



## 実践！エコドライブ！ 地球と財布にやさしい 運転方法を紹介しします

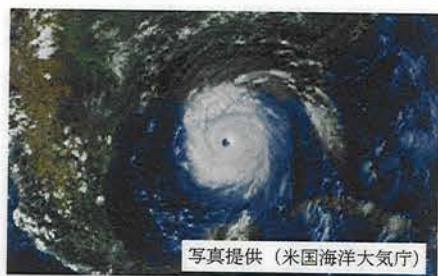
### 第三十四回 ボランティア研修交流会

今までに、三十三回のボランティア研修交流会を開催してきましたが今回は、通院送迎には絶対必要なエコドライブについて、学ぶことにしました。  
 北九州市のHPより出前講演の内容を探し出し、講演をお願いすることにしました。  
 (編集部)



非常に参考になった！

二月二十二日十時より、小倉リーセントホテルで、第三十四回ボランティア研修交流会が開催されました。講師に、北九州市環境局都市環境管理課都市環境係上川剛秀主任をお招きしました。  
 当日の参加者は、三十三名でした。  
 上川主任は、最初に、地球温暖化と大気汚染の問題から始められました。



写真提供 (米国海洋大気庁)

ハリケーン・カトリーン中心気圧は、九〇二h Pa。死者一三〇人。損害一五〇億ドル

#### 進行する地球温暖化

##### 一、異常高温の発生

二〇〇三年、ヨーロッパで熱波により五万人が死亡。二〇〇四年東京で真夏日が七〇日間続く。八〇〇人が熱中症になる。日本最高気温が四〇・九度を記録する。

##### 二、強い熱帯低気圧の発生

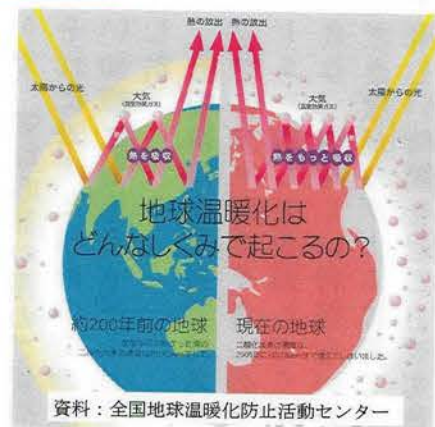
以上のよう、地球温暖化により、イ、健康への影響が出ています。ロ、農業・畜産業への打撃。ハ、水産業への影響。ニ、大規模火災の発生が顕著になっています。

##### 三、海面の上昇

侵食されるフナフナイ環礁。ツバルの島は、海面の上昇で、住めなくなり、離島を余儀なくされている。

##### 四、生物の生息・生育状況の悪化

沖縄のさんご礁が、高温により、白化現象がおきている。



資料：全国地球温暖化防止活動センター

#### エコドライブについて

上川講師は、エコドライブについて、プロジェクトAを使つて、大変判りやすく説明していただきました。

紙面の都合上、全てを掲載することが出来ませんので、その要点をまとめて報告します。

#### A、ふんわりアクセル「eスタート」

やさしい発進に心がけましょう。普通の発進より少し緩やかに発進する。最初の5秒で時速20キロが目安です。11%程度燃費が改善します。

#### ふんわり発進の方法



資料：省エネルギーセンター

#### B、加減速の少ない運転

車間距離は余裕をもって交通状況に応じた安全な安定走行に努めましょう。速度にムラのある走行をすると、市街地で2%程度郊外で6%程度の燃費が悪化します。

#### C、早目のアクセルオフ

エンジンブレーキを積極的に使しましょう。エンジンブレーキを使うと燃料の

供給が停止される(燃料カット)ので2%程度燃費が改善されます。

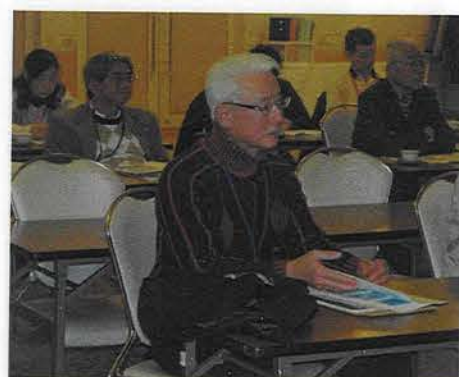
#### 減速時には早めのアクセルOFF



資料：省エネルギーセンター

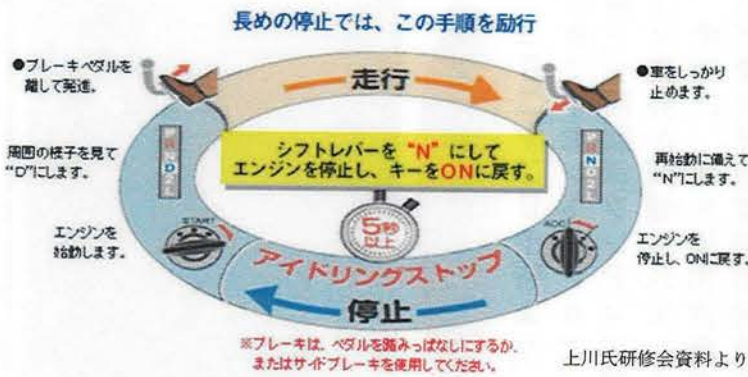
#### D、エアコンの使用を控えめに

車内を冷やし過ぎないようにしましょう。特に夏場に設定温度を下げすぎないことがポイントです。  
 (裏面に続く・・・)



