

安全利用の心得

安全にサイクリングを楽しむためのルール

自転車安全利用 五則

- ① 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先
- ② 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- ③ 夜間はライトを点灯
- ④ 飲酒運転は禁止
- ⑤ ヘルメットを着用



令和4年4月27日に公布された
道路交通法改正により、全ての
年齢層の自転車利用者に対し
て、乗車用ヘルメットの着用が
努力義務と課されます。
(令和5年5月1日施行)

自転車に関する交通ルールについては、
警察庁のホームページをご確認ください。

自転車保険に加入されていますか

自転車損害保険等への加入状況をチェック

奈良県自転車条例にて自転車保険への加入が義務になっています。

個人賠償責任保険に加入または
TSマーク(点検日から1年以内のもの)が
貼られていますか?



わからない

自動車 保険、火災傷害等の保険に加入していますか?

いいえ

はい

はい

加入している保険に
個人賠償責任保険がついていますか?

わからない

はい

自転車損害保険等への
加入が必要です。

ご契約の保険会社・共済に
ご確認ください。

すでに自転車損害保険等に
加入しています。

自転車条例に関する詳しい内容は、
奈良県のホームページをご確認ください。



輪行のすすめ

基本的なルールを守り、快適なサイクリングを!

- 自転車を公共交通機関に持ち込む際は、自転車を折りたたむか解体して専用の輪行袋に入れましょう。
- はみ出していたり、折りたたんでいないものは対象外となるため、ご注意ください。
- 乗客が多い場合は、お断りされる場合があります。
- 自転車の組立や解体を行う場合、周りの方の迷惑にならないよう、ご注意ください。
- 早朝や通勤ラッシュを避けた時間帯に利用し、自転車が邪魔にならないように気をつけましょう。また、乗車中は自転車から手を離さないことも重要です。



【携帯できる荷物のサイズ・個数】

- 縦・横・高さの合計:
250cm以内
- 長さ: **最大2m**
- 重さ: **30kg以内**
- 個数: **2個まで**



自転車搬送サービス

ネットで簡単申込、発送、現地までは自転車なしで!



CYCLO express
シクロエクスプレス
<http://cycloexpress.co.jp>

カンガルー
自転車イベント便/輸送便
<http://www.cycle-seino.jp/>

奈良へのアクセス

鉄道アクセス



- 京都から
 - JR京都→JR奈良 快速約45分
 - 近鉄京都→近鉄奈良 特急約35分、急行約45分
 - 近鉄京都→飛鳥 特急約65分、急行約80分
 - 近鉄京都→吉野 特急約100分、急行約135分
- 大阪から
 - JR大阪→JR奈良 快速約50分
 - 大阪難波→近鉄奈良 快速急行約40分
 - 大阪阿部野橋→飛鳥 急行約45分
 - 大阪阿部野橋→吉野 特急約75分、急行約95分
- 和歌山から
 - JR和歌山→JR奈良 快速約1時間50分

自動車アクセス



- 京都から
 - 京奈和自動車道(城陽IC) → 京奈和自動車道(木津IC) → 国道24号 → 奈良 約23km
- 大阪から
 - 阪神高速東大阪線→第二阪奈有料道路 → 奈良 約30km
 - 阪神高速松原線→西名阪自動車道(郡山IC) → 国道24号→奈良 約50km
 - 阪神高速松原線→阪和自動車道(美原JCT) → 南阪奈道路→国道165号大和高田バイパス → 橿原 約40km
- 和歌山から
 - 阪和自動車道(和歌山IC) → 第二阪奈有料道路/国道308号 → 奈良 約95km
 - 京奈和自動車道(橋本IC) → 国道24号(郡山南IC) → 奈良 約85km

奈良の自転車旅を安心して楽しめる情報を紹介



奈良県自転車利用総合案内サイト
<https://www3.pref.nara.jp/cycling/>



免責事項
ルートは、自転車専用道だけでなく、一般の道路を設定しています。交通ルールに従って、歩行者、自動車に十分に注意して走行してください。また、高原ルートの一部などでは、冬期に凍結の可能性がありますので、ご注意ください。
各ルートには、案内誘導・注意喚起サインを設置していますが、現地の状況などによって、ルートが変更になる可能性もありますのでご了承ください。