

Let's エコライフ



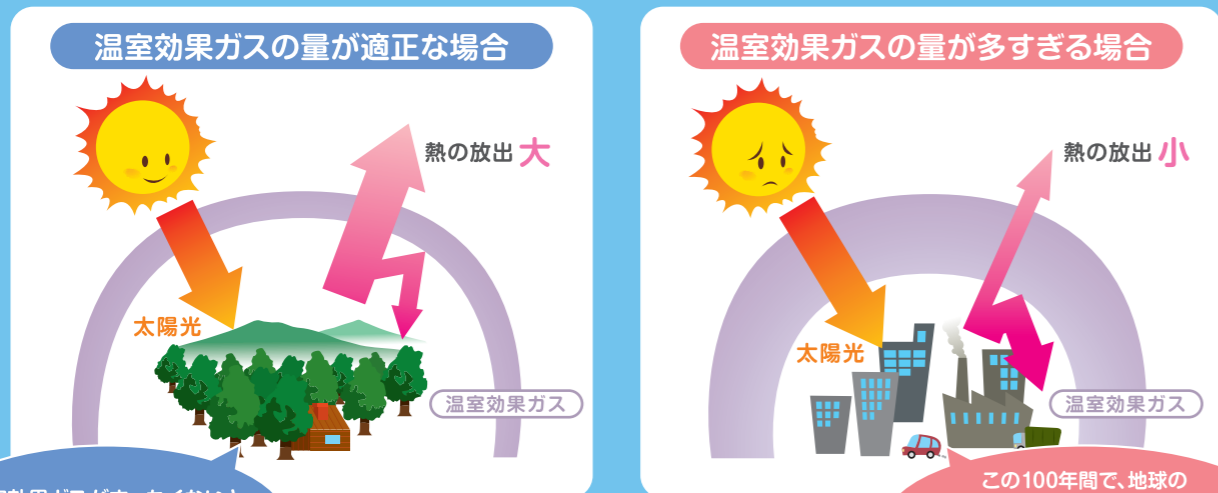
このパンフレットは、再生紙・SOY INKを使用しています。

みんなで止めよう温暖化
チーム・マイナス6%

知っておこう! 地球の温暖化

地球温暖化は、温室効果ガスが原因です!

地球を包み込む大気中には、二酸化炭素(CO₂)などの「温室効果ガス」という気体が含まれています。地球温暖化は、この温室効果ガスの増加が原因です。温室効果ガスは、太陽光の熱と宇宙に放出する熱のバランスを取り、地球表面の温度を平均15℃に保っています。しかし、この温室効果ガスが増えると、熱の放出が減ることによって地球の温度が上がり、地球温暖化が進んでしまうのです。



温室効果ガスがまったくないと、地球表面の温度は-19℃になってしまうといわれています。

この100年間で、地球の平均気温は0.74℃上昇。このままだと、2100年にはさらに最大4.0℃上昇するといわれています。

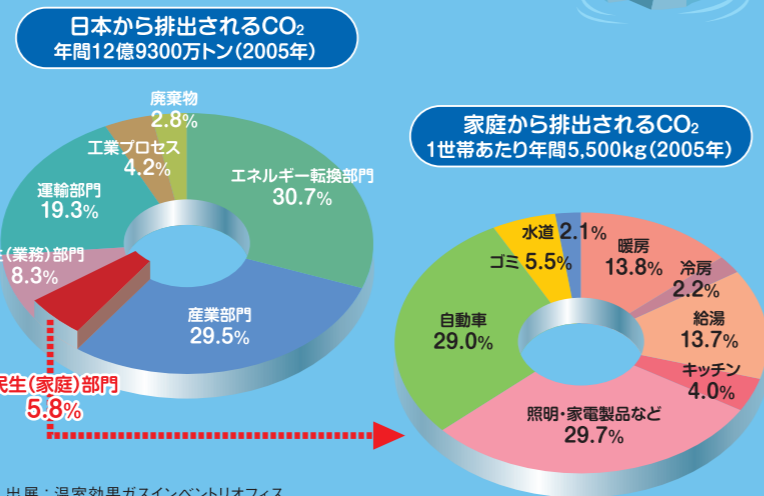
地球が暖かくなるとどうなるの?

