확실히 확인하고 페달은 천천히 밟으며 출발합니다. 갑작스러운 출발은 넘어지거나 접촉 사고의 원인이 되므로 차분한 조작이 중요합니다.

전기 자전거의 주의점

‘발로 땅을 차며’ 타지 않기!

한 발로 땅을 차면서 타는 행위는 균형이 무너지기 쉬워 위험합니다. 반드시 안장에 앉은 후에 출발합니다.

항상 브레이크를 걸 수 있는 속도로 주행하기!

모터 보조 기능으로 인해 살짝 페달을 밟아도 바로 속도가 올라갑니다. 바로 멈출 수 없어 갑작스럽게 사람이 뛰어드는 행위나 장애물에 대응할 수 없어 충돌할 위험이 높아집니다.

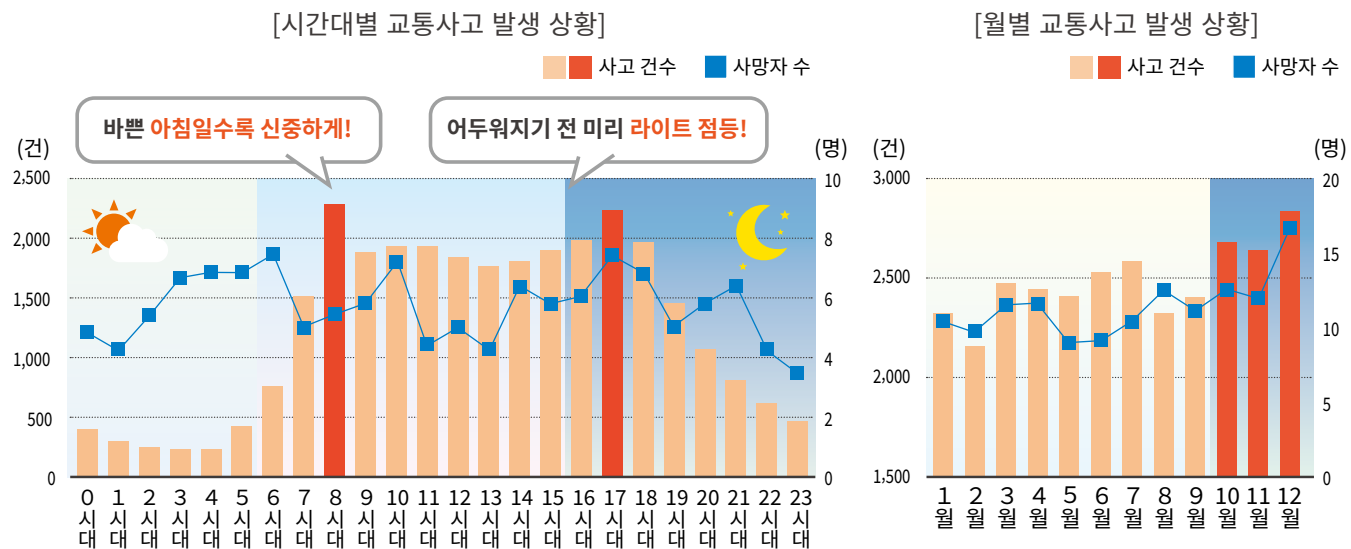
넘어짐 사고에 주의하기!

출발 시나 저속 시에는 특히 넘어지기 쉽습니다. 노면 상황이나 도로 높낮이에도 주의하며 신중하게 운전합니다.

특히 사고가 많은 시간대나 날씨에 주의합시다!

도쿄도 내에서는 통근·통학 시 및 해 질 녘에 특히 주의

출처: 경시청 통계로 작성(2021년~2025년 중/도쿄도 내)



야간에는 눈에 띄는 안전 장비를 갖추시다

조명과 반사재를 사용하여 운전합시다

- 어두워지는 시간대에는 사고의 위험이 높아집니다. 해 질 녘 전부터 미리 라이트를 점등하고 반사재나 노란색 등 밝은색의 복장을 착용합시다. 자신의 존재를 확실히 알리는 것이 사고 예방으로 이어집니다.



