



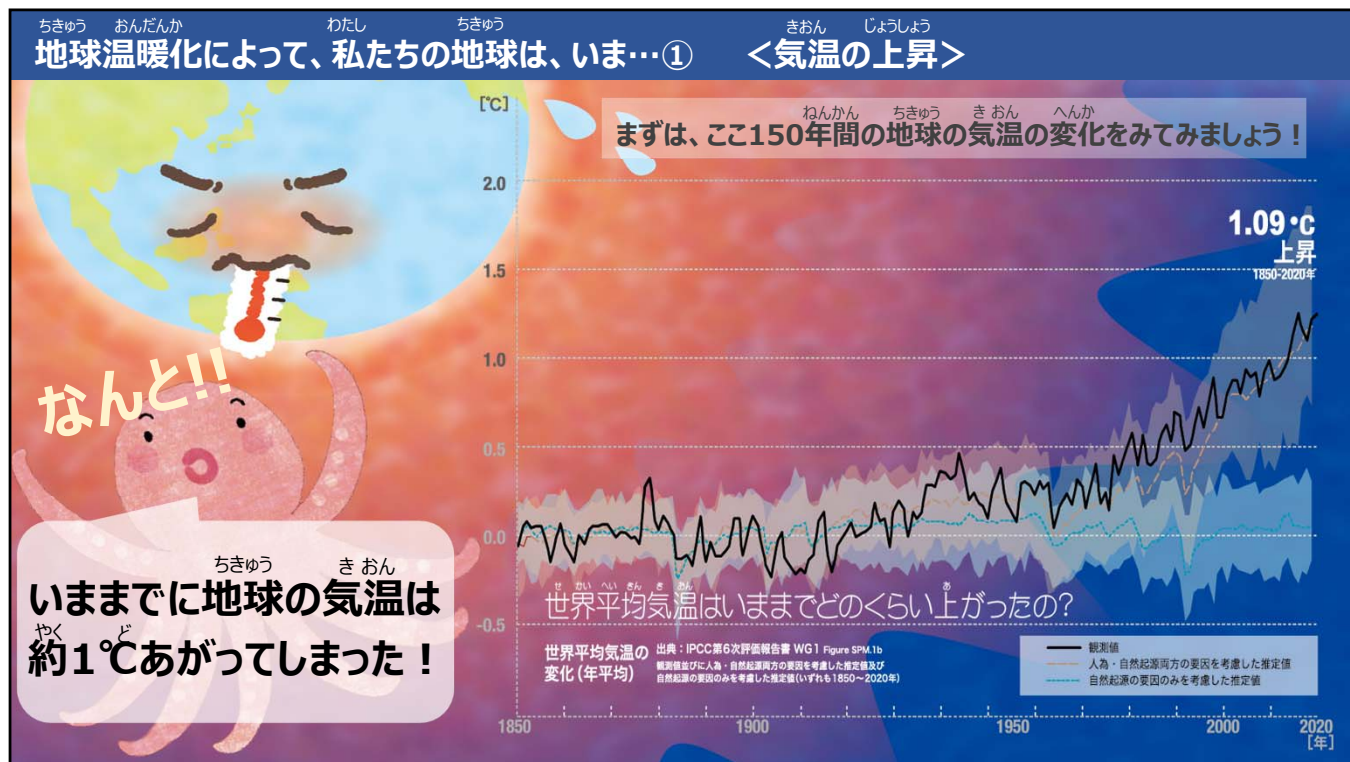
私たちが大人になった時、地球温暖化や気候変動による異常気象や、それに伴う洪水や土砂崩れなどの災害や、異常高温や海洋酸性化による生態系の変化、熱中症被害などに脅かされるような地球にならないよう
いまから、みんなで力を合わせて地球の未来を変えていきましょう！

わたし、しーちゃん！ 地球のいまと
その解決策についてわたしが案内していくよ！

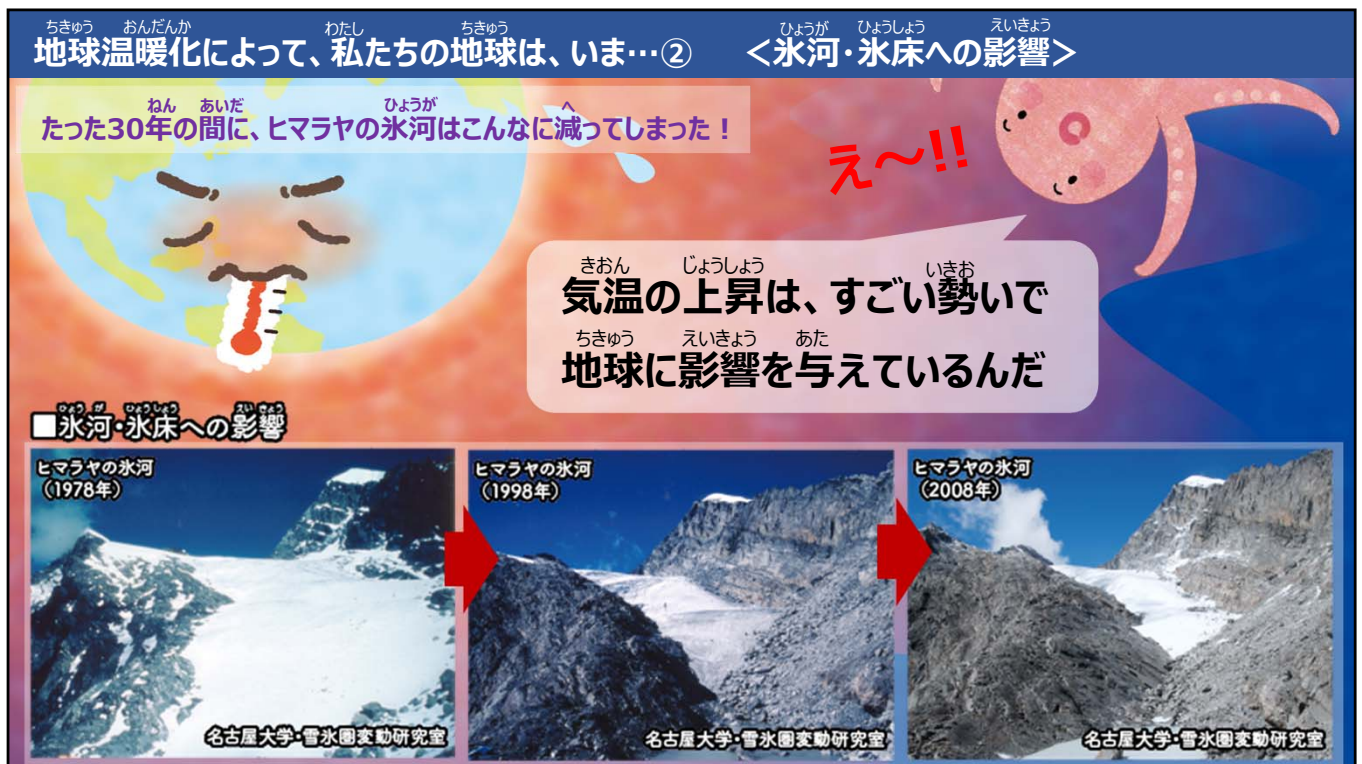


わたしの名前は「しーちゃん」

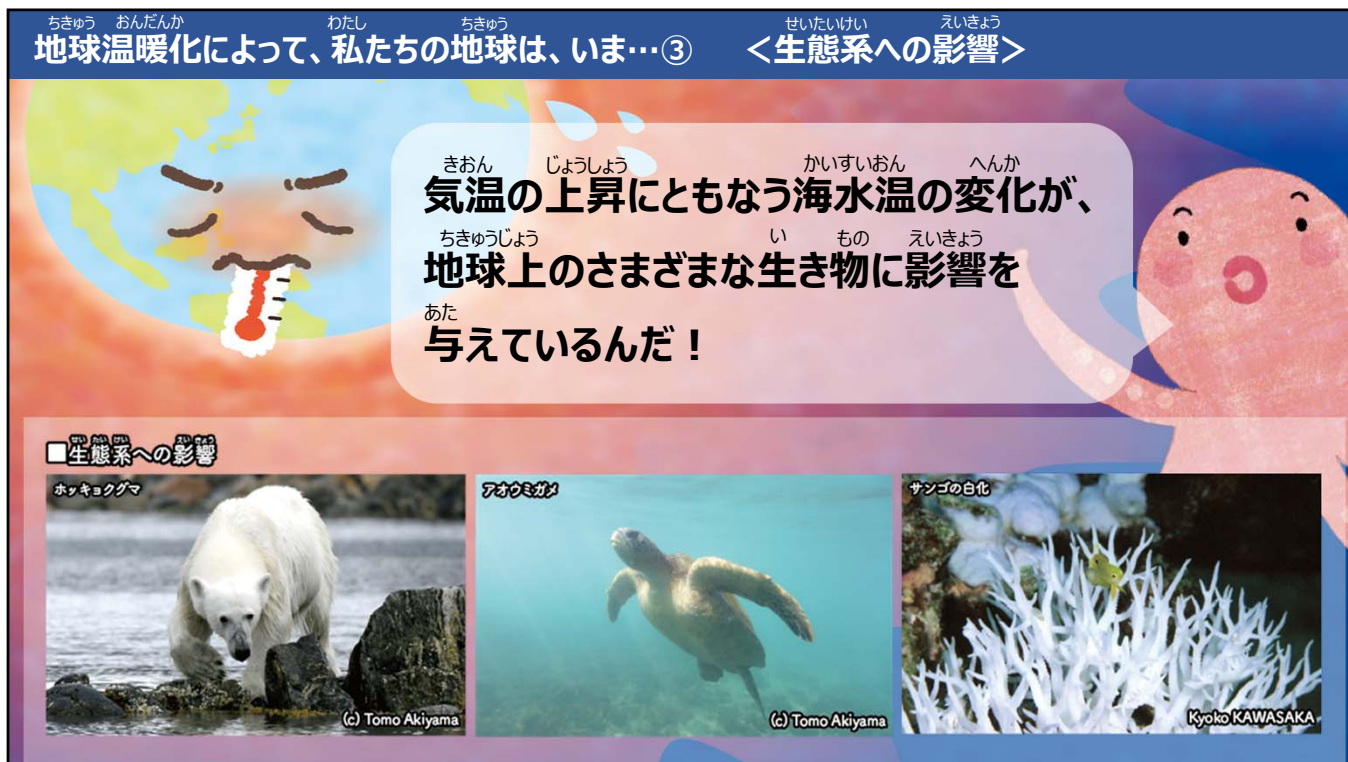
最近、海の底から見える、
海の仲間にカラフルな南の魚が増えたみたい。
前からいた魚がすこし少なくなりました。
なぜなのかな〜と考える時、
手が丸くなってしまう。
気候変動(Climate Change)の考えすぎなのかな？



