

# 千代田区自転車活用推進計画(概要版)



令和8年3月

# 1. 計画の方向性



## 1.1 計画の位置づけ

本計画は、自転車活用推進法に基づき、国や都の自転車活用推進計画を勘案し、区の実情に応じた自転車の活用推進に関する施策を定めるものです。また、本計画は、自転車走行空間を面的に整備するための「千代田区自転車ネットワーク計画」を包含しています。本計画の各種施策を横断的に推進していくことで、区内の自転車利用者が安全・安心かつ快適に走行できるまちを目指します。

## 1.2 計画の区域、計画期間、計画の将来像

**計画の期間** 令和8年度～令和17年度

**将来像**

誰もが安全で快適に楽しく自転車を利用することができる「自転車先進都市」の実現

**計画の区域** 千代田区全域

### <個別方針>

### <実施すべき施策>

<b>自転車を正しく 利用することによる 安全・安心な移動 の実現</b>	(1) 交通安全教育や体験会等の実施	1) 各ライフステージに応じた効果的な安全教育の取り組み 2) 新たなモビリティ利用者向けの新規取り組み
	(2) 自転車安全利用の周知（交通ルール、ヘルメット着用）	1) 各ライフステージに配慮した効果的な周知・啓発 2) 年間登録制利用者への交通ルール等の周知
	(3) 自動車ドライバーへの周知・啓発	1) 自転車に関するルールの周知や路上駐車抑制に向けた啓発
	(4) 自転車損害賠償保険の加入の促進	1) 自転車損害賠償保険への加入数の増加に向けた周知・啓発
	(5) 自転車指導啓発重点地区・路線における安全対策	—
	(6) 災害時における自転車活用の推進	—
<b>多様な交通モード と自転車を切れ目 なく快適につなぐ 交通環境の整備</b>	(7) 自転車走行空間の整備	1) 車道通行を原則とした自転車走行空間の整備 2) 路上駐停車需要を考慮した自転車走行空間の整備
	(8) 既設駐輪場の利用促進	1) 駐輪場利用の案内・誘導サインなどの整備の促進 2) 定期利用駐輪場のデータ活用による利用効率化
	(9) 新たな駐輪場の利用促進・支援	1) 区有地での駐輪場の設置 2) 民有地での駐輪場の設置 3) 鉄道事業者用地を活用した駐輪場の設置 4) 道路空間を活用した路上駐輪場の整備
	(10) 放置自転車対策の強化	1) 放置自転車の削減に向けた啓発 2) 放置禁止区域の拡大
	(11) 交通モード間をシームレスに移動できる利用環境の整備・周知	1) シェアサイクルポートの整備 2) 交通結節点の整備 3) 自転車利用の有用性の周知
<b>楽しく健康的に 移動できる 自転車活用の促進</b>	(12) 子育て世代の移動手段の充実	1) チャイルドシート付きシェアサイクルの普及・促進
	(13) 自転車利用者向けの環境整備	1) 周遊を促す情報の周知・PR 2) 皇居一周の自転車走行環境の整備
	(14) 観光イベント等を活用した回遊促進	1) 観光イベント等における自転車活用の促進
	(15) 健康増進に資するサイクリング需要の創出	1) サイクリング需要を喚起させる情報の周知
	(16) 移動を支援するモビリティの周知・体験	1) 特定小型原動機付自転車の周知及び体験会の実施
	(17) 自転車通勤の促進	1) 自転車通勤制度導入企業の拡大

# 2. 施策の内容



## 方針1 自転車を正しく利用することによる安全・安心な移動の実現

### 施策1-1：自転車等利用者を対象とした交通ルール等の周知

区民及び来訪者の自転車の交通ルールについて、認知率と遵守率に大きな乖離があることから、自転車及び新たなモビリティ利用者に対する交通安全教育や体験会等を自転車関係事業者や特定小型原動機付自転車関係事業者、警察等と協力しながら実施していきます。

また、未就学児から高齢者までの各ライフステージで求められる効果的な教育内容・実施方法等を検討し、基本的な交通ルールの教育に留まらず自転車走行空間の正しい通行方法などの内容を充実させた交通安全教育を進めていきます。



