

「移動」を「エコ」に。 スマートムーブ通勤月間

エコドライブ

公共交通機関

徒歩・自転車

参加企業・団体 募集中！

優れた取組をした団体は表彰対象！！

スマートムーブとは、その時の状況に応じて、環境に優しい移動方法を選択するライフスタイルのことです。

例えば

- 電車やバスを積極的に利用しよう！
- 近い場所へは徒歩・自転車で行こう！
- 自動車の運転はエコドライブで！

エコドライブで環境にも
お財布にも優しく！



もったいない・あおもり県民運動
キャラクター「エコちゃん」

スマートムーブ通勤月間とは、10月1日～31日までの間、CO₂排出削減に向け
5日以上「ノーマイカー通勤」や「**エコドライブ通勤**」

にチャレンジしていただく取組です。

マイカー通勤の方も参加できます！

以下のうち、5項目以上にお取組ください◎◎◎

エコドライブ 10 のすすめ

出典：エコドライブ普及連絡会

①自分の燃費を
把握しよう



②ふんわりアクセル
「eスタート」

最初の5秒で
時速20kmが
目安です。



③車間距離にゆとりを
もって、加速・減速の
少ない運転



④減速時は早めに
アクセルを離そう



⑤エアコンの
使用は適切に

エアコンは冷却・除湿
用。暖房のみ必要な
場合は、エアコン
スイッチをオフ。



⑥ムダなアイドリング
はやめよう



⑦渋滞を避け、
余裕をもって
出発しよう。



⑧タイヤの空気圧から
始める点検・整備

タイヤの空気圧は
1か月で5%程度
減少します。



⑨不要な荷物は
おろそう



⑩走行の妨げとなる
駐車はやめよう



【詳細・申込】
県ホームページ
又は
裏面をチェック！



実施期間

10月 1日～
31日

「スマートムーブ通勤月間」で検索🔍

令和5年度スマートムーブ通勤月間の参加方法

詳しくは、県庁ウェブサイト掲載の「令和5年度スマートムーブ通勤月間実施要領」を御確認ください。

Step① 参加登録 申込み〆：9月27日（水）

- 右のQRコードから登録フォームにアクセスし、必要事項を記入の上お申し込みください。オンラインでの申込が困難な場合は、県ホームページから様式をダウンロードし、必要事項を記入の上電子メール又はFAXで提出してください。参加登録受付後、スマートムーブ通勤月間参加事業所用ポスターをお送りします。
※部署単位（1名～）でも参加が可能です。



Step② 周知

- 事業所内で、社員・職員等の皆様に、スマートムーブ通勤月間への参加を周知しましょう。
◎◎<例えば…
 - ・事業所内にポスターを貼る
 - ・朝礼時に呼びかける などがあるよ！

Step③ 実践

- 10月1日～31日までの1か月間のうち、**5日以上**スマートムーブ通勤に取り組みましょう！

マイカー通勤の方 次の①、②の取組を合計5日以上実践しましょう！どちらか一方だけでもOKです。

- ①マイカー通勤をできるだけ控え、電車やバス・自転車・徒歩などの「**ノーマイカー通勤**」に取り組む。
- ②ノーマイカー通勤が困難な場合、「**エコドライブ通勤**」に取り組む。
（エコドライブ通勤 = 「エコドライブ10のすすめ」から5つ以上のポイントを実践すればOK!）

普段から、電車やバス・自転車・徒歩で通勤している方

普段どおり、引き続きノーマイカー通勤の実践をお願いします！

Step④ 実績報告

- 事業所分を取りまとめ、右のQRコードから報告フォームにアクセスし、**11月10日(金)**までに青森県電子申請・届出システムから実績を報告してください。システムによる報告が困難な場合は、県ホームページから「実績報告書」様式をダウンロードし、必要事項を記入の上メール又はFAXで県へ提出してください。



スマートムーブ通勤アワード

- 参加事業所の中から、**優れた取組を行った事業所**を令和5年度に青森市内で開催予定の表彰式において**表彰します**！工夫した取組については「実績報告書」へ記載してください。

【過去の受賞者の取組例】

- ・参加者に、景品と交換可能な「ありがとうカード」を進呈した。
- ・役員が率先して徒歩通勤を実践した。

お問い合わせ：青森県環境生活部環境政策課地球温暖化対策グループ

〒030-8570 青森市長島1-1-1 TEL：017-734-9243 FAX：017-734-8065

E-mail：kankyo@pref.aomori.lg.jp

青森県庁ウェブサイト

スマートムーブ通勤月間

検索