

# 「エコ通勤」の進め方



クルマ(自家用車)は便利な乗り物ですが、それに頼りすぎると、地球温暖化や交通事故・渋滞など様々な問題につながります。

「エコ通勤」とは、電車やバス、自転車、徒歩など環境にやさしい交通手段で通勤することです。クルマ通勤から「エコ通勤」への転換は、企業や事業所、従業員、地域社会に様々なメリットをもたらします。

「エコ通勤の進め方」は、企業や事業所の皆さんが「エコ通勤」に取り組んでいくためのポイントをまとめたものです。この資料を参考にいただき、できる範囲で「エコ通勤」に取り組んでいただきますようお願いします。

はじめよう 環境にやさしい交通行動  
エコ モビリティ ライフ

毎月第1水曜日は「エコモビの日」です。

愛知県では、クルマと公共交通、自転車、徒歩などをかきこく使い分ける「エコモビリティ ライフ」(エコモビ)の推進に取り組んでいます。



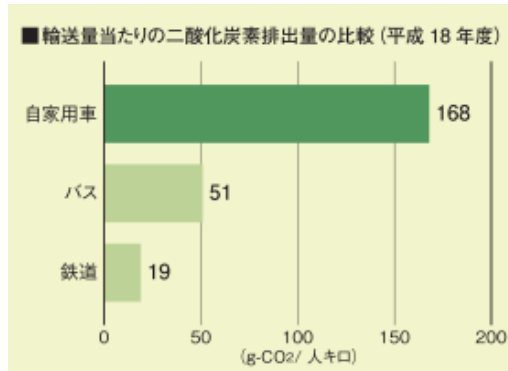
**エコモビ**  
あいち エコ モビリティ ライフ

# 「エコ通勤」のメリット

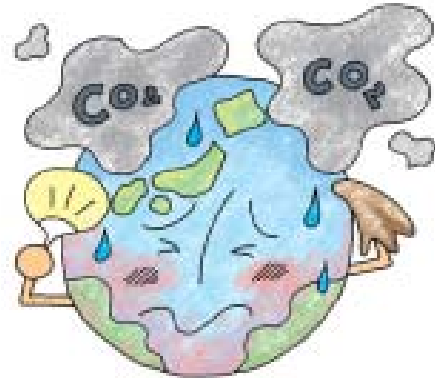
クルマ通勤から電車やバス、自転車、徒歩などによる「エコ通勤」への転換は、企業や事業所、従業員にとって様々なメリットがあります。

## 企業や事業所にとってのメリット

- CO2削減や周辺道路の渋滞緩和などを通じて地域社会への貢献につながります



出典：国土交通省資料をもとに作成



- 通勤時の事故減少による従業員の安全や遅刻防止につながります

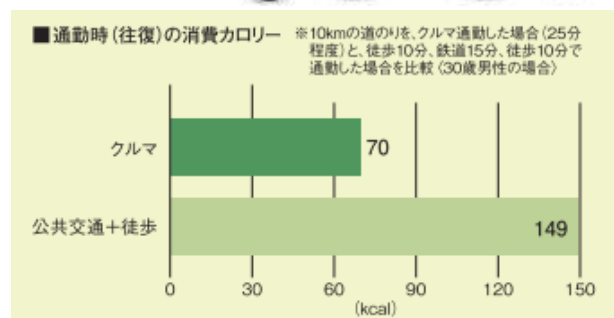
・私たちが一生運転を続ける場合、5人に2人が人身事故を起こす可能性があるとの計算結果があります。

※50年間運転した場合の人身事故発生率を年間人身事故件数76万件と運転免許保有者数約8,000万人から推計



- 従業員の健康維持・増進に寄与します

・電車やバス、徒歩による通勤で、クルマ通勤の2倍以上のカロリーを消費することができます。



出典：愛知県ホームページ「エコ通勤」でダイエット!?での試算結果より

- クルマ通勤者のための駐車場経費の削減、社有地の有効利用が可能となります

- 企業イメージの向上を図ることができます

・環境への取組や企業の社会的責任(CSR)として、環境報告書やISO14001などに記載することができます。また、国のエコ通勤優良事業所認証・登録制度の活用も可能です。

