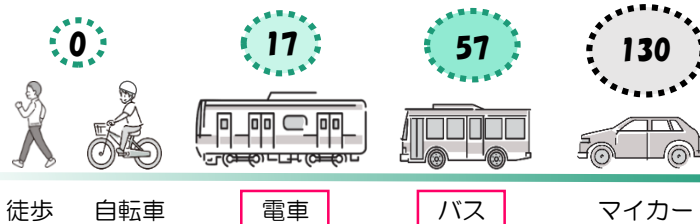


人と環境にやさしい公共交通

公共交通（バスや電車など）を利用した移動によって得られる**メリット**はたくさん！
日頃から公共交通に乗っている人も乗っていない人も、公共交通での移動による良さを知り、
自分やサステナブルな地域社会の**未来**のために、身近な**公共交通**を利用しましょう。

✓ 環境にやさしい

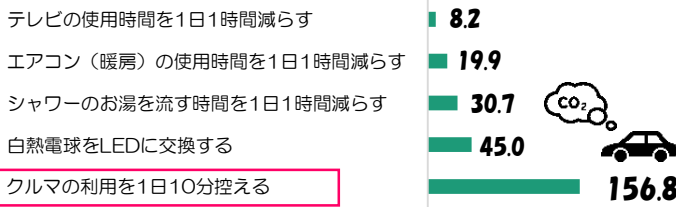
1人1kmの移動にかかるCO2排出量の比較 (g-CO2/人・km)



バスや電車は、一度にたくさんの人を乗せて運べるため、マイカー移動に比べて、CO2排出量が圧倒的に少ない。

出典:国土交通省HP 輸送量当たりの二酸化炭素排出量(旅客)(2019年度)

1世帯が1年間で削減できるCO2排出量の比較 (kg)

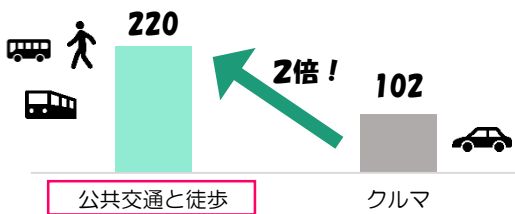


マイカー利用を1日10分控えるだけで、CO2排出量を大きく削減できる。
マイカーから公共交通へ、あなたが
できる「環境配慮(環境にやさしい)
行動」の第一歩。

出典:東京都環境局HP「自動車利用の抑制(いい未来に乗り換えよう)」から作成

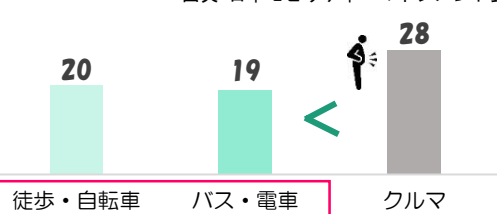
✓ 健康増進

移動(15km往復)に伴う消費カロリー (kcal)



クルマに比べ、電車やバスの利用では、最寄りの駅やバス停まで歩くことにもなるため、健康的な身体づくりにも役立つ。

通勤手段と肥満(BMI:25以上)の関係(%)



肥満の割合は、通勤手段によって差がある。
通勤手段をクルマからバスや電車に切り替えれば、生活習慣病の予防になる。

✓ 安全・安心

近年、高齢ドライバーによる交通事故が深刻な問題になっている。プロの運転手さんに任せてバスや電車を利用した方が、運転するよりも交通事故に遭うリスクを避けられ、安全に安心して移動ができる。

