

ノーマイカー&エコドライブ ウィークを実施します！



会社や学校の仲間たちと一緒に、通勤・通学を公共交通機関に変えてみたり、
ゆとりのある運転で燃費アップにチャレンジしたりしてみましょう！
ECO2プロジェクトに参加している事業所には、実績に応じてECO2ポイントを進呈★
マイカーを少しお休みさせて、環境にやさしく過ごしてみませんか。
通勤だけでなく休日も対象です♪電車やバスでちょっと足をのばしてみませんか？



ノーマイカーとは

マイカーで通勤・通学している方が、以下の通勤・通学
方法にチャレンジします。

- ☒ 徒歩や自転車
- ☒ 電車・バスなどの公共交通機関
- ☒ マイカーの相乗り
- ☒ パークアンドライド

エコドライブモニターとは

ふんわりアクセルや適切なエアコンの使用な
ど、低燃費運転にチャレンジします。実施前と後
の燃費をそれぞれ報告してください。燃費の算
出方法は裏面を参考にしてください。

■ 対象者 ノーマイカーかエコドライブモニター片方のみの参加もOK♪ 柏崎市内で自家用車を利用する方のいる事業者・団体

※エコドライブモニターは、近くに公共交通機関がない、夜勤シフトで公共交通機関が利用できない
などの理由でノーマイカーに取り組むことが難しい人が対象です。

※同じ人が2つの取り組みに重複して参加することはできません。

(事業所内にノーマイカーに取り組む人とエコドライブモニターに取り組む人がいることは可)

■ 実施期間

令和7(2025)年10月1日(水)～10月31日(金)のうち、各参加団体が設定する1週間(7日間)

※勤務日・休日に関わらず、取り組むことができる日だけの参加も可能です🍁

■ 参加方法

①参加申込書を郵送・メール・ファクス・持参のいずれかで環境課へ提出。市HPからオンライン申請
で申し込むこともできます。

ノーマイカー/エコドライブモニターの実施初日より前の祝日を除く月曜日～金曜日に申し込んでくだ
さい。(最終申込日は10月17日(金))

②いざ実践！

③11月11日(火)までに環境課へ実績報告書を郵送・メール・持参のいずれかで提出。

※ECO2プロジェクトに登録している事業者は、実績に応じて、後日ECO2ポイントを進呈します！

■ お問い合わせ・申込み先

柏崎市環境課環境政策係

〒945-8511 柏崎市日石町2番1号(市役所本庁4階)

TEL:21-2312 FAX:23-5116 Eメール:kankyoseisaku@city.kashiwazaki.lg.jp

裏面も見てください！

参加申込書・実績報告書は市ホームページに掲載されています。
必要事項（燃料の種類と燃費と走行距離）を入力するとマイカーの
利用をひかえたことによるCO₂削減量を手軽にチェックできるシートも
あります！

※燃費の参考値も記載されているので、燃費の分からない方はそちら
をご活用ください。



燃費の確認方法

【車載燃費計が付いている車の場合】

- ①エコドライブを実施する前に、現在の平均燃費を確認
- ②燃費計をリセットし、1週間のエコドライブにチャレンジ
- ③期間終了後に再度平均燃費を確認

ディスプレイに「平均燃費」「AVG」などと表示される数値



【満タン法で算出する場合】

- ①エコドライブ実施の3日以上前に燃料を満タンで給油
- ②トリップメーターをリセットし、いつも通りの運転をする
- ③エコドライブの開始時に改めて燃料を満タンで給油
- ④「トリップメーターに表示される走行距離」÷「レシートなどに記載された給油量」＝「平均燃費」
の計算をする。この時に算出された燃費が平常時の平均燃費
- ⑤トリップメーターをリセットし、エコドライブを1週間行います
- ⑥期間終了後、燃料を満タンで給油し④と同じように燃費を算出する
このときに算出された燃費がエコドライブ時の燃費

エコドライブ10のすすめ（一部抜粋）

- ①ふんわりアクセル「eスタート」：最初の5秒で、時速20km程度が目安です
→日々の運転において、やさしい発進を心がけるだけで、10%程度燃費が改善
- ②車間距離にゆとりをもって、加速・減速の少ない運転：車間距離が短くなると、
無駄な加速・減速の機会が多くなってしまいます
→ゆとりがないと、市街地では2%程度・郊外では6%程度も燃費が悪化



ECO2ポイントを進呈します！

ECO2プロジェクト参加団体の皆さんには、実績に応じてECO2ポイントを進呈します🌟

※6.7月/10月ともにノーマイカーに参加すると2,500ポイント追加！

	基礎ポイント	参加者数による加算ポイント	年間ポイント上限
ノーマイカー& エコドライブに 参加する事業者	7,500 ポイント	ノーマイカー参加者数×50ポイント エコドライブ参加者数×25ポイント	30,000 ポイント
エコドライブのみに 参加する事業者	3,000 ポイント	エコドライブ参加者数×25ポイント	10,000 ポイント