2011年から2020年の世界平均気温は、工業化前（1850年～1900年平均）と比べて
 およそ1.09℃上昇しています。
 また日本の過去100年あたりの年平均気温の上昇率は1.5℃、
 東京は3.3℃、大阪で2.6℃、名古屋で2.9℃、
 そして北極では世界平均のおよそ2倍の速度で気温が上昇しています。
 たった1℃の上昇だけど、地球全体で異常気象に伴う災害や、人や動物への影響
 が出ているのです。



2011年から2020年の世界平均気温は、工業化前（1850年～1900年平均）と比べて
 およそ 1.09°C 上昇しています。
 また日本の過去100年あたりの年平均気温の上昇率は 1.5°C 、
 東京は 3.3°C 、大阪で 2.6°C 、名古屋で 2.9°C 、
 そして北極では世界平均のおよそ2倍の速度で気温が上昇しています。
 たった 1°C の上昇だけど、地球全体で異常気象に伴う災害や、人や動物への影響
 が出ているのです。



2011年から2020年の世界平均気温は、工業化前（1850年～1900年平均）と比べて
 およそ1.09℃上昇しています。
 また日本の過去100年あたりの年平均気温の上昇率は1.5℃、
 東京は3.3℃、大阪で2.6℃、名古屋で2.9℃、
 そして北極では世界平均のおよそ2倍の速度で気温が上昇しています。
 たった1℃の上昇だけど、地球全体で異常気象に伴う災害や、人や動物への影響
 が出ているのです。



もともと地球は、大気の中の二酸化炭素（CO₂）などの温室効果ガスが、太陽から熱をつかまえ、大気を温めることで、人々が快適に住めるおよそ15℃という

快適な気温を保ってきました。

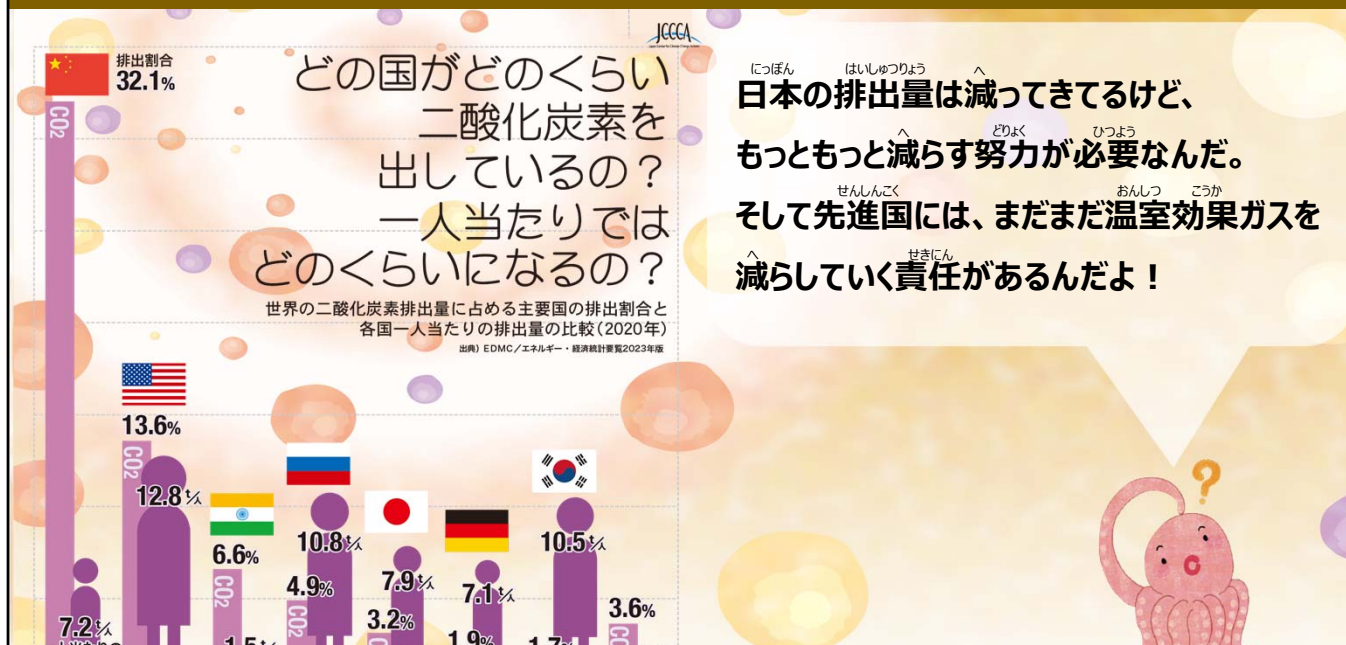
それが、私たちの生活に必要な電気・ガス・ガソリンなどのエネルギーを作るために

石炭や石油、天然ガスなどの化石燃料を使うことによって、CO₂が増えすぎてしまい、

宇宙に逃げていくはずの熱が逃げにくくなり、地球の温度が上がってきてしまっています。

このままだと私たちの未来は大変なことに・・②

《どの国がどのくらい二酸化炭素を出しているの？》
《一人当たりでは、どのくらいになるの？》



日本の温室効果ガスの総排出量は、2019年度で約12億トン。
近年、その量は少しずつ減ってきているものの、地球温暖化を防止するためには、
もっと少なくする必要があります。
世界に目を向けると、アメリカ、ロシア、日本などの先進国は、
世界の排出量の中で大きな割合を占め、また一人当たりの排出量も
途上国よりもずっと多く、減らしていかなければならない責任があります。

すでに地球上では、いろいろな異常気象が起きている!?

た、たいへんだあ！

強くて大きい
台風が!?

スーパー台風の名



NASA

大雨で
洪水が!?

洪水



国土交通省 北陸地方整備局

集中豪雨で
街中が大変!?

都市型水害



MediaFOTO / PIXTA(ピクスタ)

雨が降らなくて
山火事が!!

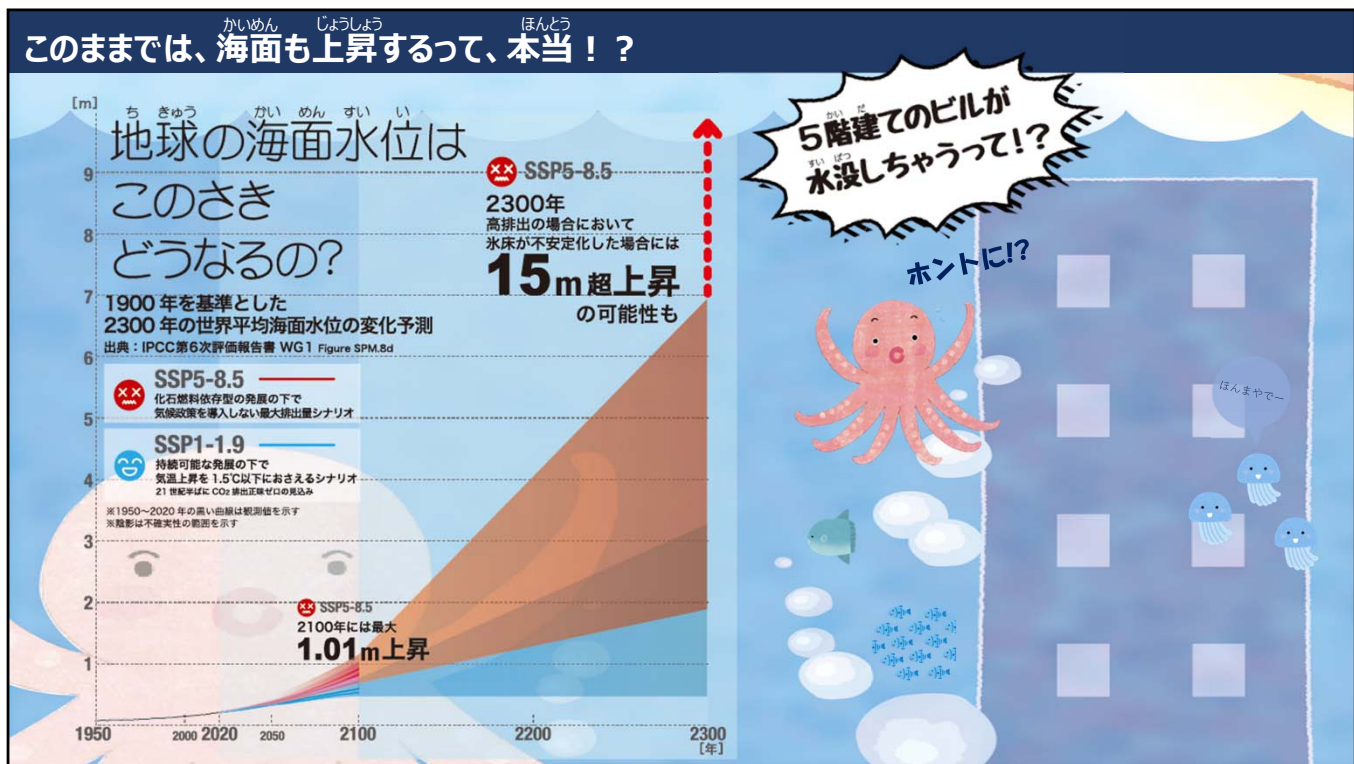
熱波による火災



(c) Tomo Akiyama

ニュースでよく見るものばかり。身近に起きていることもある!?