운전 중 우산 사용은 금지

비 오는 날에는 우비를 착용합시다

- 한 손 운전은 균형이 무너지기 쉬워 위험합니다. 비 오는 날에는 우비를 사용합시다. 자전거에 우산을 설치한 상태로 운전하는 것도 금지입니다.



올바르게 알고 지키자! 표지판 규칙

표지판 보는 방법

차량용 표지판을 따릅니다

- 자전거도 차량에 포함되므로 차량용 표지판을 따릅니다. 단, '자전거를 제외한다'라고 표시된 경우에는 대상에 포함되지 않습니다.



대표적인 표지판 일람



특정소형원동기장치자전거·자전거 전용

자전거와 특정소형원동기장치자전거만 통행할 수 있는 장소를 나타냅니다.



일방통행

화살표 방향으로만 진행하고 반대 방향 통행은 금지입니다.



일시정지

정지선이 있을 때는 그 앞에서, 없을 때는 교차로 바로 앞에서 일시정지해야 합니다.



보통자전거 등 및 보행자 등 전용

보통자전거와 특례특정소형원동기장치자전거가 보도를 통행할 수 있음을 나타냅니다.



보통자전거 전용통행대

보통자전거 전용통행대임을 나타냅니다. 보통자전거가 통행해야 하는 장소입니다.



차량 진입 금지

차량이 진입할 수 없음을 나타냅니다. 일방통행의 출구 쪽에서 볼 수 있습니다.



보행자 등 전용

보행자만 통행할 수 있음을 나타냅니다.



차량 통행 금지

자전거를 포함한 모든 차량의 통행을 금지함을 나타냅니다.



특정소형원동기장치자전거·자전거 통행 금지

자전거와 특정소형원동기장치자전거의 통행을 금지함을 나타냅니다.

교통반칙통고제도(청색 스티커 제도) ①

청색 스티커 제도란?

자전거의 특정 교통 위반 행위에 대해 ‘청색 스티커’를 발부하여 범칙금 납부를 고지하는 제도로, 일정 기간 내에 범칙금을 납부하면 형사 절차로 넘어가지 않고 위반 처리가 종료됩니다. 전과가 기록되지 않으며 재판도 받지 않습니다.

대상자: 만 16세 이상인 자
운전면허 유무는 관계 없음

주요 위반 행위는 p.23

도입된 이유는 무엇인가요?

자전거 사고 비율은 높은 수준!

- 최근 도쿄도 내 모든 교통사고 중 자전거에 관련된 사고(자전거가 제1 당사자 또는 제2 당사자로서 참여한 사고)의 비율은 46% 전후입니다. 이는 일본 전국 평균의 약 2배에 이르는 수치로 매우 높은 수준입니다. 교통사고 2건 중 1건은 자전거가 관련되어 있습니다.

도쿄도 내 교통사고 중 자전거 관련 사고 비율은

약 2건 중 1건!

사고의 대부분은 ‘자전거 운전자’로 인한 교통 법규 위반 행위가 있었기 때문에!

- 도쿄도 내 자전거 관련 사고 중 자전거 운전자에게도 교통 법규 위반 행위가 있었던 비율은 70%를 넘으며 증가하는 추세에 있습니다.

도쿄도 내 교통사고 중 자전거 운전자에게도 위반이 있었던 비율은

70% 이상

자전거 교통사고를 줄이기 위해

- 지금까지는 자전거의 교통 위반을 검거하면 이른바 ‘적색 스티커’ 등을 발부하여 형사 절차를 통해 처리해 왔습니다. 이러한 형사 절차는 위반자는 물론 수사기관 등에도 시간적·절차적 부담이 클 뿐 아니라, 검찰에 송치되더라도 불기소 처분으로 끝날 가능성이 높아 현실적으로 위반자에게 책임을 추궁하기에 미흡하다는 지적이 있었습니다. 이에 위반자와 수사기관 등 쌍방의 절차적인 부담을 경감하는 동시에 실효성이 있는 책임 추궁을 가능하게 하고 자전거 관련 사고의 억제를 위해 자전거에 대한 청색 스티커 발급을 도입하게 되었습니다.