自転車安全シミュレータ体験



交通安全クイズ、VR体験

図 再生自転車販売抽選会(令和6年6月)での交通安全教育の状況

表 利用実態、心身機能の発達状況に伴う事故実態

	未就学児 (～6歳)	小学生		中学生	高校生	成人	高齢者
		1～3年生	4～6年生				
利用実態	自転車に乗り始める/ 利用頻度の増加	行動範囲が拡大				通勤や仕事での 利用	生活目的での 利用(買い物・通院)
	保護者と同乗/ 保護者と一緒に運転			通学目的での利用	電動アシスト 車や幼児同乗 車の利用増		
心身機能の 発達	運動・ 知覚	未熟					加齢に伴い 変化
	認知	未熟(徐々に成熟)					加齢に伴い 変化
	態度・ 安全	加齢に従い、社会性、感情、パーソナリティ、道徳性による影響を受ける					
事故実態	共通	事故類型別では「出会い頭」が最多/法令違反別では「安全運転義務違反」が最多					
	特徴	「安全運転義務違反」の要因 として「安全不確認」が増加	「安全運転義務違反」の要因として「動静不注視」が増加			自転車乗用中死傷者数が 急激に増加 対歩行者の死亡・重傷事故 が急激に増加 携帯電話使用等に起因する 事故が増加	飲酒事故 の増加

出典：自転車の安全教育ガイドライン（自転車の交通安全教育の充実化に向けた官民連携協議会）

#### 【各ライフステージに応じた教育内容の一例】

- 未就学児：まっすぐ走る、止まりたい場所で止まる等の自転車の基本的な技能を教育
- 小学生：乗り方に関する交通ルール（通行場所、通行方法等）を教育
- 中高生：事故に遭わないための交通ルールを教育
- 成人：危険な行為の禁止を促す教育（酒気帯び運転、携帯電話使用等）
- 高齢者：加齢に伴う運動性能の低下が引き起こす事故への備えを教育

## 2. 施策の内容



### 方針1 自転車を正しく利用することによる安全・安心な移動の実現

#### 施策1-1：自転車等利用者を対象とした交通ルール等の周知（続き）

自転車等利用者向けには、交通安全ルール・マナーやヘルメット着用の重要性、自転車損害賠償保険加入の重要性等について周知・啓発を行い、様々な年代、各ライフステージに配慮した効果的な周知の徹底を図ります。

自動車ドライバー向けには、自転車走行空間のルールの周知や自転車専用通行帯上の路上駐車抑制に向けた啓発を行います。

##### ■自転車安全利用の周知（交通ルール、ヘルメット着用）



図 取り組みイメージ（ルールテスト（ドコモ））  
出典：ドコモバイクシェア



図 千代田区交通傷害保険加入のチラシ



図 取り組みイメージ（啓発リーフレット（東京都））  
出典：東京都HP

##### ■自動車ドライバーへの周知・啓発の周知



図 ドライバー向け啓発チラシ  
出典：大田区HP

#### 施策1-2：自転車指導啓発重点地区・路線における安全対策

警視庁が定める「自転車指導啓発重点地区・路線」において、警察と連携した周知・啓発活動をしていきます。また、安全対策が必要な箇所については、路面表示による注意喚起等の対策を実施します。

#### 施策1-3：災害時における自転車活用の推進

区内の災害時における自転車を活用した復旧・復興に関する取り組みを実施します。災害時に公共交通機関が停止した際に、自転車を活用することで、復旧・復興が円滑に図れるようにします（被災箇所の巡視や避難所での移動手段の確保など）。

# 2. 施策の内容



## 方針2 多様な交通モードと自転車を切れ目なく快適につなぐ交通環境の整備

### 施策2-1：快適な自転車走行空間の整備

自転車の走行需要が高く、特に安全性の配慮が必要と考える路線を自転車ネットワーク路線として設定し、優先的に整備をしていきます。なお、自転車ネットワーク路線以外において、安全対策が必要と判断した箇所は、路面標示による注意喚起等を行います。

