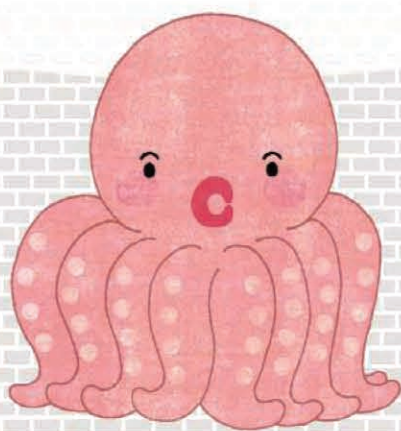


家庭で取組む 節エネガイド 2015



楽しく、無理しない、頑張りすぎない
“節エネ”ライフ



家庭で取組む 節エネガイド 2015

も く じ

1. 気候変動の最新情報

- (1) 気候変動は始まっている 1
- (2) 気候変動の原因と将来予測 2
- (3) 私たちの生活に深刻な影響を与える気候変動 3

2. 家庭では、どこから CO₂ が出ているの？

- (1) 主な CO₂ 排出源は車、水道・給湯、暖房 4
- (2) 地域ごとの家庭からの CO₂ 排出の特徴 4

3. 地球温暖化対策のために家庭で出来ること

- (1) 定着している節電 6
- (2) 年間を通した節エネ 7
- (3) 夏の節エネ 8
- (4) 冬の節エネ 8
- (5) 乗り物の節エネ 9
- (6) 体を冷やす食べ物、温める食べ物 9

4. ちょっとかしこい、ちょっとお得な情報

- (1) 住まいから考えよう 10
- (2) ちょっと意外な豆知識 11
- (3) うちエコ診断を受診してみよう！ 12
- (4) みんなの参加でつくる低炭素社会 13

POINT!! “節エネ”とは・・・

エネルギーを節約することを“節エネ”と表現しました。

私たちは、電気、ガス、ガソリン、灯油など多様なエネルギーを使って生活をしています。このような化石燃料由来のエネルギーを使用することで二酸化炭素(以下、CO₂)が排出されます。この CO₂ は、地球温暖化を引き起こす温室効果ガスの代表的なガスです。

1. 気候変動の最新情報

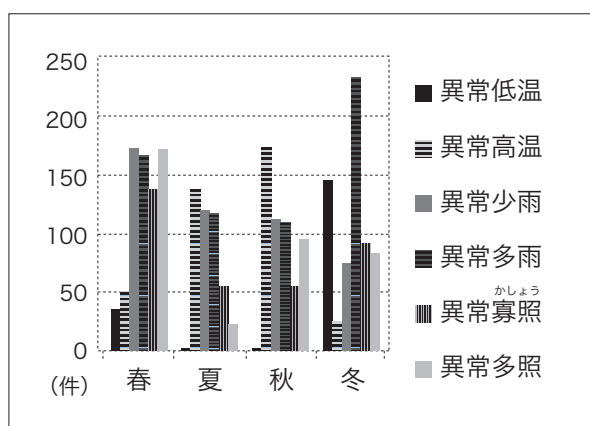
(1) 気候変動は始まっている

日本独自の移りゆく四季を肌で感じ、さまざまな文化に反映することで、私たちは豊かな生活を実現してきました。この当たり前の営みは、気象条件と切っても切れない関係にあります。現在、この気候の大きな異変が、文化はもちろん、生き物の生育、食物の生産などに大きな影響を与えています。この現象は、日本だけでみられるのではなく、全世界的に発生しており「気候変動(地球温暖化)」と呼ばれています。

最新の国際的な報告書「気候変動に関する政府間パネル(以下、「IPCC」)第5次報告書」では、世界の科学者の観測結果に基づき、地球温暖化の現状について、「地球温暖化は疑う余地がない」、「地球の気温は、過去132年の間に0.85°C上昇した」など、気候変動の深刻な現状を報告しています。

また、日本でも、気温は過去100年間で1.14°C上昇し、都市化が進みヒートアイランドの影響を受けている東京の気温は過去100年間で3.3°C上昇しています。

近年の日本では、極端な気象の変化が顕著となり、大雨・大雪・熱波・寒波が発生し、「異常気象」がもはや「日常化」していることを肌で感じている方も多いのではないのでしょうか。



出典) 気象庁「異常気象レポート2014」

図1-1 2005~2013年の季節別異常気象発生件数

気象庁の「異常気象レポート2014」によると、最近9年(2005~2013年)の期間は概ね高温傾向であり、2010年には日本の年平均気温が歴代4位の顕著な高温となったと発表しています。地域別に見ると、異常高温は全国的に現れており、特に北日本や東・西日本日本海側で多い傾向が見られています。一方で、異常低温は、西日本と沖縄・奄美で多く見られますが、北・東日本では相対的に少なくなっています。

図1-1のとおり、異常高温の出現数について季節別に見ると、夏(6~8月)と秋(9~11月)が顕著に多く、春(3~5月)と冬(12~2月)は相対的に少なくなっています。

「気候変動は現在どのくらい深刻なのか?」「これからの私たちの生活にどのような影響を及ぼすのか?」「地球温暖化を防止するため、立ち向かうために私たちにできることはあるのか?」について、この節エネガイドを通して一緒に考えていきたいと思います。

POINT!! IPCCとは...

「気候変動に関する政府間パネル IPCC(Intergovernmental Panel on Climate Change)」は、1988年に国連環境計画(UNEP)と世界気象機関(WMO)により設立されました。

人為起源による気候変化、影響、適応^{※1}及び緩和^{※2}方策に関して、科学的、技術的、社会経済学的な見地から包括的な評価をしています。3つの作業部会で検討を進めて、作業部会ごとに報告書を公表しています。

