Responding to a Traffic Accident
交通事故に対する対応

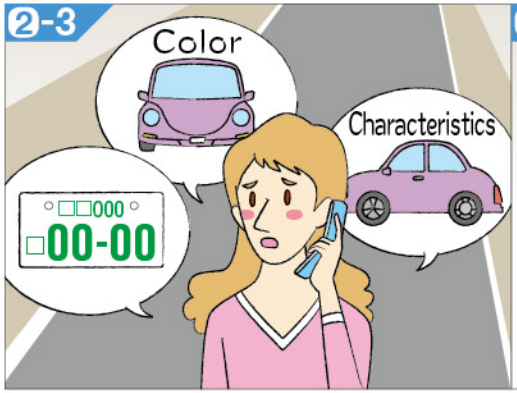
2 Handling a hit-and-run accident
ひき逃げや当て逃げをされたとき

2-1 Call out for help from surrounding bystanders.

周りの人に助けを求めましょう。

2-2 Call the police or an ambulance.

警察・病院などに連絡しましょう。



2-4

Emergency telephone numbers:

Call 119
for an ambulance

Call 110
for the police

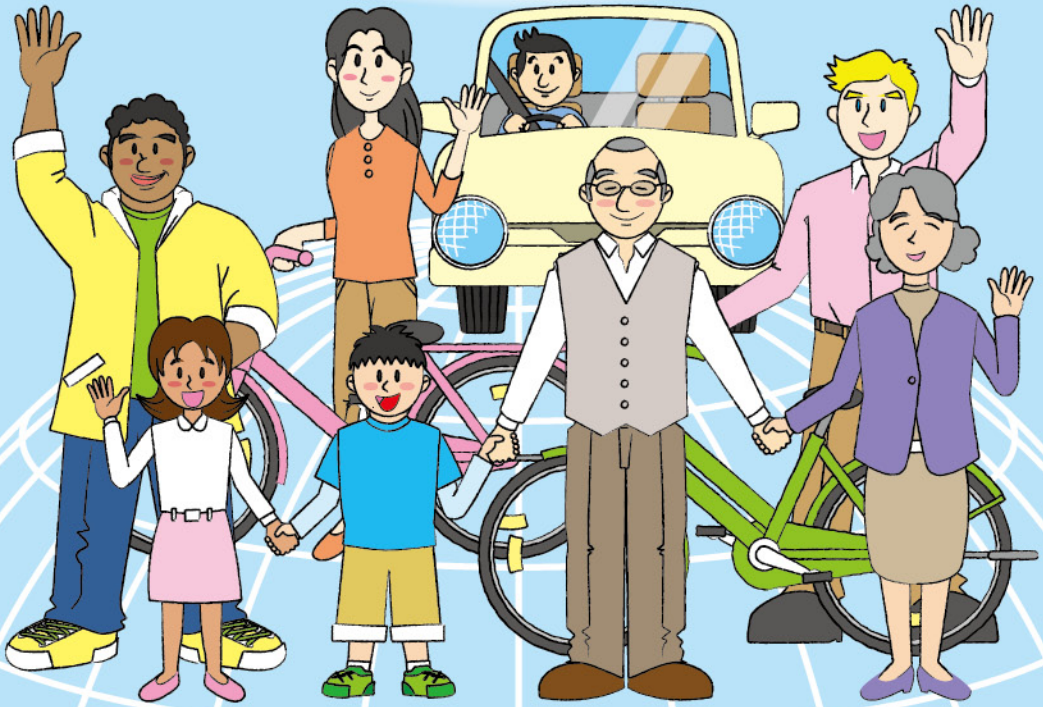
2-3 Try to get the license plate number and remember the color and characteristics of the vehicle to report to police.

車のナンバー、色、形などの特徴を覚えていたら警察に伝えましょう。

緊急時の電話番号

- 救急車を呼ぶ場合　**119**
- 警察に連絡する場合　**110**

TRAFFIC SAFETY GUIDELINES
for Pedestrians and Cyclists



歩行者と自転車のための
日本における交通安全ガイド [英語版]

警　察　庁 National Police Agency
・(財)全日本交通安全協会 Japan Traffic Safety Association

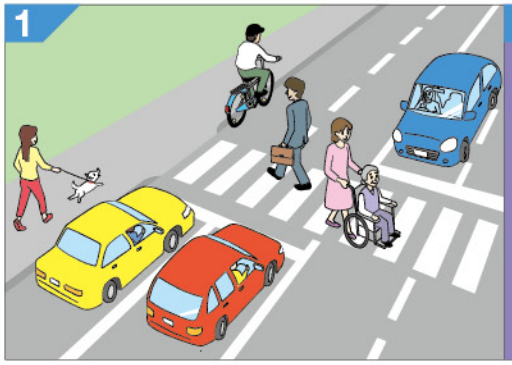
交通ルールを守ってつながる笑顔

Safety Guide lines for Pedestrians

道路を通行する上で 皆さんが心がけるべきこと

As members of society, we are all obligated to obey traffic rules to ensure the safe and smooth movement of the many vehicles and pedestrians using our streets

道路は、多くの人や車が通行します。安全、円滑に通行できるよう交通規則を守り、交通マナーを実践することは社会人としての義務です。



1 Everyone should pay full attention to the pedestrians and vehicles around them and show consideration to others.

まわりの歩行者や車の動きに注意し、相手への思いやりの気持ちを持って行動すること。

2 The streets are not places for personal amusement, and no one should disturb local residents with noise or other annoying behavior.

