このままでは地球が危ない！

～今こそ見直そう！私たちのくらし～

# 射水市地球温暖化防止
# 市民行動計画

平成２０年３月

射水市地球温暖化対策推進市民会議

# 【はじめに】

二酸化炭素等の温暖化ガスの急激な増加に伴い、地球全体の温度が上昇しています。この地球温暖化が異常気象、海面上昇や生態系の破壊等を引き起こしており、人類全体で解決に取り組むべき問題となっています。

平成１７年２月に京都議定書が発効され、日本は温室効果ガスを平成２年比で６％削減するという目標を掲げています。この目標を達成するには、日本全体、特に家庭での日常生活において二酸化炭素を削減しなければいけません。

そこで地球温暖化防止に射水市全体で取り組むため、市民、事業者、各種団体、ＮＰＯ及び行政機関が参加して平成１８年８月に「射水市地球温暖化対策推進市民会議」が発足いたしました。

射水市地球温暖化対策推進市民会議では、日常生活において二酸化炭素を削減するため、この度「射水市地球温暖化防止市民行動計画」を策定いたしました。この計画には、具体的かつ分かりやすく行動例を示してありますので、市民、事業者、各種団体の皆様にはぜひ取り組んでいただくよう心からお願いいたします。

平成２０年３月

射水市地球温暖化対策推進市民会議

会長　堀　川　光　夫

## 市民行動計画の策定にあたり

### （１）地球温暖化問題

地球温暖化は、人間の活動によって大気中の二酸化炭素など温室効果ガスの大気中濃度が増加し、これに伴って太陽からの日射や地表面から放射する熱の一部がバランスを超えて温室効果ガスに吸収されることにより地表面の温度が上昇する現象です。

温室効果ガスの中でも、地球温暖化の主な原因とされるのは二酸化炭素であり、地球上の全温室効果ガス中の約６割を占めています。

また、温室効果ガスの増加は、１８世紀に始まった産業革命以降、石油、石炭、天然ガスなどの化石燃料の使用が急増したことに大きな原因があると考えられています。

特に１９６０年以降は、急激な経済成長により温室効果ガスの排出量が急増したことによって、地球全体の気温が急激に上昇し始め、１９８０年代末頃には温暖化が原因と思われる異常気象の増加が指摘されてきました。

### （２）地球温暖化防止に向けた国際的な動き

地球温暖化防止を推進するために国際的な関心が高まる中、１９９７年、地球温暖化防止京都会議が開催され、地球温暖化防止の方策や先進諸国の温室効果ガス排出量の削減量などについて協議された“京都議定書”が採択されました。この中で日本は「２００８年から２０１２年までの間、温室効果ガス排出量を１９９０年比６％削減する」ことを目標に掲げ世界に向けて約束しており、ロシアの批准によって２００５年２月、京都議定書が発効されました。

### （３）私たちが成すべきこと

日本が“温室効果ガス排出量６％削減”の公約を達成するためには、決して国や産業経済界などだけが取り組みを進めれば達成できるというものではありません。

私たち市民一人ひとりも、日常生活において温室効果ガスを排出しており、地球温暖化問題に少なからず関わっていることを理解しなければなりません。その上で、**私たち一人ひとりが日頃の身近な行動の中でできる温暖化対策に取り組むことの重要性を知り、今すぐ実行していく**ことが大切なのです。

今まさに京都議定書の２００８年から２０１２年までの約束期間が始まりました。

私たちが生きていく上で大切な地球を未来へ引き継ぐためにも、私たち市民一人ひとりが地球にやさしいくらしを今すぐに始めましょう。

２００８年３月

射水市地球温暖化対策推進市民会議

# 目　次

はじめに

市民行動計画の策定にあたり

１　このままでは地球が危ない～今こそ見直そう私たちのくらし～・・・・・・・・１

２　私たちにできる地球温暖化対策・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３

第１編　家庭でできる省エネ対策・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３
１　家電製品に共通する上手な使い方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３
２　照明器具の上手な使い方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・５
３　冷暖房器具の上手な使い方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・６
４　テレビの上手な使い方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・８
５　冷蔵庫の上手な使い方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・９
６　洗濯機の上手な使い方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１１
７　エコ・ドライブの勧め・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１１
８　その他の日常生活の工夫・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１３
第２編　“もったいない”の気持ちを大切に・・・・・・・・・・・・・・・・１５
１　リフューズをする・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１５
２　リデュースをする・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１５
３　リユースをする・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１６
４　リサイクルをする・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１７
第３編　自然との共生を大切に・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１８
１　身近な緑を大切にしよう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１８
２　自然の恵みを利用しよう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１８
３　地産地消に心がけよう・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１９
４　家族でお出かけ、自然に親しもう・・・・・・・・・・・・・・・・・・１９

３　地球温暖化対策推進市民会議委員からのメッセージ・・・・・・・・・・・・・２０

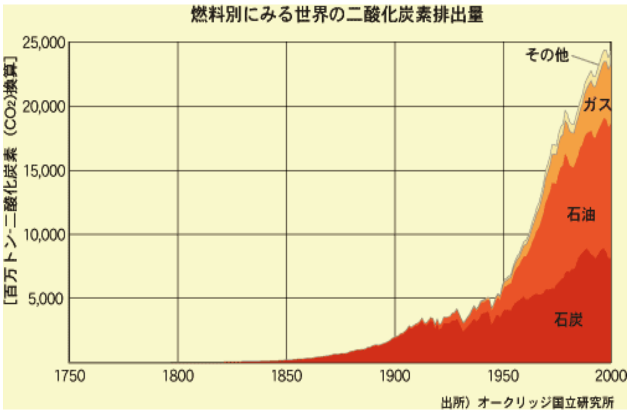
# １　このままでは地球が危ない！～今こそ見直そう！私たちのくらし～

## ･･･地球温暖化は加速している

気候変動に関する政府間パネル（ＩＰＣＣ）が２００７年２月に公表した第４次評価報告書によると、大気や海水の温度上昇、海面水位の上昇、北極海の海氷面積は近年急速に減少し、永久凍土の融解も進んでいることなどから、**地球が温暖化していることに疑う余地はありません**。また、温暖化や大気中の水蒸気の増加とともに、集中豪雨が世界的に増加する一方、干ばつの影響を受ける地域も増加しつつあります。さらに台風やハリケーンなどの熱帯低気圧の強度が増していることが示唆されています。