最新の報告書であるIPCC第5次評価報告書は、2013~2014年にかけて発表されました。

※1「適応」とは：気候変動による環境への悪影響に対して備えをすることなど

※2「緩和」とは：CO₂などの温室効果ガスの排出削減対策など

(2)地球温暖化の原因と将来予測

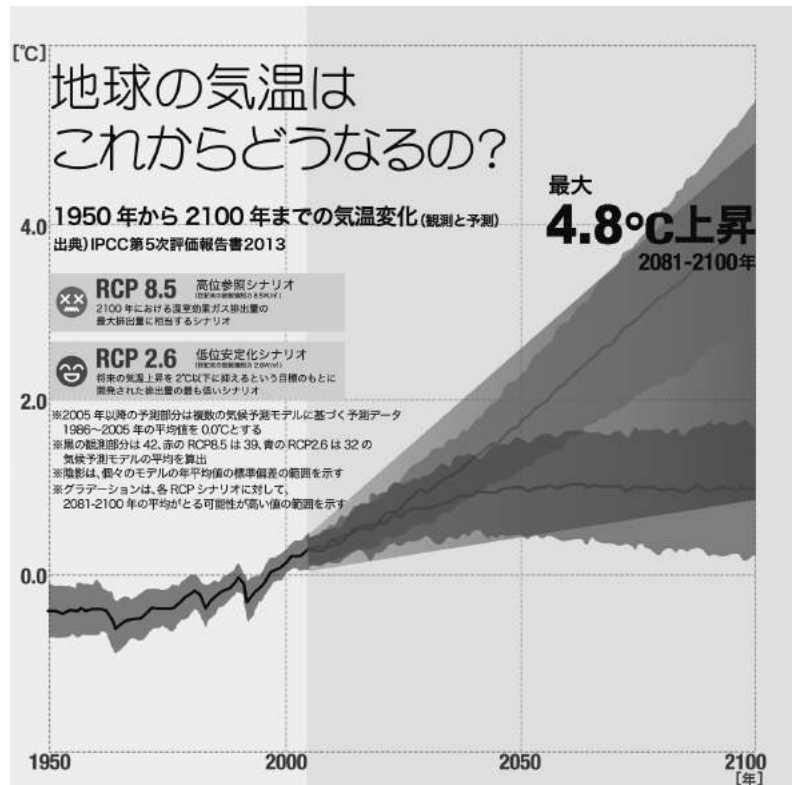
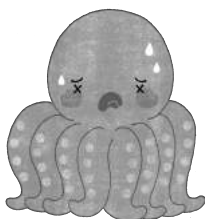
2013年9月に公表されたIPCC第1作業部会(科学的根拠)報告書で、現状(観測事実)、地球温暖化の原因、将来予測について示されました。その中では、人間による影響が地球温暖化の支配的な原因である、地球温暖化は疑う余地がないとしています。

このまま地球温暖化が進み、温室効果ガス濃度上昇の最悪のケースをたどると、今世紀末までの世界平均の地上気温の変化予測は1986～2005年平均に対して最大4.8℃上昇する可能性が高いとしています。同様に世界平均の海面水位の上昇予測としては、現在に比べ最大82cm上昇するとしており、私たちの生活に深刻な影響が出ることは避けられないでしょう。

また、2014年12月に発表された環境省・気象庁「日本国内における気候変動予測の不確実性を考慮した結果について」では、真夏日の年間日数が増加するという予測がされています。

最高気温30℃以上の「真夏日」の日数は、温室効果ガス濃度上昇の最悪のケースをたどると全国的には平均52.8日程度増加すると予測されています。

東日本太平洋側(東京)では秋になっても真夏日が続き、東京で年間3カ月半、那覇は半年間にわたるようになると見込まれています。



JCCCA IPCC第5次評価報告書 特設ページより

図 1-2 1950 年から 2100 年までの気温変化(観測と予測)

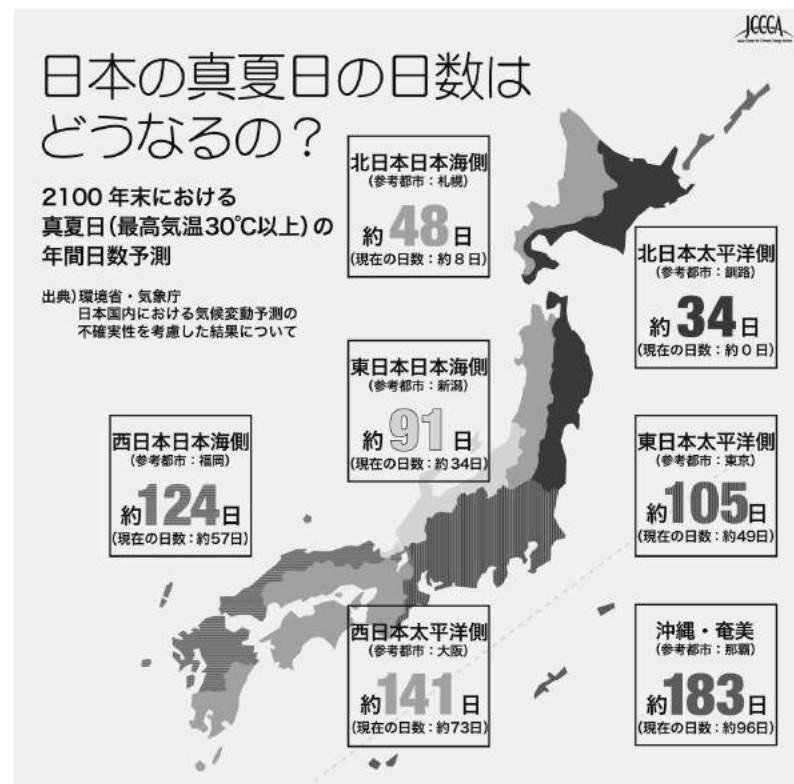


図 1-3 2100 年末における真夏日(最高気温30℃以上)の年間日数予測

温暖化が最も進めば、真夏日が今世紀末には約53日増
温室効果ガス濃度上昇の最悪のケースでは、今世紀末の真夏日は現在と比べて全国では平均52.8日増加すると、環境省では報告されている。

(3) 私たちの生活に深刻な影響を与える気候変動

2014年3月に公表されたIPCC第2作業部会(影響・適応・脆弱性)の報告書では、気候変動に起因する主なリスクが「私たちの生活に深刻な影響を与える可能性がある」として、図1-4の8つのリスクを挙げています。

また、今回のIPCC報告書及び2014年4月に公表された第3作業部会(気候変動の緩和)では、国際交渉において気温上昇の抑制の目標として関心が高まっている「2°Cシナリオ」(気温上昇を産業革命前に比べて2°C未満に抑制する可能性の高いシナリオ)について詳しく報告されています。

図1-5のように、2°Cシナリオを実現し、リスクを軽減するには2050年には世界全体で2010年と比べて40～70%温室効果ガス排出量を減らし、2100年にはゼロまたはマイナス※1の排出量にする必要があると報告されています。