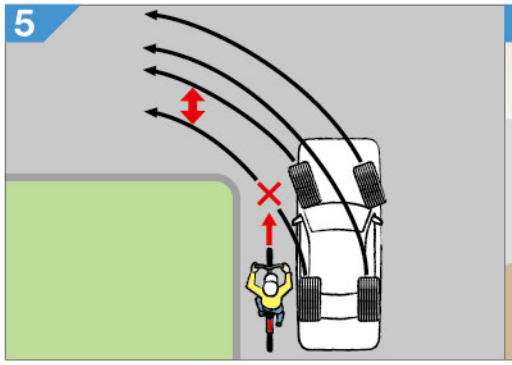
自分の通行の利便だけを考えるのではなく、沿道で生活している人々に騒音などの迷惑をかけないこと。

3 To ensure that traffic is unobstructed, litter and unauthorized objects should not be placed on the street.

通行の妨害や迷惑にならないよう、道路にものを投げ捨てたり、勝手に物を置いたりしないこと。

4 The directions of traffic police officers must always be followed.

警察官などの指示には従うこと。

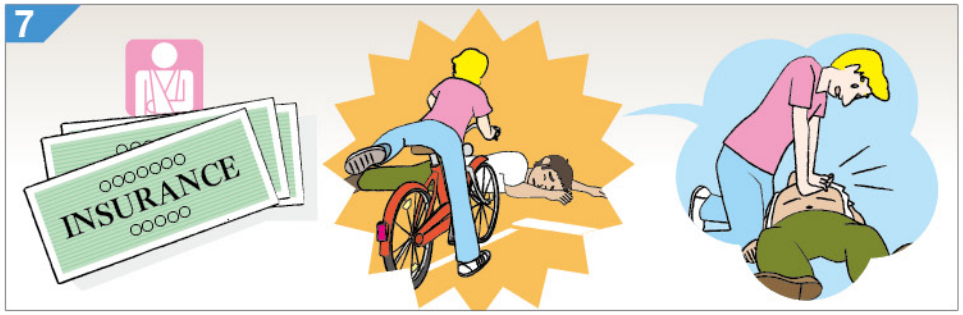


5 Everyone should be aware of vehicle blind spots, the space needed for turning, and other characteristics of vehicles on the road.

自動車の死角、内輪差など自動車の特性をよく知っておきましょう。

6 Bystanders should cooperate if they come across a victim of a traffic accident or crash by providing assistance and calling the police or an ambulance.

交通事故や故障で困っている人を見たら、連絡や救護にあたるなど、お互いに協力しましょう。



7 Everyone is recommended to take adequate precautions routinely to deal with an accident that they might encounter or be involved in

- Purchase personal accident insurance to be able to compensate for any damage or injury from a bicycle accident.
- Learn how to give emergency first aid treatment that might be needed to treat victims at the scene of a traffic accident.

万が一の事故に備えて
平素から十分な用意をしましょう。

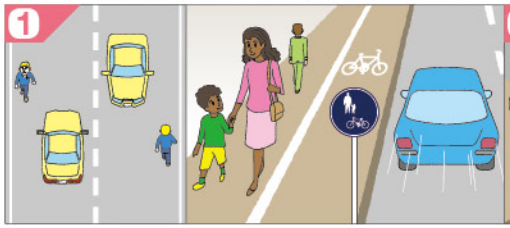
- 対人傷害保険等の自転車事故の損害補償のための保険への加入
- 交通事故の現場で負傷者の救護に必要な応急救護処置の知識を身に付ける

Safety Guidelines for Pedestrians

歩くときに心がけるべきこと

1 Walking on roads and sidewalks

通るところ



1 Generally, pedestrians should walk on the right side of the street so that vehicles approach on their left

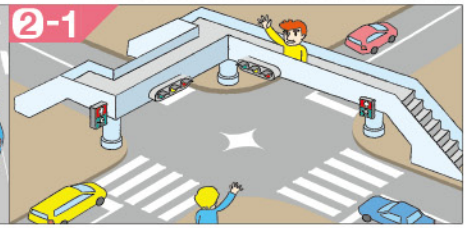
- Pedestrians should keep to the right side of the road.
- Pedestrians should use the sidewalk or stay within the lines marked for walking on the road when they are available.

基本は人は右、車は左の対面通行。

- 道路の右端を通行します。
- 歩道や路側帯があるときは、そこを通ります。

2 Rules for crossing the street - 1

横断の方法-1



2-1 Crossing the street safely

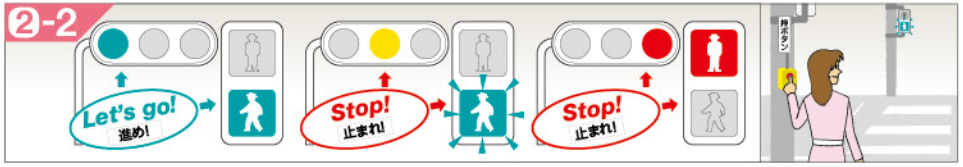
- Pedestrians should cross the street using the nearest traffic light intersection or pedestrian crossing, overpass or underpass.
- Pedestrians should never cross a street that is marked with signs that prohibit crossing.

