

エコドライブ10のすすめ

エコドライブとは、燃料消費量やCO_2排出量を減らし、地球温暖化防止につなげる”運転技術”や”心がけ”です。また、エコドライブは、交通事故の削減につながります。燃料消費量が少ない運転は、お財布にやさしいだけでなく、同乗者が安心できる安全な運転でもあります。心にゆとりをもって走ること、時間にゆとりをもって走ること、これもまた大切なエコドライブの心がけです。エコドライブは、誰にでも今すぐに始めることができるアクションです。小さな意識を習慣にすることで、あなたの運転がよくなって、きっと社会もよくなります。できることから、はじめてみましょう、エコドライブ。

1 自分の燃費を把握しよう

自分の車の燃費を把握することを習慣にしましょう。日々の燃費を把握すると、自分のエコドライブ効果が実感できます。車に装備されている燃費計・エコドライブナビゲーション・インターネットでの燃費管理などのエコドライブ支援機能を使うと便利です。

2 ふんわりアクセル「eスタート」

発進するときは、穏やかにアクセルを踏んで発進しましょう（最初の5秒で、時速20km程度が目安です）。日々の運転において、やさしい発進を心がけるだけで、10%程度燃費が改善します。焦らず、穏やかな発進は、安全運転にもつながります。

3 車間距離にゆとりをもって、加速・減速の少ない運転

走行中は、一定の速度で走ることを心がけましょう。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。交通状況に応じて速度変化の少ない運転を心がけましょう。

4 減速時は早めにアクセルを離そう

信号が変わるなど停止することがわかったら、早めにアクセルから足を離しましょう。そうするとエンジンブレーキが作動し、2%程度燃費が改善します。また、減速するときや坂道を下るときにもエンジンブレーキを活用しましょう。

5 エアコンの使用は適切に

車のエアコン（A/C）は車内を冷却・除湿する機能です。暖房のみ必要なときは、エアコンスイッチをOFFにしましょう。たとえば、車内の温度設定が外気と同じ25℃であっても、エアコンスイッチをONにしたままだと12% 程度燃費が悪化します。また、冷房が必要なときでも、車内を冷やしすぎないようにしましょう。

6 ムダなアイドリングはやめよう

待ち合わせや荷物の積み下ろしなどによる駐停車の際は、アイドリングはやめましょう※1。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。また、現在の乗用車では基本的に暖機運転は不要です※2。エンジンをかけたらすぐに出発しましょう。

7 渋滞を避け、余裕をもって出発しよう

出かける前に、渋滞・交通規制などの道路交通情報や、地図・カーナビなどを活用して、行き先やルートをあらかじめ確認しましょう。たとえば、1時間のドライブで道に迷い、10分間余計に走行すると17%程度燃料消費量が増加します。さらに、出発後も道路交通情報をチェックして渋滞を避ければ燃費と時間の節約になります。

8 タイヤの空気圧から始める点検・整備

タイヤの空気圧チェックを習慣づけましょう※3。タイヤの空気圧が適正値より不足すると、市街地で2%程度、郊外で4%程度燃費が悪化します※4。また、エンジンオイル・オイルフィルター・エアクリーナエレメントなどの定期的な交換によっても燃費が改善します。

9 不要な荷物はおろそう

運ぶ必要のない荷物は車からおろしましょう。車の燃費は、荷物の重さに大きく影響されます。たとえば、100kgの荷物を載せて走ると、3%程度も燃費が悪化します。また、車の燃費は、空気抵抗にも敏感です。スキーキャリアなどの外装品は、使用しないときには外しましょう。

10 走行の妨げとなる駐車はやめよう

迷惑駐車をやめましょう。交差点付近などの交通の妨げになる場所での駐車は、渋滞をもたらします。迷惑駐車は、他の車の燃費を悪化させるばかりか、交通事故の原因にもなります。迷惑駐車の少ない道路では、平均速度が向上し、燃費の悪化を防ぎます。

※1　交差点で自らエンジンを止める手動アイドリングストップは、以下の点で安全性に問題があるため注意しましょう。（自動アイドリングストップ機能搭載車は問題ありません。）
・手動アイドリングストップ中に何度かブレーキを踏むとブレーキの効きが悪くなります。
・慣れないと誤動作や発進遅れが生じます。またバッテリーなどの部品寿命の低下によりエンジンが再始動しない場合があります。
・エアバッグなどの安全装置や方向指示器などが作動しないため、先頭車両付近や坂道での手動アイドリングストップはさけましょう。
※2　−20℃程度の極寒冷地など特別な状況を除き、走りながら暖めるウォームアップ走行で充分です。
※3　タイヤの空気圧は1ヶ月で5%程度低下します。
※4　適正値より50kPa（0.5kg/cm²）不足した場合。

エコドライブ普及連絡会
（警察庁、経済産業省、国土交通省、環境省）

エコドライブ普及推進協議会HP→

エコドライブってどんなことかな。下の絵からさがしてみよう。

1 自分の車は1リットルのガソリンで何キロ走る？





ガソリンを入れたら チェックしよう。

2 アクセルは ゆっくりとふみましょう





青信号になったら「ｅスタート」。

3 安定したそくどで走りましょう





しゃかんきょりに ゆとりをもって。

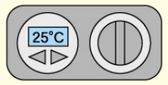
4 早めにアクセルから足をはなしましょう





急ブレーキは だめ!

