



地球と走ろう

一廃協 企画運営委員会
エコドライブ推進活動中!

環境にやさしいエコドライブで

1 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。

2 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。

3 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プレーキが作動し、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プレーキを活用しましょう。

4 走行の妨げとなる駐車はやめよう

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。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。

一廃協 エコドライブ推進活動

3月の重点取組みは
ムダなアイドリングはやめよう



5 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。

6 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、時間に余裕をもって出発しましょう。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。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。

7 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。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（適正値より50kPa (0.5kg/cm²) 不足した場合）。また、エンジンオイル・オイルフィルタ・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。

8 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。

9 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。また、冷房が必要なときは、車内を冷やしすぎないようにしましょう。たとえば、車内の温度設定を外気と同じ25℃に設定した場合、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。

10 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。

一般社団法人
大阪市一般廃棄物適正処理協会

*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避けましょう。
*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。

データ出所：（一財）省エネルギーセンターなどの測定結果



エコドライブのポイント

● 停止

～ムダなアイドリングはやめよう～



アイドリングはどのくらい損？



アイドリングストップ*1とは、車が停止中にエンジンを止めて燃料を節約することです。

10分間のアイドリングで、130cc*2程度消費します。車を一定時間停止する場合には、エンジンを止めて無駄な燃料消費の節約に努めましょう。

※1 アイドリングストップに関しては、自治体により条例が制定されている場合があります。

※2 エコドライブ普及連絡会「エコドライブ10のすすめ」より

皆さんは下記の場面でアイドリングストップしていますか？

- 待ち合わせ
- 休憩中
- 荷物の積みおろし
- コンビニへ立ち寄り
- 長い踏切で待つ間
- 駐車場での待機
- 出発前
- 信号待ち

走行していなければ無駄な燃料消費となるため、駐停車時にはエンジンを止めるよう心がけましょう。ただし、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。)

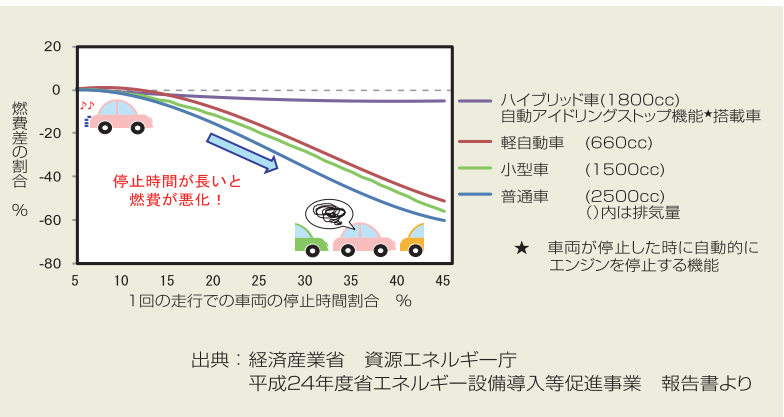


- ・手動アイドリングストップ中に何度かブレーキを踏むとブレーキの効きが悪くなります。
- ・慣れないと誤動作や発進遅れが生じます。またバッテリーなどの部品寿命の低下によりエンジンが再始動しない場合があります。
- ・エアバッグなどの安全装置や方向指示器などが作動しないため、先頭車両付近や坂道での手動アイドリングストップはさけましょう。

アイドリングストップは、安全な場所で実施しましょう！

【アイドリングと燃費】

右図のように、停車中にエンジンをストップしない車とストップする車(アイドリングストップ車)(右図ではハイブリッド車)とでは、車両停止時間の割合が大きいほど、エンジンを停止しない車の燃費が悪化します。待ち合わせや休憩時など長時間停止するような場合は、積極的にアイドリングストップを行いましょう。



また、現在販売されているガソリン乗用車での暖機運転は原則必要ありません*3。

止まって暖機している間の燃料は無駄となるため、エンジンをかけたらすぐに発進し、ゆっくり走りながら車を暖めるウォームアップ走行を行いましょう。

*3 -20℃程度の極寒冷地や、1ヶ月以上車を使わなかった場合は、数十秒の暖気が必要。