



みんなで止めよう温暖化

チーム・マイナス6%

チーム・マイナス6%

公式サイト <http://www.team-6.jp/>

連絡先

環境省 地球環境局 地球温暖化対策課 国民生活対策室

〒100-8975 東京都千代田区霞ヶ関1-2-2

☎03-5521-8341 (直通)

chikyu-suishin@env.go.jp (E-mail)

<http://www.wanokurashi.ne.jp> (ホームページ)



地球の未来を 私たちの手で守ろう

22人が贈るエコリユクスなライフスタイル

自然の中で、自然の状態で暮らそう	2
自然から“私”のできることを学ぶ	4
ささやかなことから示したい“地球への思いやり”	6
自然が教えてくれる共存の知恵	8
“気づき”からエコアクションの輪が広がる	10
エコアクションを日常生活に取り入れよう	12
人にも地球にも優しくなることがエコの基本	14
メッセージだけでは終わらない行動するエコ	16
地球の今を知り、好きな所からエコを始めよう!!	18
一人ひとりがエコ情報の発信者に…	20



自然の中で、自然の状態で暮らそう

地球を救うのは、愛。他人を愛することから始めよう



土屋アンナ
モデル・シンガー

土屋アンナさんが地球環境を想う気持ちの根底には、生き物を愛する心がある。実は土屋さんの原点は、自然の中にあるからだ。

「子供の頃から海や山が大好きで、海で素潜りしたり、カニを捕って食べたり、山でナメコを採ったりしていた」と土屋さん。父の実家である米ニューヨーク州のバッファローでも、雄大な自然の中でのびのびと遊んだ。

動物も大好きで、動物からも好かれる。昨年、捕獲されたばかりの野生のイルカと泳いだときは、海に入ると、すぐに1頭が近寄ってきた。通常、イルカはヒレに触られるのを嫌うが、ヒレに手をかけると、土屋さんを連れて海に潜り、息が苦しくなる頃浮かび上がり、また潜っては浮かび、と一緒に遊んだという。

「海の色や夜の星空を見れば、環境が悪くなっていることは一目瞭然。気候もどんどんおかしくなっている」

自然が大好きで動物をこよなく愛する土屋さんだから、環境の悪化や温暖化の進行にはかなり早い時期から気づいていた。

「温暖化を少しでも遅らせるためには、環境問題がたいへんだ！と言っているだけではダメ。一人ひとりにできることは、とても小さいことだけれど、それを世界中の人がやれば、パーフェクトに変わるはず」

必要なものだけで過ごす それがエコの基本

自分でも、なるべく電気を使わないように気をつけている。自宅ではクーラーを使わない。暑かった2007年の夏も、一切つけなかった。

「人間には汗で体温調節する機能があるのだから、自然の状態でいるのがいちばん。クーラーを使わないことに慣れてしまうと、ついしていることが逆に不快に感じてしまう。寒ければ服を重ね着し、暑ければ脱ぐ。それで充分」夜は電気を消してロウソクを灯す。冬は家族や友人と、しょっちゅう鍋を囲んでいる。暖房を強くしなくても、身体の中から温まることができるし、皆で一つの部屋に集まるから省エネにもなる。

この夏、電力不足が深刻になったときは、撮影スタジオでメイクさんと一緒に不要な電気を消して回った。「ここも消せる、あそこもいらねえ」と楽しくやるのがコツだ。

日頃、無駄な電気を使わないように心がけているから、デパートなどで人のいないところまで冷房を入れたり明るくしているのが、とても気になる。六本木ヒルズに行くたびに、「この無駄をなくせば相当効果があるのに」と思ってしまう。

コンビニも嫌いで、ほとんど行かない。賞味期限切れの食べ物を大量に捨て、「生き物を無駄に殺している」のが嫌だからだ。

「食べ物は、必要なものを必要なだけ食べればいい。服も新しい服はあまり買わない。プライベートではいつも同じ服ばかり（笑）」

土屋さんのエコアクションの基本は、なるべく必要なものだけで過ごす、という考えなのだ。そして、地球を救うために絶対に必要なのは「愛」だと考えている。

「周りの人ひとり愛せないのに、地球を救えるはずがない。家族や友達ときちんと向き合って愛せば、ほかの動物だって愛せるようになる。それが地球の環境を守り、生き物を守り、未来にいい環境を残すことにつながるはず」

古民家で過ごすエコな毎日 自然のエネルギーをフル活用



Yae
シンガー

Yaeさんは今、千葉県・鴨川で150年前の古民家に住み、農業をしながら創作活動をする毎日を送っている。

「自然の中で暮らしていると、気候がおかしくなっていることがよくわかる」とYaeさん。昔から農業を営んできた地元の人は、「あの鳥が鳴いたら種をまく」など自然のサインに合わせて作物を作ってきたが、最近はこうしたサインがすっかり狂ってきているという。

古民家の暮らしは、そのものがエコだ。風通しがよいので、夏は冷房要らず。冬は鋳物の薪ストーブで暖まる。ジャズを流しながら、囲炉裏で焼き鳥をすることも。囲炉裏は、調理もできるし暖房の役割も果たすので一石二鳥だ。

石油を原料にした灯油やガソリンを使わず

に、自然の素材を使って暮らすためのプロジェクトも、現在進行中だ。天ぷら油をリサイクルしたり、菜の花から油を取ったりして車などの燃料にすることを思いつき、地元鴨川市と一緒に実験を進めている。「灯油代わりに暖房に使えるし、ランプを作れば明かりにも使える」と夢はふくらむ。

都会育ちのYaeさんが田舎暮らしを始めたのは、4年前。毎年アルバムを出し、キャンペーンをし、仕事に追われる毎日。食事は外食ばかりで、自然に触れる時間もない。そんなとき、小さい頃から慣れ親しんできた、鴨川自然王国の畑でご主人と出会い、古民家暮らしを始めた。

「地球のために、とがんばらなくても、より楽しく、ラクに、そしてお金をかけずに生きていこうとすれば、自然と地球にもいい行動に変わってくる」

Yaeさんの知り合いのミュージシャンや画家、作家の間でも、自然と調和した田舎暮らしの輪が広がっているようだ。



column 1

家族や仲間で集い、 冬は鍋を囲んで 「うちエコ」しよう

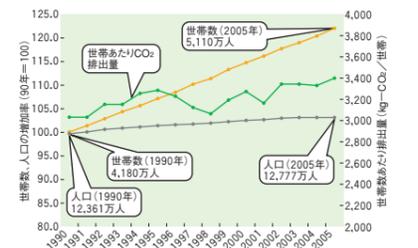
家庭からのCO₂排出量は、1990年と比べて、3割以上も増えている。その原因には、世帯数が増えたことや、家電製品などの家庭用機器が大型化・多様化したことなどがあげられる。

家族みんなが集まって食事をすれば、照明や冷暖房などは一つの部屋のものだけですむので、省エネになる。毎日のことだけに、その効果も大きい。冬なら、みんなでワイワイつづける「鍋」がおすすめ。部屋の湿度が高まり暖かく感じるので、暖房を強くかける必要がなくなる。いわば「エネルギーのシェア」だ。それに、みんなが集まれば、心も温かくなる。人にやさしくなれることが、地球にもやさしくなれる秘訣だ。

鍋とあわせておすすめなのが、「ウォームビズ」。まずは、自宅やオフィスの室温が何度になっているかを知り、室温が20度を超えていたら、いろいろな「うちエコ」アイデアを取り入れて、室温20度をキープしよう。特

に外出先から戻った時は、暖房に頼りすぎず、セーターを1枚多く着たり、お湯で手を洗ったり、温かい飲み物を飲むなど工夫して身体を温めよう。半身浴や熱すぎないお風呂にゆっくりつかって身体を温めたら、靴下やレッグウォーマー、スローケットなどのウォームビズアイテムで、おしゃれに楽しく冬の夜を過ごそう。