愛知県が平成21年度に実施した企業向けアンケートでは、「地球環境問題への対応」、「交通事故のリスク軽減」、「社会貢献・社会的責任の発揮」、「周辺の渋滞問題への対応」などをメリットとして考えている企業・事業所が多いという結果になりました。

## 従業員にとってのメリット

- **健康維持・増進**に寄与します  
・「エコ通勤」はメタボリック・シンドロームの予防にもなります。



- 交通事故のリスクが減り、**安全に通勤**できます

- **渋滞のイライラから解放**されます

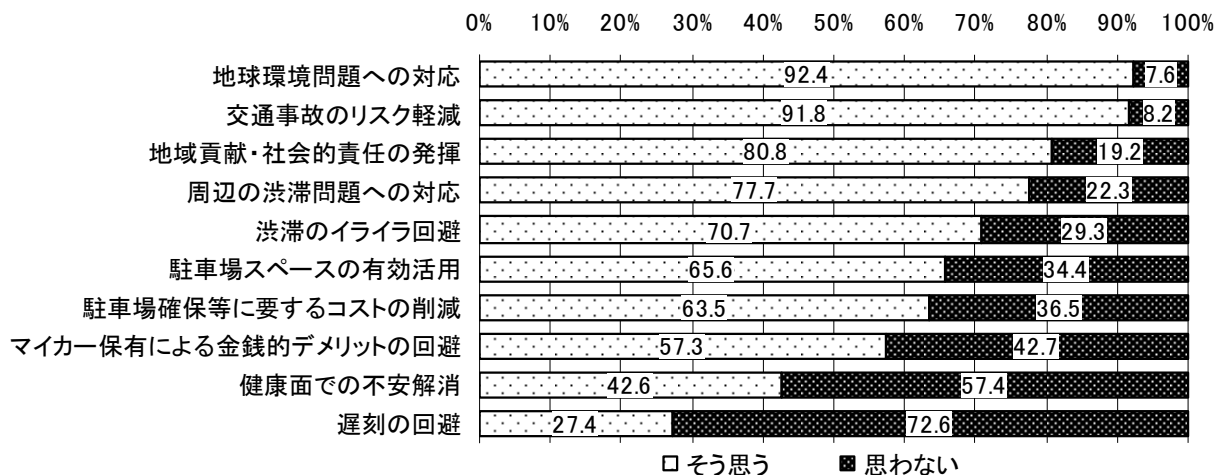


- 通勤時間を読書や休息など**自由**に使うことができます

- 電車やバスの利用者数の増加により、**公共交通のサービス向上が期待**できます



愛知県が実施した従業員向けアンケートでは、「地球環境問題への対応」や「交通事故のリスク軽減」「地域貢献・社会的責任の発揮」をメリットとして考えている企業・事業所が多い一方で、「遅刻の回避」や「健康面での不安解消」をメリットとして考えている企業・事業所は比較的少ないという結果になりました。



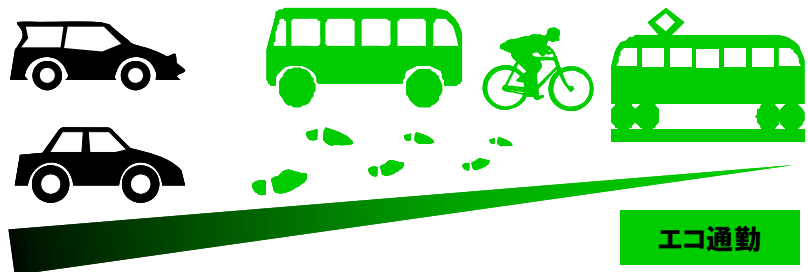
# 「エコ通勤」に取り組む手順

## ステップ1

### 「エコ通勤」の意義を理解する

- 「エコ通勤」は、企業・事業所にとって従業員の安全確保や健康の維持、コストの削減、イメージ向上など様々なメリットがあり、全国各地で「エコ通勤」の取組が広がっています。
- 地球温暖化を防止するためには、国民一人ひとりが日常生活の中で、CO2の削減に取り組んでいくことが求められています。