自転車専用通行帯の整備にあたり、路上駐停車の需要がある路線については、路上パーキングを併設した構造を検討します。

#### ■ 車道通行を原則とした自転車走行空間の整備

#### <パターン1> 自転車専用通行帯の右側に駐車マスを設置

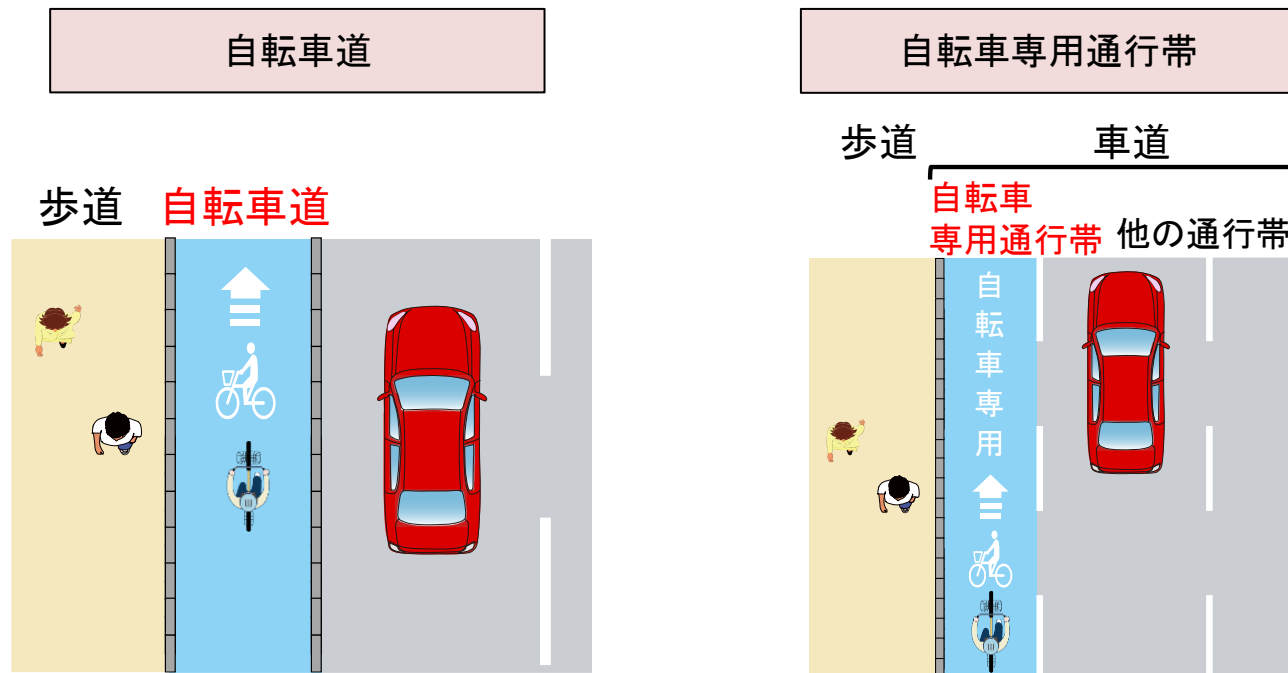


図 国道1号（港区白金1丁目～高輪台）の整備事例

#### <パターン2> 自転車専用通行帯の左側に駐車マスを設置

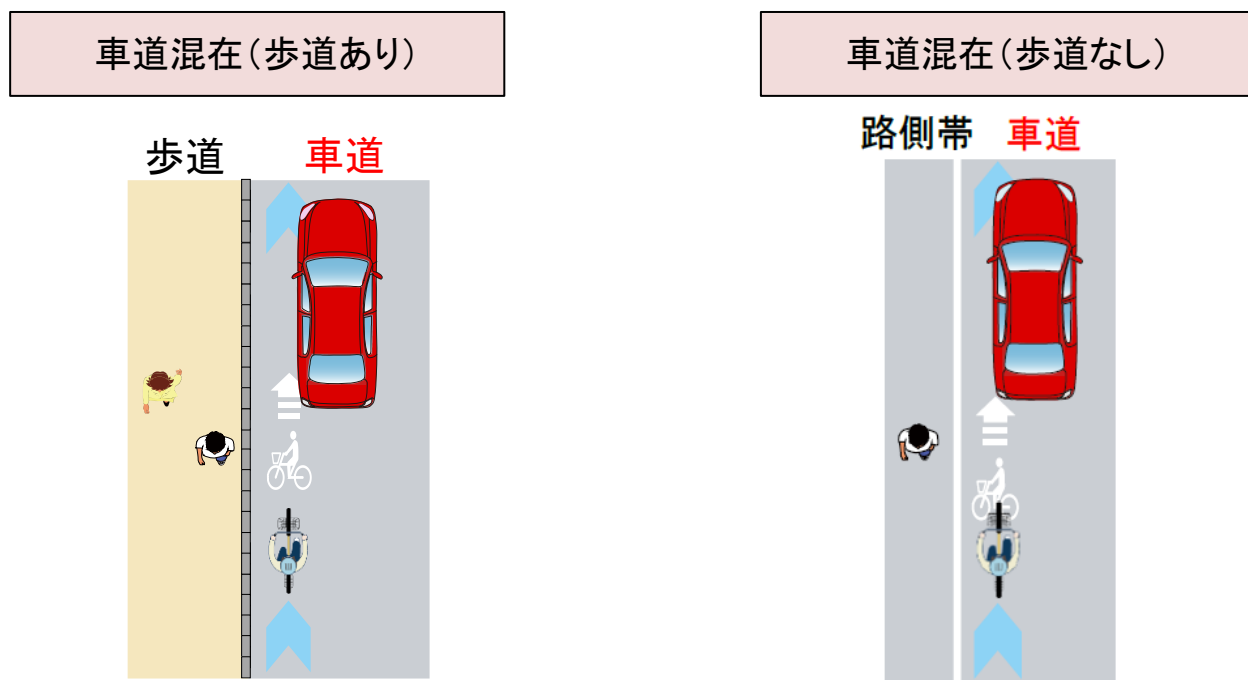


図 スタジアム通り整備事例

図 整備形態（自転車道、自転車専用通行帯、車道混在）

## 2. 施策の内容



### 方針2 多様な交通モードと自転車を切れ目なく快適につなぐ交通環境の整備

#### 施策2-2：駐輪需要を踏まえた駐輪環境の実現

区内の駐輪需要を踏まえた適正な台数及び配置となるよう、駐輪環境を整備していきます。整備にあたっては、周辺環境に配慮した配置やデザインなどの工夫をしていきます。また、チャイルドシート付き電動アシスト自転車や特定小型原動機付自転車など、多様な車種にも対応できる駐輪環境の実現を目指します。

##### ■ 駐輪場利用の案内・誘導サインなどの整備の促進

**秋葉原駅西側歩道橋下自転車駐輪場**

利用時間 24時間  
【一時利用】  
自転車 35台

所在地  
東京都千代田区外神田四丁目14番1号先

最寄駅  
秋葉原

時間利用 自転車  
満車



詳細を確認

図 駐輪場の情報を提供するホームページ

出典：千代田区自転車駐輪場 受付サイトHP

##### ■ 車道側からアクセスできる駐輪場の整備



図 歩道拡幅により駐輪場を整備した事例（名古屋市）

##### ■ 民有地での駐輪場の設置



駐輪場シェアサービス  
**みんちゅう**  
SHARE-LIN

ABOUT

「みんちゅうSHARE-LIN」は、完全成果報酬型の駐輪場・駐車場シェアサービスです。月極駐車場の空き車室などをコインパーキングのように、あらゆる車両のドライバーに貸し出しシェアする「みんなの駐輪場・駐車場」として割安料金で予約・利用してもらうことができます。