いま、世界の各地で異常気象が相次いで発生しており、これらも地球温暖化の影響と言われています。
身近で起きている「これも温暖化による異常気象かも・・・」と思うことはありますか？



海に目を向けてみると、世界の海面水位は過去約100年の間（※）に、およそ0.2 m上昇してしまいました。

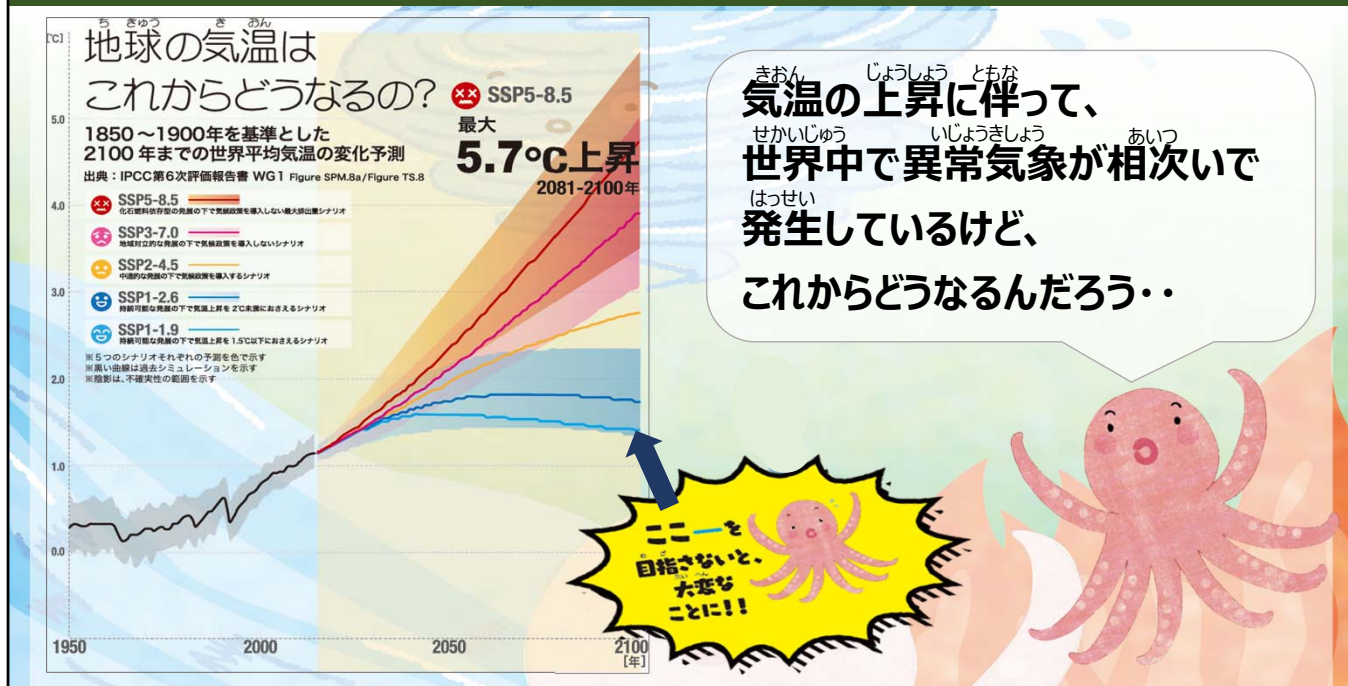
海面水位は、過去の地球温暖化の影響を受けるため、たとえ気温の上昇は止まっても

海面水位の上昇は止まらず、2300年には、4～5階建てのビルの高さに匹敵する、

最大で15 mを超えるくらいの上昇の可能性もあると予測が出ています。

※1901～2018年の間：IPCC第6次評価報告書

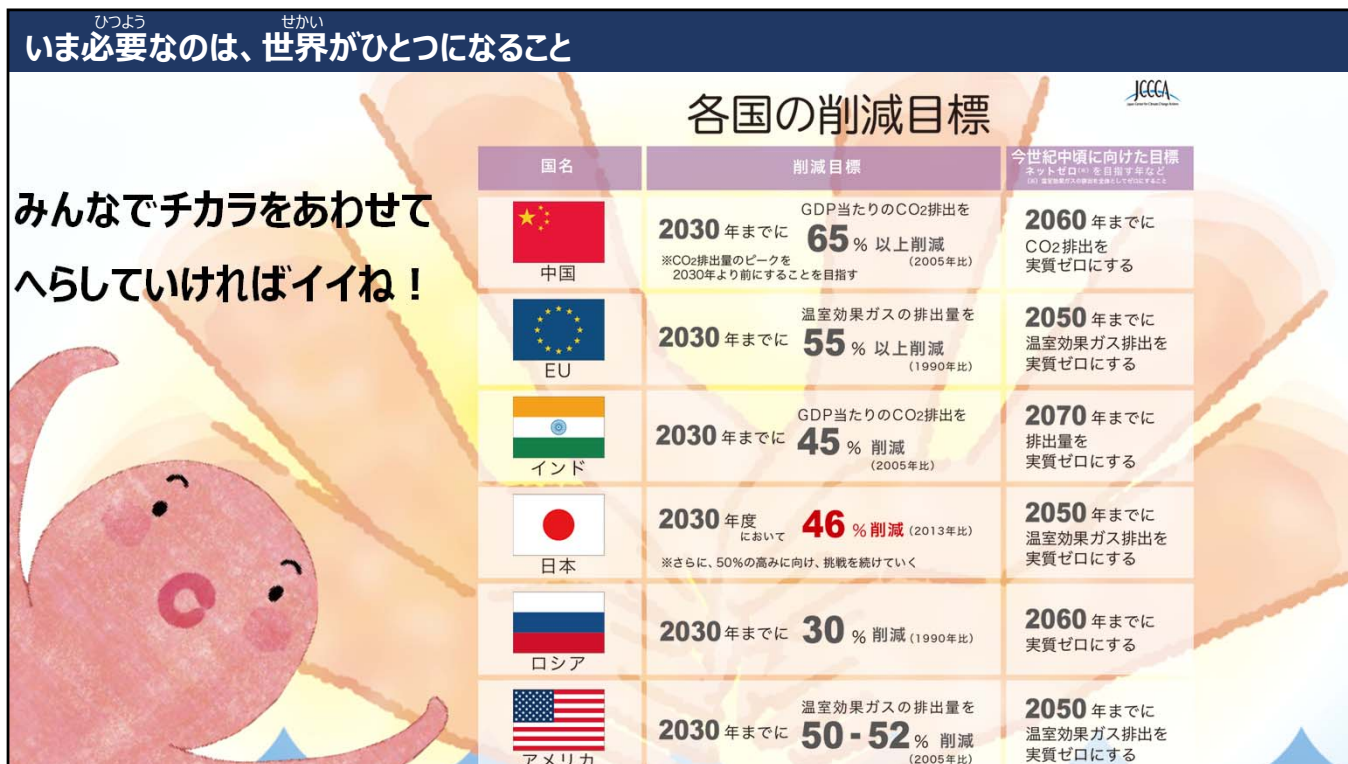
ちきゅう きおん
このさき、地球の気温はどうなっていくの・・・？



このまま地球温暖化が進んでしまった最悪の場合、2100年には5.7℃の気温上昇が予測*されています。

少しでも良い未来を作っていくために、世界では気温上昇を1.5℃にとどめようと、話し合いをしているのです。

* IPCC第6次評価報告書



2022年11月に開かれたCOP27（国連気候変動枠組条約第27回締約国会議）では、世界各国で話し合い、
気温上昇を1.5℃に抑えるために様々な議論がなされました。
世界のみんなで力を合わせて地球温暖化防止に向けた目標をたてて、
行動していこうとしています。



地球温暖化を防ぐために、世界中の国が「ゼロカーボン」を目標に動いています。

「ゼロカーボン」とは、温室効果ガスの排出を実質「ゼロ」にすること。
日本では2050年までにゼロカーボンの目標を達成することを目指しています。

「ゼロカーボン」とは？

おんしつ こうか はいしゅつ じっしつ
温室効果ガスの排出を実質ゼロにすること。

にっぽん ねん
日本では、2050年までに
もくひょう たっせい
ゼロカーボンの目標を達成することを
めざ
目指しているよ！

地球温暖化を止めるために、世界中の国が「ゼロカーボン」を目標に動いています。

「ゼロカーボン」とは、温室効果ガスの排出を実質「ゼロ」にすること。
日本では2050年までにゼロカーボンの目標を達成することを目指しています。



環境省では、わたしたち1人ひとりが、いつもの生活の中ですぐにできることから、生活をより快適でお得で良いことにつながることで、さまざまな「ゼロカーボンアクション30」を紹介しています。具体的にはどんなアクション＝取り組みがあるかな？地球の未来を変えるために、いま、始めよう！

未来の地球を変えるために、いまから始めよう！ ゼロカーボンアクション30 「エネルギーを節約・転換しよう！」

まずは！ できることから、始めてみようよ！

アクション 1 再生エネルギーへ切り替えよう！

再生可能なエネルギー（自然エネルギー）でつくった電気に切り替えていこう。



気候ネットワーク

アクション 2 クールビズ・ウォームビズを実践しよう！

適度な冷暖房で、気候にあわせて快適に過ごせる服装やライフスタイルを心がけよう。

アクション 3 節電しよう！

こまめなスイッチオフ、電気製品をコンセントから抜くなど習慣づけよう。



アクション 4 節水しよう！

使用中はこまめに水を止め、工夫して無駄な水を少しでも減らそう！

アクション 5 省エネ家電の導入を！

電気代が節約できる省エネ家電の使用、LED照明への買い換えを！

アクション 6 宅配サービスをできるだけ1回で受け取ろう！

再配達は何度もトラックを動かすことになり、余分にCO₂が出てしまいます。時間指定、宅配ボックス、置き配等を活用しよう。



アクション 7 消費エネルギーの見える化

家で使っている電気やガスの量をチェック！スマートメーターやHEMS（へムス）等も活用しよう。

環境省では、わたしたち1人ひとりが、いつもの生活の中ですぐにできることから、生活をより快適でお得で良いことにつながることで、さまざまな「ゼロカーボンアクション30」を紹介しています。具体的にはどんなアクション＝取り組みがあるかな？地球の未来を変えるために、いま、始めよう！

