

# スマートムーブ通勤月間 10月1日～10月31日

参加企業・団体を募集しています

マイカー通勤の方も参加できます!

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
- 自動車の運転はエコドライブで

エコドライブしよう!



もったいない・あおもり県民運動  
キャラクター「エコ」

スマートムーブ通勤月間とは、10月1日～31日までの間、CO<sub>2</sub>排出量の削減に向け

**5日以上「ノーマイカー通勤」や「エコドライブ通勤」**

にチャレンジしてもらう取組です。

5つ以上のポイントを実施すればOK

## 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ましょう



詳細・お申込は  
QRコード又は裏面のとおりに



申込期限 **9/28 (火)**

# 令和3年度スマートムーブ通勤月間の参加方法

詳しくは、県ホームページ掲載の「令和3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28日（火）

- 下記の「令和3年度スマートムーブ通勤月間参加登録書」をメール又はFAXで県へ提出してください。様式は下欄を御利用いただくか、県ホームページからダウンロードしてください。
  - ・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。

## 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の取組を合わせて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、「実績報告書」(エクセルファイル)に入力し、11月12日(金)までにメール又はFAXで県へ提出してください。「実績報告書」様式は県のホームページからダウンロードできます。

## 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3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。

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 青森県庁HP

〒030-8570 青森市長島1-1-1 TEL:017-734-9243

スマートムーブ通勤月間 [検索](#)

E-mail [kankyo@pref.aomori.lg.jp](mailto:kankyo@pref.aomori.lg.jp) FAX 017-734-8065 青森県環境生活部環境政策課 行き

## 令和3年度スマートムーブ通勤月間 参加登録書

事業所名			
事業所所在地	〒		
担当者所属部署	担当者氏名		
電話番号	FAX番号		
E-mail	参加予定人数		名
事業所名の公表	<input type="checkbox"/> 希望する	<input type="checkbox"/> 希望しない	※どちらかにチェックしてください。