

令和5年度

交通スリム化キャンペーン



はだの

★実施期間★

令和5年 **11**月**1**日(水) ~ **8**日(水)

渋滞緩和

健康増進

CO₂削減

出費節約



普段のクルマの使い方を見直しして、
「できる日に、できることから」
次のことに取り組んでみよう！

- 徒歩や自転車、公共交通機関の活用
- 環境にやさしいエコドライブの実践

⇒ 具体的な取組例は裏面をご覧ください

はだの交通スリム化協力事業所懇談会
秦 野 市

●徒歩や自転車、公共交通機関の活用



マイカーの利用を見直そう

道路が混雑する朝夕の通勤時間帯。いつもの自家用車での移動ではなく、バスや電車を使ったり、歩いてみたりしてみませんか。また、混雑ピーク時間帯（午前8時～9時）を避ける時差通勤も効果的です。

通勤以外でも、マイカーでの移動をできるだけ控えるなど、毎日の行動を見直してみてください。どうしても車を使う必要がある用事は、まとめて回ったり、1台に乗り合わせてみたり、工夫してみるのも立派な「交通スリム化」です。

健康的な生活にもつながります

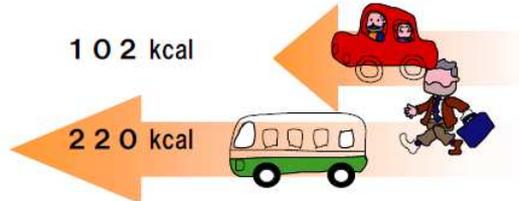
車中心の生活では、あまり体を動かさないため、なかなかカロリーが消費されません（右図参照）。少し時間がかかっても、公共交通機関や自転車、徒歩での移動を心掛けると、健康の維持にもつながります。

気分転換も兼ねて、まずは気軽に実践してみましょう。

◆「健康」のはなし

クルマの運転中は、あまりカロリーが消費されません。

1時間、クルマの代わりにバスを使えば、それだけで消費カロリーは2倍程度になります。



自動車：15km先の目的地を1時間で往復する場合

バス：バス停まで10分歩き、バスに20分乗り、バス停から10分歩いた場合（往復）

参考：厚生省「日本人の栄養所要量」



●エコドライバーが生み出す4つの幸せ（環境省エコドライバープロジェクトより転載）

お財布にやさしい。

エコドライバーになるだけで、**約10%の燃費が向上**すると言われています。

これをガソリンで考えてみましょう。

たとえば160円/ℓのガソリンも、あなたがエコドライバーになるだけで、**10%の節減、つまり144円/ℓで買っているのと同じこと**なのです。

巷の相場から10%OFFで買えるガソリンスタンドなんて、そうはないですよ！

エコドライバーは、信頼アップ！

過去に出会った劣悪ドライバー、その時思ったこと。

- ・「雑な運転をされると、私自身が雑に扱われている気がする」30代女性
- ・「パートナーが煽っているのを見て、彼の本性を見た気がした・・・」30代女性
- ・「運転中暴言を吐く妻を見てがっかりする」40代男性
- ・運転を通して、あなたの人間性がみられています。逆にいいいで気遣いのできる運転は、あなた自身の信頼につながるといえます。

エコドライバーが地球を救う。

現在日本では、自家用車による年間のCO2排出量は、1億1520万トン。もし日本中がエコドライバーになったら、その10%程度、**約1000万トンのCO2が削減**できると言われています。

それがどれだけスゴイのかというと、陸上ウサイン・ボルト選手の母国、ジャマイカ（2010年CO2排出量：約800万トン）の年間のCO2排出量と同程度なのです。みんながエコドライバーになれば、地球温暖化防止に役立つのですね。

世の中の安全を守っている。

家族や恋人、友人とのドライブは、とても楽しい時間。そんなとき、いちばん気をつけたいのが安全運転です。急ブレーキや急発進、車間距離を保つなど、日本中がエコドライバーになったら、**交通事故は約半分になる**と言われています。

令和4年の全国の交通事故発生件数は約30万件。つまり、このうち15万件近くは防げたことになるのです。安全運転をするパパやママは、子どもたちにとっても、ヒーローであること間違いなしですよ！

エコドライブには特別な知識も、高度な技術も必要ありません。大切なのは思いやる気持ちを常に持ち続けること。環境に、人に、優しい運転を積み重ねていくこと。たとえば、ふんわりアクセル、車間距離をあけた加速減速の少ない運転。減速時は早めにアクセルを離す等ちょっとした心がけを。

— エコ通勤の推奨に協力しています —

はだの交通スリム化協力事業所懇談会 加盟16社

(株)リンレイ 秦野事業所、(株)KMCT 秦野工場、スタンレー電気(株)秦野製作所、新晃工業(株)神奈川工場、(株)島津製作所 秦野工場、クアーズテック(株)秦野事業所、(株)トープラ、(株)ティラド 秦野製作所、(株)NITAN、京セラ(株)神奈川 秦野工場、日興電機工業(株)、(株)YDK テクノロジーズ 秦野事業所、UMC・Hエレクトロニクス(株)、(株)不二家 秦野工場、アズビル(株)秦野事業所、日産車体(株)秦野事業所