図 駐輪場シェアサービス「みんちゅうSHARE-LIN」

出典：みんちゅうSHARE-LIN HP

##### ■ 時間制限駐車区間（パーキング・メーター等）を駐輪スペースへ転用



図 路上駐車マスと同列にある駐輪スペース（サンフランシスコ市）

# 2. 施策の内容



## 方針2 多様な交通モードと自転車を切れ目なく快適につなぐ交通環境の整備

### 施策2-3：連続的でみんなが使える移動の実現

千代田区では、公共交通とシェアサイクルの円滑な乗り換えについては、十分な連携が取れていないため、自転車を介して誰もが快適に利用できる移動サービスの整備、連携方法等の周知を行います。

また、子育て世代の移動支援策として、チャイルドシート付自転車コミュニティサイクル実証実験を令和5年2月より実施しています。引き続き、貸出を継続しつつ、ポート数の新規設置も進めます。

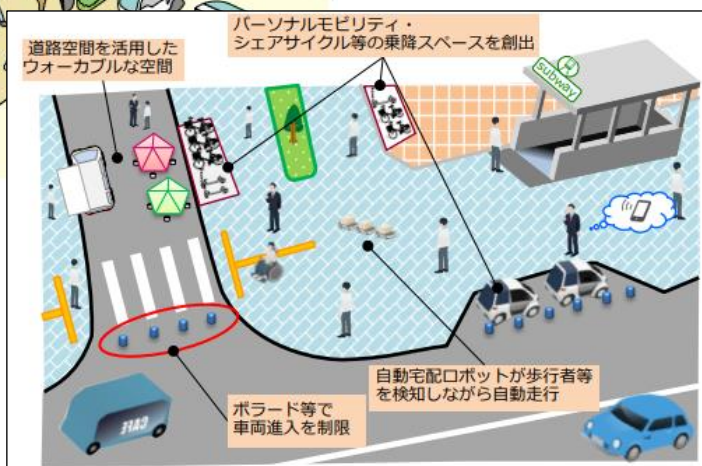
#### 交通モード間をシームレスに移動できる利用環境の整備・周知

#### 子育て世代の移動手段の充実

表 実証実験の概要



図 駅・まち・みち一体の次世代交通のイメージ  
出典：千代田区都市計画マスタープラン（令和3年5月）



図（参考）東京都が想定する駅前広場のない駅の将来イメージ  
出典：自動運転社会を見据えた都市づくりの在り方（令和4年3月）

運営事業者	OpenStreet株式会社「HELLO CYCLING」
開始日	令和5年2月1日
実施方法	区内に専用サイクルポートを設置し、コミュニティサイクル事業として実施
対象者	幼児(小学校就学の始期に達するまでの子ども)がいる方
サイクルポート	<ol style="list-style-type: none"> <li>東郷元帥記念公園:4ラック 所在地:三番町18</li> <li>神田駿河台下(神保町駅付近):4ラック 所在地:神田小川町3-8-2</li> <li>飯田橋駅東口第2自転車駐車場:6ラック 所在地:飯田橋3-11-30先</li> <li>水道橋駅自転車駐車場:2ラック 所在地:神田三崎町2-20先</li> </ol>
自転車	チャイルドシート付き電動アシスト自転車
料金	利用開始30分まで200円(税込み) 延長15分ごと100円(税込み) 12時間まで2,000円(税込み)



【写真】神田駿河台下

(注意) 貸出・返却は上記4か所の専用サイクルポートのみに限ります。



図 自転車利用が有利となる短・中距離のイメージ（千代田区役所⇔御茶ノ水駅）  
出典：©NTTインフラネット、Maxar Technologies.を基に作成



# 2. 施策の内容



## 方針3 楽しく健康的に移動できる自転車活用の促進

### 施策3-2：自転車を活用した健康づくりの促進

既存の地域のスポーツイベントの場や区のHP等を活用し、サイクリングが健康増進・体力づくりに寄与することを周知します。また、未経験者にもわかるように、自転車の運動量をメッツ表で他のスポーツの運動量に変換するなど、わかりやすい表現を合わせて検討します。

また、多種多様なモビリティの動向や有用性を区のHP等で発信し、様々な世代に特定小型原動機付自転車を体験できるイベントを実施し、区内事業所への参加を働きかけます。併せて、自転車通勤の促進に向けて、広報啓発を強化していきます。