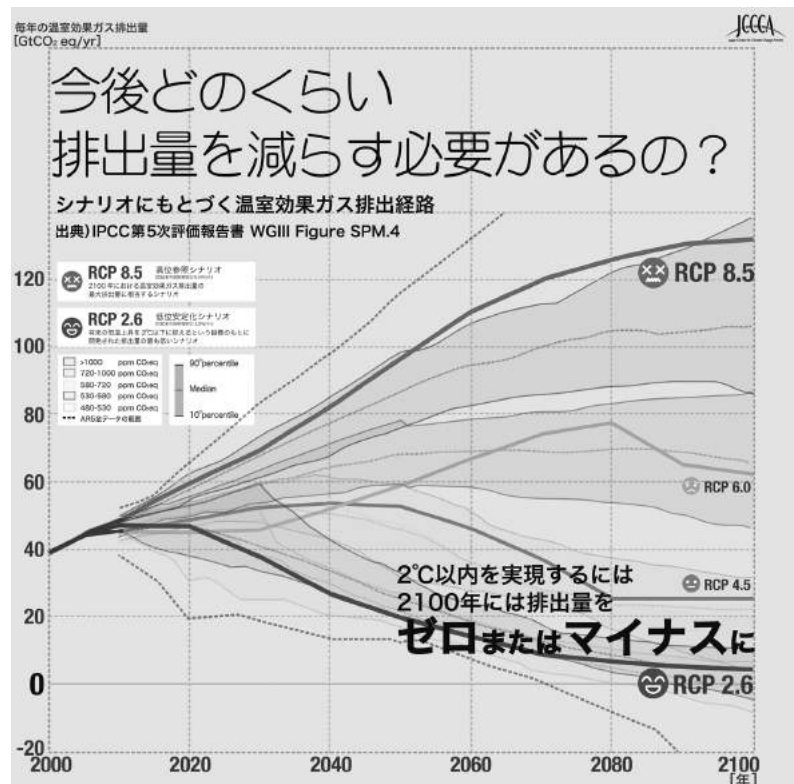
前述したように、気候変動によって異常気象の発生頻度が増加する可能性が指摘されています。ただし、個々の気象現象と気候変動の関係は明らかにできません。気候変動は遠い将来の出来事ではなく、その影響は既に始まっている可能性が高いと考えられます。これらのリスクを自分のこととして捉え、どう立ち向かい「適応」していくか、一人一人が考えることが大切なのです。

※1 植物などによるCO₂固定や、発生したCO₂を地中に埋めることによってマイナスにする。



JCCCA IPCC第5次評価報告書 特設ページより

図1-4 複数の分野地域におよぶ主要リスク



JCCCA IPCC第5次評価報告書 特設ページより

図1-5 シナリオにもとづく温室効果ガス排出量

2. 家庭では、どこから CO₂ が出ているの？

(1) 主な CO₂ 排出源は車、水道・給湯、暖房

平成 26 年度うちエコ診断の結果から推計^{※1}した家庭からの CO₂ 排出量を合計すると、約 2 億 4,994 万 t-CO₂ であり、日本の世帯数約 5,200 万世帯で割ると 4,821kg-CO₂/世帯^{※2} となります。

平成 26 年度うちエコ診断の結果から推計した CO₂ 排出量合計を用途別排出量割合で示したものを図 2-1 に示しました。車からの CO₂ 排出量割合が最も多く、次に水道・給湯、暖房でした。家庭で取組む効果的な対策は、車、水道・給湯、暖房であることが分かります。

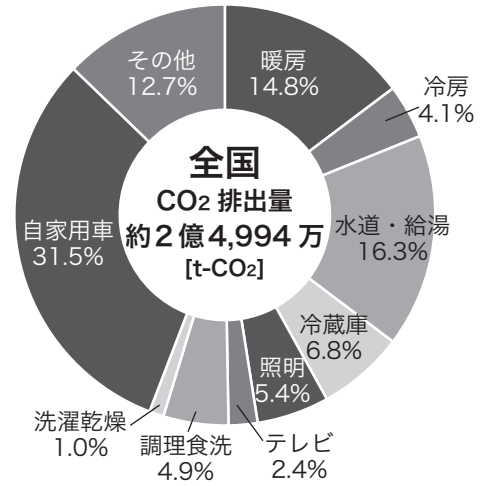


図 2-1 平成 26 年度うちエコ診断推計値からの CO₂ 排出量と用途別 CO₂ 排出量割合

(2) 地方ごとの家庭からの CO₂ 排出の特徴

日本には様々な気候条件があることや、大都市や農村など地域特性も考慮すると、家庭における CO₂ の排出割合も違ってきます。

平成 26 年度うちエコ診断の結果を 8 つの地方に区分^{※4}しました。

図 2-2 に平成 26 年度うちエコ診断推計値からの地方別の CO₂ 排出量と用途別 CO₂ 排出量割合の特徴を示しました。北海道地方では暖房からの CO₂ 排出量割合が最も多く、その他の地方ではいずれも自家用車からの CO₂ 排出量割合が最も多くなっています。

図 2-3 には平成 26 年度うちエコ診断推計値からの地方別の暖房及び冷房の CO₂ 排出量割合を示しました。寒冷な地方ほど暖房からの排出量割合が多く、温暖な地方ほど冷房からの排出量割合が多くなっています。なお、関東や近畿など多くの大都市を擁する地方において、冷房からの排出量割合が多いことから、冷房からの CO₂ 排出量割合は気候の他に、都市化の影響を受けていると考えられます。

このように、気候条件や地域特性などによって排出量割合が異なることから、各地域の家庭それぞれに合わせた地球温暖化対策を行うことが効果的であると言えるのではないのでしょうか。

※1：うちエコ診断で得られる世帯別用途別 CO₂ 排出量のデータを都道府県別世帯人数別に集計し、都道府県別世帯人数別の CO₂ 排出原単位を作成した上で、都道府県ごとの世帯人数別世帯数(総務省国勢調査：平成 22 年度)に乗じることにより、都道府県ごとの家庭からの CO₂ 排出量を推計しました。ただし、鳥取県、宮崎県の 2 県については、平成 26 年度事業においてうちエコ診断が実施されなかったことから、周辺の県の値を参考に都道府県別世帯人数別の CO₂ 排出原単位を作成した上で当該県の世帯人数別世帯数を乗じて推計しました。

※2：平成 26 年度うちエコ診断の結果から推計した家庭からの CO₂ 排出量合計から、自家用車分を除くと、約 1 億 7,122 万 t-CO₂ です。なお、温室効果ガスインベントリオフィス(※3)による平成 22 年度における家庭部門からの CO₂ 排出量(自家用車分は含まれない)は、約 1 億 7,200 万 t-CO₂、全世界平均の CO₂ 排出量は、約 4,758kg-CO₂/世帯です。

※3：温室効果ガスインベントリオフィス(GIO)は、毎年の日本国の温室効果ガスインベントリの作成および関連調査研究、これに伴う国際対応等業務の遂行を目的として、平成 14 年 7 月に国立環境研究所 地球環境研究センターに設置されました。

※4：【北海道地方】北海道 【東北地方】青森県、岩手県、宮城県、秋田県、山形県、福島県 【関東地方】茨城県、栃木県、群馬県、埼玉県、千葉県、東京都、神奈川県 【中部地方】新潟県、富山県、石川県、福井県、山梨県、長野県、岐阜県、静岡県、愛知県 【近畿地方】三重県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県 【中国地方】鳥取県、島根県、岡山県、広島県、山口県 【四国地方】徳島県、香川県、愛媛県、高知県 【九州・沖縄地方】福岡県、佐賀県、長崎県、熊本県、大分県、宮崎県、鹿児島県、沖縄県

