

エコドライブで実感 燃費と交通安全

エコドライブとは、燃料消費量やCO₂排出量を減らし、地球温暖化防止・交通事故防止につながる“運転技術”や“心がけ”のことです。小さな意識を習慣化させ、エコドライブを始めてみましょう。

エコドライブ10のすすめ

① 自分の燃費を把握しよう

車の燃費の把握を習慣にすると、エコドライブ効果が実感できます。

② ふんわりアクセル「eスタート」

日々の運転で緩やかにアクセルを踏んで発進（最初の5秒で、時速20km程度が目安）することで、10%程度燃費が改善するほか、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

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%、郊外では6%程度も燃費が悪化します。

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分かったら、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。

⑤ エアコンの使用は適切に

車のエアコンは冷却・除湿する機能であり、暖房のみ必要な時はOFFにしましょう。例えば、車内の温度設定が外気と同じ25℃であっても、エアコンをONにしたままだと12%程度燃費が悪化します。冷房が必要な時でも、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

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気運転は不要（-20℃程度の極寒冷地などを除く）です。

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、行き先やルートを予め確認しましょう。例えば、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。

⑧ タイヤの空気圧から始める点検・整備

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。また、エンジンオイル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

例えば、100kgの荷物を載せて走ると3%程度も燃費が悪化します。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、使用しない時には外しましょう。

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つながります。