## ･･･もはや人為的な影響は明らか

２０世紀半ば以降に観測された地球温暖化は、**人間の活動によって排出された温室効果ガスの増加によってもたらされた可能性がかなり高く**、特にここ５０年の世界的な気候変化が、自然の変動だけで引き起こされた可能性は極めて低いとされています。



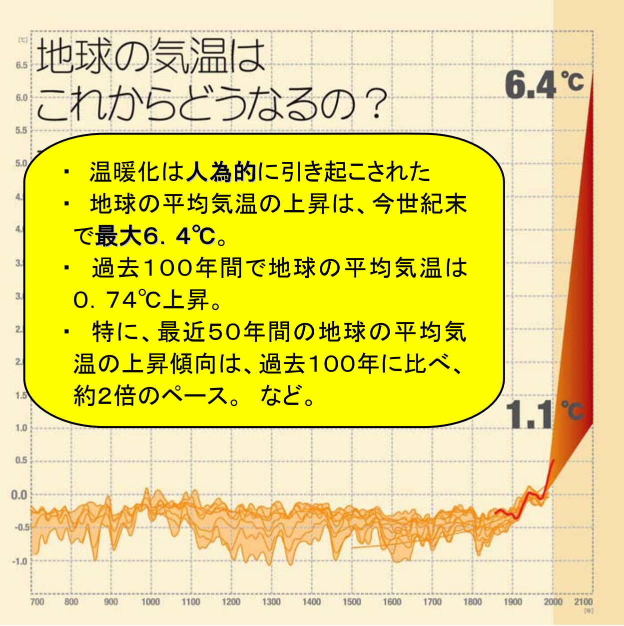

出所：オークリッジ国立研究所

## ･･･このままでは危機的状況が生まれる

ＩＰＣＣで検討した将来予測のうち、引き続き化石燃料に依存しつつ、高い経済成長を目指す社会が続いた場合、今世紀末には、平均気温の上昇は最大で６．４度に達し、海水面の上昇は最大で５９ｃｍ上昇すると予測されています。

さらに、多くの研究によれば、気候変化がさらなる温室効果ガスの排出を招くという悪循環が生じることも示唆されています。

つまり、**温暖化が進行すると、地球の気候の不安定さが大きくなり、異常気象の頻度が増加することが危惧されている**のです。




出典：ＩＰＣＣ第４次評価報告書

**･･･人間と地球の共存を**

**地球温暖化が人間社会に及ぼす影響は重大**であるといえます。

この１００年間における０．７４℃の気温上昇が全世界で様々な影響を与えたことに鑑みれば、温室効果ガスを現在と同レベル排出し続けることの危険性は明らかです。

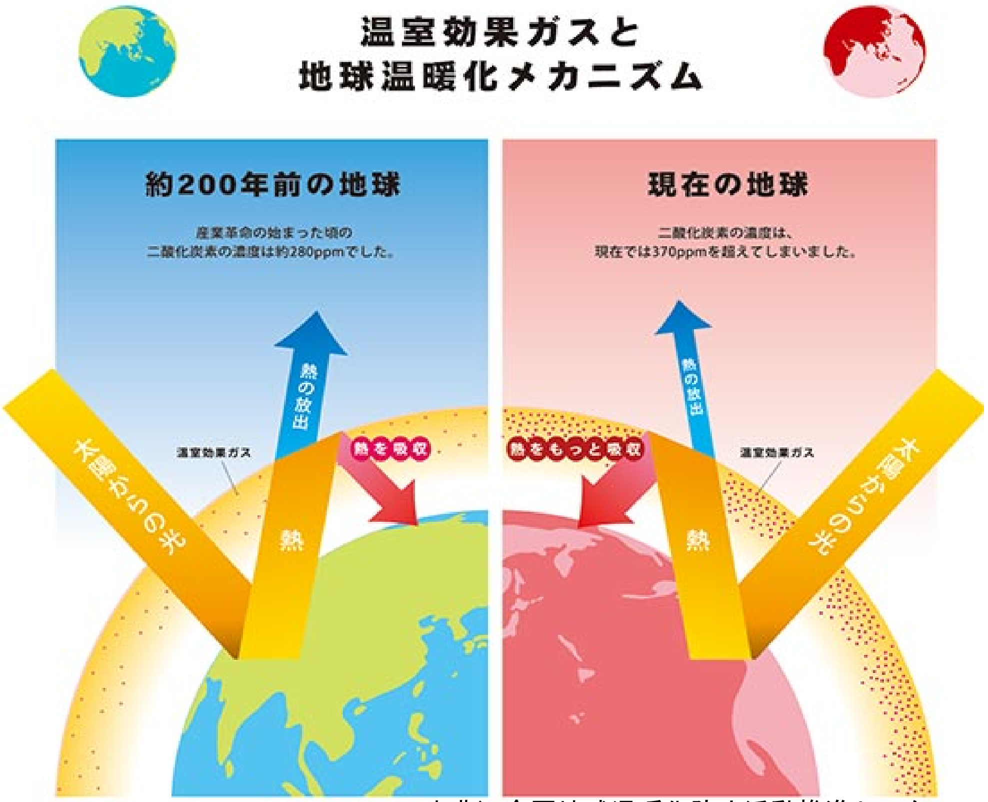
地球上の各地の生態系は、こうした急激な変化に順応することができず、死滅のリスクにさらされる生物種が増え、大規模な水不足、農業への打撃、感染症の増加、自然災害の激化など様々な悪影響が複合的に生じる恐れが強いといわれています。このような事態は人類生存の危機であり、こうした未来を子どもたちに絶対残してはなりません。