E、アイドリングストップ

無用なアイドリングは止めましょう。一〇分間のアイドリングで、一三〇cc程度の燃料を消費します。



F、暖気運転は適切に

エンジンがかけたら、すぐ出発しましょう。現在販売されているガソリン乗用車においては暖気運転は不要です。五分間暖気運転すると、一六〇cc程度の燃費を浪費します。



G、道路交通情報の活用

出かける前に計画・準備をして、渋滞や道路障害などの情報をチェックしよう。1時間のドライブで一〇分間余計に走行すると4%程度の燃料悪化に相当します。

H、タイヤの空気圧を

こまめにチェック

タイヤの空気圧を適正に保つなど、確実な点検・整備を実施しましょう。

I、不要な荷物は

積まずに走行

ゴルフバッグなど、入れたままにしていませんか？



J、駐車場所に注意

渋滞などをまねくことから、違法駐車はやめましょう。交通の妨げになる場所での駐車は交通渋滞をもたらす余分な排出ガスを出させる原因となります。

「エコドライブ10のすすめ」・エコドライブ普及連絡会より抜粋



今回、ボランテニア研修交流会に参加された

ボランテニアさん二名の方に

感想文を頂きました。

八幡事業所

ボランテニア

八丁百合子さん

皆さんとのご縁に感謝



今回の研修はエコドライブについて、という事で通

院介護のみでなく日頃の運転に於いても勉強になるものでした。

普段自分なりにエコドライブを心がけているつもりでしたが、手順や効果を知った上で意識して行えば、まず自分に優しいんだという事に気付きました。

また、皆さんが日頃からドライブ以外にもエコについて関心を持たれているようで、質疑応答の際のご質問、それに対する講師の方の深い知識にも感心させられました。

その後の交流会ではスタッフの方々がたくさんのゲームや催しを企画してくださり、美味しい料理をいただきながらゲームに興じて楽しい時間を過ごさせて頂

頂きました。初めて参加させて頂いたのですが、普段なかなかお会いする事の無い皆さんとお話しも出来て大変有意義な時間でした。

ボランテニアを通じて知り合えた皆さんとのご縁に感謝します。

小倉事業所

ボランテニア

田中 良照さん

エコドライブを心がけ

平成二十一年二月二十二日(日)研修交流会に参加して大変参考になることが多かったことです。

先ず、「実践！エコドライブ」の講習です。北九州市役所の上川主任様の体験を通してのエコドライブの推奨です。

かなり前からエコドライブを心掛けて運転している私でしたが、再度心してエコドライブに徹して運転してみました。やはり以前の運転は雑でした。ゆっくり穏やかに、加速



してみると、なんと安全運転そのものです。大変びっくりした発見でした。患者さんの安全になること、全くそのものです。

そして自分自身の為にも、家族の為にもなる運転でした。講演後、交流会で皆様の元気さにも全く感心しました。明るく元気なボランテニアの会員さんに患者さまは元氣付けられるのではないのでしょうか。

損得抜きボランテニアの雰囲気を感じるやらのせられるやら、健康一杯の様でした。

参加してよかったですとつくづく思いました。

役員様のご苦勞に感謝するばかりです。

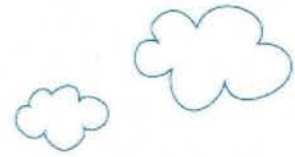
世の中は、やれ不況だ不景気だと、暗いことをしゃべるばかりですが、「さわやか」の運動は、健康そのものだと感じました。更なる発展を念ずるばかりでした。



# 第34回ボランティア研修交流会 アルバム集



エコドライブについて勉強中

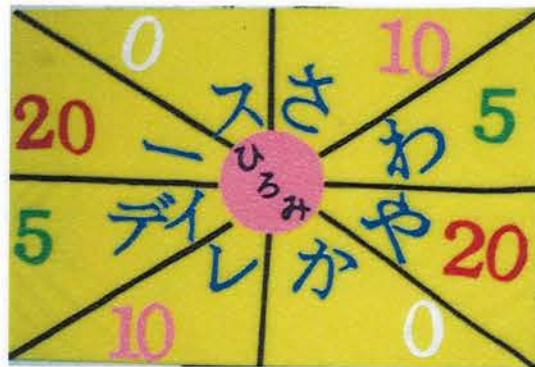


第1部 初司会でした！



小倉事業所 梶原 博様

乾杯～！！



にぎにぎストライクナイン  
ひ・ろ・みにあてないで～

事務局手作りのボードに手作りのボールを  
投げて・・・くっつけて、点数を競いました。

ひろみに当てると怖いおしおきが・・・



童心にかえて・・・



ハンドキャッチャー  
がちりつかみましよう  
パート2