＜出典＞エネルギー・経済統計要覧、総務省統計局資料、温室効果ガス排出・吸収目録から算定



1990年比 [世帯数] +22.3% [人口] +3.4%
[世帯あたりCO₂排出量 3,410kg-CO₂/世帯] +11.8%

家庭からのCO₂排出量は、日本全体の約13%を占めている。産業部門は90年より減っているのに、家庭からの排出量は3割も増えている。



自然から“私”のできることを学ぶ

環境を変えようとばかりせず、自ら変わろうとする意識を持とう



石川直樹
写真家

1997年から10年にわたって北極圏を訪れ、そこに暮らす人々を撮り続けてきた写真家の石川直樹さん。「厳しい土地、そしてそこに暮らす逞しい人々に憧れているんです」

そんな思いが色濃く反映されたのが、2007年春に新宿のコニカミノルタプラザで行われた写真展『POLAR』だ。そこには北極圏の人々の日常が映し出されているが、作品を見つめると、深刻化している環境の変化に気づく。「温暖化の爪痕を撮っているわけではありません。でも、風景を撮っていると、その影響は絶対に目に入ってしまふんです」。石川さんが愛してやまないアラスカのシシュマレフ村は、海面上昇の影響で岸が削られており、20年後にはなくなるといわれている。村人はアザラシや白熊を獲る伝統的な暮らしを諦め、海岸線を避け、南への移住を余儀な

くされている。「先進国が原因の温暖化。でも結局、最初にとばかり受けるのは、温暖化の原因とは無縁の生活を送る人々。環境は変わるもので、何かが消えれば何かが生まれる。でも、誰かが寂しがり、不安に思うなら何かしたい」

以前から地球に悪いことはしたくないと意識してきたという石川さん。「寒ければ着る、暑ければ脱ぐ、自転車を使う、レジ袋はもらわないのは当たり前。フィールドに出て、山や川を“綺麗だ”と思えばゴミ問題についても考えるもの。冷たい風が吹いて寒いとか、照りつける太陽がヒリヒリするとか、当たり前前前前を感じる瞬間があればあるほど、自然に対して敏感になる。でも、暑ければ冷房、寒ければ暖房をつけ、環境を変えようとばかりしているから、様々なひずみが出てくる。環境でなく、自分が変わっていくべき。まずはそんな意識改革が必要なのでは」

ヨットレースにも温暖化の影響 南極から流れ出す氷河が増加



白石康次郎
海洋冒険家

白石康次郎さんは2006年、世界一周「単独」ヨットレース「5 OCEANS」に出場した。たったひとりでヨットを操縦し、約半年間航海する。世界の海を20年近く、冒険し続けている白石さんは言う。

「5 OCEANSでは、スペインを出発してアフリカに沿って南下し、南氷洋を通過してオーストラリアを目指します。南氷洋では南極から流れ出した氷河に気をつけなければならないのですが、この年は氷河の量がいつになく多く、神経を尖らせていました」

ヨットが氷河にぶつくと、命を失う危険にさらされる。そのため、衛星画像で氷河の様子を確認しながら、氷河を避けて進む。最近、氷河の量が増えてきたと感じてはいたものの、今年は目に見えて多かったという。

長年、自然と向き合い、その厳しさを知る白石さんは、「自然とは常に変化の中にある」と実感している。だから、無理に一定の状態に保つのはかえって不自然、というのが持論だ。それでも、「最近のあまりに急速な変化は問題」と感じている。

日常生活では、マイバッグを持って買い物に行ったり、コーヒー店にマイカップを持参したり、「小さな活動の積み重ね」を実践。「打ち水」の応用で、暑い日に車で出かけるときは、屋根に水をかけておくことも。気化熱で車内が冷え、冷房をガンガンにかけなくてすむ。

「日本の海や川は、僕が子供の頃よりずいぶんきれいになりました」。白石さんは、私たちが克服してきた環境問題を例に挙げ、温暖化の解決も不可能ではないことを指摘する。「自然を破壊したり、守ったりしながら、人は自然との関わり方を模索してきました。これからは、一番いい形でつき合えるようになると思います」

冷房の設定温度は30度 スタッフ全員でエコに取り組む



永山祐子
建築家

「建物を作る時には資源やエネルギーをたくさん使います。ものづくりの中でも特に環境への影響が大きい建物の設計という仕事に、大きな責任を感じています」と話す永山祐子さん。建築の世界では、環境に与える影響が大きいだけに、エコを志向する動きも出てきているという。

いつも気にしているのは、「大きなゴミを作っているのではないか」ということ。永山さんが得意とする店舗などの商業施設は、建て替えサイクルが特に早い。でも、「いい建物を作れば、愛されて長く使ってもらえます」。表参道の同潤会アパートが良い例だ。

永山さんの事務所ではスタッフのエコ意識も高く、オフィスでは当たり前のように、全員でエコに取り組んでいる。例えば、冷房の設定温度は、なんと30度。冷房設定だと30

度でも冷風が出るので、それで充分だという。オフィスの近くに住むスタッフが多いこともあり、自転車通勤の人もいる。永山さんも毎日、電車で一駅分、自転車をこいで通っている。

マンションの一室をオフィスにしているため、独立したキッチンがついている。スタッフは、通勤時に食材を買い、昼食や夕食を自炊する。

「いい気分転換になるし、健康にもいいし、何よりお弁当容器などのゴミが出ません」と永山さん。調理の後に出る肉や魚のトレイや牛乳パック、ペットボトルなどはまとめてリサイクルに出している。

打ち合わせ用のデスクは、永山さんのお祖父様が愛用していた製図板。もう傷だらけだが、その傷もまた味わいになっている。

「こんなふうに、使うほどに味が出て、愛されて長く使われる。そんな建物を作りたい。それが結果的に、エコにつながっていくはず」と永山さんは考えている。



column 2

クールビズで、無理なく取り組む夏の省エネ

温暖化防止のための国民運動「チーム・マイナス6%」の象徴的な活動が、「クールビズ」だ。今や、ノーベル平和賞を受賞したIPCCのパチャウリ議長をはじめ、温暖化問題に取り組む多くの人たちの間で、世界的に知られるようになった。

クールビズがなぜ注目されるのか。それは、産業部門から家庭部門まであらゆる部門で、ライフスタイルの変革が温暖化の防止に貢献することができると考えられており、クールビズはそれを実現した先進事例だからだ。上着を着てネクタイを締めたままで、冷房の設定温度を高くしようと呼びかけても、我慢を強いることになり、結果的に続かない。快適な服装を提案し、ビジネスマンの共感を得ることができたから、多くの企業で、冷房の設定温度を上げることが可能となった。

お堅い職種として知られる銀行でも、大手3行が2007年から冷房の設定温度を高くする取り組みを本格的に

実施し始めた。百貨店も07年から業界団体の加盟店全店（94社266店舗）で試験的な取り組みを始めている。来社する人にクールビズを呼びかける運動も始まった。でも、電車や飲食店など、冷房がききすぎて寒いとを感じる場所はまだまだある。クールビズの取り組みは、さらに広がっていかねばならない。

クールビズをアジアに広めるためのファッションショー。各国の大使が個性的なクールビズファッションで登場した。





ささやかなことから示したい“地球への思いやり”

パリジェンヌから学んだおしゃれで合理的なエコライフ



雨宮塔子

フリーキャスター
エッセイスト

「私が今まで以上にエコロジーについて考えるようになったのは、やはり子供を産んでからです。子供たちの将来を考えると、地球の未来を自然と思いやるようになり、環境問題に対しても無関心ではいられなくなったと、雨宮塔子さんは語る。以前、TBS系で放映された超地球ミステリー特別番組「1秒の世界」で、地球の温暖化によって水嵩が増し始めているヴェネチアに出向き、水の都が水害の危機にさらされている実態もレポートした。

「雨量の多いときは、腰のあたりまで水深が増えてしまうんです。その現状を目の当たりにし、堤防を作るために海で工事をしている人たちの姿を見たら、前回観光で訪れたときとはまったく別の視点でヴェネチアを見るようになりました」

また、2006年末、スイスとの国境間近にあるフランスのサン・ジェルヴェという街に行ったところ、例年なら11月には一面銀世界のはずの山が、滞在中一度しか雪が降らなかったのだとか。「07年のフランスの暖冬といい、ヴェネチアの水害といい、このままどんどん地球の温暖化が進んでいってしまったら本当に大変なことになると思いませんか？」

