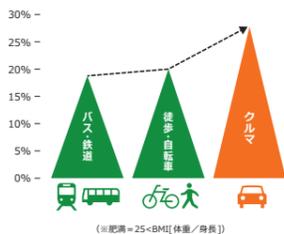


エコ通勤で 日々、健康に

通勤手段と肥満率



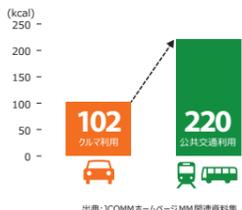
クルマ・バイクは
メタボ予備軍！



【出典：各府県土木学会論文集03(土木計画学)「交通行動と健康診断データ-心的傾向の関連分析-神奈川県大和市職員を対象として-」】

公共交通でプチ運動

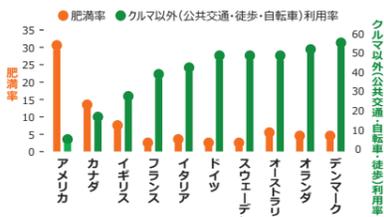
15km離れた場所に行く時の消費カロリー



【出典：JCOMMスームベージMM関連資料集】

クルマ依存は太る？

肥満率とクルマ依存の関係(都市内)



【出典：S.Hanson and Giuliano(eds)2004 THE Geography of Urban Transportation: Third Edition】

データが示すように、通勤手段と肥満には因果関係が認められます。
メタボを警戒したいなら、クルマとバイクには要注意。
一方、公共交通なら、プチ運動効果が見込めるのです。

地域の 渋滞解消



公共交通に乗る人が多くなれば、結果として道路の渋滞解消にもつながります。つまり、地域の交通網の血の巡りが良くなるんですね。

あなたを変える 「エコ通勤」のススメ

クルマを使わず、電車やバス、自転車、徒歩等で通勤する。すると、いつもの景色が変わります。あなたの健康が変わります。みんなで実践すれば、地域が、地球環境が、変わっていきます。まずは、週一度からでも。まずは、あなたから。エコ通勤のメリットを、体感してみませんか？

エコ通勤で 企業もハッピー

事業所が感じたエコ通勤実施のメリット

(回答事業所数)



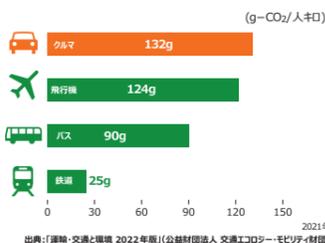
[N=163 複数回答可]

【出典「エコ通勤優良事業所認定制度」の活用に関するアンケート】

企業・事業者側にも、実はこれだけのメリットが！
エコ通勤なら、労使ともにハッピーですね。

エコ通勤で 環境貢献

1人を1km運ぶのに 排出するCO2量の比較

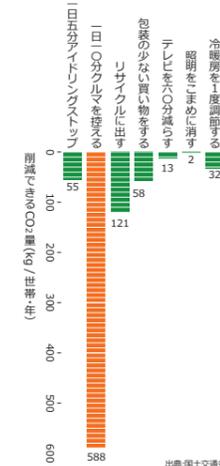


1人1日あたりCO2排出量

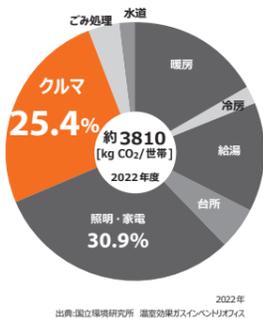


【出典：日本モビリティマネジメント会議】

エコ活動別による 1年間のCO2削減量



家庭から出るCO2 排出量の内訳



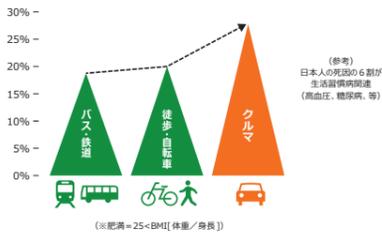
【出典：国立環境研究所 環境効果ガスインベントリオフィス】

数々のグラフから、クルマとCO2の切っても切れない関係がおわかりでしょうか。一人ひとりから取り組める環境貢献をめざすなら、答えは「公共交通」にありそうです。

(貴社の企業名を入れてください)

