

## □パーク&ライドのススメ

「パーク&ライド」とは、自宅から駅やバス停までクルマで行き、そこから公共交通に乗り換えて移動することです。

これにより、交通渋滞の緩和や健康増進、交通事故の回避など様々な効果が期待できます。

クルマ(自家用車)での移動が多い愛知県では、とても有効な手法です。

駅周辺には、自治体や駐車場事業者によるパーク&ライド駐車場が整備されているところもありますので、パーク&ライドを利用してみたいはいかがでしょうか。

## □パーク&ライドに関する情報は、

パーク&ライド利用に関する情報は、別添の『パーク&ライド手帳』や、愛知県のウェブページを参考にしてください。

エコモビ パーク&ライド

検索



## ■あなたもはじめてみませんか 「エコ モビリティ ライフ」

駅やバス停まではクルマ、  
そこから「電車」や「バス」に乗換え。

週に1回でも、「電車」や「バス」で  
通勤・通学。

休日も「電車」や「バス」でお出かけ。

クルマを使うときは  
相乗りやカーシェアリングも。

近所へは「徒歩」、  
少し遠くへは「自転車」で。

健康のために移動は「公共交通」や  
「徒歩」、「自転車」で。

愛知県では、「エコ モビリティ ライフ」のウェブページ  
「知って得するエコモビ実践ガイド」を開設しています。  
ウェブ上では公共交通の利用でいろいろな特典が得られる  
「エコモビお得情報」も掲載していますので、ぜひご覧ください。



【お問い合わせ先】  
愛知県 交通対策課 TEL:052-954-6125  
<https://www.pref.aichi.jp/kotsu/ecomobi/>



# 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 (瀬戸市)



エコモビ  
あいち エコ モビリティライフ

## 「エコ モビリティ ライフ」って？

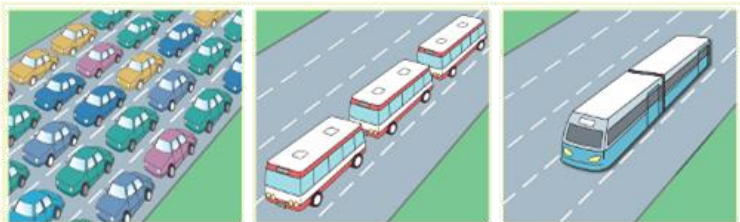
環境の「エコ」  
移動の「モビリティ」  
生活の「ライフ」をつなげた言葉で、  
クルマ(自家用車)と公共交通、自転車、  
徒歩などをかしこく使い分ける  
ライフスタイルをいいます。

毎月第1水曜日は「エコモビの日」です。

# クルマは大変便利ですが、頼りすぎると様々な問題も生じます。 クルマと公共交通をかしこく使い分けてみませんか

## 道路渋滞問題の解消！！

朝夕の通勤時間帯に発生する道路渋滞は、目的地への到着を遅らせたり、運転者のイライラの原因や無理な運転を引き起こす恐れがありますが、公共交通機関による移動に転換すると、道路渋滞が少なくなるほか、イライラやトラブルも避けられます。



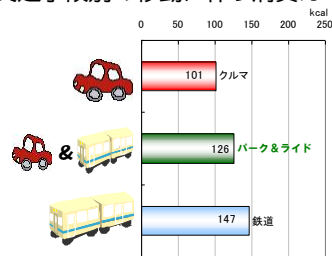
同じ人数を自動車、路線バス、電車(路面電車)のそれぞれで運ぶ場面を想定したイメージ  
(富山市及びストラスブール市等の資料をもとに作成)

## 公共交通の利用で健康維持！！

クルマでの移動はずっと座っていられます。このため、便利で快適ですが、健康面を考えると、クルマでの移動を控える方が効果的です。

1時間、クルマの代わりにパーク&ライドを実践すると、それだけで消費カロリーは**1.2倍程度**になります。

### ■ 交通手段別の移動に伴う消費カロリー量



参考 土木学会『モビリティ・マネジメントの手引き』  
クルマ:1時間運転した場合  
鉄道:駅まで9分歩き、鉄道に40分乗り、駅から9分歩いた場合  
パーク&ライド:  
:駅まで約10分クルマを運転し、  
鉄道に約35分乗り、駅から約10分歩いた場合