ほんのささやかなことでもいいから、自分

にできることで地球に対する思いやりを示したいという雨宮さん。パリに暮らし始めてから、フランス人のおしゃれで合理的なエコライフに教えられたことは大きい。「たとえば、フランス人はキャンドルや間接照明をインテリアとしてうまく取り入れて生活しています。夜は余分な電気を消して、代わりにキャンドルや間接照明で、部屋のムードを楽しみながら、しっかり節電もしている。また、パリの街にはあちこちにマルシェ（市場）が立ちますが、マルシェでは、新鮮な食材を必要な分だけ、その都度買うことができるので効率的ですよ。それに市場で買う場合は、ビニールパックなどの余分な包装はされていないので、ラッピングもいたってシンプル。お気に入りの籠を持っていけば、包装紙なども一切もらわずに済みます」

ほかにも、着なくなった服を委託販売に出したり、空き瓶を街中に常設されているリサイクル用ボックスに持っていくことで、単にゴミとして捨てるのではなく、資源の再利用として役立たせることができる。「そうした術をフランス人はよく心得ています」

“エコノミーかつエコロジー”。おしゃれなパリジェンヌたちから学んだこの生活の知恵を、雨宮さんも日々の生活に生かしているという。

ハード・エコな人たちと出会い、できることから一歩ずつ行動



坂本美雨

シンガー

9歳でNYに移住し、現在は日本とアメリカを行ったり来たりの坂本美雨さん。中学、高校では環境問題が当たり前のように入業で取り上げられ、友人とディスカッションする機会も多かった。学校には環境のクラブ活動もあり、自然と環境問題に興味を持つようになったという。特に温暖化問題は、NYでも今、人々の大きな関心事となっている。

そんな坂本さんは、日本の夏が年々暑くなっていることを肌で感じているという。子供の頃から夏になると日本に帰省していたので、変化には敏感だ。

エコ意識がぐんと高まったのは、環境をテーマにしたラジオのナビゲーターを4年間務めたときだ。緑を増やすために木を植えている人や大木の写真だけを撮り続けている人な

ど、毎週“ハード・エコ”な人から最新のエコ情報を聞いた。「環境を守ることに命を懸けている人たちと出会い、価値観が変わった」と坂本さんは言う。当時、エコはカッコ悪かったりうさん臭いと思われがちだったが、信念を持って活動している人たちの姿に素直に感動したという。

環境問題に熱心に取り組む父・坂本龍一さんの影響もある。子供の頃、自然をテーマにした、ネイチャーライティングの代表作『森の生活』（ヘンリー・デビッド・ソロー）を父の本棚で見つけ、バイブルのように繰り返し読んだ。

現在坂本さんが実践しているのは、キャンドルを使った生活。もともとあまり照明をつけないほうだが、最近では夜は間接照明1つと3つのキャンドルの明かりで過ごしている。家では冷房もつけない。買い物をするときはマイバッグを持ち、わりばしやスプーンなども断るようにしている。

「自分にできることから一歩一歩」。そんな気持ちで取り組んでいる。



column 3

提案します！ メリハリのきいた 明かりの使い方

私たちはこれまで、「明るいこと」を求めすぎていたのではないか。デパートに行けば、人がほとんど通らない通路にまで電気がとまり、深夜のコンビニの店内は、隅々までこうこうと照らされている。スーパーや百貨店の消費電力の3～4割が照明やコンセントによるというのもうなずける。でも、それは本当に必要なことだろうか？心地よいことだろうか？

間接照明をインテリアにうまく取り入れ、明かりにメリハリをつけて室内を照らせば、そこは心安らぐ空間になる。日の出とともに明るくなる空のように、夜道を照らす月明かりのように、私たちは、「暗さ」があるから「明るさ」のありがたさを感じる。大切なのは、明暗のメリハリなのだ。

部屋全体を均一に明るくすることなく、明るさのコントラストで上手に室内を演出しているヨーロッパの家庭は、薄暗いからといって、決してみずぼらしくはない。

ショップだって同じだ。目立たせたい商品に目がいくよう、照明を工夫する。光の明暗を活かして店内を演出する。それは心地よく、環境にもいい。これからは、そうした店があちこちに誕生するかもしれない。そういう店を応援していこう。

東京デザイナーズウィークでは、電気の使用量を従来の半分に抑えながらも、商品を魅力的に照らす新しい照明デザインが提案された。





自然が教えてくれる共存の知恵

海の変化で温暖化の危機を実感。エコ住宅で自然と融合して暮らす



高樹沙耶
女優・ナチュラリスト

フリーダイビングの日本記録を持ち、世界中の海に潜ってきた高樹沙耶さんは、温暖化をとて身近な問題と感じているという。世界各地で、海

の中の変化を目の当たりにしてきたからだ。

例えば、温暖化が大きな原因といわれるサンゴの「白化」をあちこちの海で見られるようになった。サンゴが色素を失い、脱色したように白くなってしまふ現象だ。熱帯のサンゴが高知の海で見られたこともあるし、日本の海でもサンゴの北限がどんどん上がっている。こうした状況に、「地球が目に見えておかしくなっている」と高樹さんの危機意識は募った。そして、ライフスタイルを変えた。仕事に車はどうしても必要なので、ハイブリッド車が発売されると同時に買い替えた。その後、何度か買い替える機会があったが、一貫してハイブリッド車に乗っている。

2007年4月には、千葉県に「エゴコロハウス」と名づけたエコ住宅が完成した。エコロジーを基盤に、「自然も大切だけど、自分も快適に過ごしたい」という「エゴ」の要素を加え、美しくあるための「絵心」も忘れずにいたい。そんな思いを込めた。

「エゴコロハウス」には、自然の力を利用することで、照明や冷暖房の使用を最小限に抑える工夫が取り入れられている。空気の流れを考えた設計にすることで、夏は風通しがよくなり、冷房を使わなくても涼しく過ごせる。

一方、冬は太陽熱で部屋を暖めるから、暖房をほとんど使わなくてすむ。それでも寒かったときのために、暖炉も作った。明かりもふんだんに取り入れているから、昼間は電気

をつけずに過ごせる。

家というハード面だけでなく、暮らし方も、もちろんエコを心がけている。夜はなるべくキャンドルの明かりで過ごし、早めに寝てしまう。家電は省エネタイプを選んでいるが、そもそも家電製品が少ない。あるのはテレビと冷蔵庫、洗濯機だけ。電子レンジは使わないし、掃除はほうきで充分という。

「エゴコロハウス」では、仲間たちとともに200坪の敷地に果樹園や畑を作って、野菜を育てたり、海でひじきを取ったりしながら、自給自足の生活を目指している。なぜそうした生活を送るかといえば、「そうやって暮らすことが楽しいし、気持ちがいいから」。

そんな高樹さんも、「20代は物欲の中で過ごした」と振り返る。バブルに向かって突き進む社会の中で、「モノの豊かさイコール幸せ」という価値観に生きていたが、イルカセラピーとフリーダイビングとの出会いで、世界観が変わった。

30代はハワイで自然の中にどっぷり浸かったシンプルな生活を送った。しかし、「ひとりで田舎暮らしをしても、自分は心地よいが世の中は変わらない」と、40代では自然と共存する生き方を実践し、それを伝える活動をしたと考えた。そして、「エゴコロハウス」を造った。

「原始時代の生活に戻れば、環境はよくなるけれど、それは無理。環境と調和して生きられるよう、人は進化すべき」だと考える。

「自然とともに生きる心地よさは、見たり聞いたりしているだけではわからない。とにかく一度体験してほしい」と話す高樹さん。「エゴコロハウス」を開放し、自然と融合した生き方を体験したい人を受け入れたいと考えている。

酒造りで気温の変化を肌で知る 伝統の知恵に、温暖化防止のヒントが



かの香織
ミュージシャン
作詞・作曲家

6年前に家業の造り酒屋を継いだ、かの香織さん。ミュージシャンとして活躍する一方で、冬は故郷の仙台に戻り「蔵人」として酒造りに専念する。「酒造りは自然と一体となった営み。温暖化の影響を肌で感じている」と、かのさんは話す。