**･･･今すぐ行動を開始しよう**

地球温暖化は、私たち市民の予想をはるかに超えるスピードで進行しつつあり、その影響も顕在化しつつあります。

もはや根拠なく科学的な知見の不十分さを口実に対応を躊躇する時ではなく、温室効果ガスの大幅な削減という大きな課題に向けて、直ちに行動を開始する必要があるといえます。温暖化防止の鍵は、私たち自身が握っています。**私たち一人ひとりが自分の生活を見直し、温室効果ガスの削減のために何ができるか考え、今すぐ行動することが求められています。**

**【参考】**




出典）全国地球温暖化防止活動推進センター

## ２　私たちにできる地球温暖化対策

**～家庭から始めよう！地球温暖化対策～**

日本の２００５年度の二酸化炭素排出量は、日本が京都議定書に掲げた１９９０年比６％削減という達成目標とは裏腹に、７．７％増加するという結果となり、このままでは達成することが困難な状況となっています。

政府の京都議定書目標達成計画は、産業、家庭など５部門に分けて、それぞれ二酸化炭素排出量の削減目標を立てていますが、産業部門が徐々に減っているのに対し、事務所ビルや小売業などの業務部門と**家庭部門が大幅に伸びている現状**です。

家庭部門の排出量を削減するためには、**私たち市民一人ひとりの生活スタイルを見直す**ことが必要です。この市民行動計画は、「省エネ」や「もったいない」などをテーマに具体例を挙げて家庭でできる取組を紹介しています。

地球温暖化防止のために、**できることからすぐに行動を始めましょう**。

**身近な地球温暖化防止行動の例です。**
**次に挙げた行動の□印欄に自分でチェックをしてみましょう！**

# 第１編　家庭でできる省エネ対策

## １　家電製品に共通する上手な使い方

省エネ性マーク

**□・・・≪省エネ型家電製品を選んで購入する≫**

買替の時には、エネルギー消費効率が高いものを選びましょう。省エネルギーなどの技術の進歩により、家電製品は、使い勝手や機能性とともにエネルギー消費効率が良くなっています。

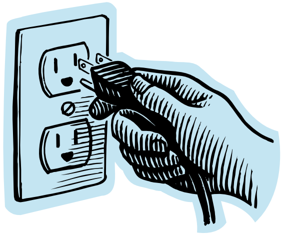
**家庭で使われる電気の約６７％はエアコン、冷蔵庫、照明器具、テレビの４つに使われています。**消費電力量の多い機器にきちんと対応することが、省エネ効果を高めるポイントです。**省エネ性能の優れた製品には省エネ性マークが表示**されています。

□・・・≪こまめに主電源を切る≫

多くの家電製品はリモコンで電源を切っただけでは電力を消費しています。これはリモコンからの信号を受けるために常に指示待ち状態でいるからです。この時に必要な少量の電力が待機時電力といわれるものです。これは、一世帯当たりの全消費電力量の約７．３％に相当します。

<u>待機時消費電力をカットするため、メインスイッチを切る</u>習慣をつけましょう。

□・・・≪長時間使わない電気製品は、プラグをコンセントから抜く≫

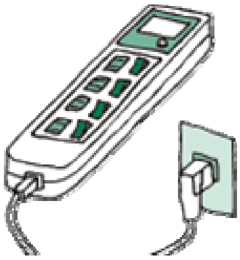


家電製品によっては、コンセントを接続するだけでわずかながらも電力を消費するものがあります。

このような不要な電力をカットし、また、プラグとコンセントの間にくっついたホコリからの火災発生防止にもなりますので、<u>長時間使用しない電気製品は、プラグをコンセントから抜く</u>ようにしましょう。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| 待機時電力を50%削減する | 約60kg／年 | 約3，400円／年 |

家庭でできる１０の取り組み（環境省）参照



待機時消費電力のカットに「**エコタップ**」がおススメです！

エコタップとは、タップのスイッチを切るだけで、電源をコンセントから抜いたときと同じ状態にできる簡単で便利な省エネ器具です。

□・・・≪家族団らんを心がける≫

家族が別々の部屋で過ごせば、その分照明や冷暖房器具などを余計に使うことになりますね。<u>家族がいっしょに過ごす時間を増やすことによってエネルギーの節約</u>にもなります。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| 家族が同じ部屋で団らんし、暖房と照明の利用を2割減らす | 約238kg／年 | 約10，400円／年 |

家庭でできる１０の取り組み（環境省）参照

## 2 照明器具の上手な使い方

□・・・≪照明器具の点灯時間を短くする≫

明るくなったのに照明をつけっぱなしにしていませんか？また、使ってない部屋や階段の照明をつけっぱなしにしていませんか？

不要なエネルギー消費を抑えるために、こまめにスイッチを消す習慣をつけましょう。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| 使わない照明器具をこまめに消す | | |
| ・54Wの白熱電球1灯の点灯時間を1日1時間短縮した場合 | 約11kg／年 | 約430円／年 |
| ・12Wの蛍光ランプ1灯の点灯時間を1日1時間短縮した場合 | 約2kg／年 | 約100円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

□・・・≪電球型蛍光ランプやインバータ照明機器を使う≫

電球型蛍光ランプは白熱電球に比べ寿命が長く、消費電力も少ないので、長時間点灯する場所で使うと経済的です。また、電気代も約１／４以下に抑えられます。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| 白熱電球を電球型蛍光ランプに交換する<br>・54Wの白熱電球から12Wの電球型蛍光ランプに交換した場合 | 約47kg／年 | 約1，850円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