地球温暖化が進むと、地球の氷が溶けて、海水面が上昇します。すると、低い土地や小さい島は海に沈んでしまうかもしれません。また、農作物が育たなくなったり、異常気象が発生したり、洪水や干ばつが起こったりなど、大きな環境の変化が心配されています。すでに南極の氷が溶け始めており、ホッキョクグマの生息地やサンゴにも悪い影響が出ているといわれています。



CO₂を減らそう!

温室効果ガスのなかで、地球温暖化に最も大きな影響力があるのが、CO₂です。日本のCO₂の排出量は、年間で12億9300万トン! 国民1人あたりに換算すると1日で約6kgのCO₂を排出していることになるのです。1kgのCO₂量は、サッカーボール約100個分の体積に相当します。身のまわりの暮らしのなかでも、電気・ガスの使用や、水の浄化、ごみの焼却、車の燃料となるガソリンの消費などによって、CO₂を放出し、知らないうちに地球を暖めているのです。地球を守るため、まずは省エネ生活から始めましょう!



ご家族のみなさまへ

いま、CO₂削減のため、国を挙げて積極的な活動が始まっています。

現在、国や建設業をはじめとする産業界では、地球温暖化問題に対して、CO₂削減に向けた積極的な取り組みを進めています。今後、こうした活動をご家庭・個人レベル一人ひとりに拡大していきたいと考え、今回、このご家庭向けリーフレットを作成しました。ぜひ、ご一読いただき、ご家庭のCO₂削減にお役立てください。

地球温暖化防止活動は、未来の子供たちのためです。



建設業(日建連)

建設業(日建連)の地球温暖化防止活動

日建連では「建設業の環境自主行動計画」を策定し、環境問題へ積極的に取り組んでいます。施工段階において『CO₂排出量を(1990年度を基準として)2010年度までに12%削減する』という目標を掲げ、CO₂の排出量の削減活動を推進しています。

詳しくは日建連HP「建設業の地球温暖化防止活動」まで
<http://www.nikkenren.com/ondanka/index.html>

日建連とは...
 社団法人日本建設業団体連合会(略称「日建連」)は、総合建設業者で構成される事業団体です。建設業界の統一した産業団体を目指し、昭和42年11月1日に設立されました。以来、建設産業の健全な発展を目指すとともに、社会公共の福祉増進に寄与することを目的として活動を続けています。

国(日本)

国の地球温暖化防止活動

チーム・マイナス6%

環境省が地球温暖化防止のために行っている国民的プロジェクト。個人や企業、団体など誰でも参加でき、広範な分野の人や団体が参加しています。このプロジェクトのコンセプトは、日本が国際社会に約束した「温室効果ガスの6%削減」の達成に向け、国民一人ひとりの行動に加えて、「チーム」となって力を合わせて取り組むこととしています。
<http://www.team-6.jp/>

我が家の環境大臣 エコファミリー

環境にやさしい行動を心がけて生活を送る家庭(エコファミリー)を支援する環境省の事業。楽しくエコライフを送るための情報やアイデアをエコファミリーウェブサイトを通じて紹介しています。
<http://www.eco-family.go.jp/index.html>

めざせ! 1人、1日、1kg CO₂削減

チーム・マイナス6%が推進している国民運動。ホームページに 特設サイトを設け、「私のチャレンジ宣言」などを受け付けています。
http://www.team-6.jp/try-1kg/tm6_co2-1kg01.html

かんたん さくげんほうほう おうちでできる簡単なCO₂削減方法

このパンフレットは、家庭でできる簡単なCO₂削減方法について、1日あたりのCO₂削減量と、1年間での節約金額をまとめたものです。右側のエコチェックシートを切り取って、家族みんなでチャレンジしてみてください。さて、あなたのご家庭ではどの項目にチャレンジしますか？



