

クルマのみでの移動とクルマを使わない移動を比較してみませんか？

交通行動診断カルテ (環境編)

「移動に関するおはなし」に目を通していただきありがとうございます。(まだの方は「移動に関するおはなし」をご覧ください。)クルマによる移動と公共交通機関等を使った移動の違いについて、興味をもっていただけたら幸いです。

この資料は、実際にあなたの交通行動について、クルマのみでの移動とクルマを使わない移動を「環境 (CO₂ 排出量)」の視点から比較できるよう、ご用意いたしました。5分ほどで記入できますので、①～⑤の順でぜひお試しください。

このカルテの使い方

- ① 会社や学校やお店など、よく行く目的地を一か所決めて記入してください。
- ② 自宅からその目的地まで、クルマ(またはバイク)で移動した場合の距離を記入してください。
(参考:1分≒0.4km進む)
- ③ ②で記入した距離を当てはめて、CO₂ 排出量を計算してみてください。
- ④ 自宅からその目的地まで、クルマ(またはバイク)を使わないで移動した場合の移動内容を記入してください。
(同封の「市バス・地下鉄 路線図・ご利用案内」や交通局 HP 参照)

記入例 自宅 → 徳重駅 → 栄駅 → 会社
 自転車 1km 地下鉄 15.5km 徒歩 0.2km

- ⑤ ④で記入した移動内容に基づき、徒歩、自転車以外の手段(バス・鉄道)で往復にかかる距離を記入して CO₂ 排出量を計算し、下欄に2つの合計を記入してください。



①

目的地

クルマのみでの移動

(バイクのみでの移動も含む)

②

往復

_____ km



③

クルマ 165_{g/km} × _____ km = _____ g

バイク 92_{g/km} × _____ km = _____ g

_____ g

クルマを使わない移動

④

⑤



バス 48_{g/km} × _____ km = _____ g



鉄道 18_{g/km} × _____ km = _____ g

合計

_____ g

クルマのみでの移動とクルマを使わない移動で CO₂ 排出量の違いはありましたか？さらに、1年間この移動をしたら、違いはどうなるかなども考えていただきたいと思います。

裏面では、お金・健康・事故の視点からも同様に比較ができますので、お時間があるときにぜひお試しください！

★お金や健康についても環境と同様に比較してみましょう。

クルマを使って移動した場合の移動コスト

※表の②で記載した距離を基に計算

・ガソリン代

クルマ $13 \text{ 円/km} \times \text{ } \text{ km} = \text{ } \text{ 円}$

バイク $6.5 \text{ 円/km} \times \text{ } \text{ km} = \text{ } \text{ 円}$

※その他、かかる料金を記入

・駐車料金 $\text{ } \text{ 円}$

・クルマ維持費 $\text{ } \text{ 円}$

合計 $\text{ } \text{ 円}$

軽自動車 : 1,016 円/日
 小型車(5ナンバー) : 1,425 円/日
 普通車(3ナンバー) : 2,079 円/日
 から選んでください!

クルマ以外の手段で移動した場合の移動コスト

※表の④で記載した移動にかかる料金を記入

自転車 駐輪料金 $\text{ } \text{ 円}$

バス 乗車料金 $\text{ } \text{ 円}$

鉄道 乗車料金 $\text{ } \text{ 円}$

合計 $\text{ } \text{ 円}$

クルマを使って移動した場合の消費カロリー

※表の②で記入した移動距離を移動時間に置き換えて計算 (参考 1km 進む≒2.5 分)

$1.7 \text{ kcal/分} \times \text{ } \text{ 分} =$

$\text{ } \text{ kcal}$

クルマ以外の手段で移動した場合の消費カロリー

※表の④で記入した移動にかかる時間を記入して計算 (徒歩には乗換時の移動時間も加算する)

徒歩 $3.3 \text{ kcal/分} \times \text{ } \text{ 分} = \text{ } \text{ kcal}$

自転車 $3.8 \text{ kcal/分} \times \text{ } \text{ 分} = \text{ } \text{ kcal}$

バス $2.2 \text{ kcal/分} \times \text{ } \text{ 分} = \text{ } \text{ kcal}$

鉄道 $2.2 \text{ kcal/分} \times \text{ } \text{ 分} = \text{ } \text{ kcal}$

合計 $\text{ } \text{ kcal}$

★事故については、クルマの年間乗車距離の合計から、年間で何件事故を起こす可能性があるか、計算してみましょう。

あなたは、年間で何キロほどクルマに乗車しますか？

	平日	休日	その他
1日	$\text{ } \text{ km}$	$\text{ } \text{ km}$	
年間	$\text{ } \text{ km} \times 265 \text{ 日} = \text{ } \text{ km}$	$\text{ } \text{ km} \times 100 \text{ 日} = \text{ } \text{ km}$	$\text{ } \text{ km}$

合計 $\text{ } \text{ Km}$

愛知県の場合、平成 22 年の 1 年間では、1 億走行台キロあたり、51,161 件の死傷事故が発生しました。(1km あたり 0.0005 件) この実態から、あなたの場合を考えると・・・

$0.0005 \text{ 件/km} \times \text{ } \text{ Km} = \text{ } \text{ 年間 } \text{ } \text{ 件}$ 事故にあう可能性があり。

★お金・健康・事故についての詳しい情報は、ホームページ「みんなでトクする 日常の移動を考えるプロジェクト」に掲載しています。ぜひご一読ください!

計算に使われた数値や計算方法の根拠は下記の資料を踏まえておりますが、独自に作成したものも含まれます。みなさまのおかれた条件により異なることもありますので、目安とお考えください。

運輸部門における二酸化炭素排出量 (国土交通省) 『モビリティ・マネジメントの手引き』(土木学会)
 『市区町村の運輸部門 CO₂ 排出量の推計手法に関する比較研究』(国立環境研究所) 警察庁資料 愛知県警資料