未来の地球を変えるために、いまから始めよう！ ゼロカーボンアクション30 「太陽光パネルつき・省エネ住宅に住もう！」

お財布と相談してチャレンジだね！

アクション 8 太陽光パネルを設置しよう！
太陽光発電でCO₂の排出量抑制と、年間の大幅な電気代の削減ができる。

アクション 9 ZEHの住宅に住もう！
ZEHとはネット・ゼロ・エネルギー・ハウス（エネルギー消費量正味ゼロの住宅）の意味。

アクション 10 省エネリフォーム窓・壁で断熱リフォームを！
断熱性の高い家は熱中症やヒートショック予防にもつながるよ。

アクション 11 蓄電池(EV・車載の蓄電池)・蓄エネ給湯機の導入・設置を！
昼間の余った電気を貯めて、夜間や非常時の電気に、光熱費を節約できるよ。

アクション 12 暮らしに木を取り入れよう！
木の持つ温かみも感じられるし、森林を育てることはCO₂の吸収や災害の防止にもつながるよ。

アクション 13 分譲も賃貸も省エネ物件を選択しよう！
おうちを探すときは、間取りや立地などにプラスして省エネ性能の高さも考えていこう。

断熱性能の向上による有病率の改善
※断熱性能の高い家から低い家に転居した人を見守りに調査。n=10,257
出典：環境省がまとめた「省エネ住宅の健康効果に関する調査報告書」(国土交通省 国土政策局 2011年8月)

項目	転居後(断熱性の高い家)	転居前(断熱性の低い家)
アレルギー性疾患	7.1%	12.8%
気管支炎	5.5%	11.5%
喘息	5.6%	11.5%
心臓病	4.5%	8.6%
脳血管疾患	4.3%	8.6%
認知症	4.3%	8.6%
糖尿病	4.3%	8.6%
がん	4.3%	8.6%
その他	4.3%	8.6%

【有病割合(%)】

アクション 14 働き方の工夫
テレワークやオンライン会議などの活用は、電気の使用量の削減にもつながるよ。

環境省では、わたしたち1人ひとりが、いつもの生活の中ですぐにできることから、生活をより快適でお得で良いことにつながることで、さまざまな「ゼロカーボンアクション30」を紹介しています。具体的にはどんなアクション＝取り組みがあるかな？地球の未来を変えるために、いま、始めよう！

みらい ちぎゅう か はじ
未来の地球を変えるために、いまから始めよう！ゼロカーボンアクション30

シーオーツー ごうつうしゅだん えら
「CO₂の少ない交通手段を選ぼう！」

ガソリンを使わないことが、これからの主流になるのかも!?

アクション
15

スマートムーブ

徒歩、自転車、公共交通機関など、CO₂排出量の少ない
エコな移動手段を心がけよう。



アクション
16

ゼロカーボン・ドライブ

電気自動車や燃料電池車などで、
CO₂排出ゼロを目指したドライブをしよう。



環境省では、わたしたち1人ひとりが、いつもの生活の中ですぐにできることから、
生活をより快適でお得で良いことにつながることで、
さまざまな「ゼロカーボンアクション30」を紹介しています。
具体的にはどんなアクション＝取り組みがあるかな？
地球の未来を変えるために、いま、始めよう！

みらい ちきゅう か はじ 未来の地球を変えるために、いまから始めよう！ ゼロカーボンアクション30

しょく な 「食ロスを無くそう！」

しょくひん しゃがい もんだい き 食品ロスって社会問題！ みんなももっと気をつけていこうね！

アクション 17 食事を食べ残さない！

外食の時は、自分で食べられる量を注文しよう。もし残ってしまった場合は、持って帰ろう。

アクション 18 食材の買い物や保存等で食品ロス削減を工夫しよう！

食材は、購入する量、保存の工夫などで食べられるものは捨てないようにしよう。

アクション 19 旬の食材、地元の食材でつくった菜食など、健康的な食生活を！

食品を買うときには、国産のもの、旬のものを意識して選ぼう。



アクション 20 自宅でコンポスト

コンポストでつくった堆肥(肥料)は家庭菜園などにも使えるよ。

環境省では、わたしたち1人ひとりが、いつもの生活の中ですぐにできることから、生活をより快適でお得で良いことにつながることで、さまざまな「ゼロカーボンアクション30」を紹介しています。具体的にはどんなアクション＝取り組みがあるかな？地球の未来を変えるために、いま、始めよう！

未来の地球を変えるために、いまから始めよう！ ゼロカーボンアクション30 「サステナブルなファッションを！」

「サステナブル」は、持続可能ってという意味だよ！

アクション 21 も持っている服を長く大切に着よう！
服は、先のことを考えて買おう。気に入ったものをお手入れしながら長く着よう。

アクション 22 長く着られる服をじっくり選ぶ！
服をすぐに買い替えないことで、無駄づかいの防止にもつながるよ。

アクション 23 環境に配慮した服を選ぼう！
リサイクル、リユースなどの環境に配慮した素材の服を選ぼう。どのように作られた服なのか確認しよう。

SUSTAINABLE FASHION
これらのファッションを持続可能に

INDEX

FASHION & ENVIRONMENT ファッションと環境の関わり ファッションの環境への影響や、環境に配慮した素材の服の選び方について紹介しています。	INTEREST サステナブルファッションへの関心 この先のファッションへの関心や、環境に配慮した素材の服の選び方について紹介しています。	ACTION ファッションと環境への関心 「環境に配慮した素材の服」の選び方について紹介しています。	SHARED IMAGES シェア画像 SNSなどで共有できる、サステナブルファッションのイメージ画像です。
---	--	---	---

環境省では、わたしたち1人ひとりが、いつもの生活の中ですぐにできることから、生活をより快適でお得で良いことにつながることで、さまざまな「ゼロカーボンアクション30」を紹介しています。具体的にはどんなアクション＝取り組みがあるかな？地球の未来を変えるために、いま、始めよう！

未来の地球を変えるために、いまだから始めよう！ ゼロカーボンアクション30 「3R（リデュース、リユース、リサイクル）」

リデュース＝ムダなゴミの量をできるだけ少なくすること！（エコバックを使うのも、この活動だよ）
 リユース＝いちど使ったものをゴミにせず、何度も使うこと！（おもちゃや洋服など、もらったり、あげたり）
 リサイクル＝使い終わったものを、もういちど資源に戻して製品にすること！（カン・ビンなどのごみ）

アクション 24 使い捨てプラスチックの使用を減らす。
マイバック、マイボトルを使おう！
 プラスチックごみは生きものに悪影響を及ぼしてしまうよ。
 プラごみを減らすためにも、繰り返し使える製品を選ぼう。



アクション 25 修理や補修をしよう！
 ものが壊れてしまったときは
 すぐ買い替えるのではなく、修理して
 大切に長く使おう。古いものをリメイクするのも、いいね。

アクション 26 フリマ・シェアリングに注目！
 使わなくなったものは捨てずにフリマで売ったり、
 必要な人でシェアするのもいいね。

アクション 27 ごみの分別処理をしよう！
 「3R」＝リデュース（ごみを減らす）、リユース（再利用）、
 リサイクル（再生利用）の基本は、まずごみの分別から。

環境省では、わたしたち1人ひとりが、いつもの生活の中ですぐにできることから、生活をより快適でお得で良いことにつながることで、さまざまな「ゼロカーボンアクション30」を紹介しています。具体的にはどんなアクション＝取り組みがあるかな？地球の未来を変えるために、いま、始めよう！

未来の地球を変えるために、いまから始めよう！ ゼロカーボンアクション30 「CO₂の少ない製品・サービス等を選ぼう！」

「かんきょう はいりょ おおほ か しこ もの
環境配慮マークを覚えておいて、賢いお買い物を！！」

アクション
28 だつ たん そ がた せい ひん えら
脱炭素型の製品・サービスを選ぼう!

環境配慮マークのついた商品などを進んで購入、選択しよう。



アクション
29 個人のESG投資を实践しよう！

環境・社会・企業統治の3つの観点から、
企業を分析・評価を投資する、
「ESG投資」を実践しよう。



環境省では、わたしたち1人ひとりが、いつもの生活の中ですぐにできることから、生活をより快適でお得で良いことにつながることで、さまざまな「ゼロカーボンアクション30」を紹介しています。具体的にはどんなアクション＝取り組みがあるかな？地球の未来を変えるために、いま、始めよう！

みらい ちきゅう か はじ
未来の地球を変えるために、いまから始めよう！ゼロカーボンアクション30 かんきょう ほぜんかつどう せつきよくてき さんか
「環境保全活動に積極的に参加しよう！」

かつどう おんだんか ぼつし はじ
みんなの活動が、温暖化の防止につながる！ できることから始めよう！

アクション 30 しょくりん ひら とく かつ どう
植林やごみ拾い等の活動

一人ひとりがの行動が地球温暖化防止につながるよ。
 まずは、地域の環境活動などに参加してみよう。





環境省では、わたしたち1人ひとりが、いつもの生活の中ですぐにできることから、
 生活をより快適でお得で良いことにつながることで、
 さまざまな「ゼロカーボンアクション30」を紹介しています。
 具体的にはどんなアクション＝取り組みがあるかな？
 地球の未来を変えるために、いま、始めよう！