その意味で、毎日の通勤においてクルマ通勤から「エコ通勤」に転換することは、意義のある取組です。



## ステップ2

### 「エコ通勤」の担当者を決める

- 「エコ通勤」は、企業・事業所が組織的・主体的に取り組む方が効果的であり、中心となる部署や担当者を決めることが大切です。  
その場合、担当者の負担が大きくなるように、企業・事業所としての意思決定や全社員に「エコ通勤」の取組を理解してもらうような社内への周知が重要です。

- 取組体制としては、総務部門がリーダーとなり、各部門からメンバーが集まった、全社全体のチーム編成もあれば、環境対策を行っている部門主導で体制を整えるケースなどが考えられます。

企業・事業所や組織の状況に応じて、「エコ通勤」を実践しやすい体制が望まれます。

<検討イメージ>



## ステップ3

### 通勤実態を把握する

- 「エコ通勤」は、従業員の通勤実態を把握することから始まります。  
また、「エコ通勤」のメニューを検討するため、企業・事業所周辺の公共交通の状況も合わせて把握することが重要です。
- 通勤実態の調査票とともに、企業・事業所周辺の路線図や時刻表などを配付して、「エコ通勤」への転換を促すきっかけとすることも有効です。

#### 【調査票の設問例】

- ・現在どのような交通手段で通勤しているか、また、どの程度の時間や費用がかかっているのか
- ・電車・バス、自転車などによる「エコ通勤」を行う場合どのような経路で通勤するのか、また、どの程度の時間や費用がかかるか など

#### ○調査票のイメージ

問. 『現在』の通勤方法は？  
記入例を参考に回答してください。

現状の通勤方法を記入

問. エコ通勤をしたら、  
どんな通勤方法が考えられますか？  
記入例を参考に回答してください。

エコ通勤方法を記入

<記入例> 交通手段、時間、料金、ルート等

6:30発 8:15着  
自宅 自家用車 会社  
1時間45分 ○km

6:40発 7:10 7:55 8:10着  
自宅 車 ○△駅 鉄道 △□駅 徒歩 会社  
30分 ○km 45分 料金○円 15分

6:30発 7:10 7:55 8:10着  
自宅 自転車 △△駅 鉄道 □□駅 徒歩 会社  
40分 ○km 45分 料金○円 15分

## ステップ4

### 「エコ通勤」の取組メニューを検討する

- 通勤実態を把握した結果や周辺の公共交通の状況などをもとに、「エコ通勤」の取組メニューを検討します。

「エコ通勤」には、「従業員への働きかけ」のようにすぐに始められるものから、通勤制度の見直しや通勤バスの導入などのように時間を要するものまで様々な取組メニューがあります。

また、企業・事業所単位で実施できるものや、複数の企業・事業所が共同で実施した方が効果的なもの、行政や商工団体などと連携・協力して地域一体で取り組むべきものがあります。それぞれの状況に応じて、取組メニューを組み合わせたり、「エコ通勤プラン」としてまとめることにより、段階的・計画的に取り組んでいくことも重要です。