蔵人たちは気温の変化に敏感だ。気温が高いと発酵が進みやすくなるから、樽の温度を下げなければならない。2006年の冬は例年になく暖かく、蔵は緊迫した空気に包まれた。05年の冬の蔵の平均温度は、マイナス10度以下になることも。ところが翌年の冬は、マイナス1度程度にしか下がらなかった。昔から酒造りに携わってきた蔵人の間でも、「今までこんなことはなかった」「気候が狂ってきている」と懸念が広がっている。

そんななか、かのさんの家では、日本古来の知恵が代々受け継がれていて、エコに通じる工夫がたくさんある。

夏に打ち水をするこも、そのひとつ。朝夕に打ち水をするこ、また水が熱を奪い、気温を下げる。「音にも効果がある」と、かのさんは言う。軒下に風鈴を下げて、風に揺れる風鈴の音で涼を楽しむのだ。縁側には、屋根に向かってヘチマやキュウリなど、つる科の植物をはわせ、「緑のカーテン」を作っている。見た目にも涼しいし、癒される。

冬になると、酒蔵の中は外気と同じ寒さ。作業をしていると体の芯まで冷えてしまう。そこで、蔵人は昔から、酒かず鍋を作って食べることを習慣にしている。発酵食品は体を温めるからだ。かのさんも、冬は葛湯を飲んだり根菜類を食べて、体を芯から温めるようにしている。

「温暖化を防ぐためにも、伝統の知恵を見直して、伝えていきたい」と、かのさんは考えている。



column 4

エコハウスで自然を感じながら快適に暮らす

家を建てる機会は一生のうちでそうそうあるわけではないが、だからこそ、心地よく暮らせて省エネにもなるつくりをしたいもの。別に特別なことをするわけではない。昔から日本の風土に根づいてきた、光や風を感じる暮らしを取り入れればいいのだ。

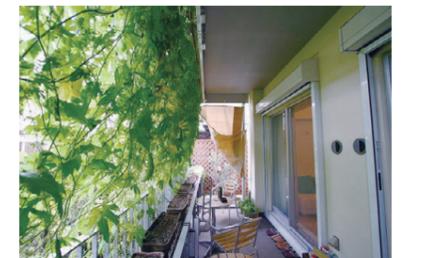
たとえば、窓を大きくしたり、天窗をつけるなどして、光が部屋いっぱいに入るようにする。降り注ぐ陽射しは充分明かりになるし、自然の暖かさも享受できる。屋根にソーラーパネルをつければ、光をエネルギーに変えることも可能だ。部屋の間仕切りをなくせば、風が通りやすくなる。自然のもつ力を最大限に生かす工夫をするだけで、地球にやさしく心地よい暮らしを手に入れることができる。

今、住んでいる家をよりエコにする方法もある。夏の間、ベランダや縁側につる植物をはわせて、「緑のカーテン」を作る。陽射しを遮るだけでなく、葉の蒸散作用で、窓から涼しい風が入

ってくる。屋上に緑を植えれば、屋根が熱くなるのを防ぎ、冷房効果も高まる。「緑のカーテン」は、秋には枯れてしまうので、冬場は暖かい陽射しを遮ることもない。

リフォームを考えているのなら、エコを取り入れることがおすすめだ。熱の放出量が多い窓などの開口部は、複層ガラスや断熱サッシを付けることで、断熱効果がかなりアップする。

夏の陽射しをやわらげてくれる「緑のカーテン」。ヘチマやきゅうり、朝顔、キュウリなどのつる植物を植えてチャレンジしてみよう。©グリーンチェーン推進ネットワーク





“気づき”からエコアクションの輪が広がる

地球のことを長い目で見て考えたら、エコアクションは自然とできるはず



工藤静香
女優・歌手

工藤静香さんの家には、ガスの使用量を減らすための秘密兵器がある。それは、「太陽熱温水器」。屋根に水をくみ上げ、太陽の熱で沸かして使う。陽射しの強い夏場は、お湯はすべてこの温水器により供給されるから、夏は特にガスの使用量が少なくなる。もう10年以上前に取り付けたものだ。当時、とても高価だったので買うには勇気がいったが、環境のことを考えて、思い切って購入。修理しながら使い続けてきた。

10年前は、温暖化の問題が今ほど話題になっていなかった。それでも当時から、工藤さんの生活の中には、当たり前のこととして、エコアクションが定着していたのだ。

環境のことを考え始めたのに、特にきっかけがあったわけではない。もともとモノを長く大切に使うタイプ。バッグを新しくしたい、と思いつつも、壊れて使えなくなるまでは買い替えられない。撮影時にちょっと小物を入れておくバッグは、もう10年以上使っている。

そんな工藤さんが気になるのが、「温暖化で大変だ」と騒いでいるわりに、何もしていない人が多いこと。何をすればいいのか、情報が伝わってこないことに問題を感じている。でも、「どんなアクションが必要かわかれば、きっとアクションの輪は広がる」と考えている。なぜなら自分の行動を振り返ってみると、「面倒だな、と感じることもあるけれど、一度やり始めたら徹底的にやらずにはられない」からだ。

もともと、ゴミの分別にはとても気がつかっていた。牛乳パックやペットボトル、びん、缶を分別するのは当たり前。ジャムのびんな

どは、使い終わったら削り節の残りがすや佃煮などを入れて、再使用する。何度か使ってから、水洗いして分別に出す。

面倒だな、と思いつつもきちんと洗ってリサイクルに出さずにいられないのが、責任感の強い工藤さん。小さなジャムのびんなどは、「このくらいなら、いいかな」と燃えないゴミ用のゴミ箱に入れてしまうこともある。でも、そんな自分をやっぱり許せず、結局、後で拾って洗うとか。

最近では、温暖化を意識したアクションにも力を入れている。部屋の電気はこまめに消し、数年前から、電球は省エネタイプの「電球型蛍光灯」に切り替えている。冷暖房の温度設定にも気をつけているし、つけっぱなしを防止するため、タイマーや、室内が一定温度になると自動的にオフになる機能も利用している。

それでも、個人の力ではどうにも変えられないのがレストランやデパート、電車などの冷房の強さだ。寒くて気分が悪くなってしまうこともある。「冷暖房の温度設定はこの温度にしなければダメ、と法律で決めてしまうくらい徹底的にやったほうがいい」と工藤さんは言う。そのくらいやらなければ地球の温暖化は止められない、という危機感を持っている。

家の中で一生懸命ゴミを分別したり、電気を消したりしても、デパートのように大量に電気を使うところが冷房で寒かったりすると、「私が一生懸命やっても意味があるのかな…」と弱気になってしまうこともある。でも、「一人ひとりの長い目で見た心がけが何より大事だと思って」、こまめに電気を消したり、びんやプラスチック容器を洗ってから捨てるなど、地道なアクションを続けている。

気候の変化で精油の原料が不足 おすすめはエコリユクスな旅



大橋マキ
アロマセラピスト

LOHASをテーマに取り材を行いながら、アロマセラピストとして活躍する大橋マキさんは、「温暖化はアロマの世界でも深刻な問題になっているんです」と顔を曇らせる。

アロマセラピーで使う精油は花や葉、果皮、樹皮などから抽出したもので、100%植物からできている。この2～3年、気候の変化で植物の生育時期が狂い、原料が取れなくなってしまったというのだ。原料不足から、メーカーが生産を中止した精油もある。

マイバッグやマイ箸を持ち歩くなど、日頃から楽しくエコアクションに取り組んでいる大橋さんのおすすめのアクションは二つある。一つは「旅行ではエコ対応のリゾートを利用すること」。

例えばオーストラリアのクーランコープ・

リゾートは、島全体でエコに取り組んでいる。ゴミはすべて島内でリサイクル。ホテルでは節水型シャワーヘッドを使い、各部屋には現在の電気使用量を示すモニターも設置してある。

