

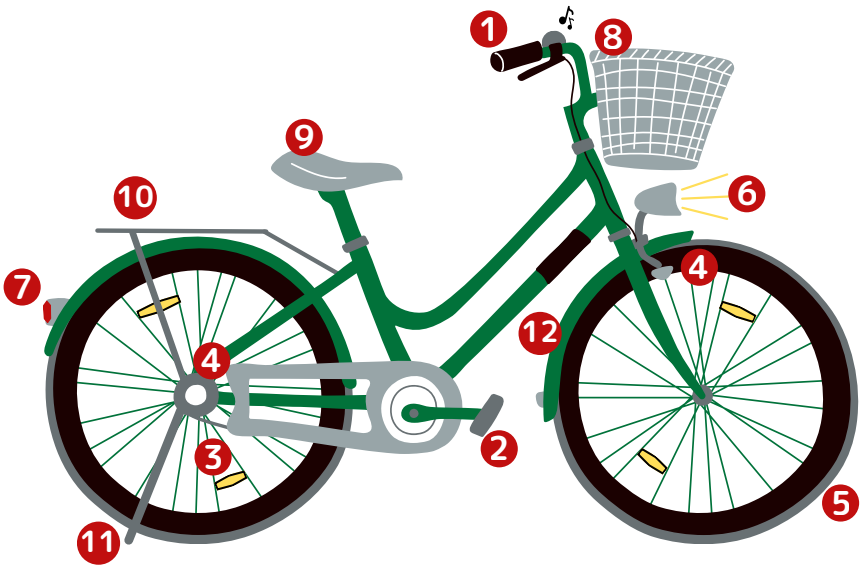
คู่มือความปลอดภัยบนท้องถนน สำหรับผู้ใช้จักรยาน

ปรับปรุงข้อมูลล่าสุด เดือนเมษายน 2026

อ้างอิงข้อมูลจากเว็บไซต์ของกรมตำรวจนครบาล กรมตำรวจจังหวัดฮอกไกโด และกระทรวงที่ดิน โครงสร้างพื้นฐาน การขนส่ง และการท่องเที่ยว

การตรวจสภาพจักรยาน

ตรวจสอบส่วนต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ก่อนขี่จักรยานและซ่อมส่วนที่มีปัญหาทันที





สำหรับผู้ที่ไม่ได้ใช้จักรยานในช่วงฤดูหนาว
อย่าลืมตรวจสภาพจักรยานให้ดีเป็นพิเศษ!

1. แฮนด์จับจักรยานถูกปรับให้ตรงกับล้อหน้า
2. แป้นเหยียบจักรยานไม่หลวมหรือบิดเบี้ยว
3. โซ่จักรยานไม่หลวมหรือเป็นสนิม และหมุนได้ราบรื่น
4. เบรคจักรยานด้านหน้าและด้านหลังใช้งานได้ดี
5. ยางจักรยานถูกเติมลมเพียงพอและไม่สึกหรอ
6. ไฟจักรยานด้านหน้าสว่างเมื่อเปิดใช้งาน
7. มีไฟท้ายที่ใช้งานได้และมีแผ่นสะท้อนแสงที่ด้านหลังและด้านข้าง
8. ชิ้นส่วนจักรยานอื่น ๆ ทั้งหมดได้รับการประกอบอย่างถูกต้องและอยู่ในสภาพที่ดี
9. ที่นั่งยึดแน่นในระดับความสูงที่เท้าทั้งสองข้างสามารถสัมผัสพื้นได้
10. โครงรับน้ำหนักจักรยานยึดติดแน่นและไม่เสียหาย
11. ขาตั้งจักรยานสามารถตั้งตรงและขยับได้ง่าย ไม่โยกเยก
12. บังโคลนจักรยานยึดติดแน่นในตำแหน่งที่ถูกต้อง

⚠ **จักรยานที่มีสภาพไม่ดี:**
ค่าปรับ: 5,000 เยน โทษทางอาญา: ค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 50,000 เยน



“กฎ 5 ข้อในการใช้จักรยานอย่างปลอดภัย”