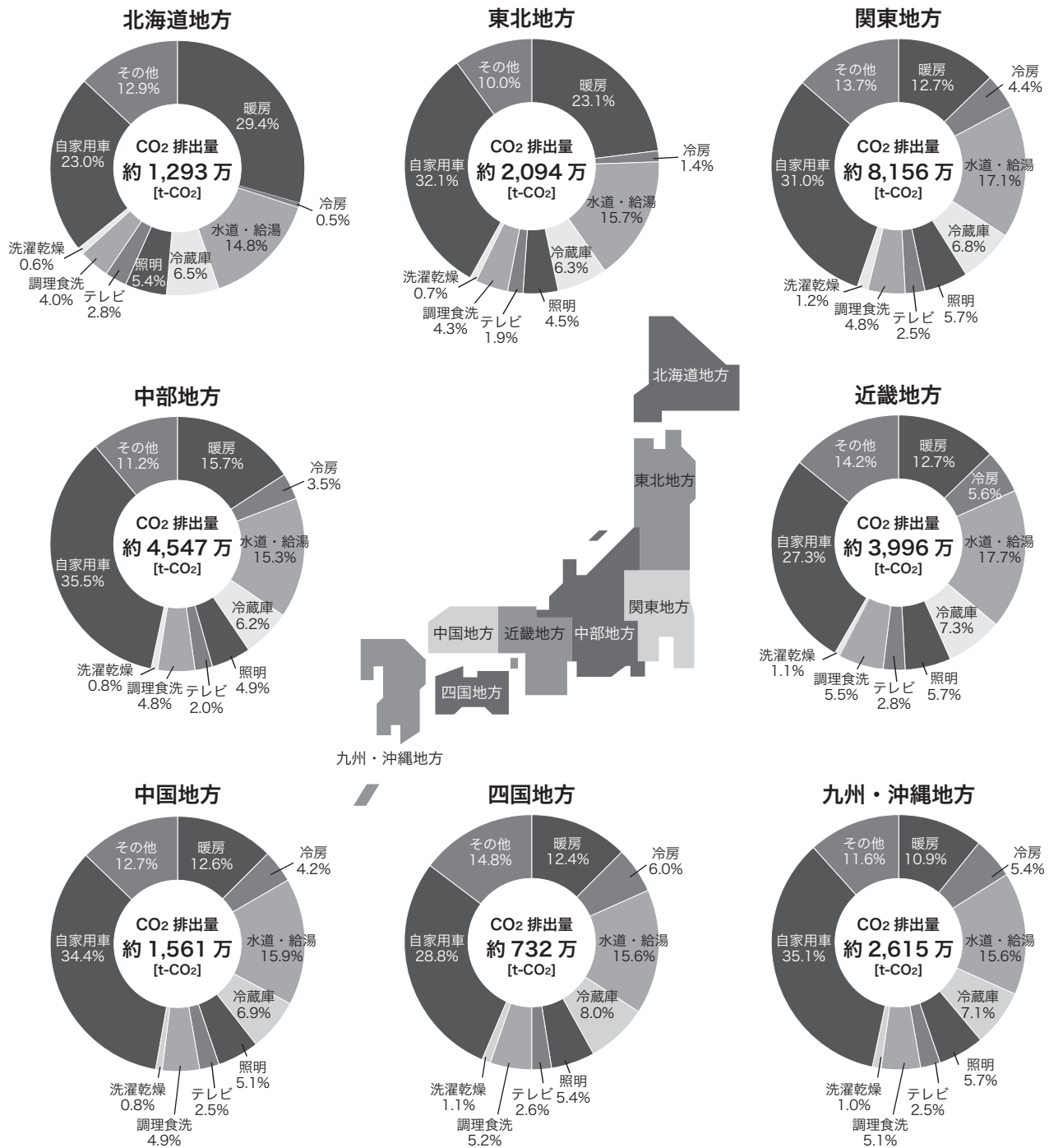


図 2-2 平成 26 年度うちエコ診断推計値からの地方別の CO₂ 排出量と用途別 CO₂ 排出量割合

※CO₂排出量は、四捨五入しているため全国の約2億4,994万t-CO₂と差異が生じます。

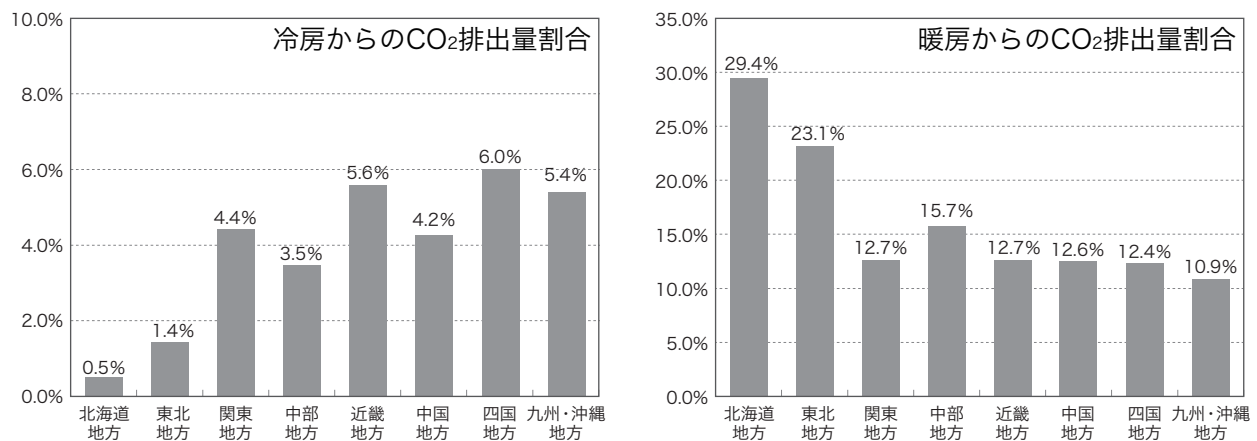
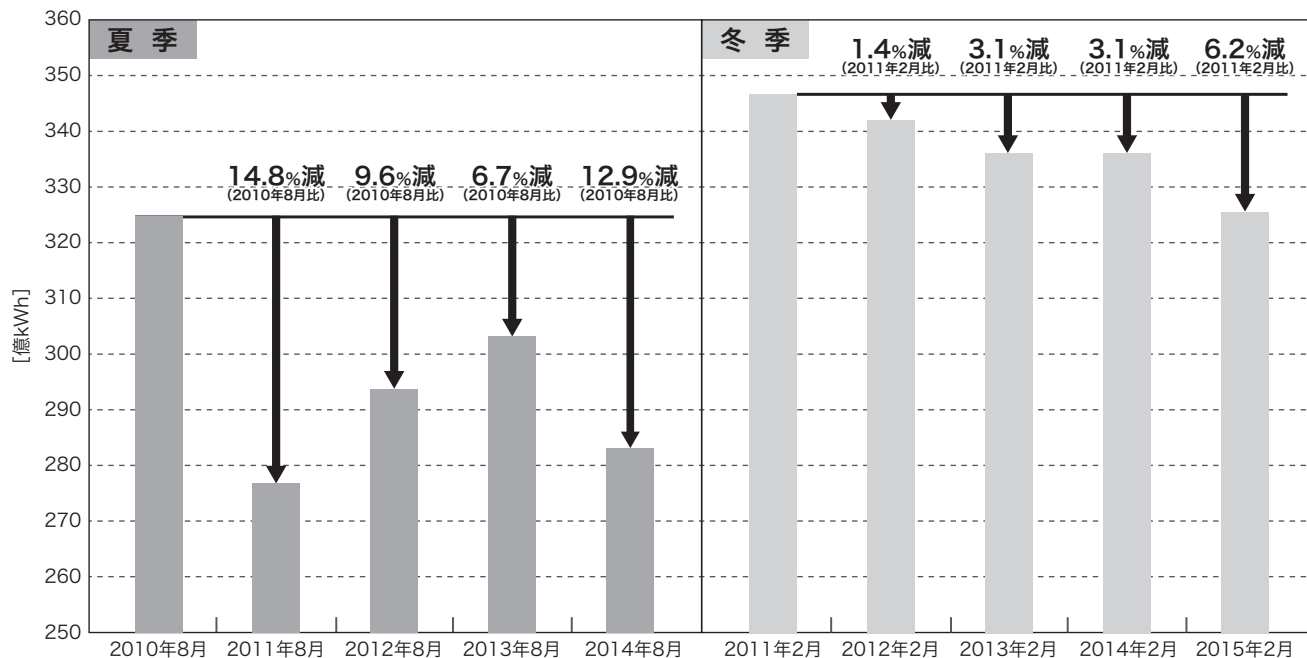