#### ■サイクリング需要を喚起させる情報の周知 表 メッツ表

メッツ	3メッツ以上の運動の例
3.0	ボウリング、バレーボール、社交ダンス(ワルツ、サンバ、タンゴ)、ピラティス、太極拳、 <b>電動アシスト付き自転車に乗る</b>
3.5	自転車エルゴメーター(30~50ワット)、自体重を使った軽い筋力トレーニング(軽・中等度)、体操(家で、軽・中等度)、ゴルフ(手引きカートを使って)、カヌー
3.8	全身を使ったテレビゲーム(スポーツ・ダンス)
4.0	卓球、パワーヨガ、ラジオ体操第1、 <b>自転車に乗る(≒16km/時未満、通勤)</b>
4.3	やや速歩(平地、やや速めに=93m/分)、ゴルフ(クラブを担いで運ぶ)
4.5	テニス(ダブルス)、水中歩行(中等度)、ラジオ体操第2
4.8	水泳(ゆっくりとした背泳)
5.0	かなり速歩(平地、速く=107m/分)、野球、ソフトボール、サーフィン、バレエ(モダン、ジャズ)
5.3	水泳(ゆっくりとした平泳ぎ)、スキー、アクアビクス
5.5	バドミントン
6.0	ゆっくりとしたジョギング、ウェイトトレーニング(高強度、パワーリフティング、ボディビル)、バスケットボール、水泳(のんびり泳ぐ)
6.5	山を登る(0~4.1kgの荷物を持って)
6.8	自転車エルゴメーター(90~100ワット)
7.0	ジョギング、サッカー、スキー、スケート、ハンドボール

出典：厚生労働省メッツ表（令和5年8月）

#### ■移動を支援するモビリティの周知・体験



図 電動三輪車（特定小型原動機付自転車）



出典：モービルジャパン株式会社、BRJ株式会社

#### ■自転車通勤の促進

### 自転車通勤導入に関する手引き



令和6年7月  
自転車活用推進官民連携協議会

#### 2 自転車通勤制度導入のメリット

##### 2.2 従業員のメリット

##### (1) 通勤時間の短縮

○ 自転車は近・中距離での通勤時間の短縮に効果的であり、定時性にも優れています

自転車は渋滞に関係なく、鉄道の待ち時間や駐車場を探す時間も必要ないことから、一定の距離以内では最も所要時間が短く、定時性に優れていることから、近・中距離での通勤時間の短縮や定時性の確保に効果的です。

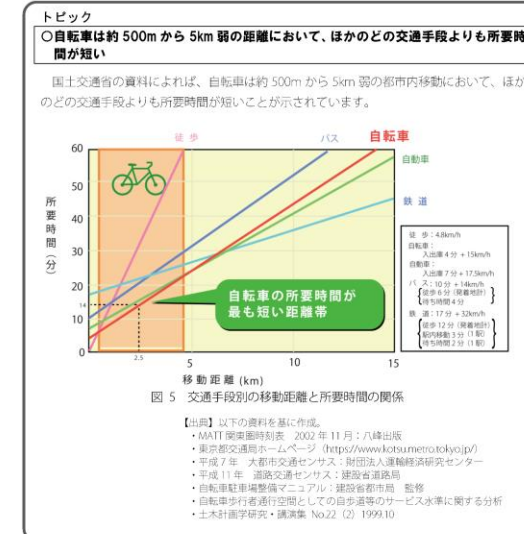


図 自転車通勤導入に関する手引き抜粋（令和6年7月）

出典：自転車活用推進官民連携協議会（令和6年7月）

# 3. 千代田区自転車ネットワーク計画



## 3.1 計画の位置づけ

千代田区自転車ネットワーク計画は、区内の自転車利用者が安全・安心かつ快適に走行できる空間をネットワーク化していくための計画です。また、当該計画は、「自転車活用推進計画の各種施策と連携を図りながら横断的に推進していく」として位置づけています。

