

# 自転車マイレージ記録簿

年 度  
氏 名  
住 所



走行距離を月別にご記入下さい。



6月		km
7月		km
8月		km
9月		km
10月		km
11月		km
12月		km
1月		km
合計		km

5km走ると  
約500ℓのCO2削減  
▼サッカーボール 約100個分に相当



20km走ると  
約2,500ℓのCO2削減  
▼杉の木23本が1年間で吸収



100km走ると  
約12,000ℓのCO2削減  
▼2ℓペットボトル約6,000個分に相当



500km走ると  
約60,000ℓのCO2削減  
▼家庭用浴槽 約290杯分に相当



3,000km走ると  
約351,210ℓのCO2削減  
▼およそ25mプール1杯分に相当



この一年、自転車マイレージ活動に参加した感想、ご意見等、ご自由にご記入下さい。