Let's エコライフ

家族みんなでエコライフしよう！

- 水を節約
- ごみを削減
- ガソリンを節約
- 電気・ガスを節約

でんき 電気・ガス



	1日あたりのCO ₂ 削減量	1年での節約金額(目安)
13 コンセントからプラグをこまめに抜こう <small>家庭で使用する機器の待機電力31Wを90%削減した場合</small>	239g	6,110円
14 冷房(エアコン)の設定温度を28℃にしよう <small>冷房の設定温度を27℃から28℃にした場合</small>	75g	318円
15 暖房(エアコン)の設定温度を20℃にしよう <small>暖房の設定温度を21℃から20℃にした場合</small>	99g	747円
16 冷蔵庫の扉の開け閉めを短くしよう <small>扉の開閉時間を20秒から10秒にした場合</small>	6g	130円
17 使わない電気はこまめに消そう <small>60Wの照明を1時間消した場合</small>	23g	460円
18 パソコンを使っていないときは電源を切ろう <small>デスクトップパソコンの利用を1時間減らした場合</small>	35g	690円
19 お風呂は家族みんなで続けて入ろう <small>4時間後にもとの温度まで追い炊きする場合と追い炊きしない場合</small>	225g	5,369円
20 省エネ製品を使おう <small>60W形電球1個を白熱球から電球形蛍光灯に替えた場合</small>	89g	1,770円

し とく 知っ得! エコライフヒント

水も電気を消費して
いるんです。

蛇口をひねれば簡単に出る水道水。でも、こうした水も、蛇口まで電気を利用して運んでいるのです。蛇口は、必要量だけ「あけて・しめて」節約しましょう。

使っていないでも
消費される電気!?

「待機電力」を知っていますか?これは、電化製品を使っていないでも、プラグを差しているだけで消費される電力のこと。プラグを抜くだけで、電気節約につながるのです。抜き差しが面倒な方は、スイッチ付節電タップがオススメです。

必要なとき、
必要なものだけ。

モノをつくるときも、ごみとして捨てる時にも、CO₂が排出されています。お買い物は、必要なものだけ購入することが、ごみを減らす大きな一歩です。そして、なるべくリサイクル可能な商品を選びましょう。

マナーを守るドライバーは
省エネ達人!

急発進・急加速は事故のもとであり、エンジンにも負担をかけます。空ぶかしは歩行者への迷惑であると同時に、燃料の無駄使い、大気汚染のもとです。運転マナーを守ることは、すべて省エネ行動につながるんですね。

みず



- 洗濯ものはまとめて洗おう**
定格容量の4割を入れて洗う場合と比較して、8割を入れて洗う場合
- シャワーや歯磨きのときは湯水をこまめに止めよう**
家族のシャワーの使用時間を1回1分短縮した場合
- お風呂の残り湯を洗濯に使おう**
お風呂の残り湯50ℓを洗濯に使用した場合
- シャンプーや石鹸などの洗剤類は適量を使おう**
シャンプー3mℓを使いすぎた場合と適量を使用した場合

1日あたりのCO₂削減量

1年での節約金額(目安)

水 + 電気

7g 3,950円

水 + ガス

36g 1,175円

水 + 電気

51g 5,213円

48g

ごみ



- マイバッグを使おう**
1枚6gのレジ袋を1日に2枚もらわなかった場合
- ごみ出しルールを徹底しよう**
ビン・カン・ペットボトル・牛乳パックをリサイクルした場合
- ごはんやおかずを残さず食べよう**
1人が1日に11.1g食べ残した場合と残さず食べた場合
- コンビニの割り箸・ストローを断ろう**
1日に1膳4gの割り箸を使わなかった場合

1日あたりのCO₂削減量

50g

119g

9g

8g

くるま



- 自動車の代わりに徒歩・自転車・バス・電車を利用しよう**
往復2kmの移動を徒歩や自転車、公共交通機関にした場合
- アイドリングストップをしよう**
40km走行ごとに1回5分間のアイドリングをした場合としなかった場合
- 急発進、急加速、急ブレーキをやめよう**
10km走行ごとに急発進、急加速を1回ずつした場合としなかった場合
- タイヤの空気圧などの点検整備をこまめにしよう**
適正でない空気圧で5,000kmを走行した場合としなかった場合

1日あたりのCO₂削減量

1年での節約金額(目安)

397g 5,720円

103g 1,705円

179g 2,962円

97g 1,615円

エコチェックシート



今日よくできた項目に ○ をつけよう!