단속의 기본적인 방식

자전거의 교통 위반은 기본적으로 경찰관이 현장에서 지도·경고를 실시합니다.

단, 그 위반이 교통사고의 원인이 되거나 보행자 및 다른 차량에 대한 위험과 불편을 초래할 가능성이 높은 악질적이고 위험한 위반 행위일 때는 검거 대상이 됩니다.

청색 스티커 제도가 도입되면 검거 후의 절차는 크게 변경되나, 교통 규칙 및 교통 위반에 대한 지도·단속에 대한 기본적인 방식은 변경되지 않습니다.

보도 통행에 대하여

단순히 보도를 통행하는 위반에 대해서는 일반적으로 ‘지도·경고’가 이루어집니다. 청색 스티커가 도입된 후에도 기본적으로 단속 대상에 포함되지 않습니다.

단, 빠른 속도로 보도를 통행하고 보행자를 놀라게 하여 통행을 멈추게 한 경우나 경찰관의 경고를 따르지 않고 보도 통행을 계속했을 경우에는 단속의 대상이 될 수 있습니다.



적색 스티커 등의 대상이 되는 위반

형사 절차로 처리되는 심각한 위반

- 주취 운전·주기 운전
- 교통방해 운전
- 휴대전화 사용 등 (교통의 위험)

위반으로 인해 교통사고 발생 시

예) 핸들에서 손을 떼고 운전한 결과 보행자와 충돌한 경우



청색 스티커의 대상이 되는 위반

중대한 사고로 직결될 우려가 높은 반칙 행위

- 차단기가 내려간 건널목 진입
- 자전거 제어 장치 불량 (브레이크 없음)
- 휴대전화 사용 등 (통화 및 화면 주시)

위반으로 인해 교통의 위험이나 사고의 위험이 있을 때 보행자나 다른 차량에 위험이 될 수 있는 2개 이상의 위반 행위를 동시에 하는 등

예) 빠른 속도로 주행하여 보행자를 멈추게 했다



예) 우산을 쓴 채로 일시정지 위반



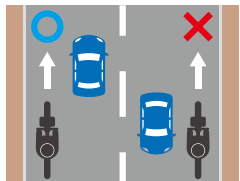
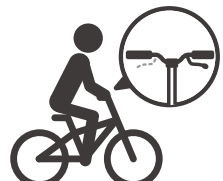
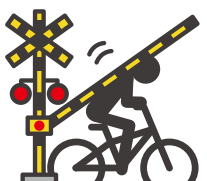
위반임을 알고 일부러 위반을 한 경우

예) 경찰관의 지도를 따르지 않고 우측 통행 및 신호 무시를 한 경우



교통반칙통고제도(청색 스티커 제도) ②

113종류의 위반 행위 중 주요 위반 행위를 소개합니다

 운전 중 스마트폰 사용 (휴대전화 사용 등(손에 들기)) ⚠️ 벌칙금 12,000엔	 운전 중 이어폰 사용 (공간위원회 준수사항 위반) ⚠️ 벌칙금 5,000엔	 신호 무시(빨간불 등) ⚠️ 벌칙금 6,000엔
 횡단 보행자의 통행 방해 (횡단 보행자 등의 통행 방해 등) ⚠️ 벌칙금 6,000엔	 일시정지 위반 (지정 장소 일시정지 위반 등) ⚠️ 벌칙금 5,000엔	 운전 중 우산 사용 (공간위원회 준수사항 위반) ⚠️ 벌칙금 5,000엔
 우측 통행(역주행) (통행 구분 위반) ⚠️ 벌칙금 6,000엔	 브레이크가 없는 차량 (자전거 제동 장치 불량) ⚠️ 벌칙금 5,000엔	 라이트 미점등 ⚠️ 벌칙금 5,000엔
 2인승 주행 (경차량 승차 적재 제한 위반) ⚠️ 벌칙금 3,000엔	 차단기가 내려간 건널목 진입 ⚠️ 벌칙금 7,000엔	 나란히 주행(2대가 나란히 운전) (나란히 주행 금지 위반) ⚠️ 벌칙금 3,000엔

자주 하는 질문 Q&A

MIMAMORYINU▶

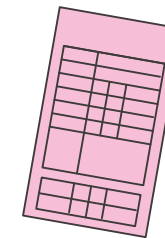


Q.1 지도·경고란 무엇인가요?