エコ通勤で 日々、健康に

通勤手段と肥満率

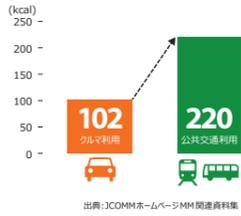


クルマ・バイクは メタボ予備軍！



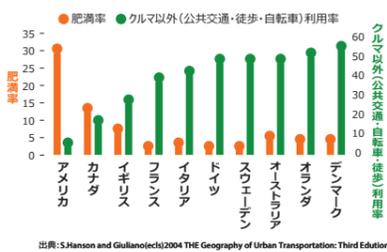
公共交通でプチ運動

15km離れた場所に行く時の消費カロリー



クルマ依存は太る？

肥満率とクルマ依存の関係(都市内)



データが示すように、通勤手段と肥満には因果関係が認められます。
メタボを警戒したいなら、クルマとバイクには要注意。
一方、公共交通なら、プチ運動効果が見込めるのです。

クルマの 年間維持費

クルマの維持費は、1日
¥1500円以上!
1年で約56万円、1日約1540円



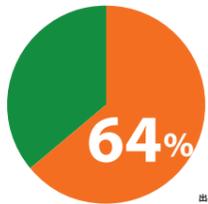
クルマはとても便利ですが、実は1日にこれだけの維持費がかかっています。あなたの場合、公共交通とどちらがおトク...!?

あなたを変える 「エコ通勤」のススメ

クルマを使わず、電車やバス、自転車、徒歩等で通勤する。すると、いつもの景色が変わります。あなたの健康が変わります。みんなで実践すれば、地域が、地球環境が、変わっていきます。まずは、週一度からでも。まずは、あなたから。エコ通勤のメリットを、体感してみませんか？

クルマの 交通事故リスク

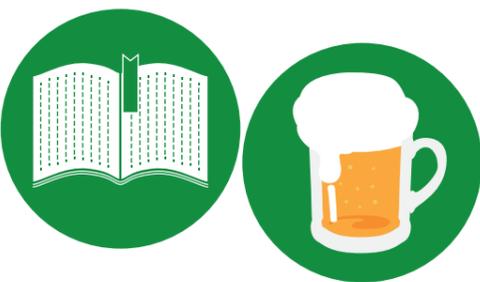
ドライバーが一生で
人身事故を起こす確率



50年運転し続けると、64%が人身事故を起こす...! ?
このドキッとする数字にも、エコ通勤に切り替えるなら永遠におさらばです。

エコ通勤で 環境貢献

エコ通勤で プライベートの充実



例えば、通勤時間を読書に充てる。同僚や友達と、仕事帰りに一杯。そんなライフスタイルも、エコ通勤ならではのですね。

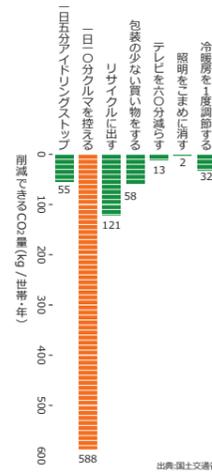
1人を1km運ぶのに 排出するCO2量の比較



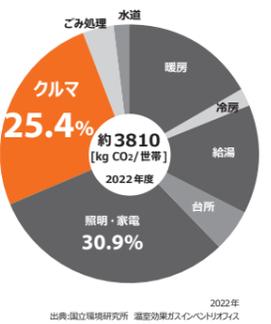
1人1日あたりCO2排出量



エコ活動別による 1年間のCO2削減量



家庭から出るCO2 排出量の内訳



数々のグラフから、クルマとCO2の切っても切れない関係がわかりでしょうか。一人ひとりから取り組める環境貢献をめざすなら、答えは「公共交通」にありそうです。

(貴社の企業名を入れてください)