

はじめよう！  
環境にやさしい交通行動

# エコモビ

あいち エコ モビリティ ライフ

電車・バスで  
安全、スムーズに

自転車・徒歩で  
健康、爽快に

クルマは  
相乗り、  
エコドライブで

## ▼「エコ モビリティ ライフ」(エコモビ)とは▼

環境の「エコ」、移動の「モビリティ」、生活の「ライフ」をつなげた言葉で、クルマと公共交通、自転車、徒歩などをかきこく使い分けるライフスタイルをいいます。皆さん一人ひとりが、「エコモビ」を実践することにより、地球環境にやさしいだけでなく、安全で健康的な県民生活や、機能的で活力あるまちづくりの実現につながります。

毎月第1水曜日は「エコモビの日」です

まずは月に1日でも、「エコモビ」をはじめてみましょう！

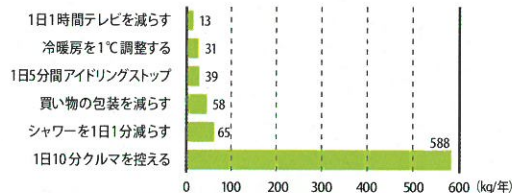
# エコモビ で、いいこと、いろいろ!

## CO<sub>2</sub>の削減

### 意外と大きな削減効果!

家庭から排出されるCO<sub>2</sub>の約4分の1がクルマによるものですが、例えば、1日10分クルマの利用を控えると、年間約588kgのCO<sub>2</sub>が削減できます。これは冷暖房を1度調整した場合のCO<sub>2</sub>削減量の約20倍にもなります。

■1世帯1年あたりのCO<sub>2</sub>削減量



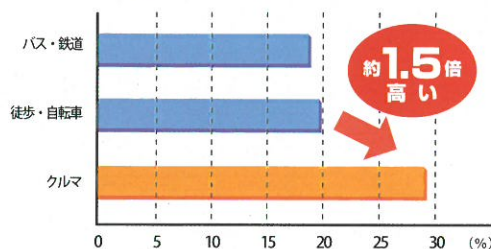
## 健康の増進

### 継続すればダイエットにも!

例えば、クルマで約25分の道のりを徒歩と電車で行く場合、**カロリー消費量は約2倍\***になります(3か月毎日往復して、脂肪約1kg分)。クルマで通勤する方は公共交通などで通勤する方比べて約1.5倍、肥満(BMI 25以上)の割合が高いというデータもあります。

※40歳代男性の場合、往復のカロリー消費量 70kcal⇒142kcal

■通勤手段と肥満率



## 安全・安心

### 交通事故リスクの軽減!

重大な交通事故を起こすリスクは案外高く、運転免許を持っている方の実に**3人に1人が一生のうちに人身事故を起こす**というデータがあります※。日頃から「エコモビ」を実践することは、こうしたリスクの軽減にもつながります。

※運転免許の保有期間を50年で計算



## 他にも

- ・渋滞の緩和
- ・公共交通の確保・維持
- ・活力のある地域づくりなど

# エコモビ こんなとき、どうする?

## バスの路線はどう調べればいいの?

「愛知県公共交通情報サイト」が便利です!

目的地への行き方を調べるには、経路検索サイトが便利ですが、バスによっては検索できない場合があります。「愛知県公共交通情報サイト」では、県内の公共交通を網羅しており、利用者が検索しやすいよう分かりやすく掲載しています。バス事業者ごとに、対応している経路検索サイトの情報も掲載しています。

<http://www.pref.aichi.jp/kotsu/johosite/>



## バスがいつ来るのか、わからない?

「バスロケ」ならバスの遅れもしっかり把握!

大手バス会社を中心に、バスの運行情報を携帯電話やパソコンから確認することができるバスロケーションシステム(バスロケ)の導入が進んでおり、これを利用することで、バスの位置や遅れの情報などを簡単に知ることができます。

## クルマでしか行けないところだけ?

パーク&ライドや相乗り、カーシェアリングの活用も!

最寄り駅までの公共交通がなければ、駅までクルマで行き、そこから公共交通に乗り換えて移動するパーク&ライドや、同じ方向に行く人がいれば相乗りを考えてみては。



また、近年、カーシェアリング(クルマを所有せず、多数の人でクルマを共同利用するシステム)のステーションの数も増加し、利用しやすくなっています。目的地近くまで公共交通で行き、そこからカーシェアリングを利用するという方法もあります。

エコドライブでも一定の効果が!

クルマだけで行く場合も、無駄なアイドリングを控え、穏やかな運転を心がけるなどのエコドライブを実践することで燃費が向上したり、交通事故のリスクを減らしたりすることができます。

※本文中の各データは、エコモビWebサイト(知って得するエコモビ実践ガイド)をご参照ください。

本文中に記載の各サービスをご利用の際は、各サービスの利用上の注意をご確認ください。