1 ผู้ใช้จักรยานควรอยู่บนถนนและใช้ทางเท้าเฉพาะในกรณีพิเศษเท่านั้น



- จักรยานถือเป็นยานพาหนะ ดังนั้นตามหลักการแล้ว ผู้ใช้จักรยานควรอยู่บนถนน
  ⚠ **ค่าปรับ:** 6,000 เยน
  โทษทางอาญา: จำคุกไม่เกิน 3 เดือน หรือค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 50,000 เยน
- ผู้ใช้จักรยานควรขี่ชิดเลนซ้ายของถนน
  ⚠ **ค่าปรับ:** 6,000 เยน
  โทษทางอาญา: จำคุกไม่เกิน 3 เดือน หรือค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 50,000 เยน
- ผู้ใช้จักรยานสามารถขี่บนทางเท้าได้เป็นข้อยกเว้นในกรณีดังต่อไปนี้
  - เมื่อมีป้ายบนทางเท้าระบุว่า “อนุญาตให้ใช้จักรยานได้”
  - เมื่อผู้ใช้จักรยานเป็นเด็กอายุต่ำกว่า 13 ปี ผู้สูงอายุที่อายุมากกว่า 70 ปี หรือผู้พิการทางร่างกาย
  - เมื่อมีถนนแคบ มีการก่อสร้างถนน มีรถจอดเรียงราย หรือมีสถานการณ์พิเศษอื่น ๆ ที่ทำให้ขับขี่จักรยานบนถนนเลนซ้ายได้ยากลำบาก

  ⚠ **ค่าปรับ:** 3,000 เยน
  โทษทางอาญา: ค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 20,000 เยน หรือค่าปรับเล็กน้อย



- คนเดินเท้ามีสิทธิ์เดินบนทางเท้า ดังนั้นผู้ใช้จักรยานควรลดความเร็วเมื่อขับขี่ผ่านคนเดินเท้าและขับชิดทางที่ใกล้ถนนที่สุด หากคุณเสี่ยงที่จะกีดขวางทางเดินของคนเดินเท้า โปรดหยุดจักรยานทันที

  ⚠ **ค่าปรับ:** 3,000 เยน **โทษทางอาญา:** ค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 20,000 เยน หรือค่าปรับเล็กน้อย

2 เมื่อถึงทางแยก ผู้ใช้จักรยานควรปฏิบัติตามสัญญาณไฟจราจรและป้ายหยุด และตรวจสอบความปลอดภัยให้ดี



- ผู้ใช้จักรยานควรปฏิบัติตามสัญญาณไฟจราจรเมื่อขี่จักรยานบนถนน
  ⚠ **ค่าปรับ:** 6,000 เยน
  โทษทางอาญา: จำคุกไม่เกิน 3 เดือน หรือค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 50,000 เยน
- เมื่อถึงทางแยก หยุดรถจักรยานให้สนิท และมองทางทั้งสองฝั่ง
  ⚠ **ค่าปรับ:** 5,000 เยน
  โทษทางอาญา: จำคุกไม่เกิน 3 เดือน หรือค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 50,000 เยน

3 เปิดไฟด้านหน้าเมื่อขี่จักรยานในเวลากลางคืน



- ขี่จักรยานในเวลากลางคืนโดยเปิดไฟด้านหน้าและติดแผ่นสะท้อนแสง
  ⚠ **ค่าปรับ:** 5,000 เยน
  โทษทางอาญา: ค่าปรับทางอาญาสูงสุด 50,000 เยน

4 ห้ามขี่จักรยานขณะเมาสุรา



- เช่นเดียวกับการขับขี่รถยนต์ ผู้ใช้จักรยานห้ามขี่จักรยานขณะเมาสุรา
  ⚠ **โทษทางอาญา:** จำคุกไม่เกิน 5 ปี หรือค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 1 ล้านเยน (สำหรับการขับขี่ขณะมึนเมา)