## 3.2 計画概要

### (1) 計画の区域、計画期間

**計画の期間** 令和8年度～令和17年度

**計画の区域** 千代田区全域

### (2) 自転車ネットワーク路線の選定

自転車ネットワーク路線は、国のガイドラインを参考に、自転車走行需要が高い区間、または特に安全性での配慮が必要と考える区間など指標1～7にて候補路線を抽出した上で、ネットワーク密度や幅員等の道路状況を踏まえて選定しました。

#### <候補路線>

- 【指標1】幹線道路、地区内主要道路
- 【指標2】回遊を促す立寄り拠点間を繋ぐ道路
- 【指標3】幹線道路から生活利用が想定される施設までのアクセス道路
- 【指標4】通学路指定のある道路
- 【指標5】自転車×歩行者事故が発生している区道
- 【指標6】車道の自転車走行空間が整備されている区間
- 【指標7】シェアサイクルの利用が多い道路

### (3) 整備形態の選定

千代田区における自転車ネットワーク路線の整備形態は、国のガイドラインを基本としつつ千代田区の交通状況・規制状況・地域特性等を踏まえ、地元住民や事業者、警察等とも協議の上、選定します。



<自転車道（神奈川県川崎市）> <自転車専用通行帯（千代田区）> <車道混在（千代田区）>

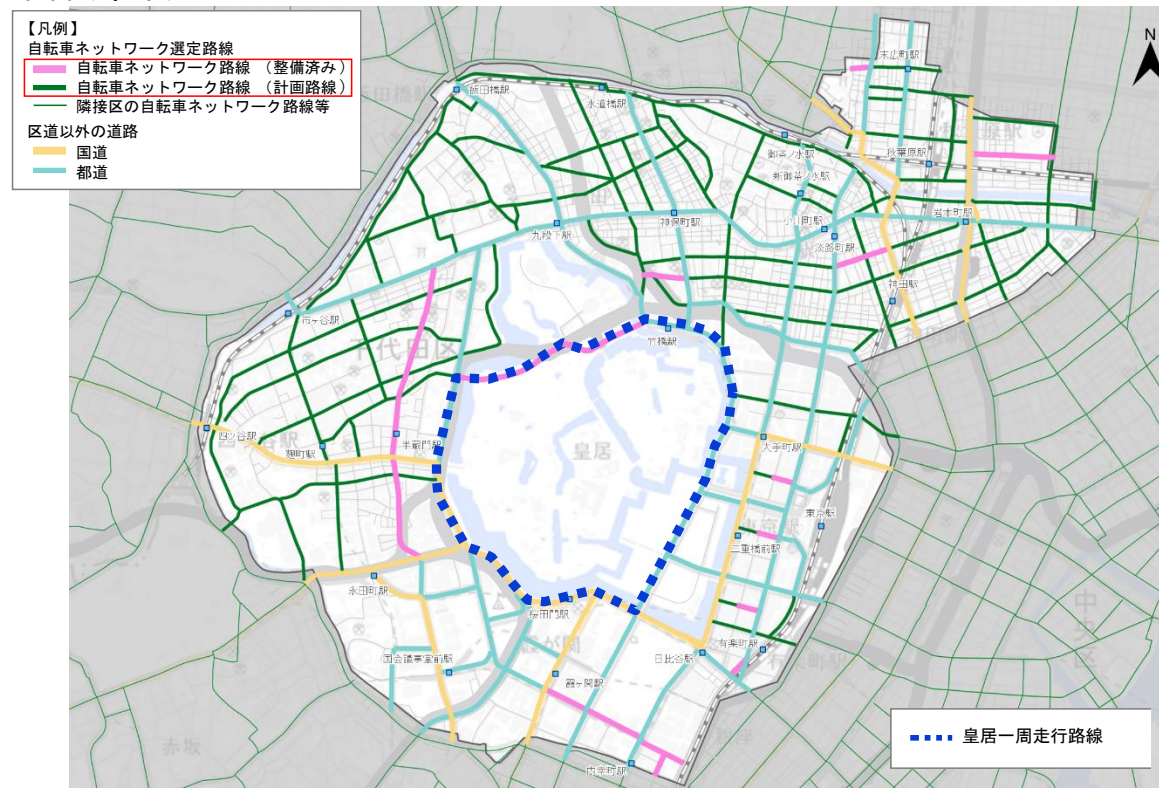
### (4) 整備優先度の設定

計画期間内で、計画的・効率的に自転車ネットワーク路線の整備を図るため、整備の優先度をつけ、高い区間からの整備を進めていきます。

#### <整備優先度の考え方>

優先度	整備期間	観点	考え方
高い ↓	前期（令和8年度～令和12年度）	安全性、走行需要	・通学路指定のある道路 ・自転車×歩行者事故が発生している区道 ・自転車利用が多い区間
		連続性	車道の自転車走行空間が整備されている区間
低い	後期（令和13年度～令和17年度）	-	上記以外の自転車ネットワーク路線

#### <自転車ネットワーク路線>



### (5) 計画目標の設定

区道の自転車ネットワーク路線（計画路線）である35.2kmについて、本計画の計画期間令和8年度～令和17年度の10年間で整備を順次進めていきます。

### (6) フォローアップおよび見直しの設定

令和6年度に調査した4箇所の交差点をフォローアップ箇所と設定し、定期的に観測することで評価を行います。（対象箇所：外神田5丁目交差点、駿河台下交差点、(仮称)飯田橋駅前交番東交差点、一番町交差点）