安全な場所を横断しましょう。

- 信号機や横断歩道、横断歩道橋、横断用地下道が近くにあるところでは、そこを横断します。
- 「歩行者横断禁止」の標識があるところは絶対に横断しないこと。

2 Rules for crossing the street - 2

横断の方法-2



2-2 Crossing streets that have traffic lights

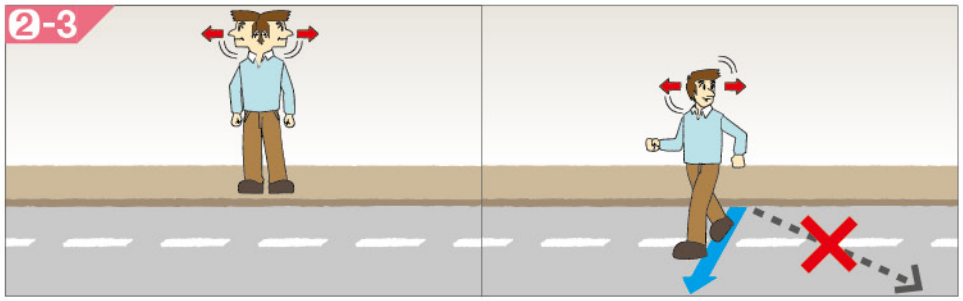
- **Rules**
  Green light : Pedestrians can proceed to cross the street
  Yellow or flashing green light : Pedestrians may not begin to cross the street; if a pedestrian has already commenced crossing, he or she should either attempt to finish crossing quickly or turn back
  Red light : Pedestrians are prohibited from crossing the street
- **Crossing streets that have traffic light buttons**
  Pedestrians should push the button to change the light to green, after which they can proceed to cross the street.

信号機のある場所を横断するとき

- **信号の意味**
  青色の灯火:進めます。
  黄色の灯火・青色の灯火の点滅:横断を始めてはいけません。横断中なら速やかに横断するか、横断をやめて引き返します。
  赤色の灯火:横断してはいけません。
- **押しボタン式信号機の場合**
  ボタンを押して青信号に変わったのを見てから横断します。

2 Rules for crossing the street - 3

横断の方法-3



2-3 Crossing streets that have no traffic lights

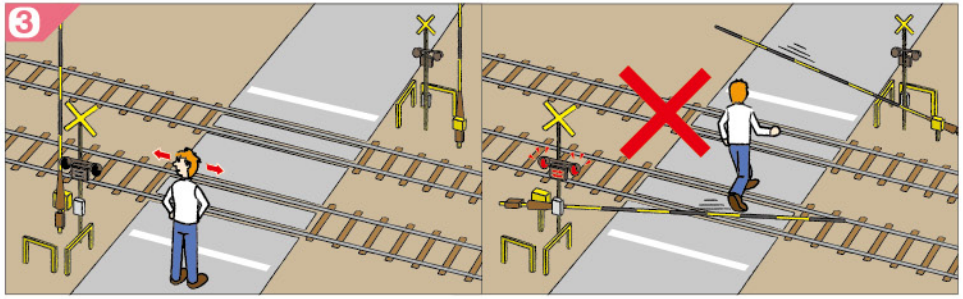
- Pedestrians should cross the street only after confirming there are no vehicles coming from either direction.
- Before crossing the street, pedestrians should stop and look in both directions to check for oncoming vehicles. If vehicles are approaching, pedestrians should wait until they pass.
- Pedestrians should continue looking both ways to check for oncoming vehicles when crossing the street, and walk straight ahead rather than diagonally.

信号機のない場所を横断するとき

- 右・左がよく見渡せるところで、横断します。
- 渡る前に一度立ち止まって、右・左をよく見て車が来ていないかよく確かめましょう。車が近づいてくるときには、車が通りすぎるのを待ちます。
- 横断中も左・右を見ながら車が来ないか確かめながら真っ直ぐ進みます。斜めに横断しないこと。

3 Rules for rail crossings

踏切の通り方



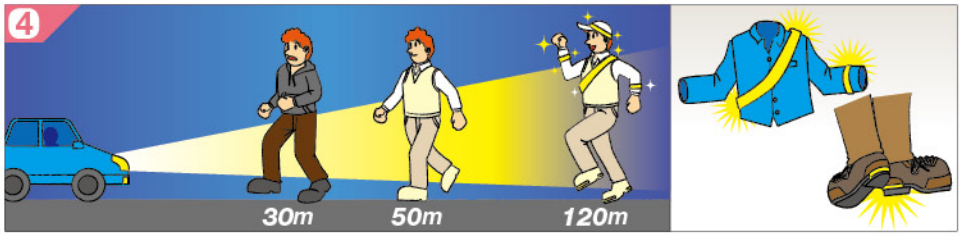
3

- Before walking over a rail crossing, pedestrians should stop and look both ways to make sure it is safe.
- Pedestrians should never attempt to enter a rail crossing when the warning bell is sounding or the crossing bar is on its way down.

- 踏切の手前で必ず立ち止まり、右・左の安全を確かめます。
- 警報機が鳴っているときや遮断機が下り始めてからは絶対に踏切に入らないこと。

Safety Guidelines for Pedestrians
歩くときに心がけるべきこと

4 Walking at night
夜歩くとき



Pedestrians should wear brightly colored clothing or reflective materials at night

- At what distance can a driver see you at night ?
  30 meters if you are wearing dark clothing
  50 meters if you are wearing white clothing
  120 meters if you are wearing reflective materials
  The ability of a driver to see you at night is probably lower than you realize.
- When walking on the street at night, pedestrians should wear brightly colored clothing such as white or yellow, as well as accessories with reflective materials or LED lights to ensure that drivers can easily see them.