家族みんなでエコライフ度をチェック!		月	日	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
水	1 洗濯ものはまとめて洗おう	7g	7g	7g	7g	7g	7g	7g	7g	7g	7g	7g	7g	7g	7g
	2 シャワーや歯磨きのときは湯水をこまめに止めよう	36g	36g	36g	36g	36g	36g	36g	36g	36g	36g	36g	36g	36g	36g
	3 お風呂の残り湯を洗濯に使おう	51g	51g	51g	51g	51g	51g	51g	51g	51g	51g	51g	51g	51g	51g
	4 シャンプーや石鹸などの洗剤類は適量を使おう	48g	48g	48g	48g	48g	48g	48g	48g	48g	48g	48g	48g	48g	48g
ごみ	5 マイバッグを使おう	50g	50g	50g	50g	50g	50g	50g	50g	50g	50g	50g	50g	50g	50g
	6 ごみ出しルールを徹底しよう	119g	119g	119g	119g	119g	119g	119g	119g	119g	119g	119g	119g	119g	119g
	7 ごはんやおかずを残さず食べよう	9g	9g	9g	9g	9g	9g	9g	9g	9g	9g	9g	9g	9g	9g
	8 コンビニの割り箸・ストローを断ろう	8g	8g	8g	8g	8g	8g	8g	8g	8g	8g	8g	8g	8g	8g
車	9 自動車の代わりに徒歩・自転車・バス・電車を利用しよう	397g	397g	397g	397g	397g	397g	397g	397g	397g	397g	397g	397g	397g	397g
	10 アイドリングストップをしよう	103g	103g	103g	103g	103g	103g	103g	103g	103g	103g	103g	103g	103g	103g
	11 急発進、急加速、急ブレーキをやめよう	179g	179g	179g	179g	179g	179g	179g	179g	179g	179g	179g	179g	179g	179g
	12 タイヤの空気圧などの点検整備をこまめにしよう	97g	97g	97g	97g	97g	97g	97g	97g	97g	97g	97g	97g	97g	97g
電気・ガス	13 コンセントからプラグをこまめに抜こう	239g	239g	239g	239g	239g	239g	239g	239g	239g	239g	239g	239g	239g	239g
	14 冷房(エアコン)の設定温度を28℃にしよう	75g	75g	75g	75g	75g	75g	75g	75g	75g	75g	75g	75g	75g	75g
	15 暖房(エアコン)の設定温度を20℃にしよう	99g	99g	99g	99g	99g	99g	99g	99g	99g	99g	99g	99g	99g	99g
	16 冷蔵庫の扉の開け閉めを短くしよう	6g	6g	6g	6g	6g	6g	6g	6g	6g	6g	6g	6g	6g	6g
	17 使わない電気はこまめに消そう	23g	23g	23g	23g	23g	23g	23g	23g	23g	23g	23g	23g	23g	23g
	18 パソコンを使っていないときは電源を切ろう	35g	35g	35g	35g	35g	35g	35g	35g	35g	35g	35g	35g	35g	35g
	19 お風呂は家族みんなで続けて入ろう	225g	225g	225g	225g	225g	225g	225g	225g	225g	225g	225g	225g	225g	225g
	20 省エネ製品を使おう	89g	89g	89g	89g	89g	89g	89g	89g	89g	89g	89g	89g	89g	89g

切り取ってご使用ください

今日○が付いた個数を記入

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

○が付いたCO₂削減量の合計(全部に○が付いた場合:1,895g)

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------	----------------------

めざせ!
1日1000gのCO₂削減

エコライフ度診断
[1日の○の数]

0 ~ 6個 がんばらないと、地球が暖かくなっちゃうよ。
7 ~ 13個 もうひとふんばり!
14 ~ 20個 地球もニコニコ!ばっちりエコライフしてます!