A. 현장에서 경찰관으로부터 '지도·경고표'가 교부되는 경우가 있습니다. 수차례 지도·경고를 받았다고 해서 당장 어떠한 처분을 받는 것은 아닙니다. 지도·경고는 자신이 행한 행위가 교통 위반에 해당한다는 것, 자신의 위반에 대한 위험성 및 교통 규칙을 준수해야 하는 것의 중요성을 이해하고 다시 위반하지 않는 것이 목적입니다. 지도·경고를 받았을 경우, 앞으로는 더욱 신중하게 운전해 주시기 바랍니다.

Q.2 만 16세 미만의 위반은 어떻게 되나요?

A. 만 16세 미만의 위반은 원칙적으로 '지도·경고'를 실시합니다. 단, 위반으로 인해 실제 사고가 발생한 경우에는 적색 스티커 등을 통한 형사 절차가 이루어집니다. 만 14세 이상의 경우, 형사 절차에 따라 처리되는 경우가 있습니다.



Q.3 단속을 받았을 때는 어떻게 본인 확인을 실시하나요?

A. 운전면허가 있으면 운전면허증으로 확인을 하며 미소지자의 경우 마이넘버 카드나 학생증 등의 신분증으로 본인 확인을 실시합니다. 신분증이 없는 경우에는 본인이 직접 인적 사항을 밝히며 가족에게 연락을 하는 등의 확인을 합니다.

Q.4 자전거 위반으로 단속을 받으면 운전면허에도 영향이 있나요?

A. 자전거로 교통 위반을 했을 경우에 위반에 대한 점수는 매기지 않습니다. 그러나 자전거로 일으킨 뺑소니 사건 및 사망 사고 등의 중대한 교통사고를 일으킨 경우, 음주운전 등 특히 악질적이고 위험한 위반을 한 경우 등에는 운전면허 정지 처분이 내려질 수 있습니다.

Q.5 자전거에 설치된 휴대전화를 확인하는 경우에도 단속 대상에 포함되나요?

A. 자전거에 설치했다라도 휴대전화·스마트폰을 주시하는 행위는 도로교통법에 의해 금지되어 있습니다. 이를 위반하여 실제 교통의 위험이 발생한 경우에는 적색 스티커 등(형사 절차)의 대상에 포함됩니다.

Q.6 이어폰을 끼고 운전하면 단속의 대상이 되나요?

A. 청색 스티커가 발급될 수 있습니다. 안전한 운전에는 필요한 교통 관련 소리나 다른 사람의 목소리가 들리지 않을 경우 청색 스티커의 대상이 됩니다. 한쪽 귀에만 장착하거나 오픈형 이어폰, 골전도 이어폰 등을 착용해도 동일합니다. 이어폰·헤드폰을 착용하지 않고 운전합니다.

Q.7 벌칙금을 납부하지 않으면 어떻게 되나요?

A. 벌칙금 납부는 임의입니다. 납부하지 않을 경우에는 형사재판 등의 형사 절차로 이행합니다.



안전한 운전을 위해 준비합시다

사고가 발생했다면 어떻게 해야 할까?

이런 상황에 처해질 수도 있습니다

가해자가 된 케이스

비 오는 날 귀갓길에 우산을 쓴 채 급하게 운전을 하다...

서둘러 귀가하던 중 보행자가 있다는 것을 인지하지 못한 채 부딪히고 말았습니다. 우산을 쓴 상태에서 심지어 라이트도 켜지 않아 시야가 좋지 못한 상황이었습니다. 상대방을 다치게 하여 '이런 사고가 생길 줄은 몰랐다...'라고 크게 후회하고 있습니다.

가해자 → 도망치지 않는다

피해자가 된 케이스

해 질 녘에 서둘러 횡단보도를 건너려다...

