



# エコドライブ10のすすめ



エコドライブは燃料消費をおさえることから、地球温暖化防止に結びつく地球にやさしい走り方であるとともに、お財布にもやさしい走り方です。

また、そのほとんどが交通事故を防ぐことにもつながり、人の命にもやさしい走り方でもあります。

あなたも地球とお財布にやさしいエコドライブを始めませんか？



1

## ふんわりアクセル『eスタート』

発進する時は、緩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20キロが目安です。)

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。そうするとエンブレキが作動し、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ブレキを活用しましょう。

4

## エアコンの使用は適切に

車のエアコンは車内を冷却・除湿する機能です。暖房のみ必要な時は、エアコンスイッチをオフにしましょう。また、冷房が必要な時は、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オンにしたままだと12%程度燃費が悪化します。

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(エアコンオフの場合)で、130cc程度の燃費を消費します。

また、現在の乗用車では基本的に暖機運転は不要です。エンジンをかけたらすぐに発進しましょう。

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、行き先やルートをおらかじめ確認し、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%程度燃費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/cm<sup>2</sup>)不足した場合)。また、エンジンオイル・オイルフィルタ・エアクリナエレメントなどの定期的な変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。車の燃費は荷物の大きさに大きく影響されます。たとえば、100kgの荷物を乗せて走ると、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

## 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。迷惑駐車が少ない道路では、平均速度が向上し、燃費の悪化を防ぎます。

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。



宮崎県警察本部 交通規制課