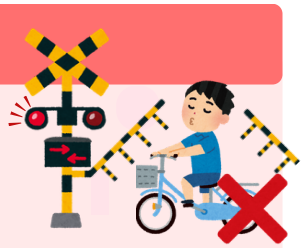
5 สวมหมวกกันน็อค



การสวมหมวกกันน็อคได้กลายเป็นข้อบังคับที่ถูกผลักดันเพื่อให้ผู้ใช้จักรยานทุกคนต้องสวมหมวกกันน็อค โดยไม่ใช่แค่ทารกและเด็กเท่านั้น ผู้ปกครองจะต้องตรวจสอบให้แน่ใจว่าเด็กหรือทารกของตนสวมหมวกกันน็อคเมื่อขี่จักรยาน

ข้อห้ามขณะใช้จักรยาน

การเข้าผ่านทางข้ามทางรถไฟที่ใช้งานอยู่



ห้ามเข้าไปในทางข้ามทางรถไฟขณะที่เครื่องกั้นกำลังปิดหรือสัญญาณเตือนภัยดังขึ้น

⚠ **ค่าปรับ:** 7,000 เยน
โทษทางอาญา: จำคุกไม่เกิน 3 เดือน หรือค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 50,000 เยน

การใช้จักรยานที่มีเบรคชำรุด (หรือไม่มีเลย)



ห้ามใช้จักรยานที่ไม่มีเบรคทั้งล้อหน้าและล้อหลัง

⚠ **ค่าปรับ:** 5,000 เยน
โทษทางอาญา: ค่าปรับทางอาญาสูงสุด 50,000 เยน

การถือร่มขณะปั่นจักรยาน



ห้ามถือสิ่งของใด ๆ ขณะปั่นจักรยาน เช่น ร่ม ที่อาจบดบังการมองเห็นหรือทำให้เสียการทรงตัว

⚠ **ค่าปรับ:** 5,000 เยน
โทษทางอาญา: ค่าปรับทางอาญาสูงสุด 50,000 เยน

การใช้โทรศัพท์มือถือขณะปั่นจักรยาน



ห้ามถือโทรศัพท์มือถือ คุยโทรศัพท์ หรือส่งข้อความ ขณะปั่นจักรยาน

⚠ **ค่าปรับ:** 12,000 เยน
โทษทางอาญา: จำคุกไม่เกิน 6 เดือน หรือค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 100,000 เยน

การใช้หูฟังขณะปั่นจักรยาน



ห้ามฟังเพลงขณะปั่นจักรยานโดยใช้หูฟังหรืออุปกรณ์อื่น ๆ
ที่ทำให้ไม่ได้ยินเสียงรอบข้างซึ่งจำเป็นต่อการขับขี่อย่างปลอดภัย

⚠ **ค่าปรับ:** 6,000 เยน
โทษทางอาญา: ค่าปรับทางอาญาสูงสุด 50,000 เยน

การปั่นจักรยานเคียงข้างกัน



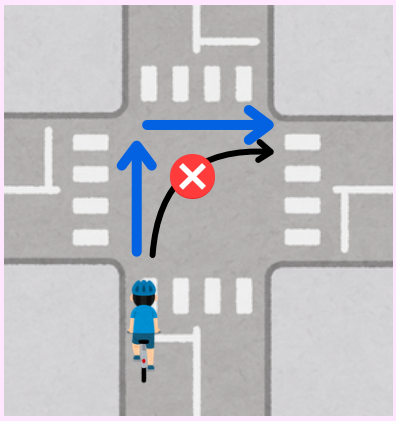
ห้ามปั่นจักรยานเคียงข้างกับจักรยานคันอื่น

⚠ **ค่าปรับ:** 3,000 เยน
โทษทางอาญา: ค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 20,000 เยน หรือค่าปรับเล็กน้อย

กฎจราจร

การเลี้ยวขวาที่ทางแยก

หากไม่มีสัญญาณไฟจราจร คุณต้องขับชิดขอบถนนด้านซ้ายให้มากที่สุด ขับตรงไปยังอีกฝั่งของทางแยก และลดความเร็วให้เพียงพอก่อนเลี้ยว