신호가 빨간불로 바뀌기 직전에 황급히 횡단보도를 건너려고 한 순간, 차량과 부딪혔습니다. 스마트폰도 사용하고 있었기에 주변을 제대로 파악하지 못했습니다. '괜찮아요'라고 말하며 곧장 그 자리에서 벗어났지만, 뒤늦게 다쳤다는 것을 깨닫고 충격을 받았습니다. 당시 현장에서는 괜찮은 것 같아도 상대방의 연락처를 알아둘 필요가 있었습니다.

피해자 → 현장에서 떠나지 않는다

단독 사고가 된 케이스

언덕길에서 넘어져 물건도 부서지고 나 자신도 다치고...

내리막길에서 가속하며 넘어지고 말았습니다. 인근 소화전 커버가 부서지면서 나 자신도 부상을 입고 말았습니다. 갑작스러운 사고에 동요하는 바람에 어떻게 대처하고 어디에 연락해야 좋을지 판단이 서지 않아 냉정한 대처를 할 수 없었습니다.

단독 사고 → 현장에서 떠나지 않는다



만일 사고를 일으켰다면 비접촉 및 가벼운 상처라도 현장을 떠나서는 안 됩니다!

01 » 부상자의 구호

부상자가 있다면 구호 조치가 최우선입니다. 구급차는 신속하게 연락합니다.



02 » 도로상의 위험 방지

갓길이나 보도 등 안전한 장소로 자전거를 이동시켜 2차 사고를 방지합니다.

03 » 경찰에 연락

마음을 진정시킨 후에 경찰에 연락합니다. **연락을 하지 않으면 뺑소니로 처리됩니다!**

04 » 사고 상황 확인

상대방의 이름, 주소, 연락처 등을 확인하고 간단한 메모로 정리해 둡시다.



05 » 보험 회사에 연락

사고 상황을 보험 회사에 연락합니다.



안전한 운전을 위해 준비합시다

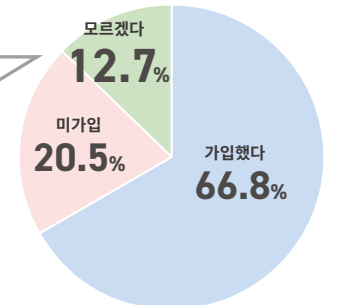
자전거 손해 배상 보험 등은 조례로 의무입니다

가입한 보험을 확인합시다

자전거 사고는 언제 일어날지 모릅니다. 만일의 경우를 대비해 본인 및 가족의 보험 가입 상황을 반드시 확인합시다.

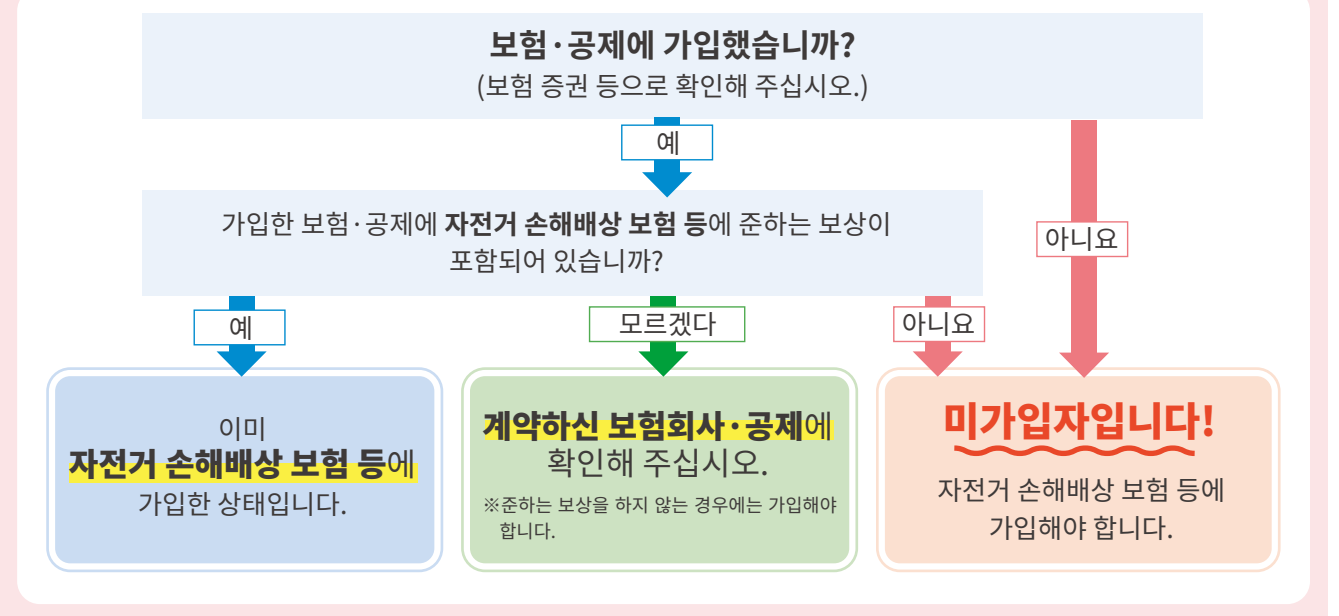
모르겠다면...

