

おやこも、子どもも 安心して自転車に乗れる街がいい

やまがなおこ
(ぼちぼち自転車くらぶ)



おやこで自転車はじめてブック
— 子乗せで走る、こどもに教える

監修：疋田智

文：ぼちぼち自転車くらぶ

絵：柚木ミサト

子どもの未来社刊

A5判変形 64ページ

定価 1000円+税

このたび、自転車ツーキニスト（自転車で通勤する人）・疋田智さんの監修で『おやこで自転車はじめてブック』という本を作りました。この本は、幼い子どもと暮らす人、とくに都市部で子育てする女性に向けて企画・編集したものです。

ここではこの本を作ったわけと本の内容、本を作る過程で考えたことを書かせていただきます。

ちなみに、「ぼちぼち自転車くらぶ」は出版にあたって考案した屋号ですが、どんな印象を持たれますか。そう、ぼちぼち自転車は、早くは走れません。なにかあるとふと立ち止まったり寄り道したり。バッグや買い物袋でカゴはいっぱい。でも、生活の足としての自転車を愛する、という思いをここに込めました。

子乗せ自転車で初めて感じた「どこを走ればいいのか？」

子どもが生まれて数か月後、久しぶりに自転車に乗ったときの爽快感は忘れられません。おんぶして自転車に乗ると、まあなんと、あれやこれやの大荷物もなんのそので、徒歩やベビーカーよりもずっと速く、楽に移動できることが感動的でした。それに、春のきざしがする季節、暖かな日射しと風を感じて、クルマでの移動とは違う等身大の感覚。自転車はなんてすてきなんだろう！

でも、子どもを前シートに乗せて走るようになると、思ってもみなかった恐怖を感じました。それまで肌身離さず抱えていた子どもを前シートに座らせること自体がドキドキします。歩く人にぶつからないようスピードを落とすと自転車はふらつきます。加えて、電柱に立て看板、ゴミ収集の日はゴミ袋と、歩道には障

害物もいっぱい。かといって車道は、そばを通るクルマが怖い。「いったいどこを走ったらいいの？」それでも自転車には乗っていたはずなのに、この疑問自体がふしぎでした。

調べてみると、自転車はそもそも「車道が原則」。えっ、そうだったの？ ほかに、子乗せ自転車は転倒の危険性がとくに高いこと、したがって子どものヘルメット着用は2008年から努力義務化されており、また、転倒時の頭部への衝撃は非常に大きく、どんなに厚地の帽子でもヘルメットの代用にはならないこと、自転車が関係する交通事故は10代から20代の男子にとくに多いこと……知らなかったことばかりでした。こどもにはヘルメットがいるのかなくらいに思いながらも、冬のニット帽で間にあわせていた私は、あわてて自転車屋さんに駆け込みました。

親目線で作った自転車本

自転車関係の雑誌や本はたくさん出版されていました。でも、メカメカしくてピカピカのスポーツ自転車愛好者向けの情報は、わたしのような非運動系には読みこなせません。流線型のヘルメットをかぶるサイクリストの世界では、どうやら「ママチャリ」とは、交通ルールを知らない、意識の低い自転車利用者をさす言葉のようでした。とてもショックでしたが、まさにそのとおり。育児誌をみても、商品カタログのような子乗せ自転車比較はあっても、自転車で道路のどこをどう走ればいいのかを具体的に指南してくれる記事は見当たりませんでした。

子育て中のふつうの保護者向けの自転車の本がほしい。自転車ツーキニストとして知られ、自転車乗りの論客として多数の著書をもつ疋田智さんにご相談すると、「それはいい！」と即座にに応じてくださり、試行錯誤の末『おやこで自転車はじめてブック』が生まれました。主な内容は、次のとおりです。

第1章 これだけは知っておきたい走行ルール

「自転車は車道が原則」！？

それでも車道がこわい人は

路上で、こんなときどうするの？

こどもに必ずヘルメット（できれば大人もね）

ライトは夜のため人のため

交通事故の現状と自転車保険のお話

第2章 ようこそ！ こども乗せ自転車ワールドへ

進化する「こども乗せ自転車」

危険もいっぱい「こども乗せ」5つの心得

雨の日はどうする？ 先輩ママたちの知恵

自転車にバックミラー？ 便利アイテム

第3章 こども用自転車の選び方・教え方

多様化する乗り物おもちゃ

こども用自転車はこう選ぶ
 乗り方はホメホメ作戦で教えよう（乗り方指導公園編）
 交通ルールは日々くり返し、積み重ねで（乗り方指導路上編）
 こどもに伝わる言葉かけ

