

もしあなたの職場が エコ通勤を導入したら

電車・バス、自転車・徒歩又はクルマの相乗り等で
職場に向かうエコ通勤。環境に優しいだけでなく
様々なメリットがあります。

効果

◇地球のために◇

CO₂排出量削減により

地球温暖化防止

◇従業員のために◇

通勤で体を動かすことで

健康増進

◇組織のために◇

CSR報告書等への記載で

イメージアップ

◇組織のために◇

通勤手当の見直しで

コスト削減



埼玉県のマスコット
「コバトン」

背景：新河岸川(志木市)

埼玉県内から排出されるCO₂のうち、約4分の1は自動車によるものです。職場で一丸となってクルマの使い方を見直すことにより、地球温暖化防止に貢献できます。あなたの職場でもエコ通勤に取り組んでみませんか。



彩の国

埼玉県

エコ通勤は様々なメリットがあります

事業者にとって...

- 事業者のイメージ向上につながります。
 - ・ 環境への取り組みやCSRの一環として、環境報告書に記載することができます。
 - ・ マイカー通勤者による朝夕の渋滞が解消され、地域のイメージアップが期待できます。
- 通勤途中や構内での事故の減少など、従業員の安全管理上の利点を期待できます。
- マイカー通勤者のための駐車場経費の削減につながります。
- マイカー通勤の補助を支給している会社にとっては、徒歩・自動車通勤への転換を促すことで、全体経費を削減できます。

従業員にとって...

- エコ通勤は、健康増進につながります。

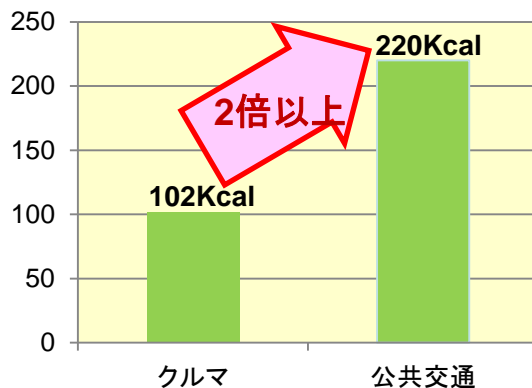
例えば、自動車で1時間移動する代わりに、電車やバスを使った場合、2倍以上のカロリーを消費します。

差の118Kcalは...

- ☆ かるく1杯分のごはん
- ☆ ビール1杯程度分の摂取量に、
- ☆ ジョギング2km分の消費量に相当します。

出典:第6次改訂日本人の栄養所要量

移動に伴う消費カロリー

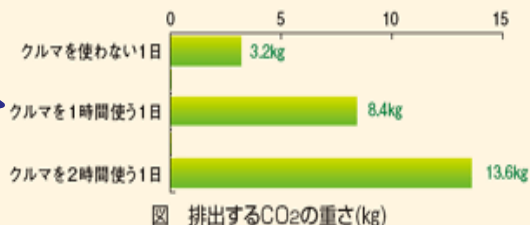


地球にとって...

- 地球温暖化防止につながります。

例えば、クルマを使わない日に排出するCO₂の量は、片道30分自動車通勤する日に比べて、半分以下に抑えることができます。

出典:環境省



出典:「かしこいクルマの使い方を考えるプロジェクト京都ホームページ」

エコ通勤の具体的な取り組み方法

1st ステップ

エコ通勤を啓発する

- 電車やバスの時刻表を配布・掲示する。
- エコ通勤に関する研修を実施する。公共交通機関を利用した通勤の安全性や、自転車利用によるカロリー消費量等を知ってもらう。
- 「エコ通勤」を推奨するパンフレット・メールを送る。

2nd ステップ

エコ通勤を試す

- エコ通勤を試行する期間や部署・支店を定める。
- 反射シール等を配付することで、自転車の利用を奨励する。
- 玄関に近い駐車場の一部を駐輪場とするなどして、自転車通勤の利便性を高める。
- エコ通勤試行期間に公共交通機関の運賃を補助する。
- 相乗り制度を導入する。
- 時差通勤制度を導入する。

3rd ステップ

エコ通勤を定着させる

- マイカー通勤の許可基準を見直す。
- 自転車・徒歩通勤者への補助制度を導入する。
- サイクルシェアリングを導入する。業務移動にも自転車を活用する
- 更衣室やシャワールームを整備する
- 最寄駅から送迎バスを運行する
- 従業員用駐車場を有料化・削減する

公益財団法人 交通エコロジー・モビリティ財団のHPでは、企業の総務・管理部門担当者向けの「エコ通勤手引き」等、エコ通勤実施の手助けとなる情報が多数掲載されています。



埼玉県のマスコット
「コバトン」

エコ通勤を始めるに当たって

「できることから」

電車やバスの発車時刻を、従業員にメールしたり休憩所に貼ったりする。

「できるペースで」

まずは金曜日に1日だけ試してみる。閑散期や残業短縮期間に取り組む。

「他の予定・目的と組み合わせて」

懇親会のある日は電車やバスで出勤して、いつもより多めに歩く。

「できる人から」

実行しやすい部署から順次取り組む。組織のトップが率先して取り組む。

埼玉県のマスコット
「コバトン」



継続的に、
できることから
少しずつ進めて
いくのが、
定着のコツです

どうしてもクルマ通勤を続けざるを得ない場合は…

エコドライブでCO₂を減らしましょう

エコドライブの主なポイント

- **ふんわりアクセル「e-スタート」**
やさしい発進で、10%程度燃費が改善します。ブレーキから足を外した5秒後に、時速20km/h程度が目安です。
- **加速・減速の少ない運転**
車間距離が短くなると、ムダな加速・減速の機会が多くなり、市街地では2%程度、郊外では6%程度も燃費が悪化します。
- **早めのアクセルオフ**
エンブレブレーキや「燃料カット」機能の活用で、2%程度燃費が改善します。
- **無駄なアイドリングはやめよう**
10分間のアイドリング（エアコンOFFの場合）で、130cc程度の燃料を消費します。
- **エアコンの適正利用**
外気温25℃のときに、設定温度25℃でエアコンをつけると12%程度燃費が悪化します。

出典：環境省「エコドライブ10のすすめ」

効果

環境性

◇CO₂排出量削減効果

1年間で252kg

※平日40km,休日50km 走行した場合

出典：「九都県市あおぞらネットワークホームページ」

経済性

◇燃費改善効果

15.17km/ℓ ⇒ **17.23km/ℓ**

1年間の節約
約14,700円

※ガソリン1ℓ=130円で 平日
40km,休日50km 走行した場合
出典：「九都県市あおぞらネット
ワークホームページ」

安全性

◇交通安全効果

加速・減速の少ない運転 ⇒ **車間距離確保**

**人身交通事故の約3割を占める
追突事故の防止**

お問い合わせ先

埼玉県 環境部 大気環境課

電話：048-830-3065 <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0504/jidousya-ontai/index.html>