이미 가입한 보험 등에 포함되어 있는 경우도 있으므로 아래 표로 가입 상황을 확인합시다!



출처: 도쿄도 실시 조사로 작성(2024년도)

먼저 가입 상황을 확인합시다



자전거 손해배상 보험 등의 대표적인 보상 내용

개인 배상 책임 보상

교통사고 등으로 사람이나 물건에 손해를 끼치는 위험에 대한 보상

상대방에게 보상

- 자전거로 보행자를 치었다.
- 쇼핑 중 가게의 상품을 떨어뜨려 파손시켰다.

과거의 고액 배상 사례

초등학생(11)이 야간에 보행자(62)와 정면 충돌한 사고. 보행자는 의식이 돌아오지 않는 상태가 되었다. (고베 지방법원 2013년 7월 4일 판결)

배상금

9,521만 엔

자전거 보험 미가입자의 경우 손해배상금을 자비로 부담해야 할 뿐만 아니라 합의가 어려워지는 경우가 있습니다.

안전한 운전을 위해 준비합시다

마이크로모빌리티 / 모두가 생각해 볼 문제 ‘방치된 자전거’

TOPIC 1 // 마이크로모빌리티란?

마이크로모빌리티는 보통자전거가 아닙니다!

전동 킥보드 등과 같은 이동수단 중 일정한 기준을 만족하는 대상은 ‘특정소형원동기장치자전거(특정원동기)’로 분류되어 운전면허가 필요 없는 등의 교통 규칙을 적용합니다. 한편, 외관이 자전거와 같더라도

페달이 달린 전동 오토바이는 특정원동기와는 달리 일반원동기 이상의 차량에 해당합니다.

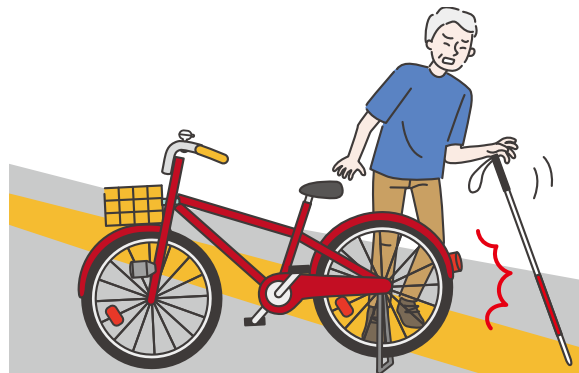
각각의 특징 및 교통 규칙에 대해서 확인하고 주의하여 이용하도록 합니다.