明るい色の服装と反射材の活用

- 車からどのぐらいの距離であなたは見えているのでしょう?
  黒っぽい色の服　約 30m
  白っぽい色の服　約 50m
  反射材を付けたとき　約120m
  あなたが考える以上に車の運転手からはあなたが見えていません!
- 夜間に道路を歩くときは、白や黄色の明るい色の服装にするとともに、反射材用品やLEDライトを体や持ち物につけ、車からよく見えるようにしましょう!

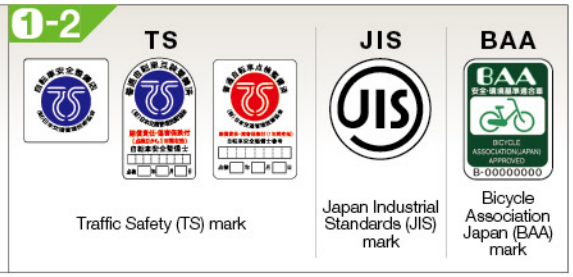
5 Ensuring the safety of the elderly
高齢者の安全

- Elderly people may need more time to cross the street. They are requested to take extra care to check for oncoming vehicles when crossing the street, and to wait for a full green light before crossing.
- Pedestrians are requested to offer their assistance to elderly people waiting to cross the street to ensure that they can cross safely.
- Accidents involving elderly people who are walking are far more common at night. Therefore, elderly people should wear brightly colored clothing as well as accessories with reflective materials when walking in the evening. Families should also encourage their elderly family members to take these precautions.

- 高齢の方は加齢による身体能力の低下により自分が思うよりも歩く速度が遅くなっていることがあります。道路を横断するときには、車が来ていないことを確実に確かめましょう。信号も一回待つ余裕を持ちましょう。
- 道路の横断に時間がかかる高齢者には、そばにいる人は手を貸したり、合図をしたりして安全に横断できるようにしてあげましょう。
- 高齢者の歩行中の事故が多いのは夜間です。夜歩くときは目立つ色の服と反射材用品を身に付けましょう。ご家族の方も助言してあげてください。

Safety Guidelines for Cyclists
自転車に乗るときに心がけるべきこと

1 Checking bicycle safety
自転車の点検



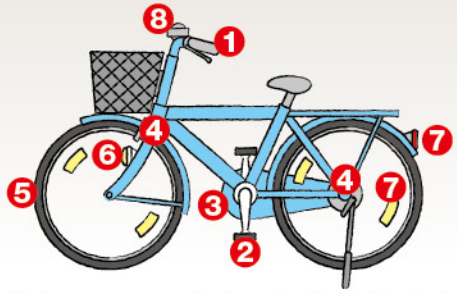
1-1 Cyclists should make sure that their bicycles are properly set up for their physique, so that both feet can touch the ground when sitting.

サドルにまたがったときに足先が地面につく、自分の体にあった自転車を使用しましょう。

1-2 Cyclists should be sure to have their bicycles checked and adjusted periodically at repair shops to ensure safety. Whenever possible, the above safety stickers should be attached to the bicycle frame.

自転車安全整備店などで定期的な点検や整備も忘れずに。できる限り、自転車の車体の安全性を示す上記マークのついたものを使いましょう。

1-3 Before riding a bicycle, the following areas should be checked for problems and adjusted if necessary :



1. The handle bars are properly aligned with the front wheel
2. The pedals rotate properly so that the rider's feet will not slip off
3. The chain is not too loose
4. The front and rear wheel brake pads work well
5. Both tires have enough air and the tread has not been worn down too much
6. The front headlight is bright when turned on
7. The rear light works and all reflectors are firmly attached
8. All other parts are firmly attached, and work properly

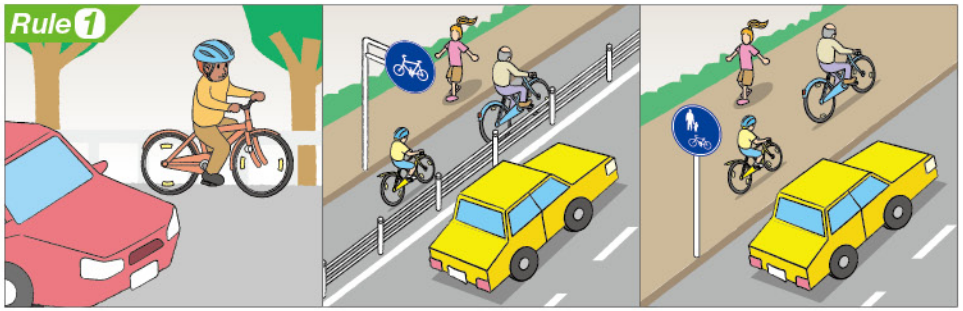
自転車に乗る前に以下の点を点検し、悪い箇所はすぐに整備しましょう。

1. ハンドルは、前輪と直角にしっかり固定。
2. ペダルが曲がったりして足が滑らないようにすること。
3. チェーンはゆるみすぎないように。
4. ブレーキは、前・後輪ともによくきくように。
5. タイヤには十分に空気を入れ、その表面は磨り減ったままにしないように。
6. 前照灯は明るくしましょう。
7. 尾灯や反射器材(後部及び側面)を付けましょう。
8. 自転車の各部品の取り付けは確実に。

Safety Guidelines for Cyclists
自転車に乗るときに心がけるべきこと

2 *Five rules* to follow to ensure safety when riding a bicycle

自転車の通行方法 *自転車安全利用五則* を守りましょう。



Rule 1 In principle, cyclists should ride on the street and use sidewalks only in exceptional cases