けんこう しんだん はじ
まずは！うちの「健康診断」から始めませんか！？



パソコン、スマートフォン、タブレット端末からご利用いただけます。

※登録不要、以下のサイトにアクセスするだけ！ <https://webapp.uchieco-shindan.jp/>

QRコードは
こちら ➡

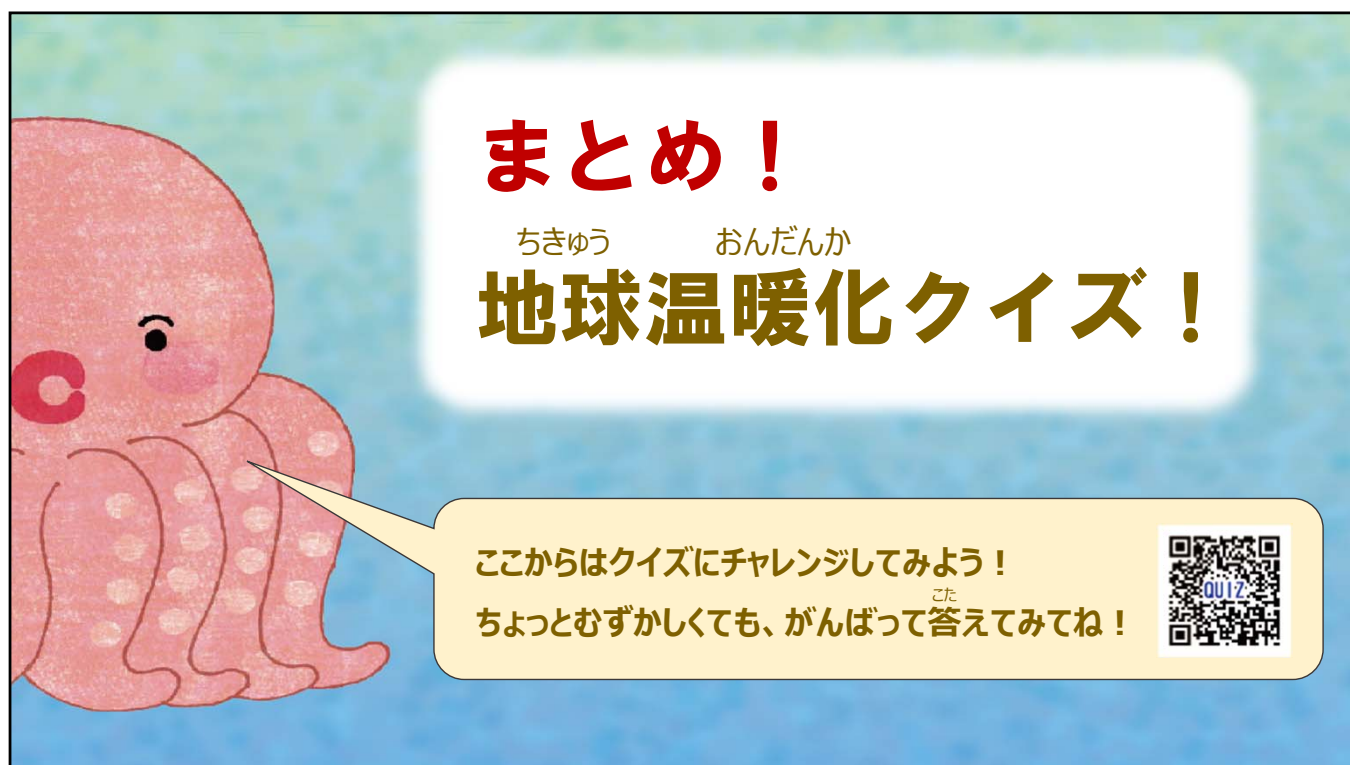


または

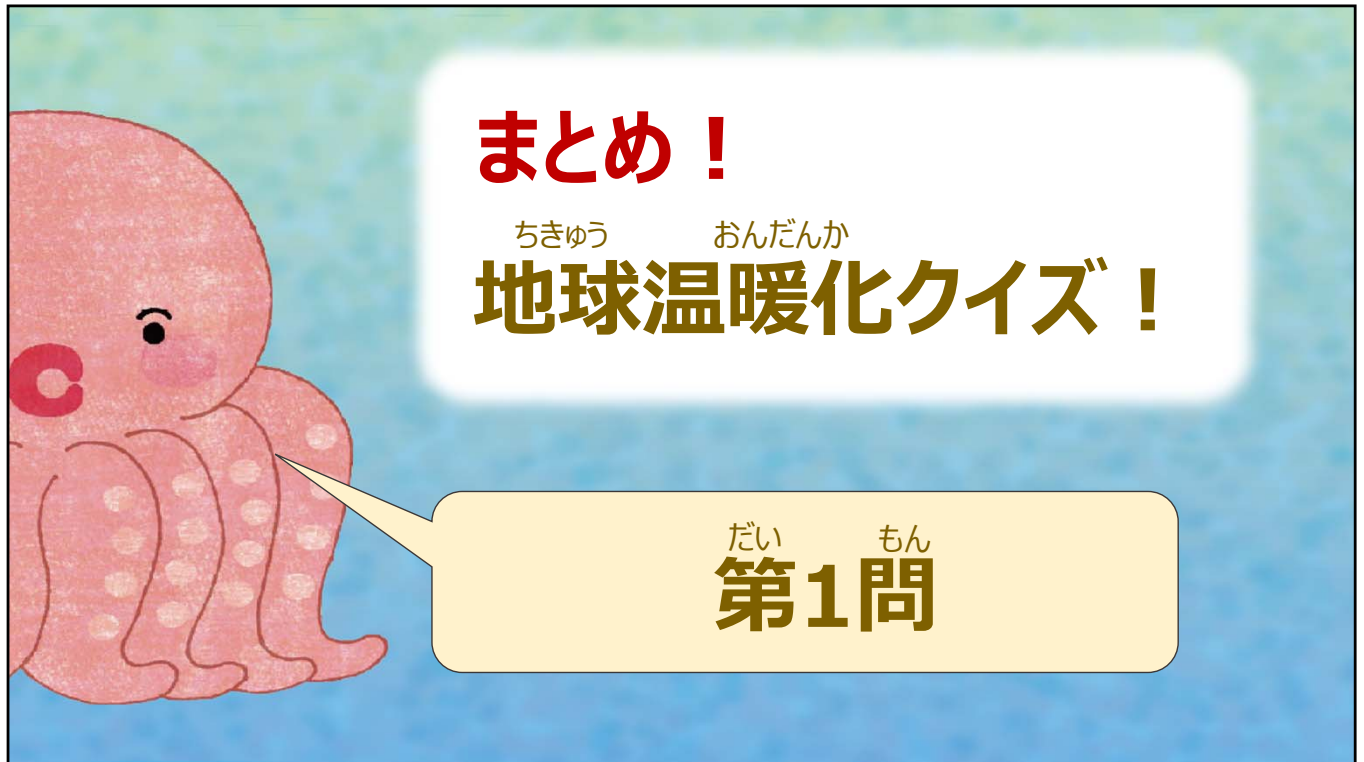
うちエコ診断

で検索！

※動作環境
●パソコンOS: Windows, Mac, Linux等 ●スマートフォン・タブレット端末OS: Android6.0以上、iPhone/iPadはiOS12以上 ●ブラウザ: Chrome, Edge, Safari, Firefoxなど最新版
※WEBブラウザ上で動くソフトですので、必ずインターネットに接続できる環境でアクセスしてください。



まとめ！地球温暖化クイズ！
さてさて、ここまで「地球温暖化防止」について色々と学んできたけど、
ここでこれまでの振り返りも含めて、皆さんにいくつか質問するよ。
振り返ってわかるものと、応用編もあるからチャレンジしてみてね！
わかるかな～？



第1問

地球温暖化の影響で、台風の発生数は、
今までにどう変化した？

1) 増えた 2) 変わらない 3) 減った

Q1

ちきゅう おんだんか えいきょう
地球温暖化の影響で

たいふう はっせいすう
台風の発生数は

いままでにどうへんか
変化した？

第1問

地球温暖化の影響で、台風の発生数は、
いままでにどう変化した？

1) 増えた 2) 変わらない 3) 減った

Q1

ちきゅう おんだんか えいきょう たいふう はっせいすう
地球温暖化の影響で、台風の発生数は
いままでにどう変化した？
へんか

①

ふ
増えた

②

かわ
変わらない

③

へ
減った

第1問

地球温暖化の影響で、台風の発生数は、
今までにどう変化した？

1) 増えた 2) 変わらない 3) 減った

A1

2

かわ
変わらない

せいかい ばん かわ
正解は2番の「変わらない」!

きしょうちょう きんねん たいふう はっせいすう
気象庁によると、近年の台風の発生数について、
ちようきてき ぞうか げんしょう けいこう み
長期的な増加や減少の傾向は見られて
アイピーシー だい じ ひょうか ほうこくしょ
いませんが、IPCC第6次評価報告書によれば
つよ ねったい ていきあつ はっせい わりあい じ
強い熱帯低気圧の発生割合やピーク時の
ふうそく ちきゅう おんだんか
風速は地球温暖化の
しんこう じょうしょう
進行とともに上昇する
よそく
と予測されています。



答え

正解は2番の「変わらない」。

気象庁によると近年の台風の発生数について、長期的な増加や減少の傾向は見られていませんが、

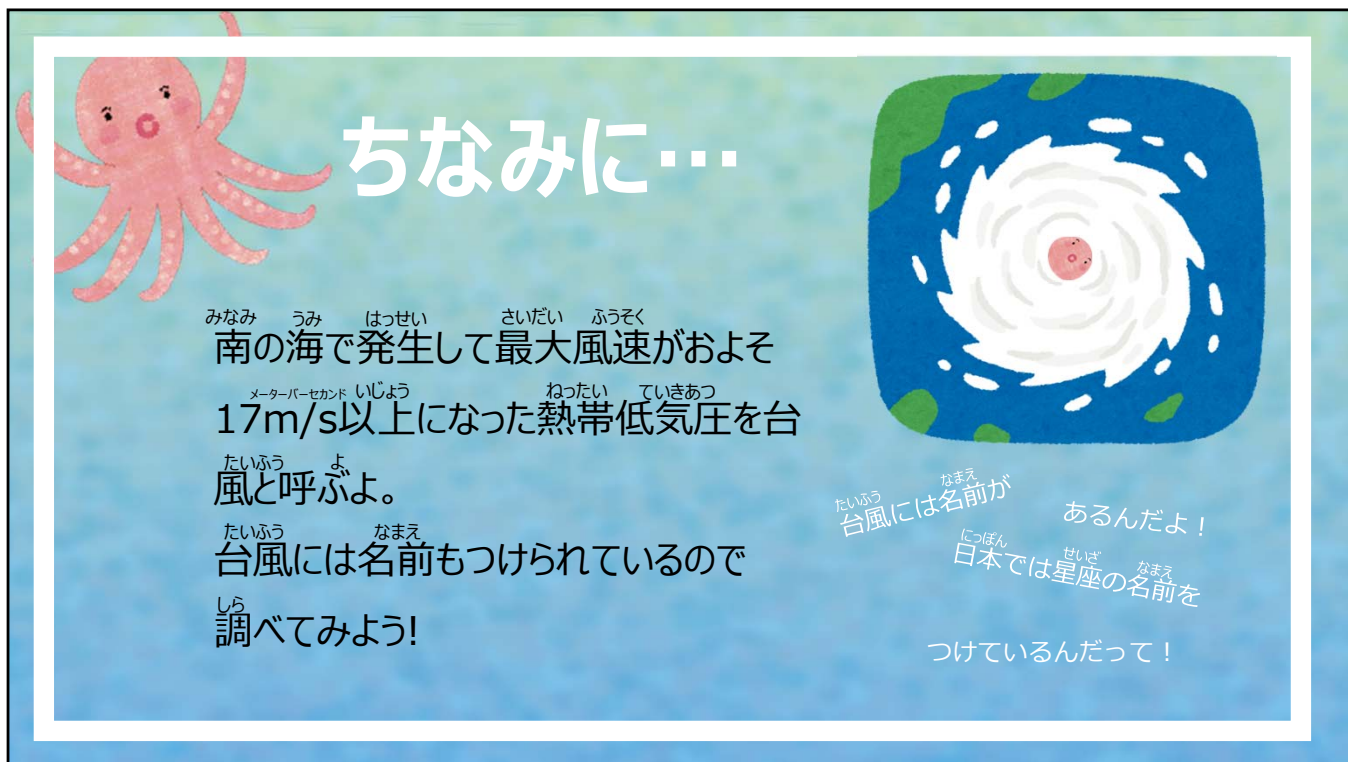
IPCC第6次評価報告書によれば、強い熱帯低気圧の発生割合やピーク時の風速は、

地球温暖化の進行とともに上昇すると予測されています。

補足情報

南の海で初生して最大風速がおよそ17m/s以上になった熱帯低気圧を台風と呼ぶよ。

台風には名前もつけられているので調べてみよう!



