多种语言信息 2026 年 11 月　　主题：「**关于骑自行车时的规则**」　　中文

1. 自行车应当靠道路左侧行驶。

自行车允许在人行道通行



在设有机动车道和人行道区分的道路上，原则上自行车应在机动车道上骑行。自行车必须靠道路左侧行驶。

但是，在以下情况下，可以在人行道上骑行：

- 人行道上设有允许自行车通行的标志时；
- 骑车者是 13 岁以下的儿童、70 岁以上的老人，或身体有残障、行动不便的人员时；
- 因道路施工等原因导致道路狭窄，难以在机动车道上通行时。

人行道以行人为优先。骑自行车在人行道上行驶时，应靠近机动车道一侧，并以能够随时停车的速度缓慢前进。如果妨碍到行人通行，必须立即停车让行。

2. 在十字路口遇到“停车让行（一时停止）”标志时，必须先停车，确认左右两侧安全后再继续前进。如果路口设有交通信号灯，请遵守交通信号。

「停车让行」



3. 夜间请开启车灯。

开启车灯不仅可以让前方道路看得更清楚，还能让周围的人更容易发现自己，提高可见性，从而有助于预防交通事故。

4. 饮酒后请勿骑自行车。

5. 骑自行车时，请佩戴骑行头盔。佩戴骑行头盔可以在发生交通事故时减轻头部受伤程度，保护自身安全。

此外，法律禁止骑自行车时使用手机等设备的“边骑边看（分心骑行）”以及饮酒后骑自行车，违者可能会被判处监禁或处以罚款。

另外，如果发生交通事故，应立即停车，并拨打急救电话（119）请求救护，同时报警（110）。



■警视厅（交通规则）网页多种语言版请查阅链接

https://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/multilingual/index.html

通知

请注意防范冒充“工作人员”或“咨询员”等身份发送的电子邮件及社交媒体消息。

国际交流所的工作人员及咨询员绝不会通过电子邮件或社交媒体要求您支付或转账咨询费用等钱款。

敬请注意！