図 2-3 平成 26 年度うちエコ診断推計値からの地方別の冷房及び暖房の CO₂ 排出量割合

3. 地球温暖化対策のために家庭で出来ること

(1) 定着している節電

家庭で出来る地球温暖化対策の柱の一つは、電気の使用量を減らす「節電」です。2011年の東日本大震災の前とそれ以後の、夏季(8月)と冬季(2月)の電灯電力^{※1}の推移を図3-1に示しましたが、夏季も冬季も電灯電力の使用量は減り、節電が定着していることがわかります。



出典) 電気事業連合会ホームページ 電力需要実績

図3-1 過去5年間の夏季と冬季の電灯電力の推移

※1: 販売されている電気は、「電圧が高い電気」と「電圧が低い電気」の2つ区分されています。前者は主に産業用、後者は主に家庭用を中心に使われています。家庭用の低い電圧の電気を「電灯電力」と呼びます。

節電について詳しく知りたい方はこちら → 政府の節電ポータルサイト「節電.go.jp」 <http://setsuden.go.jp/>

一方で、電気やガス・ガソリンなどから出るCO₂の排出量部門別推移をみると、家庭部門からの排出は年々増加傾向にありましたが、2013年度は前年と比較して1.3%の減少傾向がみられました。家庭からの節電をはじめとした節エネ行動は徐々に実を結んできていると言っても良いでしょう。

定着している節エネを確実に継続させることが、家庭で出来る地球温暖化対策の第一歩です。

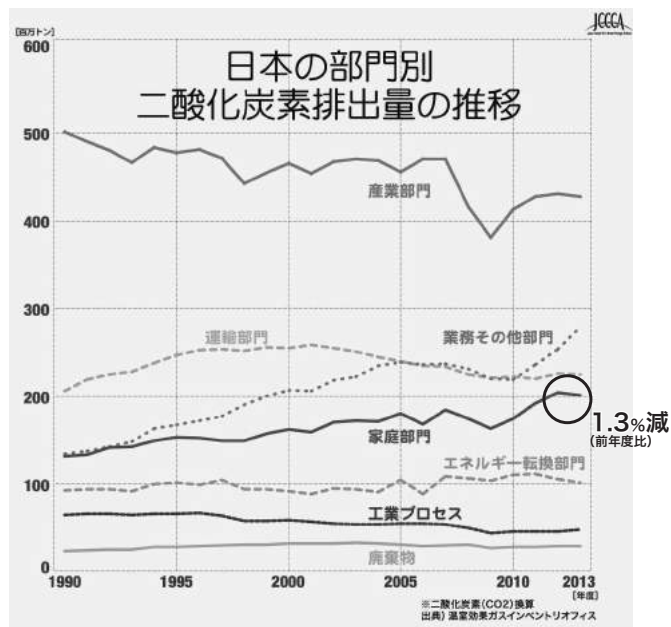
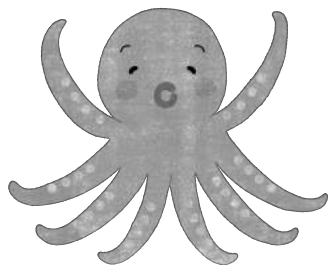


図3-2 日本の部門別二酸化炭素排出量の推移(1990-2013年度)

(2)年間を通した節エネ

年間を通して、家庭でのエネルギー使用を少なくするために様々な取組みが考えられますが、その中でも、みんなが集まる機会が多く、1日でも最も長い時間を過ごすリビングでの対策を実施することが効果的です。「冷暖房時にサーキュレーターなどを使い、空気を循環させ効率よく使用する」、「白熱電球をLED電球に交換する」、「テレビの画面を明るすぎないように調整する」など、表3-3を参考に無理のない節エネライフでエネルギーを効率よく使用しましょう。

表3-3 年間の取組み

対象	分野	対策
屋外	遮熱・断熱 など	1. 窓に空気層のある断熱シートを貼る（もしくは内窓を設置する）
リビング	冷暖房	2. 冷暖房時にサーキュレーターなどを使い、空気を循環させ効率よく使用する
		3. 冷暖房時にカーテンやブラインドを閉める
		4. 冷暖房時に家族がいっしょの部屋で過ごす
		5. エアコンのフィルターを掃除する（月2回程度）
		6. 冷暖房を使う時間をできるだけ短くする
		7. 冷暖房使用時に部屋のドアやふすまを閉め、有効範囲を小さくする
		8. 白熱電球をLED電球に交換する
	照明	9. 照明を使う時間を可能なかぎり短くする
		10. テレビを見る時間を少なくする（つけっぱなしにせず、見る番組を絞るなど）
	テレビ	11. テレビの画面を明るすぎないように調整する
		12. 電気ポットや炊飯ジャーの保温をやめる
台所	保温	13. 圧力鍋などの活用により調理時間を短くする
	冷蔵庫	14. 冷蔵庫を壁から適切な距離を離し、周りや上にものを置かない
		15. 冷蔵庫の温度設定を強から中にする
		16. 冷蔵庫を整理し、開ける時間を短くする
	炊事	17. 食器洗いで水を出しっぱなしにしない
洗濯	乾燥	18. 晴れの日にまとめて洗濯するなどの工夫で、乾燥機能の使用を減らす
お風呂	お風呂	19. 節水シャワーヘッドを取り付け、使うお湯の量を減らす
		20. 家族が続けて入り、風呂の追い炊きをしない
トイレ	便座	21. 保温便座の温度設定を下げ、使わないときには保温便座のふたを閉める
その他	待機電力	22. 電気機器は使い終わったらプラグを抜くか電源タップを切り、待機電力を減らす