# 4. 推進体制、計画のフォローアップ及び見直し



## 4.1 推進体制

計画に位置づけられた取り組みを推進するため、千代田区、国、東京都、企業、区民等がそれぞれの役割を認識し、相互に連携して、「誰もが安全で快適に楽しく自転車を利用することができる「自転車先進都市」の実現」に向けて取り組んでいきます。

## 4.2 計画のフォローアップ及び見直し

10カ年の計画の見直し方法として、中間年である令和12年度に計画の見直しを必要に応じて行います。その際、計画の進捗状況や下記指標の達成状況についてフォローアップを行い、その結果を踏まえ、各施策の評価・改善を図ります。

個別方針	施策	指標	現況値	目標値 (10年後)	
<b>方針1</b> 移動の実現 自転車を利用することによる安全・安心な移動の実現	1-1:自転車等利用者を対象とした交通ルール等の周知 1-2:自転車指導啓発重点地区・路線における安全対策 1-3:災害時における自転車活用の推進	車道通行割合	57%	80%	
		ヘルメット着用率	12%	50%	
		自転車関連事故件数	177件	120件	
		ルールの順守率	原則車道通行	56% (8項目平均)	80% (8項目平均)
			車道左側通行		
			歩道は歩行者優先		
			車道走行時は車道の信号機に従う		
一時停止標識に従う					
飲酒運転禁止					
携帯電話使用禁止					
イヤホン使用禁止					
<b>方針2</b> 交通環境の整備 快適な自転車走行空間の整備	2-1:快適な自転車走行空間の整備 2-2:駐輪需要を踏まえた駐輪環境の実現 2-3:連続的でみんなが使える移動の実現	自転車ネットワーク路線の整備延長	4.8km	35.2km	
		車道走行環境の満足度(区民)	24%	50%	
		自転車駐車場の設置	32箇所	48箇所	
		駅周辺の放置自転車台数	ちよくる	1,578台	900台
			シェアサイクルポートの設置	102箇所	110箇所
		チャイルドシート付きシェアサイクル	4箇所	10箇所	
		駐輪環境の満足度	15.9%	50%	
<b>方針3</b> 促進 自転車活用を促進	3-1:区内の自転車回遊の促進 3-2:自転車を活用した健康づくりの促進	自転車利用環境の満足度(来訪者)	29%	50%	
		通勤目的の自転車の分担率 (自転車のみ、自転車+鉄道の合計値)	10%	20%	

---

千代田区自転車活用推進計画(概要版)

令和8年3月

編集・発行 千代田区環境まちづくり部環境まちづくり総務課

〒102-8688

東京都千代田区九段南1-2-1

電話番号 03-3264-2111(代表)

---