



かしこいクルマの使い方

クルマは確かに便利で快適です。
しかし、健康や環境問題等、困ったことがたくさんあります。※その他、「維持費」や「死亡事故のリスク」等の問題もあります。

便利なクルマとかしこくお付き合いすることは
できるのでしょうか？ 例えば…

1 クルマの代わりにバス・電車を使う

- ・福岡は、日本有数の、バスの便利な街。
- ・天神や博多行きバスは、日中「5分に1本」

2 クルマ以外で行けるところに、目的地をかえる

- ・日曜は、近所の公園でゆっくり過ごす。
- ・買い物は、ご近所で。

3 「クルマの用事」を減らす

- ・1回のクルマ外出に、色々な用事をまとめる。
- ・家でゆっくり過ごす。

ぜひ、これを機会に「かしこいクルマの使い方」を考えてみませんか？

本プログラムについてご不明な点は、下記までお問い合わせ下さい
福岡における「かしこいクルマの使い方」を考えるプログラム 実施本部

フリーダイヤル 0120-88-5013

[月～金9～17時（祝日除く）]

福岡における 「かしこいクルマの使い方」 を考えるプログラム

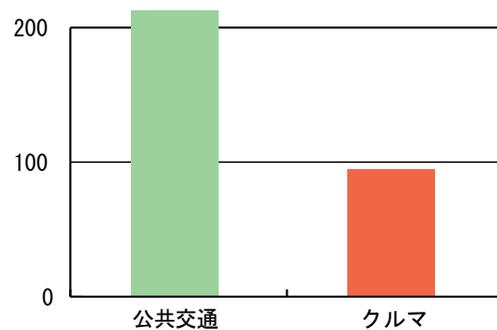
クルマはとても便利で、快適な乗り物です。
しかし、クルマのある生活には困った事も
少なくありません。
このプログラムは、この事についてじっくりと
考えてみるためのものです。

※福岡における「かしこいクルマの使い方」を考えるプログラムは、国土交通省九州地方整備局・福岡国道事務所が、福岡都市圏の渋滞・環境問題対策の一環として執り行っているものです。

クルマ利用と「健康」

クルマではずっと座っていられます。
だからこそ、便利なのですが
だからこそ、健康にはあまり良くありません。

移動に伴う消費カロリー (kcal)



◇ 例えば、1時間クルマで移動する代わりに
バス・電車を使えば、それだけで
消費カロリーは **2倍以上** になります。

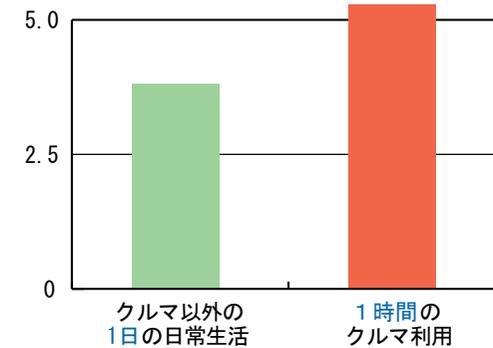
[出典：第6次改訂日本人の栄養所要量]

(詳細は www.plan.cv.titech.ac.jp/fujiilab/kawanishi/ をご覧下さい。)

クルマと環境

ちょっとクルマを使うだけであなたが
排出するCO₂(二酸化炭素・地球温暖化ガス)
は **何倍にも** なってしまいます。

排出するCO₂の重さ (kg)



◇ 例えば1時間クルマを使えば、一人の排出CO₂は
2倍以上 にもなってしまいます。

[出典：環境省]

(詳細は www.plan.cv.titech.ac.jp/fujiilab/kawanishi/ をご覧下さい。)