POINT!!
夏

熱中症に注意！

1995年以降、熱中症による年間死亡者数は増加傾向がみられ、特に、猛暑となった2010年は、過去最多の1,684人の方が亡くなりました。

熱中症は、室温や気温が高い中での作業や運動により、体内の水分や塩分（ナトリウム）などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体がだるい、ひどいときには「けいれん」や意識の異常など、様々な症状をおこす病気です。

特に「60代の発汗量は20代の85%に減る」といわれ、汗による体温調整が衰えて、熱中症にかかり易くなります。

家の中でじっとしていても室温や湿度が高いときは、熱中症になる場合がありますので、冷房使用は無理のない範囲で行いましょう。



資料提供) 気象研究所

図 日本における熱中症による年間死亡者数の推移

(3)夏の節エネ

夏のエネルギー使用を少なくするためには、「窓の外によしず、グリーンカーテンを設置する」、「冷房使用時の室温を28℃にする」などの対策を実施しましょう。特にゴーヤなどを使ったグリーンカーテンは、日射をさえぎり、植物の葉の蒸散作用でより涼しくなり、実ったゴーヤを食べることができるため、各地で取組まれています。

また、5月1日から10月末まで「クールビズ」が取組まれており、6月1日からは「更なる軽装の奨励」や「ワークスタイルの変革」を呼びかける「スーパークールビズ」が推進されています。

表 3-4 夏の取組み

対象	分野	対策
屋外	遮熱・断熱 など	1. 部屋の外によしず、グリーンカーテンを設置する
		2. お風呂の残り湯などで朝夕に打ち水をする
リビング	冷房	3. 冷房使用時の室温を28℃にする
		4. うちわ、扇子を活用する
服装	スタイル	5. オフィスではジャケットを脱ぎ、ネクタイを外すなど軽装にする

(4)冬の節エネ

冬は、暖房のために多くのエネルギーが使われます。エネルギーの種類も電気・ガス・灯油など様々です。「床に断熱シートを敷く」「すき間テープなどを活用してすき間風を防ぐ」など住宅の断熱対策をすることで暖房用のエネルギーを減らすことができます。

また、「室温20℃でも快適に過ごす」ことを目標に11月から3月末まで「ウォームビズ」が取組まれています。2013年からはウォームビズにアイデアをプラスして、より快適に楽しく過ごす「ウォームビズ・プラス・ワン」が実施されています。みんなでお鍋を食べるなど、自分なりの節エネのアイデアで快適な冬を過ごしましょう。

表 3-5 冬の取組み

対象	分野	対策
屋内	遮熱・断熱 など	1. 床に断熱シートを敷く
		2. すき間テープなどを活用してすき間風を防ぐ
リビング	暖房	3. 重ね着、湯たんぽ、ひざかけなどを活用する
		4. こたつや電気カーペットなど効率のよい部分暖房を活用する
		5. 暖房使用時の室温を20℃にする
	食事	6. お鍋など、体の温まる食べ物をみんなで食べる
服装	スタイル	7. セーター、スカーフ、保温性の優れた機能性素材の下着を活用する



POINT!! ヒートショックに注意！

ヒートショックは、急激な温度差によって重大な疾患がもたらされることをいいます。暖かいリビングから、トイレや廊下など寒いところに移動したときに、交感神経が緊張し、末梢血管が収縮することで血圧が急激に上昇し、心臓や血管に強いストレスを受け、重大な疾患が発生します。

入浴中に心肺停止状態におちいった高齢者の全国調査では、住宅内の温熱環境の影響で1万7千人の方がなくなると推計しています。(H26年3月26日(独)東京都健康長寿医療センター発表資料より)

住まいの工夫で住宅内の温度差をなくし、衣服の調整で体感の温度差できるだけなくすことでヒートショックを予防することができます。

(5) 乗り物の節エネ

外出、通勤等で乗り物を利用するときは、鉄道やバスなどの公共交通機関を利用すると節エネに効果的です。

図 3-6 に示した通り、自家用車の使用と比較して、鉄道やバスを利用することで CO₂ の排出量が半分以下になります。

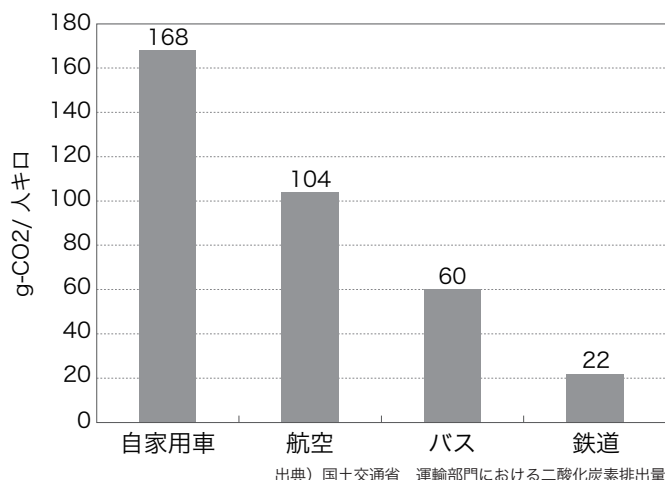


図 3-6 輸送量当たりの二酸化炭素の排出量(旅客)

自家用車を使う場合は、「エコドライブ」を実践しましょう。「エコドライブ 10 のすすめ」を行うことで、燃費が向上します。特に「ふんわりアクセル「e スタート」」では 10% の燃費改善が期待できます。普通より少しゆっくりと発進し、最初の 5 秒で時速 20km が目安です。

エコドライブを実践することで、お財布にやさしく、同乗者が安心できる安全運転になります。

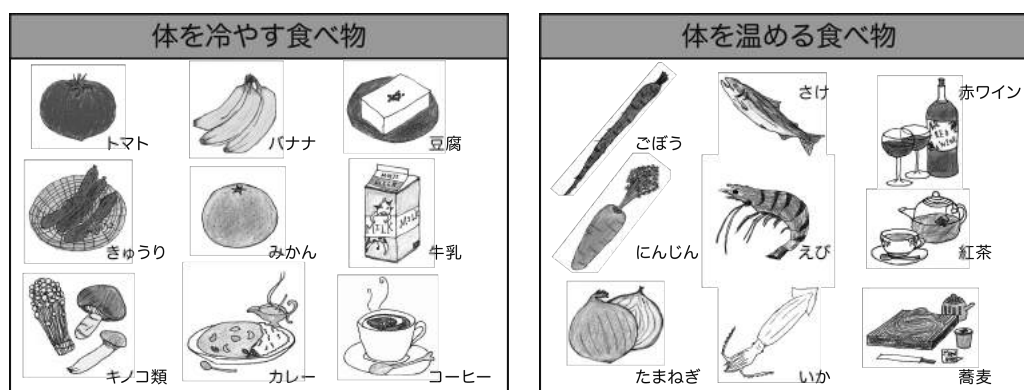
表 3-7 エコドライブ 10 のすすめ

対策
1. ふんわりアクセル「e スタート」
2. 車間距離にゆとりをもって、加速・減速の少ない運転
3. 減速時は早めにアクセルを離そう
4. エアコンの使用は適切に
5. ムダなアイドリングはやめよう
6. 渋滞を避け、余裕をもって出発しよう
7. タイヤの空気圧から始める点検・整備
8. 不要な荷物はおろそう
9. 走行の妨げになる駐車をやめよう
10. 自分の燃費を把握しよう