□・・・≪照度調節に気を配る≫

少し暗いなと感じたときでも、つい全灯していませんか？

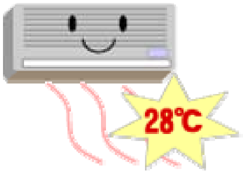
本当に全灯が必要かどうか考えてつけるよう心がけましょう。省エネ対策として、リモコン等で明るさを調節できる便利なタイプもあります。

□・・・≪小まめな掃除を心がける≫

照明器具のかさやカバー、器具本体の汚れも明るさを損なう原因の一つです。

明るさをアップするため、小まめに掃除しましょう。

## 3　冷暖房器具の上手な使い方




□・・・≪なるべく使わず、使うときは室温を適温に設定する≫

エアコンや温風ヒーターなどの冷暖房器具を上手に使うことによって、冷暖房費を節約できます。

まずは、<u>できるだけ冷房や暖房の使用を控え</u>、運転時は<u>夏の冷房時の室温は２８℃、冬の暖房時の室温は２０℃が目安</u>です。

～「すだれ」や「カーテン」、「ブラインド」等を利用した断熱～

冷暖房時は部屋の内側と外側における熱の移動が少ない程、冷暖房の効率が良くなり、経済的な運転ができます。効率アップのために次の工夫をしてみましょう。

①部屋の外側から工夫する

夏場、日本人に馴染み深い「すだれ」や「よしず」を利用すれば直射日光を遮るだけでなく、隙間からの適度な風通しによって窓を開けていても暑さを和らげることができます。

さらに清涼感を増すのに、風鈴を吊るすのも良いのではないでしょうか。

②部屋の内側から工夫する

室内では、やはり直射日光や輻射熱、冷気を遮るためにもカーテンやブラインドを上手に使いましょう。それから、扇風機を併用することも一つの方法です。冷房時は直接風が当たるとより涼しく感じますし、暖房時は温まった空気を循環させるのに使うと効果的です。

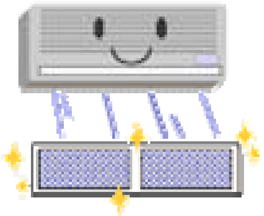
～「クールビズ」・「ウォームビズ」を心がける～

暑ければ無理に着込まず軽装し、寒ければ厚着、重ね着、ひざ掛けなどするのも一つの工夫です。なるべく冷暖房器具に頼らないように心がけましょう。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| 夏の冷房時の室温は28℃を目安にする<br>・外気温度31℃の時、エアコン（2．2kW）の冷房設定温度を27℃から28℃にした場合（使用時間：9時間／日） | 約17kg／年 | 約670円／年 |
| 冬の暖房時の室温は20℃を目安にする<br>・外気温度6℃の時、エアコン（2．2kW）の暖房設定温度を21℃から20℃にした場合（使用時間：9時間／日） | 約30kg／年 | 約1，170円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

□・・・≪エアコンのフィルターを定期的に掃除する≫



フィルターは月に１回か２回、きれいに掃除しましょう。

エアコンの空気の通り道であるフィルターが目詰まりしていると、熱効率がたいへん悪くなります。**エアコンのフィルターをいつもきれいに保つ**よう心がけましょう。

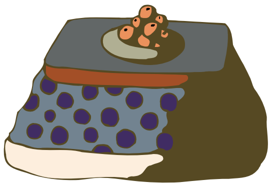
ただし、部屋の空気の汚れ具合によっては、もっと頻繁に掃除をすることが必要になることもあります。今は掃除機能を持ったエアコンを選ぶのも良いですよ。

また、室外機の風の吹き出し口前に物を置くなどして、風の流れを遮るとエアコンの能力が低下します。周囲はきちんと整理整頓しておきましょう。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| フィルターを月に1回か2回清掃する<br>・フィルターが目詰まりしているエアコン（2．2kW）とフィルターを清掃した場合の比較 | 約18kg／年 | 約700円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

□・・・≪こたつの設定温度をなるべく低くする≫



**こたつ布団だけでなく、掛け布団や敷き布団を何枚か重ねる**ことで低い温度でも暖かく利用できます。

□・・・≪電気カーペットは必要スペース以上に暖めない≫

床の上に直接敷かずに、断熱効果のあるマットを間に入れることで設定温度を低くしても暖まります。

また、**分割して暖める機能がある場合は、なるべく人のいる部分だけを暖める**ようにして使いましょう。

## 4 テレビの上手な使い方

□・・・≪テレビやゲームの時間を減らす≫

テレビをつけっぱなしにして料理や掃除をしたり、また、本を読んだりしていませんか？

見ないときは消す習慣をつけましょう。自分の見たい番組だけを選び、その時間帯だけ見ることでも電気料の節約になります。

また、テレビゲームをする時間を短くしてみましょう。

□・・・≪テレビを見ないときは主電源を切る≫

ほとんどのテレビにはリモコンがついていて便利ですね。特に、体の不自由な方には手放せない道具です。でも、リモコンを切って待機状態にしていると少量の電気が常に流れています。見ないときは、メインスイッチを切るように心掛けましょう。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| テレビを見ないときは消す | | |
| ・ブラウン管テレビ（25インチ）<br>１日１時間見る時間を減らした場合 | 約18kg／年 | 約700円／年 |
| ・液晶テレビ（20インチ）<br>１日１時間見る時間を減らした場合 | 約8kg／年 | 約330円／年 |
| ・プラズマテレビ（32インチ）<br>１日１時間見る時間を減らした場合 | 約41kg／年 | 約1，640円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

