

## ●エコドライブ 10 のすすめ

エコドライブとは環境に配慮した運転をすることを言います。二酸化炭素（CO2）の排出削減効果がある他、燃料消費の削減により家計にもやさしい取り組みです。「エコドライブ 10 のすすめ」を参考にエコドライブを始めて環境にやさしい運転を心がけましょう。

### ■『エコドライブ 10 のすすめ』の概要

<p>①自分の燃費を把握しよう</p> <p>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。</p>	<p>⑥ムダなアイドリングはやめよう</p> <p>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。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。現在の乗用車では基本的に暖機運転は不要です。</p>
<p>②ふんわりアクセル『eスタート』</p> <p>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。</p>	<p>⑦渋滞を避け、余裕をもって出発しよう</p> <p>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。</p>
<p>③車間距離にゆとりをもって、加速・減速の少ない運転</p> <p>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。</p>	<p>⑧タイヤの空気圧から始める点検・整備</p> <p>タイヤの空気圧チェックを習慣づけましょう。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。</p>
<p>④減速時は早めにアクセルを離そう</p> <p>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。</p>	<p>⑨不要な荷物はおろそう</p> <p>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。</p>
<p>⑤エアコンの使用は適切に</p> <p>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。</p>	<p>⑩走行の妨げとなる駐車はやめよう</p> <p>迷惑駐車はやめましょう。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。</p>

資料：エコドライブ普及連絡会資料