구분	페달이 달린 전동 오토바이 (일반원동기 이상의 차량)	특정 소형 원동기장치 자전거 (특정원동기)	특례특정소형원동기장치자전거
면허	필요	필요 없음 ※단 만 16세 미만은 운전 금지	필요 없음 ※단 만 16세 미만은 운전 금지
헬멧	의무	노력 의무	노력 의무
번호판	필요	필요	필요
의무보험(공제)	필요	필요	필요
주행 장소	차도	차도·자전거 전용도로	차도·자전거 전용도로·특정 보도
속도 제한	일반원동기의 경우: 30km/h(법정)	20km/h(최고) ※속도 억제 장치로 제어	6km/h(최고) ※속도 억제 장치로 제어
최고 속도 표시등	-	초록색 점등 ← 전환할 수 있는 차량도 있습니다! → 초록색 점멸	
예시	외관은 자전거와 비슷하지만 오토바이입니다! 		

TOPIC 2 // 모두가 생각해 볼 문제 ‘방치된 자전거’

이렇게 자전거를 주차하고 있지 않나요?

자전거는 인근 쇼핑 등 손쉽고 편리한 이동수단으로 생활에 필수적입니다. 한편, 일부 이용자들의 무책임하게 방치된 자전거가 보행자 및 긴급 차량의 통행을 방해할 뿐만 아니라, 도시의 미관을 해치는 등 지역사회에 큰 영향을 끼치고 있습니다. 주위에 피해를 끼치지 않기 위해서라도 정해진 자전거 주차 공간을 이용합시다.



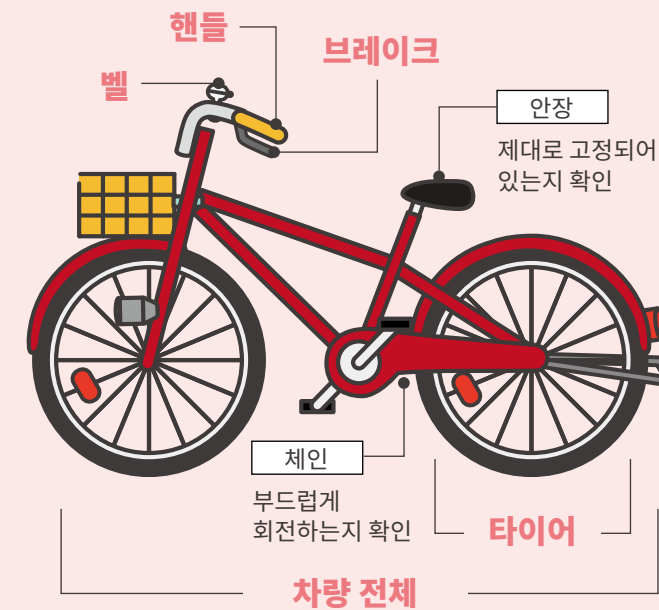
안전한 운전을 위해 준비합시다

외출 전 안전 점검

> 5가지 포인트를 확인합시다

자전거는 일상적으로 점검·정비합니다.

또, 일 년에 1회 이상 자전거 전문점 등에서 점검·정비합니다.



- ✓ **브레이크**를 잡고 자전거를 앞뒤 좌우로 움직여 브레이크가 작동하는지, 제대로 멈추는지 확인합니다.
- ✓ **타이어**에 공기가 들어 있는지, 고무가 닳지 않았는지, 못 등이 꽂혀 있지 않은지 확인합니다.
- ✓ **핸들**이 휘어지지 않았는지, 덜컹거리는지, 직접 잡아보고 느슨해지지 않았는지 확인합니다.
- ✓ **차량 전체**를 확인합니다. 안장의 높이, 체인의 느슨함, 킥스탠드 흔들림, 라이트의 점등 상태를 확인합니다.
- ✓ **벨**이 제대로 소리가 나는지, 파손은 없는지 확인합니다.

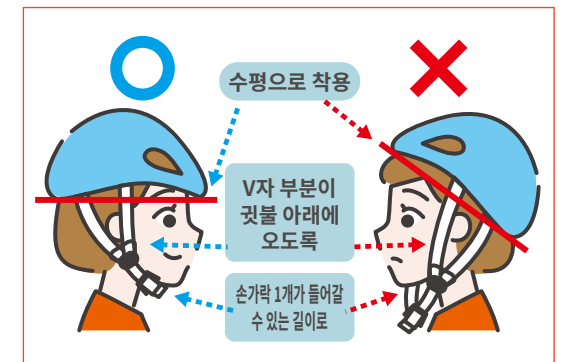
>> 출발 전 셀프 체크

- 안장에 앉았을 때 양발의 뒷면 전체가 지면에 닿는다.
- 핸들을 잡았을 때 몸이 살짝 앞으로 기울어진다.
- 핸들을 좌우로 움직였을 때 브레이크의 레버나 핸들이 발에 부딪히거나 하지 않는다.