「ここで過ごす、エネルギー使用量がふだんの生活の4分の1ぐらいで済んでしまうので驚きです」

二つめは、「カーボンオフセット」。植林や太陽光、風力などの自然エネルギーの利用により、自分が出した二酸化炭素(CO₂)を相殺するもの。といっても、自分で植林を行ったりするのは難しいので、専門の団体が行うサービスを利用する。

特に飛行機はCO₂排出量が多いので、大橋さんは海外旅行をするときには、「The Carbon Neutral Company」という英国の会社のサービスを利用している。

「東京・ニューヨーク間を往復しただけで、ふだんの生活の1年分ぐらいのCO₂が軽く出てしまうんです」。同社のサービスを利用すれば、40ポンド程度で相殺できるそうだ。



column 5 使ってみよう！ CO₂排出ゼロの 自然エネルギー

冷暖房の設定温度に気をつけたり、電気をこまめに消したり、とエネルギーを節約することも大切だけれど、太陽光発電や風力発電など、CO₂を出さない方法でエネルギーをつくって使うことも、温暖化を防ぐのに効果的な方法の一つだ。

屋根にソーラーパネルをつけて発電するのは、家庭でもできる自然エネルギーの利用だ。それはお金もかかるし、ハードルが高いという場合には、太陽光を使った携帯電話の充電器など、身近なところから始めてみてはどうだろうか。太陽光で充電できるおもちゃや、充電電池用のソーラーバッテリーチャージャーなども発売されている。

自宅にソーラーパネルなどはつけられないけれど、太陽光や風力などの自然エネルギーを利用してみたいという人には、「グリーン電力証書」の取得がおすすめ。通常の電気代より少し割高になるが、自然エネルギーの普及に貢献できる。

最近では、CO₂排出量を削減するプロジェクトや自然エネルギー事業に投資することで、自分が出したCO₂を埋め合わせる「カーボンオフセット」も盛んだ。事業活動に伴って、排出されるCO₂をすべて埋め合わせる企業も登場。オリンピックやサッカーW杯などのイベントやコンサートなどでも、カーボンオフセットが実施されている。



太陽光、風力、植物を使ったバイオマス発電はCO₂を出さない。ソーラーパネルの普及も進んでいる。©パナホーム株式会社



エコアクションを日常生活に取り入れよう

考えているより行動に移すことが大事。エコアクションの情報収集も欠かさずに



渡辺満里奈
タレント

渡辺満里奈さんは休日に車で出かけると、信号待ちで「アイドリングストップ」をするという。赤信号で止まると、エンジンを切るのだ。停車中の無駄な燃料使用が抑えられるので、温暖化防止につながる。

「慣れたら自然にできるようになりました」仕事用の車がちょうど買い替え時期にきているため、ハイブリッド車を検討中。以前、都内でハイブリッド車のタクシーに乗ったことがあり、環境にいいことはもちろん、静かさとスムーズな加速に感激したからだ。

渡辺さんの環境意識は、子供の頃から自然と芽生えていた。「物を大切にしなさい、という祖母の教えのせいかもしれない」と渡辺さんは振り返る。「電気のつけっぱなしや水の出っぱなしには、家族で一番うるさかった（笑）」

一人暮らしの生活が エコ意識を高めていった

二十歳で一人暮らしを始め、自分で料理やゴミ出しをするようになると、ゴミ問題など身近な環境問題への関心はますます高まった。

買い物に行く時は、必ずマイバッグを持参する。お店の人が商品を袋に入れようとする、丁寧な断る。洋服を買った時もマイバッグに入れてもらうという徹底ぶりだ。

「とにかく、ゴミを持ち帰りたくないんです」

買い物に持参するバッグに、お気に入りのものがなかなか見つからなかったのが、親しいスタッフと一緒にマイバッグをデザインし、商品化してしまった。フランスから取り寄せた生地を使い、可愛いマトリョーシカを

デザイン。たたんでクルクル巻き、ボタンで留められるようになっていたので、持ち運びにも便利だ。自身のホームページで販売したところ、すぐに完売した。

そんな渡辺さんが今、環境問題の中でも特に気にしているのが、やはり温暖化だ。最近、気候が目に見えておかしくなっていると感じている。

「自分たちが生活の中で行ってきたことのしっぺ返しが、今きているのだと思う」

そこで、自分のできることから少しずつ取り組んでいこうと、日々の生活の中でエコアクションを実践している。たとえば、冷房はなるべくつけないようにして、つけても、28度くらいの温度設定を心がけている。家電製品を選ぶ時は電力消費量の少ないものを選び、電子レンジやパソコンなどを使った後はコンセントを抜き、無駄な待機電力の消費を抑える。

エコアクションの情報収集も欠かさない。参考にしているのは「チーム・マイナス6%」のホームページだ。環境省が運営するサイトで、温暖化防止のための情報が豊富に掲載されている。著名人が日頃実践しているエコアクションを紹介するコーナーもあり、渡辺さんもコメントを寄せている。「ほかの人はどんなアクションをしているのかな」と時々閲覧して参考にしているそうだ。

「よく、温暖化ガスをたくさん排出しているアメリカや中国が取り組まなければ、日本が一生懸命減らしてもしかたがないという意見があるけれども、そんなことを考えるより、まず、どんな小さなことでも、できることから確実に行動することが大切です」

「考えているより、行動に移したほうがいい」と、自ら行動してエコアクションの輪を広げている。

こまめに無駄をなくして、メリハリのある生活を



TOWA TEI
ミュージシャン・DJ

東京で育ち、世界各国を股にかけて活躍してきたDJでミュージシャンのTOWA TEIさん。都会的なイメージを持つ彼だが、現在は自然溢れる軽井沢で暮らしている。

「いちアーティストとして、いち個人として、いち父親として、より良い環境を求めているのは、美味しいものを食べたり、指圧をしたりするのと同じことですね」。移住して8年。その間にも、東京は育った頃に比べ、どんどん住みにくくなっていると感じ、環境についてより意識するように。

「軽井沢はゴミの分別が厳しい。けっこう悩むし大仕事。でも、これだけリサイクルされる、燃えるゴミはこれだけと目に見えるので気持ちいい。一番いいのはゴミを出さず、必要のないものは買わないことです」

自らの最新アルバムには紙ジャケットを採

温暖化防止に特効薬はない 小さな工夫の積み重ねが大切



膳場貴子
ニュースキャスター

「環境問題取材する中で、10年以上前から感じていた異常気象が、実は温暖化の影響だったということがわかり、俄然、問題意識が高まりました」と話す、膳場貴子さん。

温暖化では、気温は徐々に均一に上がるのではなく、大雨や早魃など各地で様々な異常気象を引き起こしつつ、結果として世界全体の気温が上がっていくという事実にも、問題の深刻さを実感した。

欧米が環境政策を積極的に進める中で、日本は乗り遅れたという印象も持っている。「今後、世界を統べる新しいイデオロギーは“環境”になると思います。環境問題に取り組まないと世界の中で取り残されてしまう」。そんな危機感もある。

日常生活の中では、特に買い物でエコを意

用。「これはデザインが一番合っていると思ったから。でも、デザイン的にも優れていれば、捨てられて、ゴミになる可能性は少ないですからね」

軽井沢に新居を構えた際も、地球に優しい工夫を凝らした。

「床暖房を入れていますが、床は石素材を選びました。温まりにくい冷めにくいので、最も寒い時期でも一番弱いパワーで充分。壁面はガラスを大きくして日当たりを考えたり。あと、自宅1階がスタジオなので、家庭用と音楽用の電気系統を分け、あまり使わないところのブレーカーは日頃切っています。仕事をするときはずっとブレーカーを入れるところから。スイッチでオンとオフも切り替えられる。メリハリを楽しんでいます」

最近感銘を受けたのは、映画『不都合な真実』とか。

「点で散っていた環境問題の“？”が視聴覚で結びつき、クリアになった。娯楽としても洗練されているので、DVDを買って配りますよ（笑）」

識。環境に負担がかからないものを選んでみる。例えば野菜。近くで採れたものは輸送にかかるエネルギーが少なくすむから、地場野菜を進んで買う。

「消費者が環境に良い製品を選ぶようになれば、作り手も変わってくるはず。企業が製品を開発する時に、まず環境のことを考えるようになると思います」

買ったものは長く大切に使う。お母様が若い頃に着ていた服も、譲り受けて愛用している。家では、家電製品は主電源まで消し、オーディオはコンセントも抜くという徹底ぶり。電球は、省エネタイプの「電球型蛍光灯」に換えた。