□・・・≪テレビの画面は、明るすぎないようにする≫

明るさを調節する前に、画面の掃除をしましょう。

必要以上に画面を明るくし、音を大きくするのは電力の無駄遣いですよね。画面が暗く感じたら明るさを調節する前に画面をよく見ることが大切です。

画面はホコリが付きやすく、ホコリが付いていると暗く見えます。週に１度は、画面を拭くようにしましょう。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| 画面を明る過ぎないようにする | | |
| ・ブラウン管テレビ（25インチ）の音量を最適（最大⇒中央）に調整した場合 | 約17kg／年 | 約660円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

## 5　冷蔵庫の上手な使い方

□・・・≪冷蔵庫にものを詰め込みすぎないよう整理する≫

冷蔵庫にものを詰め込みすぎると、庫内の冷気が上手く回らず、均一に冷えにくくなります。その分、電力を余計に使いますので詰め込みすぎは禁物です。

ずっと前に食べ残したものを冷蔵庫の奥に入れたのを忘れていませんか？また、入れたのを忘れてしまい、賞味（費）期限が切れて捨ててしまったことはありませんか？

日頃から庫内の確認に心がけましょう。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
| --- | --- | --- |
| 冷蔵庫にものを詰め込みすぎない<br>・詰め込んだ場合と半分にした場合との比較 | 約24kg／年 | 約960円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

□・・・≪扉の開け閉めを減らし、開けている時間を短くする≫

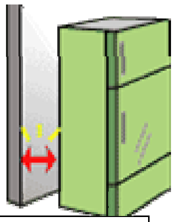
冷蔵庫のドアの開け閉めの回数を減らし、ドアを開けている時間を短くするということは、皆さん良く知っていることかと思いますが、冷蔵庫を開けてから何を取り出そうか考え始めたことありませんか？何を取り出すか先に決めてから開けましょう。

また、ビニールシートのようなものを「すだれ」のように垂れ下げ、冷気が外に逃げないように工夫をすることも効果的です。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
| --- | --- | --- |
| 無駄な開閉をしない<br>・JIS開閉試験の開閉を行った場合と、その2倍の回数を行った場合との比較 | 約6kg／年 | 約230円／年 |
| 開けている時間を短くする<br>・開けている時間が20秒間の場合と10秒間の場合との比較 | 約3kg／年 | 約130円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

□・・・≪冷蔵庫は壁等から適切な間隔を開けて設置する≫



冷蔵庫は、壁から適当な間隔を開けて、直射日光のあたるところやガスコンロの近くを避けて設置しましょう。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| 壁から適切な間隔で設置する<br>・上と両側が壁に接している場合と上と片側が壁に接している場合との比較 | 約25kg／年 | 約990円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

□・・・≪熱いものは冷ましてから入れる≫

熱いものは、冷ましてから冷蔵庫に入れましょう。熱いものをいきなり冷蔵庫に入れると庫内の温度が上がるため、冷やすために余計なエネルギーを使うことになります。

□・・・≪設定温度を調節する≫

庫内の設定温度が強すぎないか見直しましょう。設定温度が低くても、無理な使い方をしていなければ、中のものをきちんと冷やすことができます。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| 設定温度を適切にする<br>・周囲温度15℃で、設定温度を「強」から「中」にした場合 | 約34kg／年 | 約1，360円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

## ６　洗濯機の上手な使い方

洗濯機は、大容量化や衣類に適した洗い方が選べるなど多機能化が進んでいます。

最近は、消費電力量や使用水量、洗剤量を節約するとともに、運転音の静かな使い勝手の良いものへと向上しています。生活スタイルや家族の人数、洗濯物の量などに合わせて、容量・機能を選ぶことが大切ですね。

### □・・・≪洗濯物はまとめて洗う≫

電気と水を節約するため、少量の洗濯物を次々洗うのではなく、洗濯機の容量に合った量でまとめて洗うようにしましょう。

また、洗剤の入れすぎに注意しましょう。洗剤が不必要に多いと、すすぎの水が余分に必要になります。

### □・・・≪洗濯にはお風呂の残り湯を使う≫

お風呂の残り湯を使って洗濯すれば水をあまり使わずに済みます。汚れの落ち具合も真水と比べてほとんど変わりません。ポンプで残り湯を汲み上げるタイプの洗濯機も販売されています。

## ７　エコ・ドライブの勧め

私たちが日常生活を送る上で排出している二酸化炭素のうち、自動車から排出される割合は約３０％を占めるとされています。とりわけ、富山県は１世帯の自動車保有台数がトップクラスの県とされており、特に気を配る必要があると思います。

例えば、新車に買い替えるときは低燃費や低公害車を選ぶよう心がけ、運転のときにいろんな工夫をしましょう。

### □・・・≪急発進・急加速をやめる≫

時間に追われ、慌てている時など、ついアクセルを強く踏み込みがちですが、日頃から柔らかく踏み込むことを心がけましょう。ふんわりアクセルは、安全運転にもつながります。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| アクセルはふんわりと踏み込む<br>・5秒間で 20km/h 程度に加速で十分な効果 | 約194kg／年 | 約10，700円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

□・・・≪無駄な荷物を積み込まない≫

車が重くなることで余分にガソリンを使うことになります。不必要な荷物の積みっぱなしを止め、屋根への積載物も必要なときだけ取り付けるようにしましょう。

□・・・≪アイドリングストップを行う≫

つい、エンジンを掛けっぱなしで車から離れる事はありませんか？車を停車させたら、必ずエンジンを切る習慣をつけましょう。

また、信号待ちが長くなりそうなときも、エンジンを切ってみましょう。５秒のアイドリングストップでも効果があります。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| アイドリングストップ<br>・5秒の停止で、アイドリングストップ | 約40kg／年 | 約2，220円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

□・・・≪行き先を下調べしておく≫

目的地までの道のりを下調べしておけば、ウロウロして余計なガソリンを使わずに済むし、スムーズに到着できて楽しいドライブになりますね。

□・・・≪タイヤの空気圧を適正にする≫

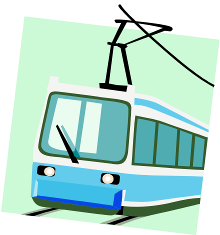
タイヤの空気圧も燃費に影響します。定期的にガソリンスタンドなどで空気を入れてもらいましょう。