>> 올바른 헬멧 착용법

- 수평으로 착용한다.
- 벨트의 V자 부분을 의식한다.
- 턱끈 길이를 너무 느슨하게 풀지 않는다.





▲MIMAMORYINU

자전거 운전 셀프 점검

외출 전에 확실히 확인합시다

자전거를 탈 때 나도 모르게 놓치고 있는 교통 규칙은 없나요?
체크 시트로 확인하면 자신의 주행을 되돌아보는 계기가 됩니다.
안전에 대해 즐겁게 배워 봅시다.

» 해당하는 항목을 체크해 보세요!  

- ☐ 자전거를 탈 때는 도로의 좌측을 달린다.
- ☐ 야간 주행 시에는 라이트를 반드시 켜다.
- ☐ 횡단보도와 교차로에서는 보행자를 우선한다.
- ☐ 신호가 빨간불일 때는 반드시 멈춘다.
- ☐ 이어폰으로 음악 등을 들으면서 운전하지 않는다.
- ☐ 자전거를 타기 전에 브레이크, 타이어 등을 점검한다.
- ☐ 운전 중에는 스마트폰을 사용하지 않는다.
- ☐ 비 오는 날은 운전 중 우산을 사용하지 않고 우비를 입고 주행한다.
- ☐ 자전거로 2인승 주행이나 나란히 주행을 하지 않는다.
- ☐ 보험(자전거 손해배상 보험 등)에 가입했다.



위 사항 모두 반드시 지켜야 하는 교통 규칙입니다.



1개라도 체크되지 않은 항목이 있다면
다시 한번 교통 규칙 가이드북을 읽어 봅시다!

Enjoy Cycle Life

자전거는 거리를 자유롭게 돌아보고 멀리 이동할 수 있는 믿음직한 파트너입니다.

바람을 가르고 달리다 보면 익숙한 길에서도 새로운 발견을 할 수 있습니다.

교통 규칙을 지키고 안전하게 즐긴다면

몸과 마음은 물론, 지구 환경에도 좋은 이동수단입니다.

자전거와 함께 더욱 풍요로운 매일을 시작해 봅시다.



환경을 생각하는 편리한 자전거 세어링!

자전거 세어링이란 자전거를 자유롭게 빌리고 반납할 수 있는 서비스입니다.
같은 사업자라면 대여와 반납 모두 어느 포트에서도 가능합니다!
24시간 언제든지 이용할 수 있는 친환경적인 서비스입니다.



자세한 내용
확인하기!

간편 이용
3STEP!

STEP
01

스마트폰에 앱
다운로드 및 회원 등록

STEP
02

앱에서 주변
포트 찾기

STEP
03

자전거 탑승
스마트폰, IC 카드
등으로 잠금 해제



GRAND CYCLE
TOKYO

친환경적이고 건강에도 좋은
자전거를 더욱 친숙하게
이용하기 위해 도쿄도는
'GRAND CYCLE TOKYO'
사업을 통해 자전거 관련 다양한
이벤트 등을 종합적으로
실시하고 있습니다.



자세한 내용
확인하기!

도쿄도 추천 자전거 경로

도쿄도에서는 도쿄도 내를
자전거로 둘러보는 추천
경로를 소개하고 있습니다.
자전거 세어링을 활용하여
걷는 것보다 넓은 범위까지
자유롭게 도쿄도 내를 즐길 수
있습니다.



자세한 내용
확인하기!



발행: 도쿄도 도민안전 종합대책본부 종합추진부 종합추진과

협력: Japan Traffic Safety Association

Bicycling Popularization Association of Japan Bicycle Culture Center

【2026년 3월 발행】