## 「エコ通勤」の主な取組メニュー

分類	取組メニュー
①働きかけや表彰などによる意識啓発	<ul style="list-style-type: none"> <li>○アンケートや動機付け資料、ポスターやチラシなどによる働きかけ(現状の従業員だけでなく新規採用者や転勤者への働きかけを含む)</li> <li>○ノーマイカーデーやエコ通勤デーなどの実施</li> <li>○エコ通勤実施者の表彰</li> </ul>
②通勤制度の見直し	<ul style="list-style-type: none"> <li>○クルマ通勤許可の見直し(例:2km以内のクルマ通勤の禁止)</li> <li>○公共交通の混雑回避や利用促進を目的とした時差出勤制度の導入</li> <li>○エコ通勤実施者への有給休暇の追加認定</li> </ul>
③通勤手当等の見直し	<ul style="list-style-type: none"> <li>○クルマ通勤手当の見直し (例:理由なくクルマで通勤する場合の手当の減額)</li> <li>○通勤定期代の支給や定期券の現物支給</li> <li>○徒歩や自転車通勤手当の支給・増額</li> </ul>
④インセンティブの付与	<ul style="list-style-type: none"> <li>○エコ通勤者がサービスを受けられるエコポイントの付与</li> <li>○徒歩や自転車通勤者への報奨金等の支給</li> <li>○自転車等の購入に対する補助</li> <li>○パーク＆ライドをしている場合の駐車場料金の支給・補助</li> <li>○エコ通勤実施者への商店街等の割引券配付</li> </ul>
⑤従業員の送迎手段の充実	<ul style="list-style-type: none"> <li>○通勤バス・タクシーの運行・拡充(近隣の企業・事業所との共同運行を含む)</li> <li>○行政との協働による従業員の通勤に利用可能なコミュニティバスの運行</li> <li>○従業員同士のクルマの相乗り通勤の支援</li> <li>○エコ通勤実施者が深夜に帰宅する場合のタクシーチケットの配付</li> </ul>
⑥通勤環境の整備・改変	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自転車通勤者のための駐輪場やロッカー、更衣室、シャワー等の整備</li> <li>○自転車等の貸与</li> <li>○クルマ通勤を減らすための駐車スペースの削減</li> <li>○徒歩や自転車通勤者に対する通勤災害制度の充実</li> </ul>
⑦勤務形態等の抜本的な見直し	<ul style="list-style-type: none"> <li>○公共交通の運行時間に合わせた勤務時間の設定</li> <li>○クルマ通勤をできるだけしないような従業員の配置</li> <li>○在宅勤務の推進</li> <li>○エコ通勤実施者の優先的な採用</li> <li>○社宅や事業所の再配置</li> </ul>

● 愛知県が平成21年度に実施した従業員向けアンケートでは、経済的なインセンティブとなる支援制度や従業員が気軽にエコ通勤に取り組める柔軟な制度を望む回答が多いという結果となっています。

● 「エコ通勤」の取組メニューの検討に当たっては、先進取組事例を参考にするとイメージしやすいと思われます。愛知県では、「エコ通勤」の取組事例をまとめたリーフレット「全国に広がるエコ通勤の取組」を作成しましたので、参考にしてください。愛知県のホームページ(<http://www.pref.aichi.jp/kotsu/ecomobi.html>)でも情報提供しています。