「自分にできる環境対策は小さいけれど、もしこれを日本中の人やったら？と考えると、ささやかなアクションでも、やってみるかという気になります」。一方で、「国をあげて、産業の仕組みを環境に良い方向に変えていく必要がある」と政策的な取り組みの重要性も感じている。報道の仕事では、そうした思いも訴えていきたいと考えている。



人にも地球にも優しくなることがエコの基本

温暖化による「地球災害」は自分の身にふりかかってくる



坂 知夏
アーティスト

このまま温暖化が進んだら地球の平均気温は20年で2度上がり、ハリケーンや洪水、食糧不足、生物の絶滅といった「地球災害」に見舞われる。最近、こうした予測を知った坂知夏さん。

「自分や家族、友達に直接関わる問題なのだと感じ、なんとかしなければ、と思うようになりました」と言う。出産を控えた坂さんにとって、生まれてくる子供にどんな未来を提供できるかも大問題だ。

こうした危機感から、日常生活や仕事の中でエコアクションを開始した。まず始めたのが、買い物時の「マイバッグ」の持参。お店の人に「ありがとう」と声をかけられたり、代金をまけてもらったりと、持ち始めたら、とても楽しかったという。今では「マイ箸」

も持ち歩いている。作品を作るときは、以前は使い捨ての紙パレットを使用していたが、読み終わった雑誌で代用することにした。

坂さんが所属するカイカイキキには、エコ意識の高い人が多い。海外出張先のニューヨークで、ホテルの部屋の電気を消し忘れて出かけたなら、スタッフに、「あ～あ、これで地球の終わりだ！」と言われてしまった。それ以来、電気の消し忘れにはとても気をつけている。

家では、テレビの画面に布をかけている。以前は見るともなくテレビをつけていたが、電気の無駄なので、この方法を思いついた。これなら、スイッチを入れる前に布をとらなければならないので、テレビを見るためのハードルが高くなる。

まだ、環境のことを意識し始めたばかりなので、これからいろいろなアクションに取り組んでいきたいという坂さん。「自分も気持ちよくて、地球にもいい。そんなエコアクションを探していきたい」と思っている。

雪不足でスキーの試合が中止に。深刻な状況を知り、生活をエコに



上村 愛子
モーグルスキーヤー
(北野建設スキー部)

「2006年のシーズンは世界的な雪不足で、たくさんの試合が延期されたり中止になったり。スキー選手の間でも『気候がおかしい』というのが一番の話題になっていました」と話す上村愛子さん。

そもそも降雪量が少なかったうえに、降っても、すぐに解けてしまって積もらなかった。通常は12月の初めからワールドカップなどの試合が開催され、スキーシーズンが始まるが、先シーズンは雪不足のため、シーズンが始まったのは、1月中旬に入ってからだった。これまでも、降雪量が少なく、試合の開催が懸念される年は何度かあったが、ここまで深刻な事態は初めてだったという。

夏の合宿では、ヨーロッパアルプスやカナダの氷河で滑ることもあるが、氷河の量も減っており、氷河が解けてできた水たまりは、行くたびに大きくなっている。

「山を見上げると氷河で覆われている部分が年々少なくなっていて、先シーズンは、とうとうここまで減ってしまったか、とショックを受けました」

前の年は滑り降りたポイントが岩場になっており、スキーを脱いで歩くしかなかった。

「いったいこれからどうなってしまうのか」。上村さんは不安に思っている。

「このまま雪が少なくなり、スキーができなくなるのは悲しい。でも何よりも辛いのは、子供や孫、そしてその先の世代の人たちにウィンタースポーツの素晴らしさや、雪と触れ合う楽しさを伝えられないこと」

気持ちの余裕はエコのもと

スキー場での現状を目の当たりにし、「自分にできることをもっときちんと考えよう」と思った上村さんは、できることから一つひとつ取り組んでいる。

買い物に行ってもレジ袋をもらわず、トレーニング用の大きなバッグに商品を直接入れてもらったり、暑い日は涼しい服装でクーラーを使わないようにしたり、タクシーには「疲れてもう限界!」と思うまで乗らないようにしたり。

07年の春には、7年間乗った四駆をハイブリッド車に買い替えた。ハイブリッド車に替えてから、「運転もエコになった」と上村さんは明かす。燃費計がついているので、「どうやったらもっと燃費をよくできるか」と走り方を工夫するようになったからだ。燃費の「自己ベスト」はリッターあたり23km。インターネットでハイブリッド車ユーザーのコミュニティを見つけて、「ほかの人はどうやって走り方を工夫しているのか」と研究にも余念がない。

エコドライブをするようになってから、時間に余裕を持って行動するようになった。

「以前は、普通に走れば1時間で着くところでも、急げば45分あれば間に合う、と思っただけで出かける準備をしていました。でも今は、1時間にさらに15分ぐらいの余裕をみて出発するようになりました」

なるべくエコドライブで目的地に着きたいからだ。これは、「気持ちのゆとり」という副次的な効果も生んだ。

「余裕を持って行動すると、周りの人にも優しくなれるし自分も楽しく過ごせます。時間がないと、ついタクシーを拾ったり、環境に良い商品を探す時間がなくて、悪いものでも妥協して買ってしまうことにもなりがち。ゆとりを持つことは、いろいろな面でエコにつながるようです」

column 6

進む家電の省エネ。最新型に買い替え、温暖化防止を!

家電製品は、年々省エネが進んでいる。まだ使える場合も、10年以上前の製品などは最新型に買い替えたほうが、廃棄処理やリサイクルにかかるエネルギーを考慮しても、温暖化防止効果は高い。買い替える時は、「省エネ性能」を忘れずチェックしよう。電気代も減るからお財布にもやさしい。

消費電力が家庭の中で最も多いエアコンでは、10年前の製品を最新の省エネタイプに買い替えた場合、消費電力量は約40%も減り、電気代も年間で1万円以上安くなる場合がある。最近のエアコンは、お掃除機能や、赤外線センサーを使った、暖めすぎ・冷やしすぎ防止機能が付いたものもあり、便利で快適だ。

テレビは大型・多機能になるほど消費電力が増える。部屋に合ったサイズを選び、機能を考えて購入しよう。見ていない時は、主電源を切ることも忘れずに。

電球の買い替えも省エネ効果が高い。白熱電球を電球形蛍光灯に換えると、消費電力量が最大80%も減る。オフィスの蛍光灯も従来のものからインバーター付きの調光型蛍光灯に換えるだけで、約60%も省エネになる。

冷蔵庫も24時間電源を切らない製品だけに、省エネ性を重視したい。電気を効率的に使うインバーターを搭載し、冷媒には温暖化への影響が少ないノンフロン冷媒を使ったタイプがおすすめだ。



最新型の省エネ家電に買い替えることは、温暖化防止につながる。もちろん、無駄のない使い方も大切。



メッセージだけでは終わらない行動するエコ

「ゆでガエル」にならないためエコを真剣に考えよう



宮本亜門
演出家

東京、ロンドン、ニューヨーク。世界を飛び回る宮本亜門さんは、「2007年は、どこへ行っても、気候がおかしいという話ばかり。“例年通りで異常はなかった”と

いうところもあると思いたかったけれど、僕が訪れた都市の中には、結局一カ所もありませんでした」と顔を曇らせる。

ロンドンに行けば「今年のロンドンの気候はおかしい」、ニューヨークに行けば「今年のニューヨークの夏は暑すぎる」と、皆それぞれの地域で異常気象を感じており、宮本さんは、各地を訪れるたびに愕然とした。

宮本さんが10年前から暮らしている沖縄でも、気候は明らかに狂ってきている。2年前の元旦には、ビー玉大のヒョウが降った。地元の人にとっても初めての経験で、気象庁も認めながら、宮本さんも、その異常さに背筋が寒くなったという。