第4章 もっと自転車を楽しむために
 どうするの？ 日々のお手入れ
 「こども乗せ」を卒業したら
 親子がいっしょに走るには？
 自転車に乗ってどこ行こう？

本を作る上では「親の目線」と「実用性」を心がけました。たとえば自転車のもっとも基本的な交通ルールは、「車道が原則」ですが、子どもを乗せているとなかなか車道は走れませんので、歩道を通る際に気をつけることを懇切ていねいに取り上げました。「歩道の車道寄りを、すぐに止まれるスピードで」ということを一目で理解できるように立体的にイラスト化。加えて、「左側の歩道を」を強調しました。実はこれは道路交通法には定めがありませんが、足田さんから教わったもっとも有効な歩道通行のコツのひとつです。実践してみると、「危ない」「怖い」と感じる事がホントに少なくなります。狭い歩道上での自転車同士のすれ違いがいかにか走りにくく危険かということが実感できるのです。また、歩道を通る際にどんな心持ちでいるといいかなど、小さなコツもあちらこちらにちりばめました。

もちろん車道を走る場合についても、「そもそも車道の左側ってどこ？」「日なたを走りたくない」「真正面から自転車が来たら？」などの素朴な問いを足田さんに投げかけ、実用的でユーモアあふれる助言をいただくことができました。

また、雨の日どんな装備がいいか、子ども用自転車などはお下がりやリユースも多いので、そんな場合にはどこをチェックすべきかなど、保護者の知恵や工夫を盛り込むことも心がけました。

実は、本が完成するまでに、東日本大震災・原発事故などをはさみ数年を要してし



まいりました。しかし、そのおかげで、子どもの成長に合わせて次々出てくる「知りたいこと」を、疋田さんをはじめいろいろな専門家に取材をしながら盛り込むことができました。赤ちゃんから子どもの小学校入学ごろまで、自転車に関して最低限知っておきたいことは、ほぼカバーできているのではないかと思います。

自転車のルールを学ぶワークショップを

近年、自転車の乱暴運転やそれに起因する交通事故が問題になっています。対策強化のため道路交通法も改正され、2015年6月から施行されました。

これが広く報道されたこともあり、「最近、法律が変わって、自転車は車道を走ることになったんでしょ？」「歩道は走ってはいけないの？」などと聞かれることが多くなりましたが、実は「原則車道、歩道は例外」というルール自体は長年変わっていません。今回の改正では次の14の違反を3年以内に2回以上繰り返す自転車の運転者に、講習受講が義務づけられました。

- 1 信号無視
- 2 通行禁止違反
- 3 歩行者用道路徐行違反
- 4 通行区分違反
- 5 路側帯通行時の歩行者通行妨害
- 6 遮断踏切立ち入り
- 7 交差点安全進行義務違反等
- 8 交差点優先車妨害等
- 9 環状交差点の安全進行義務違反
- 10 指定場所一時不停止等
- 11 歩道通行時の通行方法違反
- 12 ブレーキ不良自転車運転
- 13 酒酔い運転
- 14 安全運転義務違反

読んでみて内容はつかめそうですか？ 2の通行禁止違反と4の通行区分違反はどう違うんでしょう？ なかなかむずかしいですね。試験勉強のように覚え込む必要はないとしても、自転車で安全に走るためには、なんらかの学習機会があってもいいのではないのでしょうか。

小学生向けには学校や自治体などが実施している交通安全教室があります。入学時に学習の場を設けている中学・高等学校もあることでしょう。大人向けとして、子どもが生まれたとき、あるいは保育園・幼稚園入園時というのは、いいタイミングではないかと思います。妊娠・出産を経て、あたらしいのちに触れることは、社会の見え方が変わったり、「安全」に対してそれまで以上に敏感になるきっかけとなるからです。

そこで今、幼い子どもをもつ人向けの自転車ルールのワークショップを企画中です。トーク&チョークの講義ではなく、参加者それぞれの自転車についての体験や疑問を共有し、危険回避のための情報についても

お互いに意見を出し合うようなワークショップ形式での進行を考えています。というのも、自転車はとても身近で多くの方が子どもの頃から利用の経験があり、また道路事情は地域によっても大きく異なるため、何丁目の交差点は見通しが悪いなどといった個別で具体的な情報が参考になると思うからです。

「暴走自転車」なる言葉ができたように、実際、危ない乗り方をしている自転車利用者も見られ、残念ながら自転車が加害の側になってしまう事故のニュースも耳にします。取り締まりや罰則としての講習もやむを得ないかもしれませんが、でも、学習の機会は危険な運転をしてしまう前にこそ必要です。親になった機会にあらためて自転車や交通ルールについて学び、子どもにも伝えていければ、その教育効果は小さくないと思います。ワークショップは保育園・幼稚園などの保護者会行事、助産院や子育て支援に関わるイベントなどで実施したいと考えています。もしなにか機会がありましたら、お声をかけていただけましたら幸いです。

ルールを守るだけでは事故はなくせない!?