# ステップ5

## 「エコ通勤」に取り組む

- 取組メニューを参考に、可能な範囲で「エコ通勤」に取り組んでください。

「エコ通勤」に効果的に取り組むためには、企業・事業所の「やる気」と従業員の自発的な行動、交通事業者や行政との連携などがポイントとなります。

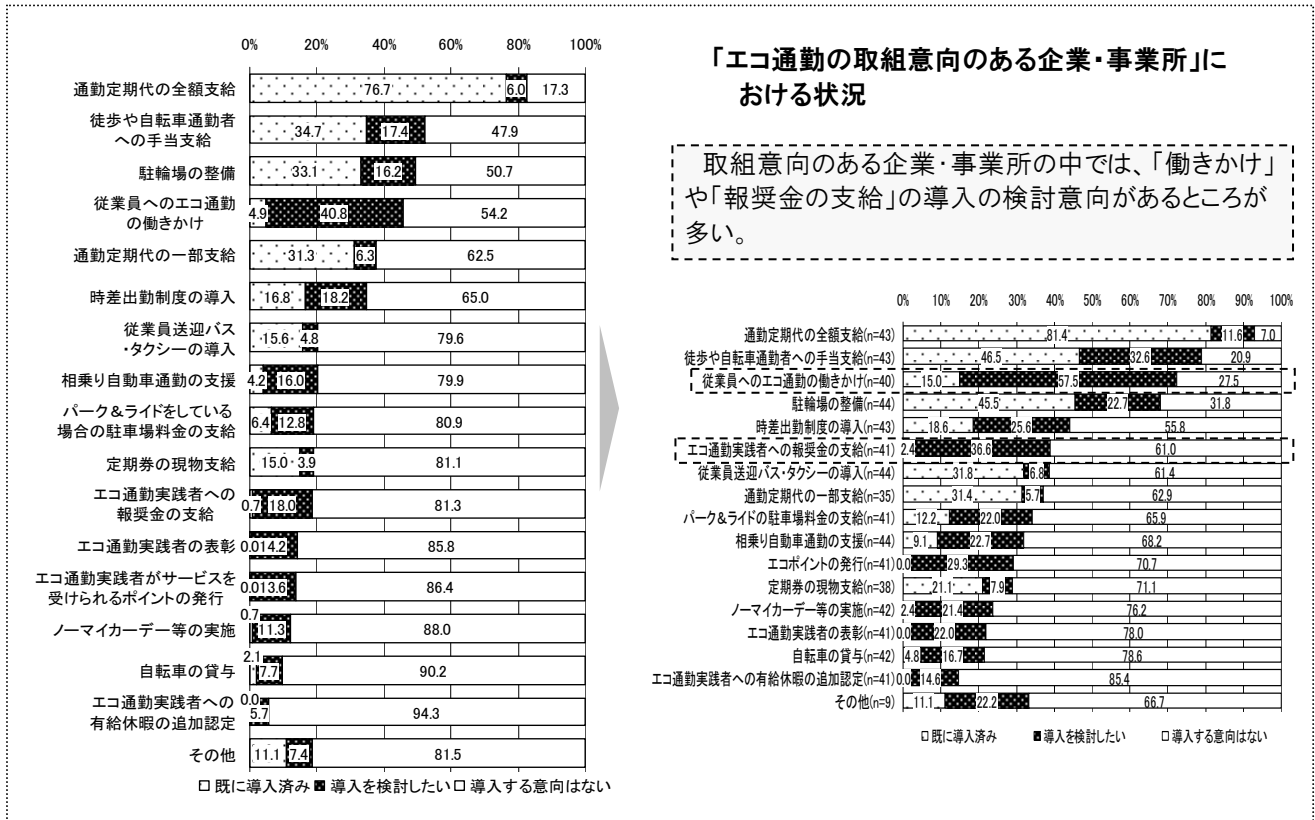
また、ISO14001や環境報告書などに具体的に記載できるよう、可能なら「エコ通勤」の目標を設定できると効果的です。

### 【目標値の設定例】

- ・クルマ通勤からエコ通勤に転換する従業員数
- ・クルマ通勤者のCO2排出の削減量
- ・クルマ通勤者が利用する駐車場の削減台数 など

- 愛知県が平成21年度に実施した企業向けアンケートでは、すでに導入済みのエコ通勤支援制度として、①「通勤定期代の全額支給」、②「徒歩や自転車通勤者への手当支給」、③「駐輪場の整備」との回答が多く、導入する意向のあるエコ通勤支援制度として、①「従業員へのエコ通勤の働きかけ」、②「時差出勤制度の導入」、③「エコ通勤実践者への報奨金の支給」との回答が多いという結果となっています。