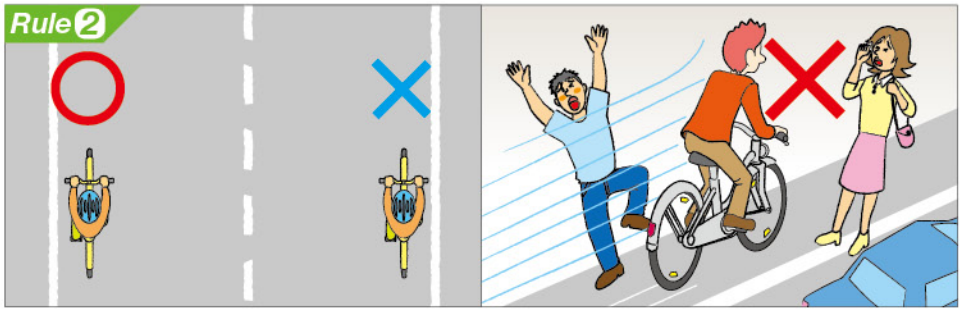
- Bicycles are classified as vehicles, so as a general rule, cyclists should use the street.
- Cyclists should use designated bicycle paths when they are available.
- Cyclists should use the lanes marked for bicycles on sidewalks or roads when they are available.
- Children under 13, adults 70 and over, and people with physical disabilities are permitted to ride a bicycle on the sidewalk.

* When the street is too narrow, cyclists can ride on sidewalks.

第一則
自転車は、車道が原則、歩道は例外。

- 自転車は車両の仲間なので、原則として車道を通行します。
- 自転車道があるところでは、自転車道を通行すること。
- 普通自転車歩道通行可の標識がある歩道は、自転車で通行できます。
- 13歳未満の子ども、70歳以上の高齢者、体の不自由な人は、歩道を自転車で通行できます。

※車道の幅が狭いなどのやむを得ない場合には例外として歩道を通行できます。

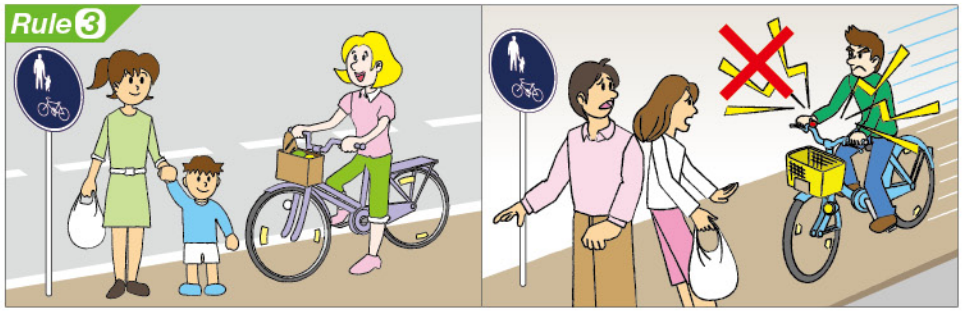


Rule 2 Cyclists should ride on the left side of the street

- Only the left side of the street should be used by cyclists.
- Cyclists must not obstruct pedestrians if riding inside the lines marking pedestrian paths.

第二則 **自転車は左側を通行。**

- 車道の左端を走ること。
- 路側帯を通行できますが、歩行者の通行を妨げないこと。

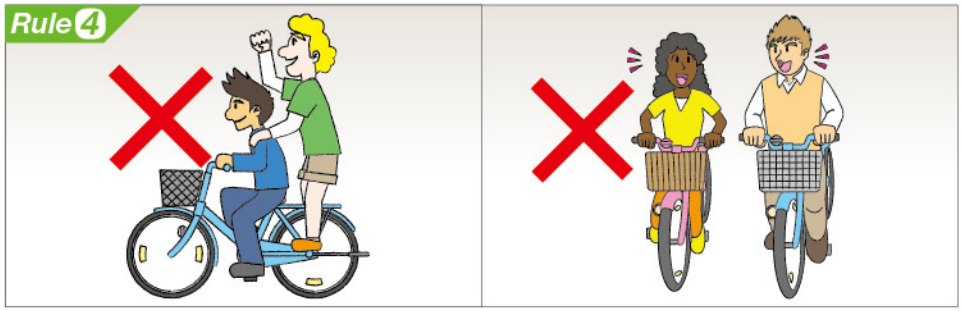


Rule 3 Cyclists must reduce speed on sidewalks and give pedestrians the right of way

- When passing pedestrians on sidewalks, cyclists should reduce speed enough to enable a sudden stop.
- Cyclists should stop riding if there is a risk of obstructing passing pedestrians on sidewalks.
- Cyclists should refrain from unnecessarily ringing bicycle bells at pedestrians on sidewalks.
  Pedestrians are given priority on sidewalks, so cyclists are expected to dismount their bicycle if necessary.

第三則
歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行。

- 歩道を通るときは、すぐ停止できるような速度で徐行すること。
- 歩行者の通行を妨げるおそれのある場合は一時停止します。
- 警音器を歩行者に対して歩道などでみだりに鳴らさないこと。
  あくまでも歩行者が優先です。必要に応じて自転車を降りましょう。



Rule 4 Cyclists must obey safety rules

Riding double is prohibited.