親も子どもも事故に遭わず、また交通事故の加害者にもならないために、という思いで本作りをするなかで、新たな疑問を感じるようにもなりました。

たとえば、自転車で歩道を通る際に通行することになっている「車道寄り」は、ところどころに車両乗り入れ部があり、自転車に乗りはじめの幼い子どもにはとても走りにくいのです。大人にはたいしたことのない傾斜も、子どもには車道への坂道であり危険です。時間帯にもよりますが、住居に出入りするクルマや新聞配達などのバイクが急に進入してくることもあり、片時も気が抜けません。

また、自転車での歩道通行を許容されているのは 13 歳未満（と 70 歳以上）なのですが、そんな年ごろまで歩道になじんでしまったら、それから車道走行に切り替えるのはかなりむずかしいのではないのでしょうか。なにしろ、小学校高学年から中学生といえ、親の言うことなど耳に入りにくい、また、一緒に行動することも少なくなる時期です。だとしたら、「自転車は本来、車道」ということを言って聞かせ、実際に車道に慣れることができるようにするのはもう少し小さいときからのほうがいいのではないかと。

保育園の保護者などに協力してもらって実施したアンケートでも、「ルールは知っている、でも守れない」「危なすぎて車道は走れない」「子どもに自転車を練習させる場所がない」……。保護者の立場からの困りごとがいろいろと寄せられました。

小学生の交通事故についての警視庁の統計も驚きでした。2015 年上半期のデータでは、東京都における自転車乗用中の事故 531 件のうち、子どもの側に交通違反がないにもかかわらず事故に遭っているケースが 51.4% もあります。歩行中の子どもの事故にいたっては 56.7% に違反がありません。これでは、いくらしっかりとルールを教え、子どもがそれを遵守したとしても、子どもの交通事故は半分以下には減らないということになります。だとしたら、自転車の交通ルールや子どもの特性について学ぶ必要があるのは、クルマの側も同様でしょう。加えて、事故の起こりにくい道路のあり方を考えるべき時なのではないかと思えます。

ゆっくり走る自転車も安全な街に

自転車は免許もいらず、お金をかけずに移動でき、CO₂ も出さないエコな乗り物です。小回りがきき、立ち寄りや駐車もしやすく、子育てにはなくてはならない相棒のように私は感じています。

また、子どもにとっての自転車とは、自分の力でどこまでも行ける自由を最初に味わうもの。親からの自

立の第一歩を象徴するような乗り物とも思えます。疋田さんも巻末のエッセイで書いてくださったように、バーチャルでなく現実の世界で体験できるわくわく心躍る冒険であり、通学の足であったり、コミュニケーションのツールでもあり、スポーツやレジャーとしての魅力にも満ちています。

そうした自転車が走る道路は、現実にはあまり良好な環境とはいえません。幸い、クルマから自転車への乗り換えが提案されたり、自転車レーンや駐輪場が整備されたり、自転車のために限らず、だれもが心地よく暮らし移動するために、生活道路でのクルマのスピードや通行量を制限するなどの交通環境改善の取り組みは少しずつ広がっています。

東日本大震災・原発災害を経て、これからの時代は、自然環境に配慮し、より弱い立場の人を中心に社会全体をデザインし直していく時なのだと思われ、あらためて気づかされました。子乗せ自転車や子ども、高齢者などの「ぼちぼち自転車」の存在も、今後もっと配慮されていくといいなと思います。そのためにも、自転車ワークショップでは、交通ルールなどを学ぶと同時に、子どもをもつ人からの道路や交通環境についての夢や要望を集めていきたいと考えています。

【補記】

- ・ 親向けの自転車の勉強会に、2013年から活動する「おやこじてんしゃプロジェクト」があります。このプロジェクトを立ち上げた北方真起さんには、『おやこで自転車はじめてブック』にもコラムを寄稿していただきました。関東・関西の各地で実施されていますので、ご興味のある方はぜひホームページをご参照ください (<http://bike.powerwomenplus.jp>)。
- ・ 警視庁の子どもの交通事故発生状況については、警視庁のホームページの「なくそう子どもの交通事故!!」から見ることができます。 (<http://www.keishicho.metro.tokyo.jp/kotu/kodomo/kodomo01.htm>)
- ・ ぼちぼち自転車くらぶ Facebook 公開ページでは、本書と自転車をめぐるあれこれについて発信しています。 (<https://www.facebook.com/bochibochijitensya>)