⚠ **ค่าปรับ:** 3,000 เยน
โทษทางอาญา: ค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 20,000 เยน หรือค่าปรับเล็กน้อย

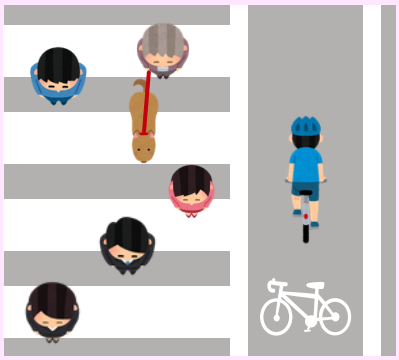
การเลี้ยวขวาแบบสองขั้นตอน

เมื่อเลี้ยวขวาที่ทางแยกที่มีสัญญาณไฟจราจร คุณต้องตรงไปข้างหน้าขณะที่ไฟเขียว หยุดตรงนั้น แล้วหันจักรยานไปทางขวา จากนั้นจึงขับต่อไปเมื่อไฟข้างหน้าเปลี่ยนเป็นสีเขียว

⚠ **ค่าปรับ:** 6,000 เยน
โทษทางอาญา: จำคุกไม่เกิน 3 เดือน หรือค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 50,000 เยน

การข้ามถนน

เมื่อข้ามถนน หากมี**ทางข้ามสำหรับจักรยาน**อยู่ใกล้ ๆ คุณต้องใช้ข้ามสำหรับจักรยานนั้น อีกทั้ง หากมีทางข้ามสำหรับจักรยานที่ทางแยก คุณต้องใช้ทางข้ามนั้น



กรณีที่ไม่มีทางข้ามสำหรับจักรยาน

ทางม้าลายมีไว้สำหรับคนเดินเท้า ดังนั้นหากไม่มีคนเดินเท้าอยู่บนทางม้าลายและคุณไม่น่าจะกีดขวางทางเดินของคนเดินเท้า คุณสามารถขี่จักรยานข้ามไปได้

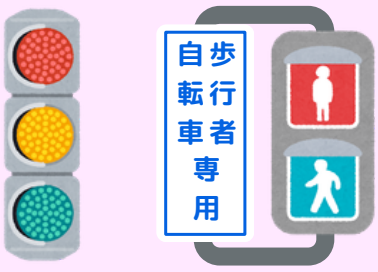
หากคุณเสี่ยงที่จะกีดขวางทางเดินของคนเดินเท้า โปรดลงจากจักรยานและเดินจูงจักรยานข้ามถนน



⚠ **ค่าปรับ:** 5,000 เยน
โทษทางอาญา: ค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 20,000 เยน หรือค่าปรับเล็กน้อย

สัญญาณไฟจราจรที่จักรยานต้องปฏิบัติตาม

คุณต้องปฏิบัติตามสัญญาณไฟจราจรที่อยู่ตรงหน้าคุณ อย่างไรก็ตาม หากคุณกำลังขี่จักรยานบนทางเท้า โปรดปฏิบัติตามสัญญาณไฟคนเดินเท้า ในกรณีที่มีสัญญาณไฟคนเดินเท้าที่ระบุว่า "เฉพาะคนเดินเท้าและจักรยาน" ผู้ขี่จักรยานที่เดินทางบนถนนก็ต้องปฏิบัติตามสัญญาณไฟคนเดินเท้าด้วยเช่นกัน

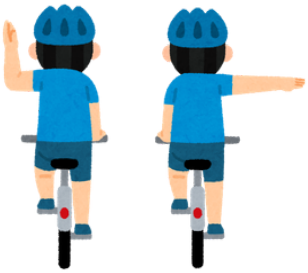


⚠ **ค่าปรับ:** 6,000 เยน
โทษทางอาญา: จำคุกไม่เกิน 3 เดือน หรือค่าปรับทางอาญาไม่เกิน 50,000 เยน