第四則 **安全ルールを守る。**二人乗りは禁止。

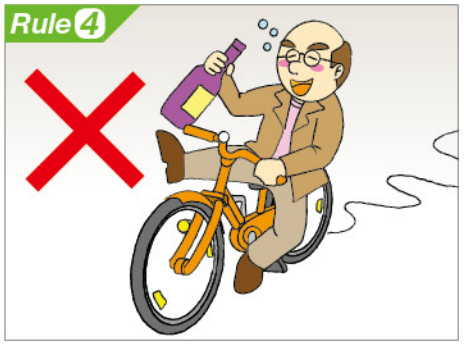
Rule 4 Cyclists must obey safety rules

Riding side by side is prohibited.

第四則 **安全ルールを守る。**並進は禁止。

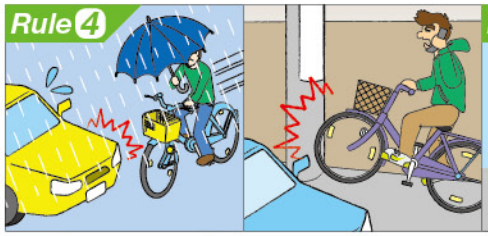
Safety Guidelines for Cyclists
自転車に乗るときに心がけるべきこと

2 *Five rules* to follow to ensure safety when riding a bicycle
自転車の通行方法 *自転車安全利用五則* を守りましょう。



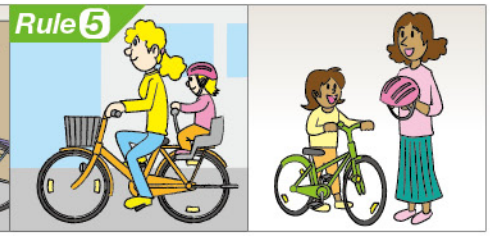
Rule 4 Cyclists must obey safety rules
Cyclists are prohibited from riding under the influence of alcohol.

第四則 安全ルールを守る。 飲酒運転は禁止。



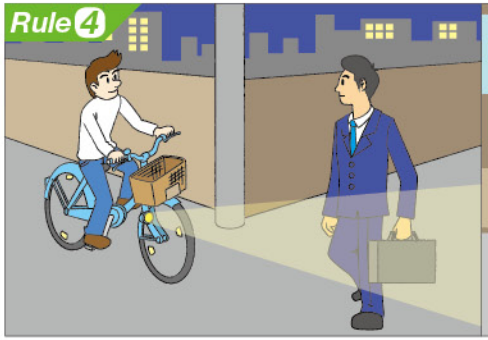
Rule 4 Cyclists must obey safety rules
Cyclists must not use umbrellas or talk on mobile phones when riding.

第四則 安全ルールを守る。
運転中に傘をさしたり、携帯電話の通話・操作はやめましょう。



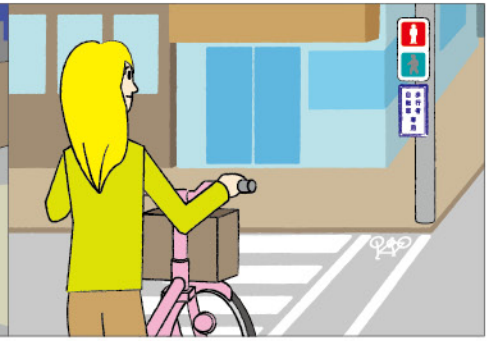
Rule 5 Children must wear a bicycle helmet
Parents and guardians must ensure that children wear a bicycle helmet in the following cases :
- When a child under the age of 6 is riding in the children's seat of a bicycle
- When a child under the age of 13 is riding a bicycle

第五則 子どもはヘルメットを着用。
次の場合、保護者はヘルメットを着用させなければいけません。
- 6歳未満の子どもを自転車の幼児用座席に乗せる場合
- 13歳未満の子どもが自転車を運転する場合



Rule 4 Cyclists must obey safety rules
Cyclists must use bicycle lights at night.
Cyclists must also use bicycle lights in the daytime when riding through tunnels or during foggy weather.

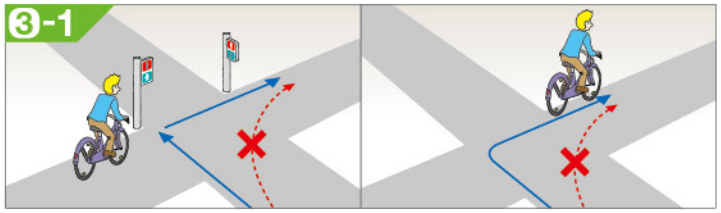
第四則 安全ルールを守る。
夜間はライトを点灯。
昼間でもトンネルや濃霧の中ではライトを点灯しましょう。



Rule 4 Cyclists must obey safety rules
Cyclists must obey traffic lights at intersections and check for safety after coming to a full stop. (Traffic light rules are explained on page 3.)