□・・・≪公共交通を利用する≫

マイカーを利用しないで、バスや電車で移動することで、二酸化炭素を大きく削減できます。

射水市は「万葉線」や「コミュニティバス」の整備にも力を入れていますので、ぜひ利用してください。

可能な場合は、駅やバス停の近くに駐車して公共交通を利用すること（パークアンドライド）もお勧めです。



# ８ その他の日常生活の工夫

□・・・≪電機ポットを長時間使わないときは、小まめにプラグを抜く≫

電気ポットは、低めの温度で保温して必要なときにその都度再沸騰させましょう。長時間使わないときはプラグを抜きましょう。

| 行 動 例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| 長時間使わないときはプラグを抜く | 約60kg／年 | 約2，360円／年 |
| ・ポットに満タンの水2．2リットルを入れて沸騰させてから、1．2リットルを使用後、6時間保温状態にした場合と、プラグを抜いて保温しないで再沸騰させて使用した場合の比較。 | | |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

□・・・≪炊飯ジャーのつけっぱなしを控える≫

炊飯ジャーで保温するより、冷やご飯にしてから電子レンジで温めた方が省エネになります。

| 行 動 例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| 電子ジャーの保温を控える | 約34kg／年 | 約1，900円／年 |

家庭でできる１０の取り組み（環境省）参照

□・・・≪食器洗いを使うときはまとめ洗いで≫

食器を洗うときはお湯の温度を下げ、できるだけまとめて洗いましょう。また、食器乾燥機を使われている方は、余熱で自然乾燥させてみることも節電になります。

□・・・≪お風呂は間隔をあけずに入ろう≫

お風呂はできるだけ間隔をあけずに、続けて入浴しましょう。

また、水を沸かすよりお湯を張った方が省エネです。浴槽にはフタをし、お湯から熱が逃げないようにしましょう。

| 行 動 例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| 間隔をあけずに入浴する | 約89kg／年 | 約5，650円／年 |
| ・2時間放置により4．5℃低下した湯（200リットル）を追い焚きする場合（1回／日） | | |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

□・・・≪シャワーの流しっ放しに注意しよう≫

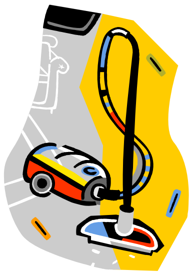
シャワーの流しっ放しに気を付けましょう。水量が強ければ強いほど、水やガスなどを使い過ぎます。水量調節には節水シャワーヘッドがお勧めです。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| シャワーを不必要に流したままにしない<br>・45℃のお湯を流す時間を1分間短縮した場合（ガス・水道の節約合計） | 約30kg／年 | 約2，890円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

□・・・≪ドライヤーの前にしっかりタオルドライ≫

風呂上りなど濡れた髪を乾かすときは、ドライヤーをかける前にしっかりタオルで拭くように心がけ、ドライヤーの無駄使いを控えましょう。



□・・・≪掃除の前に部屋の整理整頓をしよう≫

掃除機を使うときは、部屋を整理整頓してからかけましょう。ごみパックを小まめに取り替えることもごみを効率良く吸い取るために大切です。

サッと使えるお手軽なホウキとチリトリもお勧めです。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| 部屋を片付けてから掃除機をかける<br>・利用する時間を1日1分間短縮した場合 | 約3kg／年 | 約120円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

□・・・≪温水洗浄便座のフタを閉め、こまめに温度調節≫

使用後は、必ずフタを閉めましょう。一年間を通して電気をつけっぱなしにしていませんか？寒い季節だけ使うようにしましょう。

| 行　動　例 | $CO_2$削減効果 | 年間節約効果 |
|---|---|---|
| 使わないときはフタを閉める<br>・フタを閉めた場合と、開けっぱなしの場合との比較（貯湯式） | 約19kg／年 | 約770円／年 |
| 便座暖房の温度を低めに設定する<br>・便座の設定温度を一段階下げた（中⇒弱）場合（貯湯式）冷房期間は便座暖房を切っています。 | 約15kg／年 | 約580円／年 |

家庭の省エネ大事典（財団法人省エネルギーセンター）参照

# 第２編　“もったいない”の気持ちを大切に

## １　リフューズをする

リフューズ（Ｒｅｆｕｓｅ）とは、**いらないものは、もらわない・買わない・使わない**ことを意味しています。地球環境を守るために、先ずこの行動が大切です。

### □・・・≪マイバッグ・マイバスケットを利用する≫

スーパーやコンビニで貰うレジ袋は石油を原料としています。レジ袋を断り、マイバッグやマイバスケットを使えば、資源を大切にすることになりますし、ごみ排出量を減らし、二酸化炭素の排出量を減らすことにもなります。

富山県内の主なスーパーマーケットでも、平成２０年４月を目途に、無料配布を取り止めることになりました。皆さんのご協力をお願いします。

### □・・・≪紙資源を節約しよう≫

過剰な包装や、不要なチラシ・ダイレクトメールの送付などは、できるだけ断るようにしましょう。ダイレクトメールの場合「受け取りません」と封筒に明記して、ポストに投函すれば大丈夫です。

## ２　リデュースをする

リデュース（Ｒｅｄｕｃｅ）とは**ごみの発生量や資源の使用量を減らす**ことを意味しています。これは家から出るごみを減らすこともそうですが、リフューズ同様、ものを買いすぎたり、つい貰ったりすることを控え、気持ちを引き締めることも大切です。