出典) エコドライブ普及連絡会

(6) 体を冷やす食べ物、温める食べ物

旬の食べ物は、体の中から、冷やしたり、温めたりする効果があります。たとえば、キュウリ、トマトなどの夏野菜は体を冷やす効果があります。冬が旬の根菜類のゴボウ、ニンジンなどは体を温める効果があります。



出典) 体を温める食べ物&食べ方 医学博士/石原結實

図 3-8 体を冷やす食べ物、温める食べ物

4. ちょっとかしこい、ちょっとお得な情報

(1) 住まいから考える節エネ

住まいの節エネは毎日の生活を快適に過ごすためにも重要です。

特に節エネにも健康にも「住宅の断熱」はとても効果的です。夏は太陽からの熱の部屋への侵入を防ぎ、冬は外の冷気の部屋への侵入を防ぐことで、住宅の冷暖房効果を高めます。断熱性能の高い住宅は、外気温の影響を受けにくいいため、冷暖房機器の効率が良くなり、快適な住環境となります。

住宅全体の断熱性能を向上させることは、新築・リフォームの時でなければできませんが、窓の対策は出来ます。窓からの熱の出入りは非常に大きいため、内窓を設置するなど簡単な窓対策で断熱性能を改善することが出来ます。カーテン、雨戸、障子なども窓断熱には効果的です。

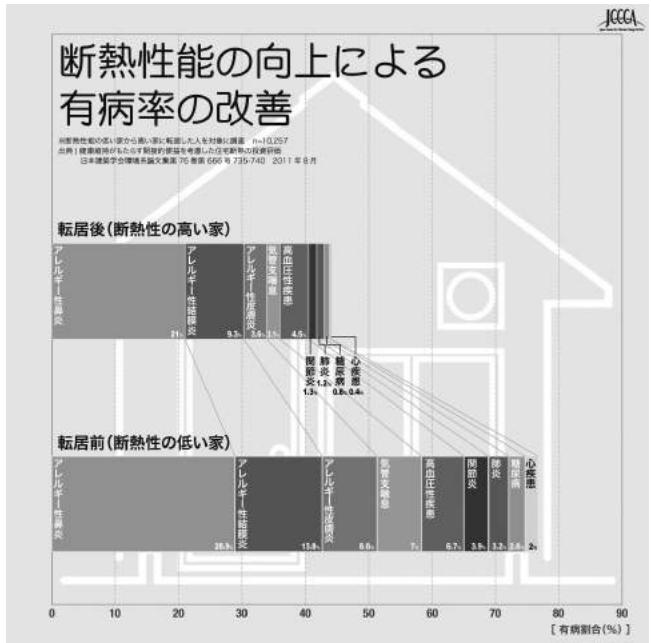
健康と住宅の断熱性能に関する報告があります。断熱性能の低い家から高い家に引っ越しをした人を対象に調べたところ、調査対象となった9つの病気のすべてで「断熱性能の高い家」に移り住んでいる人の病気になる率が激減しました。心臓疾患は8割、アトピー性皮膚炎は6割も減りました。高断熱住宅に住むことで、エネルギー消費が大幅に削減でき、その上に健康で快適な生活となり、生活の質を向上させることができます。

また、家電製品や自動車を購入・買換えするときに、省エネ性能の高い製品を選ぶことは、維持費(電気代、ガソリン代)の削減になるとともに、地球温暖化対策にとっても、非常に効果的です。

例えば、家電製品では、今どきの冷蔵庫は、10年前の製品と比べて約67%の省エネになっています。液晶テレビは7年前の製品と比べて約62%の省エネ、照明では一般電球と比べて電球形LEDは約80%の省エネになっています。*

家電製品を買換える時は、「統一省エネラベル」を調べると便利です。統一省エネラベルは、省エネ性能が優れているほど「星」の数が多くなり、最高5つの星がついています。

※出典)2015年度版 スマートライフおすすめBOOK 一般財団法人家電製品協会



出典) 健康維持がもたらす間接的便益を考慮した住宅断熱の投資評価
日本建築学会環境系論文集第76巻第666号735-740 2011年8月

図 4-1 断熱性能の向上による有病率の改善



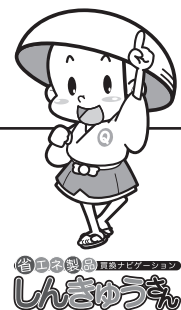
図 4-2 統一省エネラベルの例

POINT!! 「しんきゅうさん」を使ってみよう!

省エネ製品買換ナビゲーション「しんきゅうさん」は、現在使っているエアコンやテレビ、冷蔵庫、照明・器具、温水洗浄便座を省エネ製品に買換えると、どれくらい年間電気代、CO₂などが削減できるかがわかるウェブサイトです。

しんきゅうさん

検索



(2) ちょっと意外な豆知識

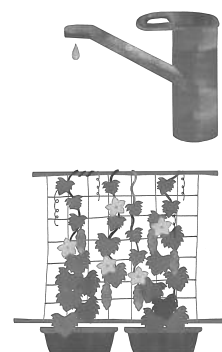
ア：家庭の省エネの「思い違い」

東京都地球温暖化防止活動推進センターでは、都内在住の20代～70代の男女600名に対して、都民の省エネに関する「思い違い」「思い込み」「よく理解されていないこと」についての調査を実施しました。

電気料金、各家電製品の使用方法や知識、住宅部位の熱の伝わりやすさに至るまで、「家庭の省エネ」に関連する幅広い分野において調査し、「どんなことが、どのくらい、一般の方に知られていないか」をまとめました。

調査結果(抜粋)

- (1) 深夜に電気料金が安くなる契約をしていない人のうち、約5割の人が「深夜」であれば当然に料金が安くなると思い違いをしていました。
- (2) 水道のレバーを一番右側から少しでも左に動かすとお湯が混ざること知らない人が約8割いました。
- (3) 夏に外の暑さが最も多く伝わるのは「窓」であることを知らない人が約7割いました。



詳しく知りたい方はこちら
東京都地球温暖化防止活動推進センター http://tokyo-co2down.jp/ecology/shoene_investigation/