第四則 安全ルールを守る。
交差点での信号遵守と一時停止・安全確認。
(信号の意味は3ページ参照)

3 Using intersections
交差点の通り方

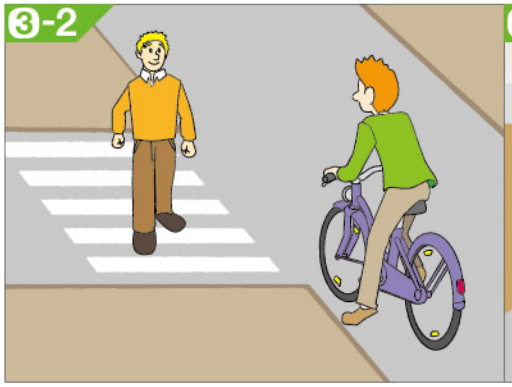


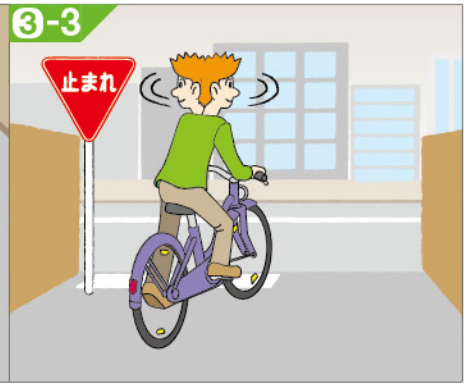
3-1 When making a right-hand turn
- **At intersections with traffic lights** When the light turns green, the cyclist should cross the intersection in a straight direction and come to a stop on the opposite side with the bicycle facing right. When the light of the intersecting street turns green, the cyclist should proceed in a straight direction after looking both ways to check for safety.
- **At intersections without traffic lights** The cyclist should look behind to check for safety, cross the intersection in a straight direction, then slow down to make a right-hand turn, and check for oncoming cars before proceeding.

右折するとき
- **信号機があるとき**
  青信号で、交差点の左側に沿って向こう側の角まで十分に速度を落として直進し、止まって向きを変えます。対面する信号が青色になってから、前後左右の安全確認をして直進します。
- **信号機がないとき**
  後ろの安全を確かめ、道路の左端に沿って向こう側まで直進し、速度を落として右に曲がり、安全を確かめて進みましょう。

Safety Guidelines for Cyclists
自転車に乗るときに心がけるべきこと

3 Using intersections
交差点の通り方



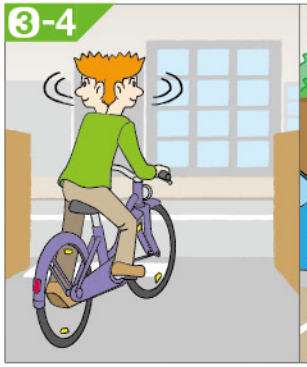


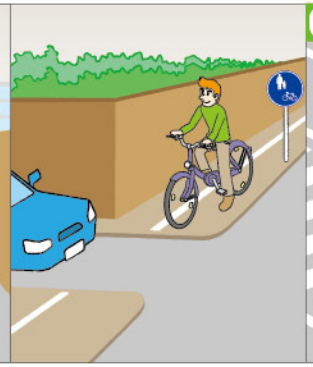
3-2 When making a left-hand turn, the cyclist should make sure not to obstruct pedestrians crossing the street.

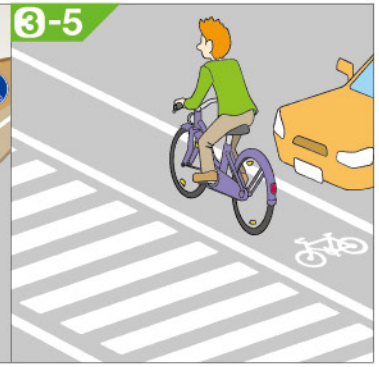
左折するときは、左折した先の道路を横断中の歩行者の通行を妨げないようにしましょう。

3-3 Cyclists must come to a full stop at stop signs, and look both ways to check for oncoming cars before proceeding.

一時停止標識のあるところでは、必ず一時停止して、右・左の安全を確かめます。標識には必ず従いましょう。







3-4 Cyclists should come to a full stop at intersections where visibility is poor, narrow roads meet wide streets, or where sidewalks come to an end, and then look both ways to check for safety before proceeding.

見通しの悪い交差点や狭い通りから広い通りに出るとき、歩道の切れ目では一時停止をして、右・左の安全を確かめましょう。

3-5 When an intersection has designated lines for bicycles, cyclists should ride within the lines.

交差点やその近くに自転車横断帯がある場合は、そこを通ること。

Signs for Pedestrians and Cyclists
歩行と自転車利用に関係する標識の種類と意味

Road closed to pedestrians, vehicles and bicycles

歩行者、車、自転車の通行禁止。

Reserved for pedestrians only

歩行者だけが通行できます。

Road closed to vehicles and bicycles

車や自転車の通行禁止。

Reserved for pedestrians and cyclists only

自転車と歩行者だけが通行できます。

No entry for vehicles and bicycles

車や自転車はここから入ってはいけません。

Reserved for cyclists only

自転車だけが通行できます。

Bicycles are prohibited

自転車の通行禁止。

Pedestrian crossing

横断歩道です。

Vehicles and bicycles must slow down to enable a sudden stop

車や自転車はすぐに止まれる速さで通行すること。

Bicycles may cross within the designated lines

自転車横断帯です。

Vehicles and bicycles must come to a full stop. Look both ways before proceeding

車や自転車は、一時停止して、右・左の安全を確認すること。

Caution required for children from local schools, kindergartens, child-care centers, etc.