### □・・・≪食料品は必要分だけ買う≫

食料品は必要な分だけ購入し、大量に買い過ぎないよう気を付けましょう。

### □・・・≪衣料品を買うときは慎重に≫

衣料品は長く着られる素材を選び、デザイン的にも長く愛着の持てるものを購入するように心がけましょう。また、用途に合わせて古着をリフォームしてみることも良いですね。

### □・・・≪家電製品をすぐに捨てない≫

壊れたからといってすぐに捨てないようにしましょう。修理体制の整ったところで購入することもポイントの一つです。

□・・・≪レンタル・リースを活用する≫

旅行カバンのように日頃からあまり使わないものや、あるいは乳幼児用品のように使用期間が限られているものは積極的にレンタル・リース製品を利用してみてはいかがでしょう。

□・・・≪詰め替え製品を使う≫

洗剤やシャンプーなどは詰め替え品を購入することで、ボトルが無駄にならずに済みます。

□・・・≪使い捨て製品の使用を控える≫

使い捨て製品はなるべく使わないよう心がけ、用途が同じものならば、できるだけリサイクルされた製品を選んでください。

## 3　リユースをする

リユース（Ｒｅｕｓｅ）とは再使用を意味しています。今あるものをできる限り利用するということであり、ものにも資源にもやさしい行動です。

□・・・≪エコクッキングにチャレンジ≫

野菜のくずや、魚のアラもすぐに捨てずに煮てやることで、おいしいスープをとることができます。また米のとぎ汁は油を分解しやすいので、洗い物に利用すると役立ちますよ。

□・・・≪リターナブルびんを選ぶ≫

リターナブルびんとは、飲み終わった後に販売店に返すことで、メーカーが再び洗って利用できるびんです。牛乳、ビール、お酒などに用いられており、缶やパックよりもびんで飲んだ方が環境にやさしいようです。

□・・・≪フリーマーケットを活用する≫

フリーマーケットや交換バザーに積極的に参加してみましょう。それまで不用と思っていたものでも、他の人にとって有用な場合があります。

また、リサイクルショップで購入することも不用品を活かす手段の一つです。

□・・・≪図書館、古本店を活用する≫

本や雑誌を購入する前に、図書館の利用や古本店での購入を検討してみてはいかがでしょうか。

## 4　リサイクルをする

リサイクル（Ｒｅｃｙｃｌｅ）とは再生を意味しています。つまり、不用になったものを原料に戻し、新しい製品として再び使用することです。

けれども、何でもリサイクルすれば良いというわけではありません。リサイクルには費用も、新しい資源も必要です。

まずは、リフューズ・リデュースから始まり、次にリユースをして、最後にリサイクルするということを理解しておきましょう。

### □・・・≪ごみの分別を徹底する≫

ごみは市で決められたとおりに分別し、再生利用できるようにしましょう。現在射水市では空き缶、空きびん、ペットボトル、プラスチック製容器包装、紙製容器包装をリサイクル品として回収しています。できるだけきれいな方が高品質なリサイクル品に生まれ変わりますので、なるべく汚れを落として出してください。

### □・・・≪集団回収を活用する≫

古新聞、古雑誌、ダンボールなどは集団回収（資源回収）に出してください。

### □・・・≪生ごみ処理機を活用する≫

生ごみ処理機（コンポスト式、電気式）を利用することで、堆肥として再利用することができます。射水市では補助金制度を設けています。

### □・・・≪エコ製品を購入する≫

現在いろいろなリサイクル製品が販売されており、マークがつけられています。例えば紙のリサイクル品には「グリーンマーク」や「再生紙使用マーク」が、他にもペットボトルや牛乳パックのリサイクル品にもマークがありますので、購入の際の目安にしてはいかがでしょう。

また「エコマーク」のついた製品は環境にやさしいと認定されておりますので、こちらも購入の目安としてください。

エコマーク　グリーンマーク　再生紙使用マーク

牛乳パック再利用マーク　ペットボトルリサイクル推奨マーク

# 第３編　自然との共生を大切に

## １　身近な緑を大切にしよう

庭やベランダで木々や草花などの緑を育ててみませんか。

緑は$CO_2$の吸収源としての役割を果たしたり、夏場の強い日差しを防いだり、風の通り道の役割を果たすなど、快適な生活環境を作り出す効果があります。

また、小学校の窓辺などでアサガオやヘチマ、フウセンカズラなどを利用した緑のカーテンを目にします。

日差しを遮り、水を与えれば一段と涼しい風が入りますので、ぜひ家庭でも試してみると良いですね。

## ２　自然の恵みを利用しよう

私たちは主に石油や石炭などの化石燃料を利用することによって物資にも恵まれ、文化的で快適なくらしを送ってきたと思います。これからは$CO_2$排出量を減らし、限りある資源を大切にするためにも、せっかくの自然の恵みを上手に利用しながら生活を送ることも考えましょう。

### ≪太陽光の利用≫

例えば、住宅用太陽光発電は自宅の屋根などに設置した太陽電池で暮らしに必要な電気を生み出します。電力会社の配電する商用の電力と系統連結することによって発電した電気が余った場合は電力会社に売ることもでき、経済面でも効果があります。

射水市では補助金制度を設けています。

### ≪太陽熱の利用≫

太陽エネルギーの利用方法には太陽熱の利用もあります。主には冷暖房や給湯設備に活用されています。

太陽熱利用機器は、太陽熱を給湯や冷暖房に利用して、電気やガス、灯油等の消費量を減らすことができますので、その分$CO_2$排出量を削減し光熱費の節約にもつながります。