答え

正解は2番の「変わらない」。

気象庁によると近年の台風の発生数について、長期的な増加や減少の傾向は見られていませんが、

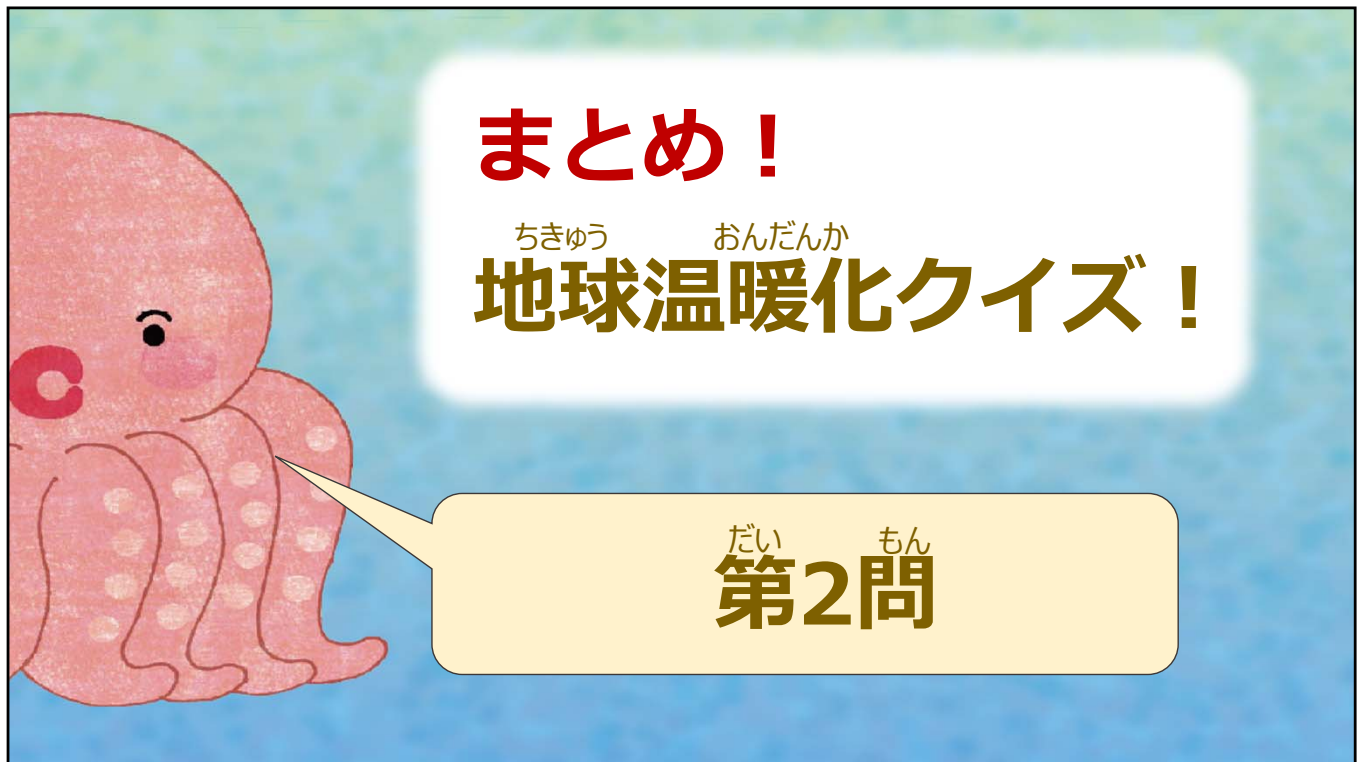
IPCC第6次評価報告書によれば、強い熱帯低気圧の発生割合やピーク時の風速は、

地球温暖化の進行とともに上昇すると予測されています。

補足情報

南の海で初生して最大風速がおおよそ17m/s以上になった熱帯低気圧を台風と呼ぶよ。

台風には名前もつけられているので調べてみよう!



第2問

最新(2019年度)の日本における二酸化炭素(CO₂)など
温室効果ガス排出量は、2013年度と比べてどう変化した？

1) 増えた 2) 変わらない 3) 減った



Q2

さいしん ねん ど にっぽん
最新（2021年度）の日本に
にさんか たんそ シーオーツー
おける二酸化炭素（CO₂）など
おんしつ こうか はいしゅつりよう
温室効果ガス排出量は、
ねん ど くら へんか
2013年度と比べてどう変化した？

第2問

最新(2021年度)の日本における二酸化炭素(CO₂)など
温室効果ガス排出量は、2013年度と比べてどう変化した？

1) 増えた 2) 変わらない 3) 減った

Q2

最新（2021年度）の日本における二酸化炭素（CO₂）など
温室効果ガス排出量は、2013年度と比べてどう変化した？

①

ふ
増えた

②

かわ
変わらない

③

へ
減った

第2問

最新(2021年度)の日本における二酸化炭素(CO₂)など
温室効果ガス排出量は、2013年度と比べてどう変化した？

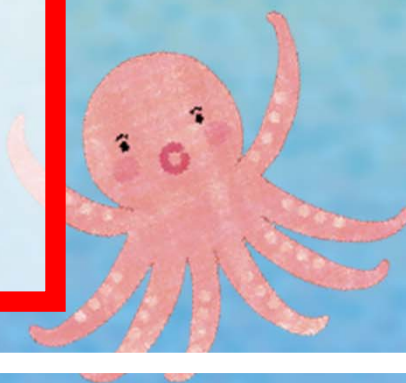
1) 増えた 2) 変わらない 3) 減った

A2

せいかい ばん
正解は3番の「減った」だよ！

③

減った



答え

正解は3番の「減った」

省エネ技術革新や国民の努力で、2021年度の温室効果ガス排出量は2013年度比で約14%減少しています。

パリ協定の削減目標を達成するために、ゼロカーボンアクション30と一緒に実践していきましょう！！

しょう きじゅつ かくしん こくみん どりよく
 省エネ技術革新や国民の努力で、
 2021年度の温室効果ガス排出量は
 2013年度比で約17%減少しています。
 ねんど おんしつ こうか はいしゆつりょう
 パリ協定の削減目標を達成するために、
 ぜろカーボンアクション30を一緒に実践
 していきましょう!!

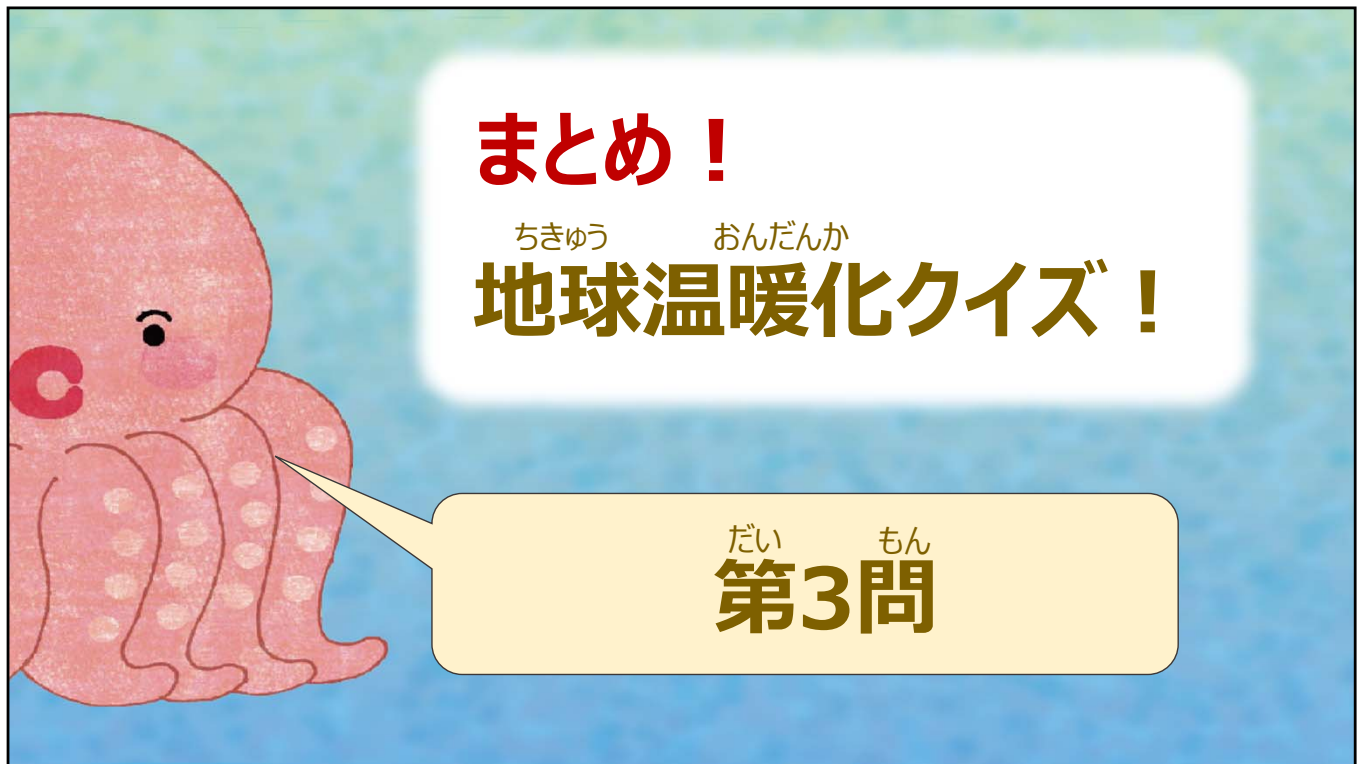


答え

正解は3番の「減った」

省エネ技術革新や国民の努力で、2021年度の温室効果ガス排出量は2013年度比で約17%減少しています。

パリ協定の削減目標を達成するために、ゼロカーボンアクション30を一緒に実践していきましょう!!