沖縄での異常気象はその後も続き、特に最近「尋常でないほどの数と規模の台風に見舞われている」と宮本さん。海面の水位も上がり、珊瑚は白化していき、宮本さんの家の隣の海岸に立つカフェは、この夏の台風で半壊してしまった。

そんな状況に、宮本さんは、ゴア氏が映画で語っていた「カエル」のたとえを挙げて警鐘を鳴らす。

「カエルは、いきなり熱湯に入れられると熱くて飛び出すけれど、徐々にお湯を温めていけば、知らぬ間にゆだってしまう。僕たちも、そろそろ環境の悪化を自分の問題として真剣に考えないと、徐々に悪化が進み、気づいた時にはもう手遅れになるんですね」

沖縄に暮らす中で人も自然の一部と知る

スキー場での現状を目の当たりにし、「自分にできることをもっときちんと考えよう」と思った上村さんは、できることから一つひとつ取り組んでいる。

買い物に行ってもレジ袋をもらわず、トレーニング用の大きなバッグに商品を直接入れてもらったり、暑い日は涼しい服装でクーラーを使わないようにしたり、タクシーには「疲れてもう限界!」と思うまで乗らないようにしたり。

07年の春には、7年間乗った四駆をハイブリッド車に買い替えた。ハイブリッド車に替えてから、「運転もエコになった」と上村さんは明かす。燃費計がついているので、「どうやったらもっと燃費をよくできるか」と走り方を工夫するようになったからだ。燃費の「自己ベスト」はリッターあたり23km。インターネットでハイブリッド車ユーザーのコミュニティを見つけて、「ほかの人はどうやって走り方を工夫しているのか」と研究にも余念がない。

エコドライブをするようになってから、時間に余裕を持って行動するようにもなった。

「以前は、普通に走れば1時間で着くところでも、急げば45分あれば間に合う、と思って出かける準備をしていました。でも今は、1時間にさらに15分ぐらいの余裕をみて出発するようになりました」

なるべくエコドライブで目的地に着きたいからだ。これは、「気持ちのゆとり」という副次的な効果も生んだ。

「余裕を持って行動すると、周りの人にも優しくなれるし自分も楽しく過ごせます。時間がないと、ついタクシーを拾ったり、環境に良い商品を探す時間がなくて、悪いものでも妥協して買ってしまうことにもなりがち。ゆとりを持つことは、いろいろな面でエコにつながるようです」

天ぷら油でダカールラリーを完走 何よりも大切なのは、行動力



片山右京
レーシングドライバー
登山家

片山右京さんは2007年1月、ダカールラリーに天ぷら油をリサイクルした燃料で挑戦、完走した。植物原料からできた燃料は、ガソリンや軽油のように温暖化の原因となるCO₂の排出を抑えることから、近年、注目を集めている。天ぷら油の再生燃料なら、ゴミの削減にもつながるし、大気汚染も引き起こさない。

こんな大胆なエコアクションに打って出た片山さんだが、以前は環境問題にはまったく関心がなかった。関心を持ったきっかけは、登山だ。子供の頃から山登りが好きだった片山さんは、10年ほど前に本格的に登山を再開。ヒマラヤには毎年登り、エベレストも制覇した。そんななかで、温暖化の危機を目の当たりにしたのだ。

何千年も変わらぬ状態だった氷河が、ここ数年で急激に後退し、以前は雪の積っていた高山に雪がなくなっている。07年の夏、中国・パキスタン国境のガッシャブルムに登った際には、観測史上初めて、雨が降った。標高が高くて雪しか降らないはずの場所なのに、である。

天ぷら油でダカールラリーに出場するアイデアも、ヒマラヤ登山でのベースキャンプ中に生まれた。温暖化の深刻な状況を知り、世の中に何かメッセージを発信しなければと思ったからだ。だが片山さんのエコアクションは単なるメッセージでは終わらない。

「次の課題はいかにビジネスベースに乗せるか」。家庭で使った天ぷら油を回収し、たとえば、養護学校を出た若者たちが働くリサイクルプラントで燃料を作るなど、そんなビジネスモデルの構築に奔走する。

「100のメッセージより、1%の行動力」地球を守るために必要なことを、片山さんはそう考えている。



column 7

運転の仕方であんなに変わる、クルマの燃費

定期的に運転する人は、ドライブの方法を変えるだけでCO₂排出量をかなり減らせる。エコドライブの一番のコツは「ふんわりアクセル」だ。普通の発進より少し緩やかにスタートするだけで、燃費が1割もよくなる。最初の5秒で時速20キロ程度の加速が目安。シートなどの位置を調節し、シートベルトを締め、「いざ、出発!」と準備が整ってからエンジンをかけることも大事だ。

走行中は車間距離に余裕を持って、一定のスピードで走るのがコツ。急な加減速をしないですむので、燃費が良くなる。もちろん、時間に余裕を持ってゆったりした気分で運転することも大切だ。5秒以上停止するなら、アイドリングストップも効果的。

ハイブリッド車なら、燃費はさらに良くなる。電気モーターとガソリンエンジンを効率良く組み合わせて走るハイブリッド車は、世界的に人気が高まっているエコ製品の代表格。減速時に

は、タイヤの回転でバッテリーを充電する。走行時の静かさや加速の良さでも注目されている。

エコドライブの効果が一目でわかる燃費計も注目アイテムのひとつ。外付けできる製品もあるので、ぜひチェックしたい。

さらに燃料にもこだわりたい。サトウキビやトウモロコシ、廃木材など植物資源を発酵させて作るバイオエタノールを混ぜたガソリンを試験的に使用する取り組みが2007年から始まっている。



燃料使用量の少ないハイブリッド自動車。エコ意識の高い人が次々とハイブリッド車に乗り換えている。



地球の今を知り、好きな所からエコを始めよう!!

もう後戻りはできない。だから、現実を認めることから始めよう



アーティストたちの間でも大きく広がっている地球温暖化問題への取り組み。なかでもGLAYは、音楽活動を通じて地球環境保護のメッセージを積極的に発信している先駆

者的な存在だ。リデュース、リユース、リサイクルをテーマにしたライフスタイルの提案を行う「RE-STYLE LIVE」(環境省主催)に2003年のスタート時から欠かさず参加してきた。リーダーのTAKUROさんはこう説明する。「30代に入って私生活が変化し未来についての意識が変化したこともあり、ここ4、5年、環境について真剣に考えるようになりました」

メンバーとはこんな試みも行っている。「ライブではグリーン電力を使い、購入したスタジオには屋根にソーラーシステムを作り、トイレを始めすべてそのエネルギーで賄っています。ツアー中の食器もリユースですね」

すべてのエコアクションのきっかけは「素晴らしい人たちとの出会いと、そこから生まれた恵まれた環境」だという。「趣味を通じて大自然に触れたときに感じる変化に、“あれ”と思った。そんなとき、坂本龍一さんから『アーティスト・パワー』(アーティストによる自然エネルギー促進プロジェクト)の提案を受けたんです。ずっと考えてはいたけれど、自分たちではなかなか行動に移せなかったことを、坂本さんや自称エコDJのやまだひさしさんとの出会いによって、実現できるようになりました」

同じ北海道出身のやまださんとは、オニヒトデの異常繁殖について琉球大学で話を聞いたり、ソーラーパワーでFM局の全電力を賄っているというニューメキシコのタオスを訪れたり、ともに勉強にも励む。そんな活動を通して、電力とは切り離せないバンドの宿命についても考えるという。「エンターテインメントの可能性を広げる意味では大きな電力を使うイベントもやってきた。ロックコン

サートが及ぼす影響を、様々な側面から捉えたうえで新しい可能性を考えていくべきですね」。活動を展開すればするほどに感じられるジレンマも、率直に新曲「僕達の勝敗」で表現した。

「すでに起きてしまったことをなかったことにはできない。人類は後戻りはできない。今直面している現実、失敗や敗北を認めることから自分ができるところを見つけていかなきゃいけない。30代半ばの今、到達した答えがこれだった。この曲を作った最大の目的は、問題を議論に乗せること。そこに答えは書いていない。だから考えてほしい。歌詞にもありますが、まだまだ人間はやれるはずですから」