≪風力の利用≫

　例えば風力発電は、風があれば２４時間稼動できるという利点があります。

　射水市では補助金制度を設けています。

≪雨水の利用≫

　例えば屋根などに設置した雨水タンクに溜まった雨水を利用して、庭木への水やりや散水、便所の水洗などに利用されている例もあります。

　雨水を上手く利用すれば、水道水の無駄遣いを減らすだけでなく、地下浸透させて空へ水を返せるようにもなりますし、地下浸透した雨を地下水として利用することもできます。

## ３　地産地消に心がけよう

　野菜や魚などは地元の旬な食材を選びましょう。

　地元でとれた野菜や魚ならすぐに店頭に並ぶのでとても新鮮なうえ、輸送にかかるエネルギーが節約できるため$CO_2$も減らすことにもつながります。

　また、自然の恵みや生産者への感謝の気持ちを忘れずに。

## ４　家族でお出かけ、自然に親しもう

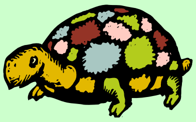
　休日はなるべく家にこもらず外へ出かけましょう。

　時には山や川でアウトドアを楽しんだり、散策をしたりして家族や友人達といっしょに自然と触れ合うことも良いですね。

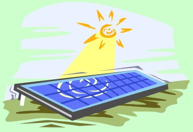
## ３　地球温暖化対策推進市民会議委員からのメッセージ

２００７年から２００８年にかけての４ヵ月余り、世界２３カ国を観てきた。地中海周辺の国々を含んではいたが、南半球が主だった。今回は自分なりにいくつかの課題を持って参加した。地球温暖化といわれるが、世界の現状はどうなのだろう。一人でも多くの人達に地球温暖化の話をしてきたい。そのためのワークショップもしてこよう。

どこまでも岩と砂地が続くヨルダン、トルコ、エジプト。また樹のないイースター島。伐採されてゾウガメが住めなくなったガラパゴス。まったく人災としかいえない地球の荒廃ぶりだった。私たちはゾウガメを守る活動をしている写真家の藤原幸一氏と一緒にスカラシアという植物を植えてきた。氷だけと思っていた南極に緑の草が生えている写真を見た時はショックだった。ここに住んでいる動物たちの悲鳴がきこえてきそうだ。



トルコのカッパドキア近郊の家々には、屋根にソーラーシステムが備わっていた。カナリア諸島では海辺に沿ってどこまでも風車が並んでいた。ギリシャでは分別ゴミ箱が街のあちらこちらに設置してあり、世界各地で温暖化に対する試みが見られた。



私は地球温暖化の自主講座を開いた。若者も含めたくさんの人が聞いてくれた。ギリシャ人のゴンザレスさんもゲームを通じて限りある地球の資源はもっと大切に使わなければならないことを伝えた。ユネスコ世界遺産委員の吉岡氏もスローライフの勧めを話した。世界で活躍する枝広順子さんは４０年前の日本の暮らし方で良いという。それならできそうだ。自分も体験していたことだ。工夫を楽しもうと思う。エコ的な暮しがとっても格好良い、心地よいと感じられる感性。エネルギーを無駄に使う方が格好悪いと思える風潮を広めたい。

一見何もないと思えたパプアニューギニアの人々の満ち足りた明るい笑顔が忘れられない。お金さえ必要がない程食料は自然のそこかしこにある。文明の発達と反比例して心の幸せが減っているように思える。幸い、人類はこの地球の危機的状況に気づいた。英知を集め美しい地球を守り、次世代へ渡さなければ地球の未来、人類の未来はない。

石崎　千鶴子

家庭から発生するＣＯ２削減について、ワーキンググループの一員として、討論に参加してきました。一人ひとりが出来る範囲で削減の努力をすることが、家庭からのＣＯ２を減少させることにつながるということは充分理解しているつもりですし、それしか方法がないことも事実でしょう。しかし、議論しながら感じるこの“むなしさ”は何なのでしょうか。

地球温暖化について時期的にどこかに“分岐点”があり、そこを越えてしまうと全人類がＣＯ２排出量をゼロにしても、温暖化は止まらないという考え方があり、その理論の背景は理解できるものです。問題はその“分岐点”がいつ来るかという点であり、まだまだ先の話という説や、もう既に越えてしまっている説など議論が行われています。

現在、温暖化防止に関する世界の動きを見ていると、人類の経済活動を大幅に減少させても、ＣＯ２の発生を抑えることを考えざるを得ない時期が来ている感じがします。

木沢　進

環境問題への取り組みは、廃棄物処理に伴って発生するダイオキシン問題や地球資源の有効利用促進等のために行われている「ゴミの分別」、容器包装ゴミを削減するため取り組みが始まりつつある「レジ袋有料化」「マイバッグ運動」など地域が一体となり行う取り組みは目に見えるものであり、着実に定着しつつあります。

しかし、家庭内におけるＣＯ２排出量削減については、取り組む単位が家庭という事や、内容が各家庭によりそれぞれ異なり、取り組んだ結果が目に見えない（光熱費の削減や環境家計簿によって把握は可能）ため、取り組みが今一つ進んでいないのが現状だと思われます。

今回、射水市地球温暖化対策推進市民会議で策定されました地球温暖化防止に係る市民行動が、家庭内のみならず、地域が一体となりＣＯ２排出量削減に向けた取り組みへと広がり、環境保全の一助となれば、策定に携わった者としてうれしく思います。

堀川　均

　メダカが珍しい魚だと言われるようになったのは、いつの頃からか。あんなに身近にいたメダカがいつの間にか私達の視界から消えてしまった。消えたのはメダカだけではなく、いろいろな生き物たちが誰にも気付かれず姿を消している。

人間は便利で快適な生活を手に入れた。多量のエネルギーを必要とする今の生活スタイルを続けている事は、それ以上に大切な自然を失っている事を気付かずにいる。温暖化防止を考える時だけでなく、常に意識して生活している人がどれだけいるだろうか？

私達の生活スタイルはそんなに急には変わらない。しかし今すぐ自分の出来る事から始める必要があるはず。温暖化はそれほどまでに急激に迫って来ている。

無謀な開発の隙間を縫うように生きているメダカを見るたび強くその事を考える。

田村　正次