学校、幼稚園、保育所等があります。

Crossing by pedestrians is prohibited

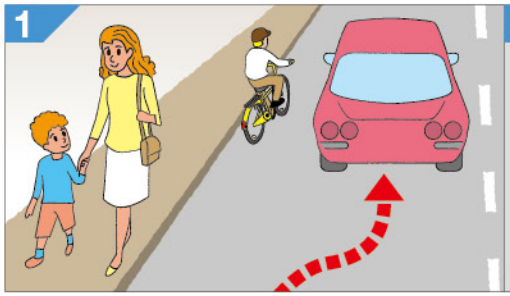
歩行者の横断禁止。

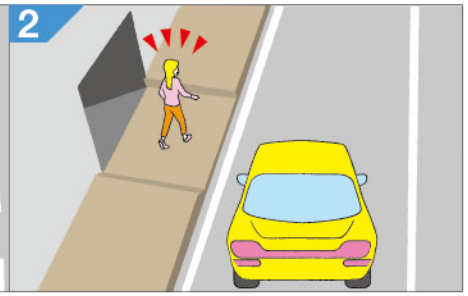
Traffic lights ahead

信号機があります。

Advice for Drivers
自動車を運転する方へ

For the safety of pedestrians and cyclists
歩行者と自転車を守るために



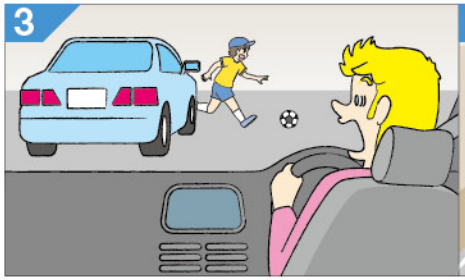


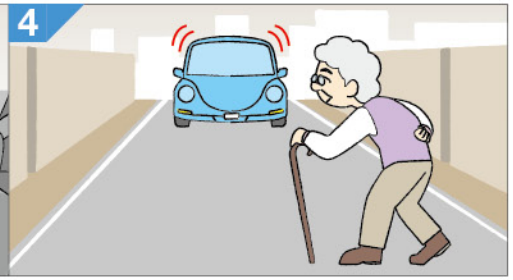
1 • When driving near pedestrians and cyclists, drivers should slow down and make sure to keep a safe distance between them and the vehicle.
• When driving near pedestrian crosswalks or designated crossings for cyclists, drivers should slow down enough to be able to come to a sudden stop. When pedestrians or cyclists are crossing the street, drivers should come to a stop.

● 歩行者や自転車のそばを通るときは、安全な間隔を空けるか、徐行します。
● 横断歩道や自転車横断帯に近づくときには、停止できるように速度を落とし、歩行者や自転車が横断中の場合は通行を妨げないよう停止すること。

2 When driving across sidewalks, pedestrian paths or bicycle paths to enter or exit a parking garage facing the street, drivers should come to a full stop and check for pedestrians and cyclists.

道路に面した車庫などに出入りするために歩道や路側帯、自転車道などを横切る場合は、一時停止して歩行者や自転車に注意しましょう。





3 Drivers should proceed with caution when approaching cars parked along the road, which may block their view of people emerging from between parked cars.

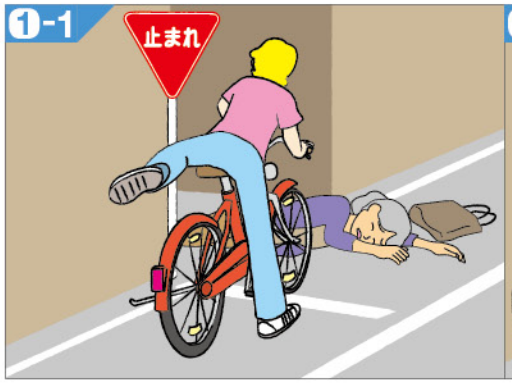
道路脇に止まっている車や車のかげから人が出てくる場合があるので気を付けましょう。

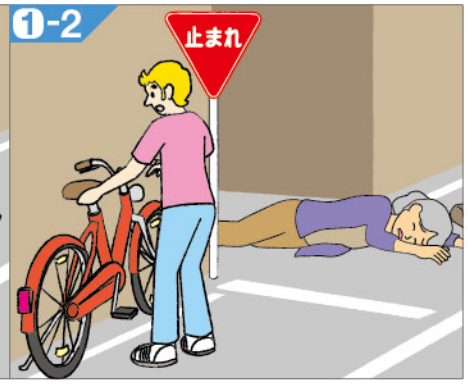
4 When elderly people or children appear to be preparing to cross the street, drivers should proceed with extra caution, slowing down enough to be able to come to a sudden stop if necessary.

高齢者や子どもが道路を横断しようとしているときには、速度を落とし、すぐに停止できるようにするなど安全運転に特に努めましょう。

Responding to a Traffic Accident
交通事故に対する対応

1 Involvement in or encountering a traffic accident
交通事故が起きたとき





1-1 Stop your vehicle immediately.

直ちに車両の運転を停止すること。

1-2 Move your vehicle to the roadside to avoid obstructing other traffic.

他の交通の妨げにならないように、車両を路肩などに移動します。

1-3 If anyone is injured, call 119 to request an ambulance.
Until the ambulance arrives, give assistance and encouragement to the injured person, and use a clean handkerchief or cloth to stop any bleeding.

負傷者がいる場合は、電話番号119で救急車を呼びます。救急車が来るまで、清潔なハンカチなどで止血したり、励ますなど応急救護をしましょう。ただし負傷者をむやみに動かさないこと。

1-4 Call 110 to report the accident to the police regardless of whether anyone was injured. Absolutely do not leave the accident scene until the police arrive. As an operator of a vehicle, a cyclist is obligated to report the details of the accident to the police.

負傷者の有無にかかわらず、警察に110で連絡すること。警察官が来るまで絶対に事故現場から立ち去ってはいけません。自転車は車両の運転者として警察官に事故状況を報告する義務があります。