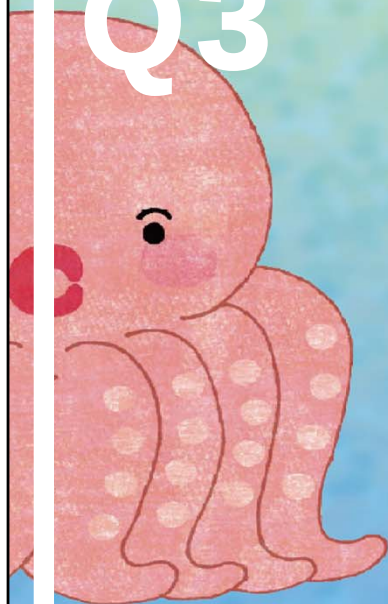


第3問

冷蔵庫の庫内は、どれくらい入ると省エネになる？

- 1) ぎゅうぎゅう 2) ゆったり 3) スカスカ

Q3



れいぞうこ れいとうしつ
冷蔵庫の冷凍室は、
どれくらい入^いれると
しょう
省エネになる？

第3問

冷蔵庫の冷凍室は、どれくらい入ると省エネになる？

1) ぎゅうぎゅう 2) ゆったり 3) スカスカ

Q3

冷蔵庫の冷凍室は、どれくらい入れると
省エネになる？

①

ぎゅう
ぎゅう

②

ゆったり

③

スカスカ

第3問

冷蔵庫の冷凍室は、どれくらい入れると省エネになる？

1) ぎゅうぎゅう 2) ゆったり 3) スカスカ

A3

1

ぎゅう
ぎゅう

せいかい ばん
正解は 1 番の「ぎゅうぎゅう」。

こお どうし ひ こうか
凍ったもの同士が冷やす効果があるので、

れいとうしつ つ こ ほう
冷凍室はぎゅうぎゅうに詰め込んだ方が

しょう
省エネです。

「うし」じゃないよ

答え

正解は 1 番の「ぎゅうぎゅう」（牛じゃないよ）

凍ったもの同士が冷やす効果があるので、冷凍室はぎゅうぎゅうに詰め込んだ方が省エネです。

一方で、冷蔵庫は庫内に冷気がいきわたるように、ゆったりと入れるのがコツです。

冷蔵庫・冷凍庫をはじめ、上手に「省エネ家電」を選んで、賢く使いこなすことが地球温暖化防止につながるよ！

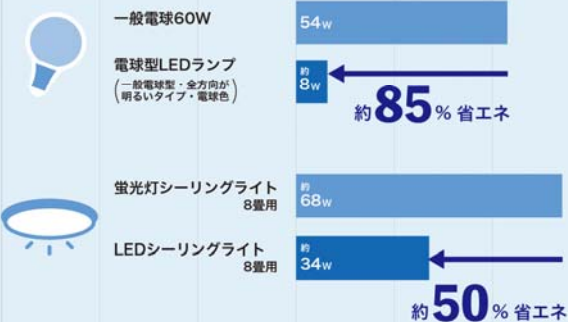
いっぽう、冷蔵庫は庫内に冷気が
いきわたるように、ゆったりと入れる
のがコツです。

冷蔵庫・冷凍庫をはじめ、上手に
「省エネ家電」を選んで、賢く使い
こなすことが地球温暖化防止に
つながるよ！

しょうめい
照明はLEDをつかおう！

LED照明は どのくらい省エネなの？

一般電球・蛍光灯器具との消費電力比較例
出典：「あかりの目」事務局 参考：スマートライフおすめBOOK 2019年度版



※国内の代表的なランプ・照明器具の消費電力 (W数) を照らして比較しています (2019年7月1日現在)
※電球型LEDシーリングライトは電球30w形・40w形の換色

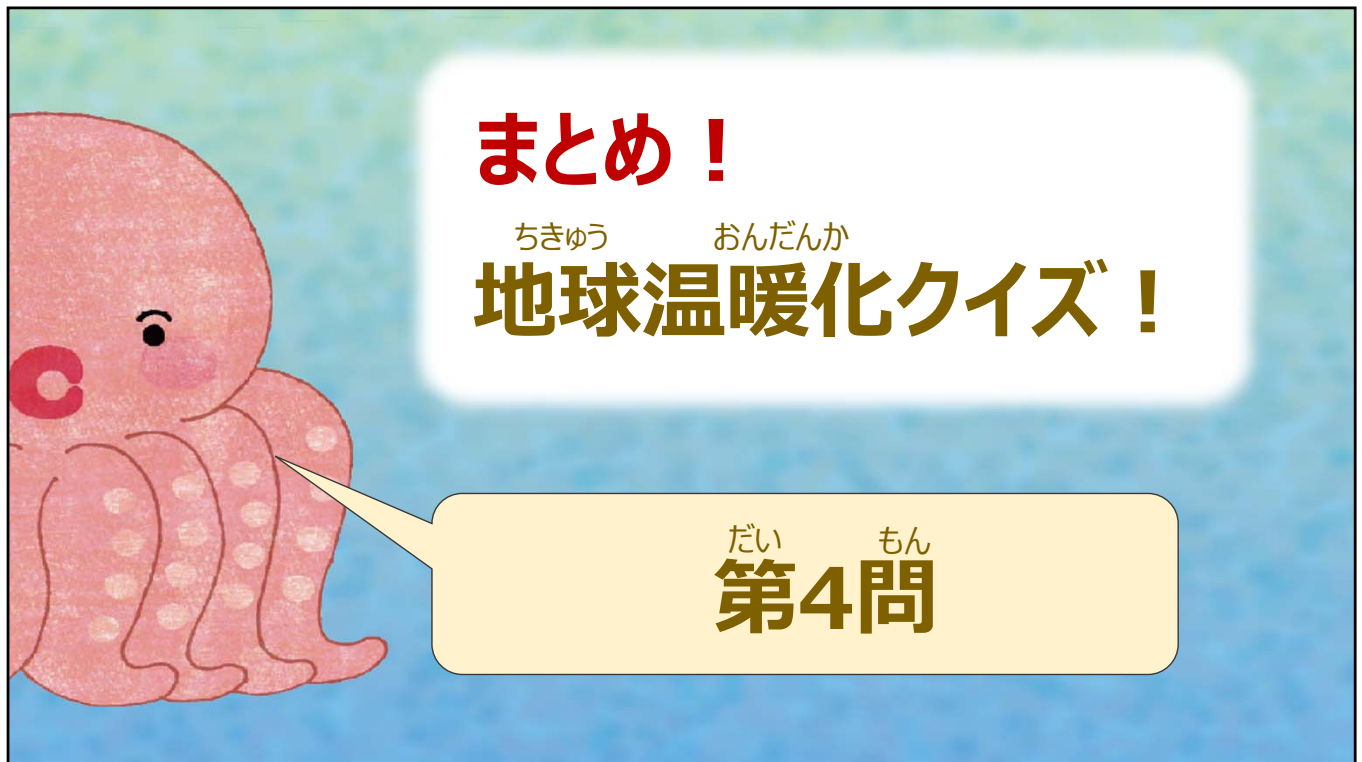
答え

正解は1番の「ぎゅうぎゅう」(牛じゃないよ)

凍ったもの同士が冷やす効果があるので、冷凍庫はぎゅうぎゅうに詰め込んだ方が省エネ。

一方で、冷蔵庫は庫内に冷気がいきわたるように、ゆったりと入れるのがコツです。

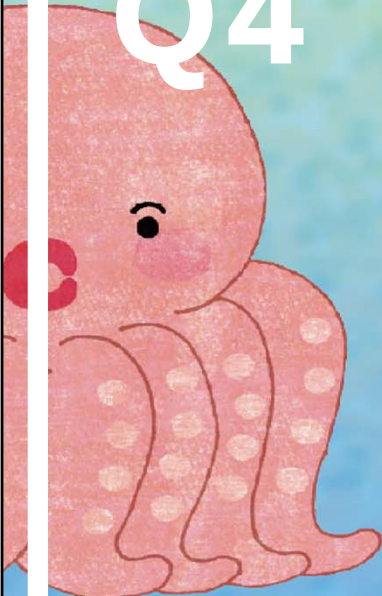
冷蔵庫・冷凍庫をはじめ、上手に「省エネ家電」を選んで、賢く使いこなすことが地球温暖化防止につながるよ！



第4問

次のうち、部屋全体を温めるのに、一番、省エネな暖房機械はどれ？

- 1) こたつ
- 2) 電気ストーブ
- 3) エアコン



Q4

^{つぎ} 次のうち、

^{へや} ^{ぜんたい} ^{あたた} 部屋全体を温めるのに

^{いちばん} ^{しょう} 一番、省エネな

^{だんぼう} ^{きぐ} 暖房器具はどれ？

第4問

次のうち、部屋全体を温めるのに、一番、省エネな暖房器具はどれ？

1) こたつ 2) 電気ストーブ 3) エアコン

Q4

つぎ 次のうち、部屋全体を温めるのに一番、省エネな
たんぽう 電気 暖房器具はどれ？

①

こたつ

②

でんき
電気
ストーブ

③

エアコン

第4問

次のうち、部屋全体を温めるのに、一番、省エネな暖房機械はどれ？

1) こたつ 2) 電気ストーブ 3) エアコン

A4

③

エアコン

せいかい ばん
正解は3番の「エアコン」!

へや ぜんたい あたた
部屋全体を暖めるなら、エアコンがおすすめ
です!



答え

正解は3番「エアコン」

部屋全体を暖めるなら、エアコンがおすすめ。

ただし、外気温が低いとエアコンの効率が落ちてしまうことが多いので、石油ストーブやガスストーブをうまく併用すると良いです。

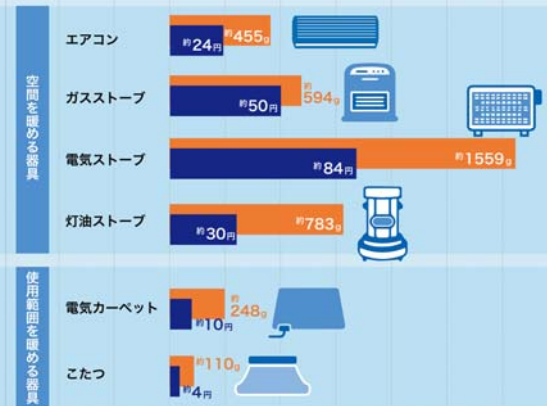
部分的に暖めるならこたつや電気ストーブなどが、短時間で暖くなるので、効果的です。暖房器具は適材適所で選んで賢く使いこなしましょう!