都民の省エネ 実態

イ：冷蔵庫でCO₂ダイエット

家庭で使われる電気について、使用量第1位の家電は冷蔵庫です。*

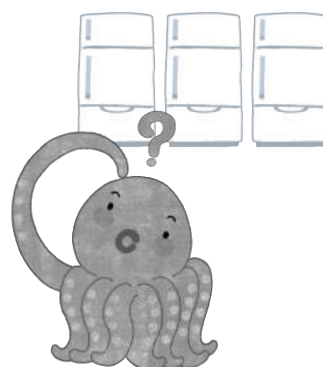
岡山県地球温暖化防止活動推進センターでは、消費電力の大きい冷蔵庫について、岡山県内の冷蔵庫保有台数や大きさ、消費電力量などを調査し、その結果をまとめた冊子「冷蔵庫でCO₂ダイエット」を発行しました。

今回の調査では、岡山県内には1世帯あたり約1.26台の冷蔵庫があり、約2割の世帯が2台以上の冷蔵庫を使用しているということがわかりました。また、年間消費電力量の大きい冷蔵庫(401kWh/年以上)が全体の約30%を占めていることがわかりました。

これらの冷蔵庫を省エネタイプに買い替える、必要のない冷蔵庫は廃棄する、また、省エネタイプのものでも上手な使い方を実践することで大きな節電効果が得られます。

冷蔵庫の使い方を見直すのは、ダイエット(節電)への大きな近道かもしれません。

※出典) 経済産業省 総合エネルギー調査会「トップランナー基準の現状等について」(平成23年)



詳しく知りたい方はこちら
岡山県地球温暖化防止活動推進センター <http://www.kankyo.or.jp/koueki/ondanka/reizouko.html>

冷蔵庫 CO₂ダイエット

(3)うちエコ診断を受診してみよう！

家庭のエネルギーを考えると、独身世帯、子どもがいる世帯、高齢者世帯など、世帯構成は様々です。一戸建てとマンションでもエネルギーの使用状況は違いますし、北海道と沖縄でも節エネ・節電対策は異なります。

「うちエコ診断」では、様々な条件や暮らし方がある家庭のエネルギー使用状況を、うちエコ診断士が専用ツールを使って、同じような世帯と比べたり、各家庭のライフスタイルに合わせた効果的で実行可能な地球温暖化対策を提案します。



「うちエコ診断」では、具体的には次の3つのことが分かります。

うちエコ診断でできること

ポイント 1 エネルギー消費状況の把握(立ち位置の確認)



ご家庭のエネルギー消費状況や光熱費を「見える化」し、他の世帯と比べて使い過ぎているかチェックできます

⇒ お住まいの地域でのランキングが分かります

ポイント 2 CO₂の排出内訳の分析(CO₂の見える化)



CO₂の排出内訳で「どこから、どのくらいCO₂が出ているか」をチェックできます

⇒ 給湯や暖房など、エネルギーを使いすぎている場所が分かります

ポイント 3 分野別対策検討(具体策の認知)



診断士による具体的な対策提案で、ご家庭のライフスタイルに合わせたアドバイスが受けられます

⇒ 対策を取ることによって、どのくらいCO₂・光熱費が下がるのかが分かります






POINT!! これまでにうちエコ診断を受診した方々からの感想

- ・普段何気なく生活していましたが、診断して頂いたことをきっかけに、エコに対しての認識が深まり、楽しみながらエコに取り組んでいます。
- ・気がつかない手軽なエコ活動があることを知ることが出来てよかったです。少しでも節約していこうと思いました。
- ・身近で、すぐに実行出来るエコ対策が聞けて大変助かりました。次に進めたい対策がはっきり見えてきました。

詳しく知りたい方はこちら → 家庭エコ診断制度ポータルサイト <http://www.uchieco-shindan.go.jp/>

家庭エコ診断

検索

(4) みんなの参加でつくる低炭素社会

ア：気候変動キャンペーン「Fun to Share」に参加しよう

昨年3月に、環境省は気候変動キャンペーン「Fun to Share」をスタート。地球温暖化防止のための知恵や技術を共有(シェア)して、毎日楽しく暮らしながら、低炭素社会を作ろうという発想の元に誕生したものです。「Fun to Share」のホームページでは、様々な知恵や技術を紹介しているほか、個人サポーターの登録受付もしています。

まずはできることから始めてみませんか。

イ：みんなで集まるとエコ

みんなであつまると楽しく、エコになる「クールシェア・ウォームシェア」が注目されています。一人ひとりが部屋で冷房・暖房するよりも、みんなが集まった場所を冷暖房することは非常に効果的です。また、みんなで集まると楽しいことが沢山生まれます。家に集まる、公共施設に集まる、カフェに集まる、いろんな場所にクールシェア・ウォームシェアのスポットが誕生しています。

ウ：「IPCC リポートコミュニケーター」と一緒に考えよう

IPCC リポート コミュニケーターとは、「IPCC 第5次評価報告書 (AR5)」の内容を、広く一般の国民に伝えていく「伝え手」として活動する人々です。

「AR5」は、最新の科学的知見に基づいた信頼性の高い気候変動(地球温暖化)に関する情報を提供しています。コミュニケーターはAR5を基に作られたパワーポイントや映像、実験道具などのツールを使ったプログラムを使用し、最新の気候変動の情報を判りやすく伝える活動を行っています。

ぜひ、みなさんも一緒に、IPCC リポートコミュニケーターと一緒に、これからの未来について考えてみませんか？



エアコン消して 涼しいところに集まろう

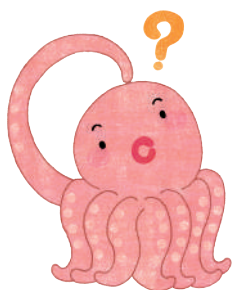
**COOL
SHARE**



気候変動の、いまを伝える。

**IPCC report
communicator**





わたしの名前は「しーちゃん」

最近、海の底から見える、海の仲間カラフルな南の魚が増えたみたい。
前からいた魚がすこし少なくなりました。
なぜなのかな〜と考える時、手が丸くなってしまいます。
気候変動 (Climate Change) の考えすぎなのかな？

※「しーちゃん」は一般社団法人地球温暖化防止全国ネットが平成 27 年度地球環境基金助成事業で実施している「市民の気候変動を意識した行動変容を促すための効果的な対象の選定とエンパワメント・プログラムの開発事業」のナビゲーションキャラクターです



家庭で取組む 節エネガイド 2015 楽しく、無理しない、頑張りすぎない “節エネ”ライフ

発行：2015 年 6 月

問い合わせ先：全国地球温暖化防止活動推進センター（一般社団法人地球温暖化防止全国ネット）

〒101-0054 東京都千代田区神田錦町 1-12-3 第一アマイビル 4F

TEL：03-6273-7785 FAX：03-5280-8100 [http：//www.jccca.org/](http://www.jccca.org/)



古紙パルプ配合率70%再生紙を使用