## 交通事故のリスク軽減

クルマを運転する限り、交通事故は起こしたくないものですが、重大な事故を起こすリスクは私たちが考えている以上に高いのではないのでしょうか。一生運転を続けた場合、6人に1人は人身事故を、また、621人に1人が死亡事故を起こす危険性があり、エコモビはそのリスク軽減につながります。

### 人身事故の発生率

①年間約30.5万件(令和3年)  
②運転免許保有者数 約8,190万人 (令和3年末)  
★人身事故発生率(50年間)  
 $\{1-[1-(① \div ②)]^{50}\} \times 100 \approx 17\%$   
(6人に1人)

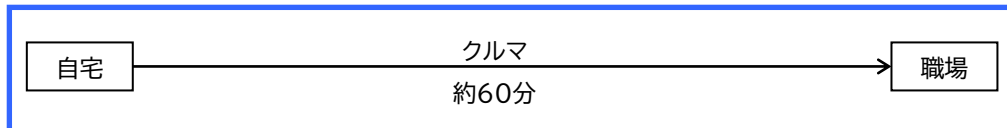
### 死亡事故の発生率

①年間約2,640件(令和3年)  
②運転免許保有者数 約8,190万人 (令和3年末)  
★人身事故発生率(50年間)  
 $\{1-[1-(① \div ②)]^{50}\} \times 100 \approx 0.16\%$   
(621人に1人)

## クルマと鉄道を上手に使うとこんな効果があります！

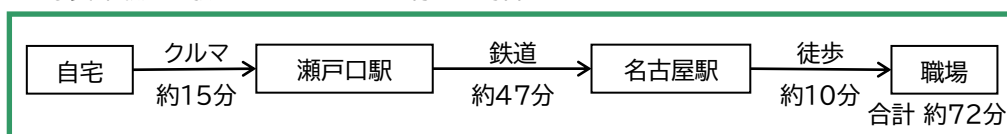
(瀬戸市塩草町の自宅から名古屋駅周辺の職場までの例)

### ①全経路をクルマで移動した場合



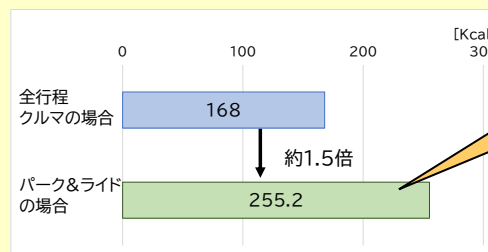
※クルマの所要時間はナビシステムで検索した数値であり、渋滞などで、より所要時間がかかる場合があります(以下同様)

### ②愛環瀬戸口駅でパーク&ライドを行った場合



### ■ あなたの健康に対する効果

#### ■ 1往復あたりの消費カロリー(40代男性の場合)



この効果は、ジョギング約12.3分に相当！！

※愛知県のウェブページで簡単に試算することができます

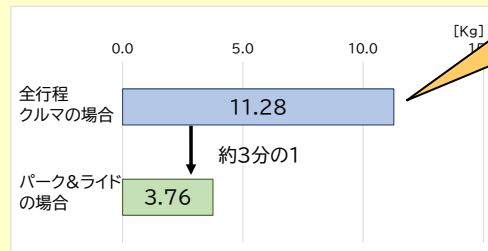
エコモビ 健康

検索



### ■ 地球温暖化に対する効果

#### ■ 1往復あたりのCO<sub>2</sub>排出量



1年間(240日)続けると、CO<sub>2</sub>の削減量は約1,800kg。これは、ヒノキ約72本分の吸収量に相当！！

※愛知県のウェブページで簡単に試算することができます

エコモビ CO<sub>2</sub>

検索