สัญญาณมือ

ผู้ขับขี่จักรยานต้องสื่อสารการเคลื่อนไหวที่ต้องการโดยใช้สัญญาณมือ และต้องคงสัญญาณมือไว้จนกว่าการเคลื่อนไหวนั้นจะเสร็จสิ้น โปรดดูสัญญาณมือที่ใช้ในการสื่อสารการเลี้ยวขวาและซ้าย การกลับรถ ลดความเร็ว และการหยุดรถได้ทางด้านล่างนี้

⚠ **ค่าปรับ:** 5,000 เยน
โทษทางอาญา: ค่าปรับทางอาญาสูงสุด 50,000 เยน



- การเลี้ยวขวา
- การเปลี่ยนเลนไปทางขวา
- การยูเทิร์นกลับรถทางขวา



- การเลี้ยวซ้าย
- การเปลี่ยนเลนไปทางซ้าย
- การยูเทิร์นกลับรถทางซ้าย



- การลดความเร็ว
- การหยุดรถ



สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับระบบใบสั่งสีฟ้าและข้อบังคับอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการฝ่าฝืนพระราชบัญญัติจราจรทางบก โปรดดูเอกสารอ้างอิงต่อไปนี้

ระบบใบสั่งสีฟ้าจะเริ่มใช้กับจักรยานตั้งแต่วันที่ 1 เมษายน 2026!

ระบบใบสั่งสีฟ้าซึ่งก่อนหน้านี้ใช้เฉพาะกับรถยนต์และยานพาหนะประเภทเดียวกัน **จะเริ่มใช้กับจักรยาน**ตั้งแต่วันที่ 1 เมษายน 2026 เป็นต้นไป เพื่อสร้างความปลอดภัยและป้องกันอุบัติเหตุจากการขี่จักรยาน สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติม โปรดดูเอกสารแผ่นพับของสำนักงานตำรวจแห่งชาติ

https://www.hiecc.or.jp/soudan/info/detail.html?pid=6231532375324

บทลงโทษใหม่สำหรับการขี่จักรยานอย่างอันตราย!

ได้มีการกำหนดบทลงโทษใหม่สำหรับการขี่จักรยานอย่างอันตรายตั้งแต่วันที่ 1 พฤศจิกายน 2026 เป็นต้นไป เพื่อป้องกันอุบัติเหตุที่เกี่ยวข้องกับการขี่จักรยานซึ่งเกิดจากการใช้โทรศัพท์ขณะขี่จักรยาน หรือการขี่จักรยานขณะเมาสุรา สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติม โปรดดูเอกสารแผ่นพับที่จัดทำโดยกรมตำรวจนครบาล

www.hiecc.or.jp/soudan/info/detail.html?pid=8730062336999

ป้ายจราจร

ผู้ขับขี่จักรยานต้องปฏิบัติตามป้ายจราจรด้วยเช่นกัน โดยมีตัวอย่างป้ายจราจรที่เกี่ยวข้องกับจักรยานมีดังต่อไปนี้ สำหรับป้ายจราจรอื่น ๆ สามารถดูได้จากรายการของกระทรวงที่ดิน โครงสร้างพื้นฐาน การขนส่ง และการท่องเที่ยว



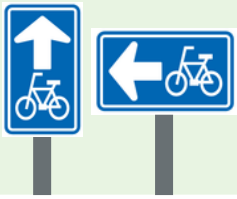
ห้ามจักรยานและรถจักรยานยนต์ขนาดเล็กบางประเภทผ่าน



เลนถนนสำหรับจักรยานทั่วไปเท่านั้น



สำหรับรถยนต์เท่านั้น



ถนนทางเดียวสำหรับจักรยานและรถจักรยานยนต์ขนาดเล็กบางประเภท



สำหรับจักรยานและรถจักรยานยนต์ขนาดเล็กบางประเภทเท่านั้น



อนุญาตให้ปั่นจักรยานเคียงข้างกันได้



สำหรับจักรยานทั่วไปและคนเดินเท้าเท่านั้น



ทางข้ามจักรยาน

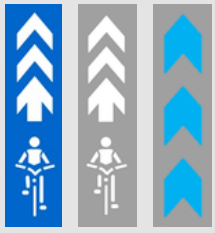


สำหรับคนเดินเท้าเท่านั้น



ทางข้ามคนเดินเท้าและจักรยาน

รายการป้ายจราจร (กระทรวงที่ดิน โครงสร้างพื้นฐาน การขนส่ง และการท่องเที่ยว)
https://www.mlit.go.jp/road/sign/sign/douro/ichiran.pdf