できてないと言われても、 一歩進むことを選ぶ

そんなTAKUROさんから、エコ・リユースな生活へのアドバイス。「自分の好きなものをよく見つめてみることから始めること。僕の場合は趣味のスキューバを通して考える。今は、何かを楽しみながら自然にエコアクションに参加できるイベントも増えています。まず、エコロジーは入り口が広いということに気づいてほしい。そして、好きなことを通じて学んだことを生活の中で実践してみる。“全然できてない”と言われてもいい。それでも一歩進むほうがいいと思うから」

多くのファンにとっては、GLAYが地球温暖化問題について考えるきっかけとなっており、その影響力は計り知れない。「それはある種の自慢ですね。ファンが積極的にエコに取り組む姿勢には刺激されます。ただ知らないだけで、意識のある人がエコ生活に移行できないのはもったいない。だから、啓蒙活動はできる限り続けたい。ただ、世の中を憂いて、義務感だけでは続かない。僕たちが届ける音楽もそう。エンターテインメントなら、メッセージ性だけでなく優しく人の心を撫でる何かがないと。悲惨な状況を見せるのも表現なら、花一輪で何かを伝えるのも表現。それがこの仕事の素晴らしさですから」

楽しく自分らしく、をポリシーに ポジティブなエコを実践中



「これがいつも持ち歩いている4点セットです」。そう言って、プロ棋士の梅沢由香里さんがバッグから取り出したのは、愛用のエコグッズ。マイ箸、水筒、ハンカチ

と自らがプロデュースしたエコバッグだ。今でこそよく知られているアイテムだが、梅沢さんの定番になって早7年ほど。

エコを意識したきっかけは、大学の先輩から、「地球では今、1分間にテニスコート1面分の森が消滅している」と聞いてから。

「それから、こんなことになったのは誰のせいか悪者探しを始めました。そうしたら自分に行き着いたんです」

以来、できることはありとあらゆることを試したという。

「生ゴミを土に還すコンポスト、リンス代わりの蜂蜜…。いろいろ試して、私のライフ

エコは楽しくできる! アクションの輪を広げよう



流行の服に身を包んだモデルたちに続き、10代、20代の「ギャル」100人が、マイ箸を持って渋谷の街を練り歩く——。「エメラルドドライブ」と銘打ち、そんなイベントを企画したのが、藤田志穂さんだ。

「若い子たちはエコについて知る機会が少ないけれど、今地球でどんなことが起きているか、知ればきっと関心を持つはず」と藤田さんは言う。

藤田さんのエコアクションの原点は、公園の掃除だ。渋谷に会社を構えてから、通勤途中で通る公園にゴミがたくさん捨てられていることに気づいた。そこで、毎週月曜日の朝30分間、最寄りの公園を掃除するようになった。今では、「マイほうき」も用意し、職場の仲間たちと掃除を続けている。

スタイルに馴染んだのが4点セット。あと、布の生理用ナプキンも使っています」

環境ボランティアグループ「ドリームキャッチャーネット」を立ち上げ、TBSラジオの環境キャンペーンの企画も行う。碁盤の材料となるカヤの木が減りつつあると聞き、植林も始めた。「自分を取り巻くものが何からどうやってできているのか、何がどう地球に影響しているかを知ること大切」と話す。

「一人の時は、夏でも冷房はつけませんし、生産、輸送過程で多くの温室効果ガスを排出するという牛肉もあまり食べません。消費者として商品を選ぶ目と知識を持ちたいですね」

関心を持ち始めた頃は、新しいエコネタを見つけるのが楽しくて仕方がなかったとか。今もあくまで“楽しく”がポリシーだ。「エコを実践している人に悲壮感があたらだめ。素敵ライフスタイルを実践している人を見れば真似したくなるもの。だから恐怖心を煽るのではなく、ポジティブなエコがいいですね」

仕事を通じて環境保護の活動をしている人たちと知り合い、藤田さんのエコアクションはパワーアップした。

携帯電話の充電器やパソコンなどは、使っていないときは必ずコンセントを抜き、事務所ではスイッチで電源のオン・オフが切り替えられる「エコタップ」を使っている。髪を乾かすときはなるべくタオルドライにして、ドライヤーは最低限しか使わない。

家で冷房をつけるときは、クーラーの下に扇風機を置き、冷たい空気を室内で循環させ、効率よく部屋を冷やすようにしている。そして、愛用しているカラフルなマイ箸は常に2膳持ち歩いている。1膳は一緒に食事する相手に使ってもらうためだ。

2007年夏には、由比ガ浜で「ECOレイブ」という野外音楽イベントを開催。参加者1万人が音楽を楽しんだあと、浜辺でゴミを拾った。

「エコも楽しくやるのがいちばん。楽しいイベントを通してエコアクションの輪を広げていきたいですね」



一人ひとりがエコ情報の発信者に…

エコについての情報を得たら自分がメディアになって伝えよう



マエキタミヤコ
コピーライター
クリエイティブディレクター

マエキタミヤコさんは、環境問題に取り組む、あるNGO（非政府組織）の活動を紹介してくれた。

スウェーデンで誕生した「ナチュラル・ステップ」という団体が、1989

年に冊子を作った。そこに書かれていたのは、地球の長い歴史だ。

46億年前、地球には二酸化炭素（CO₂）が充満し、生き物が住める状態ではなかった。しかし、植物が光合成により酸素を創り出し、CO₂を吸収して地中に堆積して化石燃料となった。ところが、私たちは今、化石燃料を掘り出しては燃やし、地球を生き物が住めない状態に戻そうとしているのだ。

「ナチュラル・ステップ」は冊子を国中で配布し、各地の公民館で環境問題について議論を行った。これを機に、スウェーデンは国全

体がエコ社会に向けて舵を切ったという。マエキタさんは、この活動に深く感銘を受けた。

そんなマエキタさんが強く勧めるエコアクションは、「自分自身がメディアになること」。「エコ・リユクス通信を読んだら、友達や家族に見せたり、内容を話したりしてください。自分がやっていることや知っていることを周りの人に伝え、情報を広めることはとても大事」

もう一つは、NGOの会員になること。環境の現状について、情報を最初に入手するのはNGO。会員は新鮮でコアな情報がわかりやすく書かれた会報誌を入手できる。新聞記者も大切な情報源にしているそうだ。

「今は、温暖化の原因となるCO₂の排出量をできるだけ少なくした“脱炭素社会”に向けて社会が大きく変わろうとしている時期。情報を活用しながら、社会の仕組みを自分たちの手で変えていかなければ」。マエキタさんはそう考えている。

column 8

勇気を出して、 周りの人に 呼びかけよう

エコアクションを広めるうえで大切なことは、とにかく一歩踏み出すこと。環境の大切さに気づいたら、勇気を持って、「温暖化を止めないと！」「みんなで作ってみよう」と声を上げ、周りの人に呼びかけてみよう。

もしもあなたの周りに、そうやって声を上げた人がいたら、勇気を出して、その人のところに足を運んでみよう。環境のイベントでもいいし、講演会でもいい。実際に自然を体験したり、守ったりする活動でもいい。発言しなくてもいい。ただ、話を聞いたり、自然のなかでリラックスしているだけでもいい。とにかく、声を上げた人に賛同し、その場に足を運んでみよう。

直接的に呼びかけなくても、エコバッグを持って買い物に行ったり、エコ製品を進んで選ぶことも、周りの人への影響は大きい。日常生活のなかでのさりげないアクションは、無言の呼びかけとなる。行動で示してみよう。そうやって、取り組む人が増えていけば、

それは大きなムーブメントとなり、社会を動かす力となる。より環境にいい製品やサービスが増え、社会の仕組みができていく。

「もっと温暖化について知りたい」「温暖化のアクションってどうすればいいの？」というときは、全国45カ所にある（07年現在）、「地球温暖化防止活動推進センター」に相談してみよう。

全国の地球温暖化防止活動推進センターには、温暖化についての情報が豊富に取り揃えてある。講師の派遣も行っている。