5 エアコンの温度はてきおんにしましょう





エアコンは じょうずに つかいましょう。

6 ていしゃしている時はエンジンを止めましょう





アイドリングは 不要です。

7 道路交通じょうほうをかつようしましょう





ナビを使うことも エコドライブになります。

8 タイヤの空気圧をチェックしましょう





タイヤの空気圧は 1ヶ月で
5パーセントていど 低くなります。

9 ふようなにもつはおろしましょう





トランクに入れっぱなしの にもつはある?

10 ちゅうしゃばしょに注意しましょう





めいわくちゅうしゃは ほかの車がまわり道しないと いけなくなる。

エコドライブをするために気をつけたほうがよいことは何でしょうか。
←エコドライブ10のポイントです。

ヒント：文章の顔と、絵の顔をあわせてみてね。



エコドライブのあれこれ

エコカーや、燃費の良い車に乗りましょう。

電気自動車、ハイブリッド車、プラグインハイブリッド車、燃料電池自動車といった次世代のエコカーはもちろん、従来のエンジン車でハイブリッド車並みの低燃費を実現したエコカーもあります。環境にやさしいエコカーでエコドライブしてみませんか。



電気自動車　プラグインハイブリッド車　燃料電池自動車

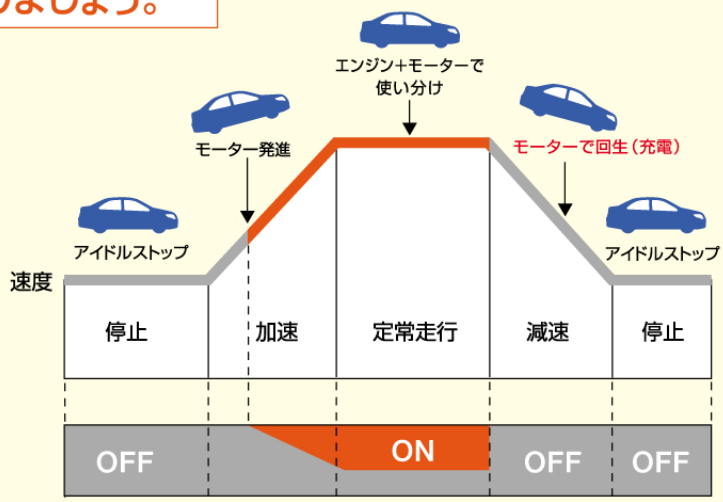
詳しくはホームページをご覧ください。
https://www.env.go.jp/air/car/lev/index.html
環境省HP　「次世代自動車の普及促進」

ハイブリッド車・電気自動車のエコドライブ運転方法のコツは？

答え：モーターをできるだけ活用しましょう。

■発進と加速はモーターの得意分野（ハイブリッド車のみ）
モーターの力でゆっくり発進し、エンジンが作動したら目的速度までモーターの力も活かしてゆっくり加速、その後はアクセルを緩めてできるだけモーターのみで走行することで燃費が良くなります。

■ブレーキは発電のチャンス
減速時に早めにアクセルを離してやさしくブレーキを踏み、長い距離をかけてゆっくり停止しましょう。やさしくブレーキを踏むとモーターで発電した電力がバッテリーに充電されます。次の発進・加速時に再利用するので燃費が良くなります。



ハイブリッド車のエンジンの稼働図
（できるだけエンジンがかからない運転をしましょう）

エコドライブ支援ツールを使いましょう。

様々なエコドライブ支援ツールを利用することで簡単にエコドライブに取り組めます。

①エコドライブランプ※を点灯するように運転しましょう。アクセルをふんわり踏んで運転することになり、燃費が良くなります。

※メーカーによって名称は異なります。



エコドライブランプの例

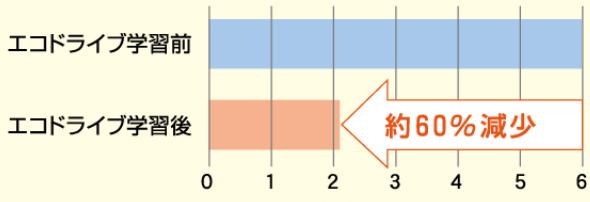
②エコドライブスイッチ※をONにしましょう。車の制御が変わって、ゆっくり加速しやすくなり、燃費が良くなります。



エコドライブスイッチの例

エコドライブで交通事故が減るんです。

ゆっくり発進、ゆっくり停止、十分に車間距離をとるなどエコドライブを心がけることで運転にゆとりが生まれます。これにより交通事故が約60%減少したという報告もあります。エコドライブでエコだけでなく安全運転にもなって一石二鳥ですね。



事故件数／百万km
エコドライブによる交通事故減少の例