เครื่องหมายและเส้นบอกทางสำหรับจักรยาน

เครื่องหมายเหล่านี้แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนถึงพื้นที่ที่จักรยานควรสัญจรและทิศทางที่ควรไป โปรดขี่จักรยานไปในทิศทางเดียวกับลูกศร (ห้ามขี่ในทิศทางตรงกันข้าม)

เมื่อเกิดอุบัติเหตุทางจราจร



1 **หยุดใช้จักรยานทันที**

2 **ย้ายจักรยานไปที่บริเวณไหล่ทางเพื่อไม่ให้กีดขวางการจราจรอื่นๆ**



3 **แจ้ง “119” เพื่อเรียกรถพยาบาลหากมีคนได้รับบาดเจ็บ**

ให้ปฐมพยาบาล เช่น ห้ามเลือดด้วยผ้าเช็ดหน้าสะอาด ให้กำลังใจผู้บาดเจ็บ ฯลฯ จนกว่ารถพยาบาลจะมาถึง ห้ามเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บโดยไม่จำเป็น



4 **โทรแจ้งตำรวจโดยแจ้ง “110” ไม่ว่าจะมีคนได้รับบาดเจ็บหรือไม่**

อย่าออกจากที่เกิดเหตุจนกว่าตำรวจจะมาถึง ผู้ใช้จักรยานมีหน้าที่ต้องรายงานสถานการณ์อุบัติเหตุต่อเจ้าหน้าที่ตำรวจในฐานะผู้ขับขี่รถยนต์

การทำประกันอุบัติเหตุ

สำหรับผู้ที่ใช้จักรยาน อย่าลืมทำประกันอุบัติเหตุเผื่อกรณีที่เกิดอุบัติเหตุ

- ผู้ใช้จักรยานอาจต้องรับผิดชอบค่าเสียหายเป็นจำนวนมากหากเกิดอุบัติเหตุจากการขี่จักรยาน
- โปรดตรวจสอบประกันที่ทำไว้ว่าครอบคลุมไปถึงอุบัติเหตุจากจักรยานหรือไม่



วิธีป้องกันจักรยานถูกขโมย

1 **อย่าลืมล็อคจักรยานแม้จะจอดแค่ช่วงเวลาสั้นๆ!**

คนขโมยจักรยานต้องการขโมยจักรยานได้ภายในเวลาอันสั้น ดังนั้นการล็อคแบบ 2 ชั้นที่ใช้ลวดล็อคหรือตัวล็อครูปตัว U ควบคู่กับการใช้กุญแจล็อคจึงมีประสิทธิภาพในการป้องกันการโจรกรรมจักรยานที่ดีมาก

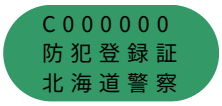


2 **อย่าประมาทแม้จะจอดจักรยานในลานจอดจักรยานก็ตาม ล็อคจักรยานไว้รอบๆ วัตถุที่มั่นคงให้แน่นที่สุดเท่าที่ทำได้!**



3 **อย่าลืมลงทะเบียนเพื่อป้องกันอาชญากรรม!**

การลงทะเบียนป้องกันอาชญากรรมมีส่วนสำคัญในการป้องกันการโจรกรรมและใช้ระบุตัวเจ้าของจักรยานที่ถูกทิ้งไว้ ดังนั้นอย่าลืมลงทะเบียนจักรยานของคุณเพื่อป้องกันการโจรกรรม



www.hiecc.or.jp/soudan support@hiecc.or.jp TEL: 011-200-9595 FAX: 011-221-7845