とりわけ、「エコ通勤」の取組意向がある企業・事業所では、上記に加えて、「エコポイントの発行」、「相乗り自動車通勤の支援」、「パーク&ライドの駐車場料金の支給」、「エコ通勤実践者の表彰」、「ノーマイカーデー等の実施」などの回答が比較的多くなっています。




- まずは、従業員の皆さんに「エコ通勤」への働きかけを行ってはいかがでしょうか。

モビリティ・マネジメント(MM)の手法によるアンケートのほか、毎月第1水曜日の「エコモビの日」に「エコ通勤」を実践するよう呼びかけることも大きな一歩です。

愛知県では、「従業員アンケート」と「かしこいクルマの使い方」を作成しましたので、従業員への働きかけにご活用ください。なお、これらの資料は、愛知県のホームページ(<http://www.pref.aichi.jp/kotsu/ecomobi.html>)でも情報提供しています。

※ モビリティ・マネジメント:1人ひとりのモビリティ(移動)が、過度な自動車利用から公共交通等を適切に利用するよう自発的に変化することを促す、コミュニケーションを中心とした交通政策

### 「かしこいクルマの使い方」(働きかけ資料)



「エコ通勤」をはじめよう!


## かしこいクルマの使い方

クルマは便利で快適な乗り物です。

しかし、クルマでの通勤には、**環境問題や渋滞、交通事故の危険性**のほか、あなたの**健康への影響**など、考えなければいけないことも少なくありません。

このリーフレットでは皆さんに、一度お考えいただきたいことをまとめました。

この機会に「かしこいクルマの使い方」を考えてみてください。



#### クルマ通勤と健康

クルマでの通勤は、ずっと座っていられます。このことが、快適である理由の1つでもあります。しかし、メタボリックシンドロームの予防など健康面を考えると、**クルマ通勤を控え、通勤時にカロリーを消費することも大切です。**

下の図は、クルマ通勤と公共交通機関及び徒歩で通勤した場合の消費カロリーの比較イメージです。健康維持のためには、毎週2,000kcal程度の運動が効果的と言われています。クルマの利用を減らすことは、健康のためにもなるという効果が期待できます。

なお、愛知県のホームページでは通勤時の消費カロリーの目安が簡単に計算できます。一度、ご覧下さい。  
参考URL: <http://www.pref.aichi.jp/0000010295.html>

通勤手段	消費カロリー (kcal)
クルマ	70
公共交通+徒歩	149

※ 13km/時(約1時間)の通勤時間、1人1台の乗用車、乗客1人、乗車10分、徒歩10分、徒歩10分(通勤時間)での通勤(通勤時間)の場合

出典: 愛知県ホームページ「エコ通勤」でエコのための計算結果より

#### 月1回からの「エコ通勤」のすすめ


「エコ通勤」は、便利だけと様々な問題の原因にもなっているクルマと「かしこくつきあう」取組です。愛知県では、クルマと電車・バス、自転車、徒歩などをかしこく使い分けるライフスタイル「エコモビリティ ライフ」(エコモビ)の推進に取り組んでいます。

このたび、毎月第1水曜日を「エコモビの日」と決めました。毎日は難しくても、月に1回から「エコ通勤」を始めてみてください。


新しい発見や楽しみがあるかもしれません。

制作・発行: 愛知県地域振興部交通対策課(平成21年11月)


### 取組のイメージ




エコ通勤ポスター



エコポイント



駐輪場



シャワールーム

8



## ステップ6

### 「エコ通勤」に取り組んだ結果を把握する

- 「エコ通勤」に取り組んだ結果、それがどの程度浸透できたか、どの程度の効果があったかを確認することが大切です。目標値を設定している場合は、目標値を達成できたかの評価を行ってください。

できれば定期的に従業員の「エコ通勤」の実施状況やクルマ通勤からの転換を確認し、企業・事業所や部署ごとに共有するとよいでしょう。

#### 【エコ通勤によるCO2排出量の削減効果の算出(例)】

##### 【取組前】

①エコ通勤取り組み前のCO2排出量＝クルマによる通勤時間(分/日)×0.094kg/分

##### 【取組後】

②エコ通勤取り組み後のCO2排出量＝ア＋イ＋ウ＋エ

↑  
ア＝徒歩や自転車による通勤時間(分/日)×0.00kg/分  
イ＝電車による通勤時間(分/日)×0.01kg/分  
ウ＝バスによる通勤時間(分/日)×0.05kg/分  
エ＝クルマによる通勤時間(分/日)×0.094kg/分

③エコ通勤を1年間続けた場合のCO2削減効果＝(①－②)×通勤日数(土休日を除く240日)

④企業・事業所の年間CO2排出量の削減効果＝全従業員分の③の総和

⑤削減効果をヒノキで換算した本数＝④÷25

※ヒノキ1本が1年間に吸収するCO2の量を25kgとして仮定

- 「エコ通勤」の取組や成果は、各企業・事業所が発行する環境報告書に記載したり、ISO 14001やKES※といった環境マネジメントシステムに組み込んでいくことで環境に配慮した事業活動を行っていることをアピールしてはいかがでしょうか。

※ KES:KES環境機構が定める環境マネジメントシステムであり、低コスト・短期間で認証取得が可能

- また、国では、「エコ通勤」に自主的かつ積極的に取り組む企業や事業所、自治体等を優良事業所として認証・登録する制度を設けており、その制度を活用することも企業イメージの向上には有効です。

なお、国土交通省では、各企業・事業所が「エコ通勤」に取り組む際の参考として、「エコ通勤ポータルサイト」を開設しています。

(<http://www.mlit.go.jp/sogoseisaku/transport/ecommuters/>)



## ステップ7

### 継続的な取組になるようにさらに検討・調整する

- 「エコ通勤」は「まず取り組んでみる」ことが大事ですが、それを一時的なものにせず、継続的な取組にしていくことが望まれます。  
「エコ通勤」に積極的に取り組んでいる企業・事業所では、継続的な取組とするために、「エコ通勤」の期間に応じてインセンティブを増額する、制度が形骸化しないように改善を工夫して従業員にアピールする、定期的の実態調査と働きかけを行うなどの事例が見られます。
- また、企業・事業所の環境配慮活動に「エコ通勤」を位置づけ、省エネルギー活動やCO2・廃棄物の削減などと一緒に取り組んでいくことも有効です。
- さらに、工業団地内の企業・事業所の担当者が集まって、共同で「エコ通勤」に取り組んだり、行政機関や商工団体、交通事業者などを含めた地域の協議会で、公共交通や道路環境の整備なども考慮しながら「エコ通勤」に取り組むなど、従業員が「エコ通勤」を行いやすい環境づくりに努めていくことも重要です。

### 「エコ通勤」を進めるために

- 愛知県では、平成20年度から、クルマや公共交通、自転車、徒歩などをかきこく使い分け「エコ モビリティ ライフ」の推進に取り組んでおり、その推進組織である「あいちエコモビリティライフ推進協議会」(会長:愛知県知事)では、「エコ通勤・エコ通学への転換促進」を重点取組事項の1つに位置付けています。  
本県では、今後、各企業や事業所、商工会議所や商工会などの経済団体、市町村などに「エコ通勤」を働きかけていきたいと考えていますので、皆様のご理解・ご協力をよろしくお願い申し上げます。  
また、「エコ通勤」に関心のある企業・事業所や団体等がございましたら、下記までご連絡ください。

愛知県地域振興部交通対策課エコモビリティライフ推進グループ

電話:052-954-6125(ダイヤルイン)

メールアドレス:kotsu@pref.aichi.lg.jp

ホームページ:<http://www.pref.aichi.jp/kotsu/ecomobi.html>