がいきおん ひく
 ただし、外気温が低いとエアコンの
 こうりつ お おおい
 効率が落ちてしまうことが多いので、
 せきゆ
 石油ストーブやガスストーブをうまく
 へいよう よ
 併用すると良いです。
 ぶぶんてき あたた でんき
 部分的に暖めるならこたつや電気
 ストーブなどが、たんじかん あたた
 短時間で暖かくなる
 ので、こうかてき だんぼう きぐ
 効果的です。暖房器具は
 てきざい てきしよ えら かして つか
 適材適所で選んで賢く使いこなし
 ましょう！

どの暖房器具が省エネなの？

暖房器具1時間あたりのCO₂排出量・光熱費の比較

出典：家庭エコ診断制度運営事務局調べ
 ※部屋の大きさ：8畳、外気温：0℃、家の状況：木造住宅の場合。エアコン（2.2kw）20℃設定。
 ※電力CO₂排出係数：0.5kg-CO₂/kWh、都市ガス排出係数：2.23kg-CO₂/m³、灯油排出係数：2.49kg-CO₂/L
 ※電力単価：21.7円/kWh



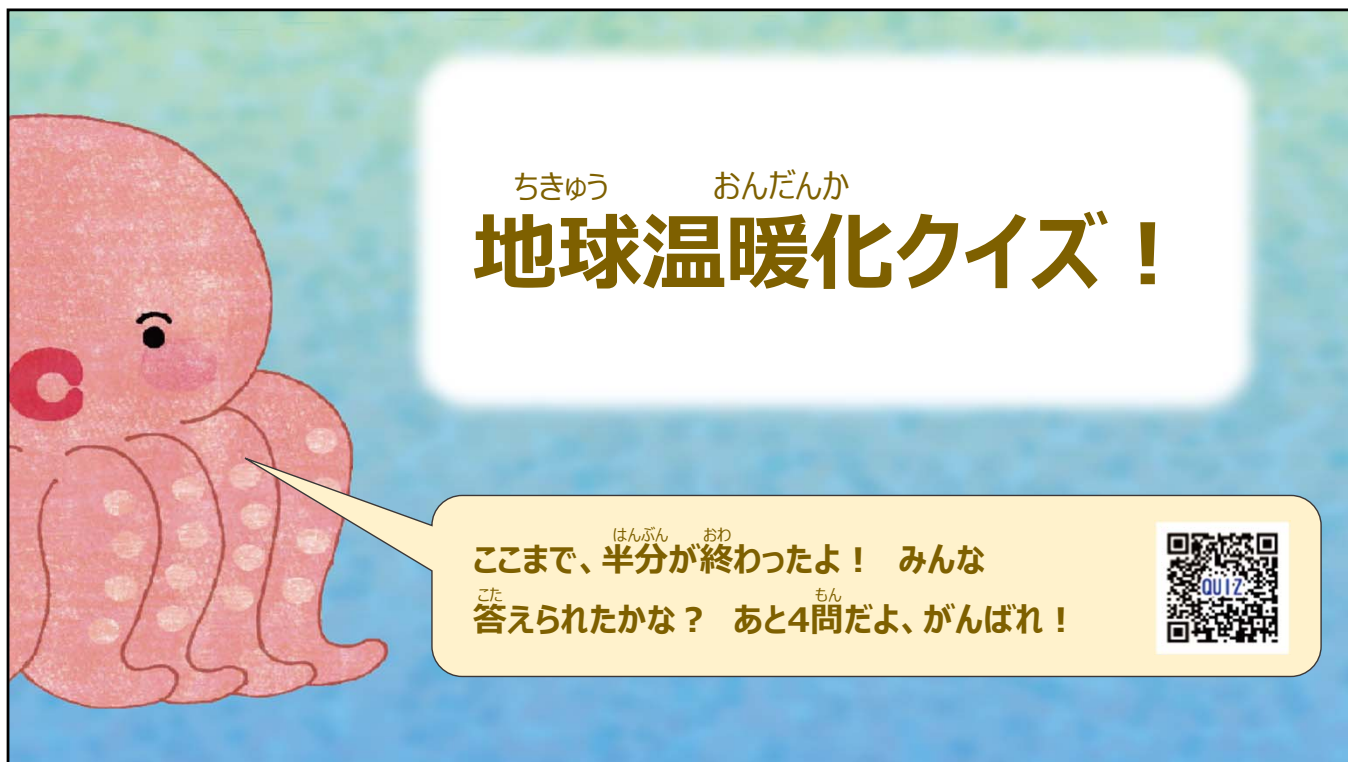
答え

正解は3番「エアコン」

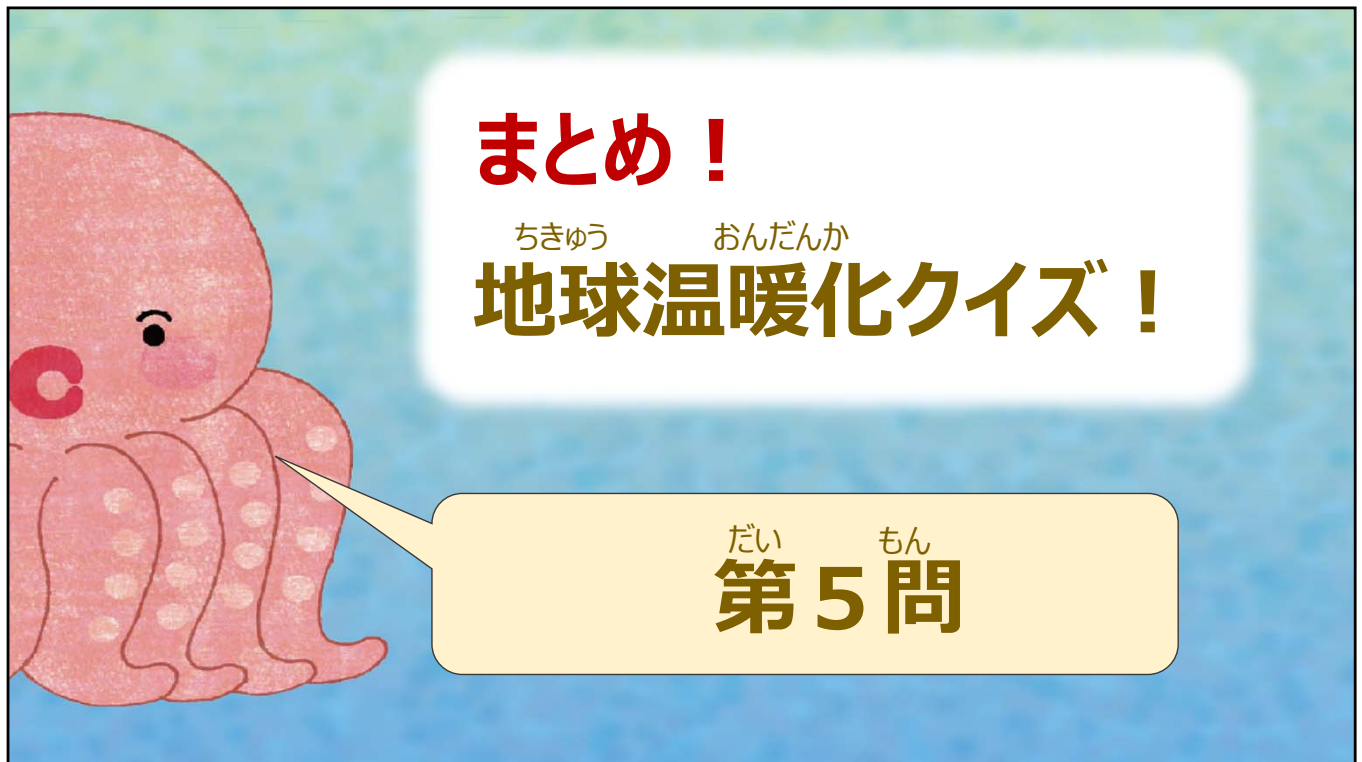
部屋全体を暖めるなら、エアコンがおすすめ。

ただし、外気温が低いとエアコンの効率が落ちてしまうことが多いので、石油ストーブやガスストーブをうまく併用すると良いです。

部分的に暖めるならこたつや電気ストーブなどが、短時間で暖かくなるので、効果的です。暖房器具は適材適所で選んで賢く使いこなしましょう！



まとめ！地球温暖化クイズ！

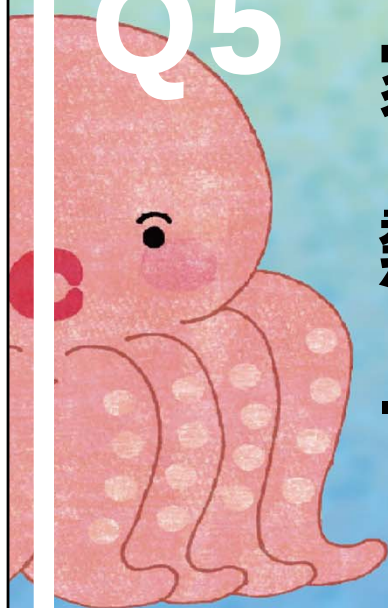


第5問

家の中の熱の出入りが一番多い場所はどこ？

1) 窓 2) 床 3) 屋根

Q5



^{いえ} ^{なか}
家の中の、

^{ねつ} ^で ^い
熱の出入りが

^{いちばん} ^{おお} ^{ばしょ}
一番多い場所はどこ？

第5問

家の中の熱の出入りが一番多い場所はどこ？

1) 窓 2) 床 3) 屋根

Q5

いえ なか ねつ で い いちばん おお ばしよ
家の中の、熱の出入りが一番多い場所はどこ？

①

まど
窓

②

ゆか
床

③

やね
屋根

第5問

家の中の熱の出入りが一番多い場所はどこ？

1) 窓 2) 床 3) 屋根

A5

1

まど
窓

せいかい ばん まど
正解は 1 番の「窓」。



答え

正解は 1 番の「窓」

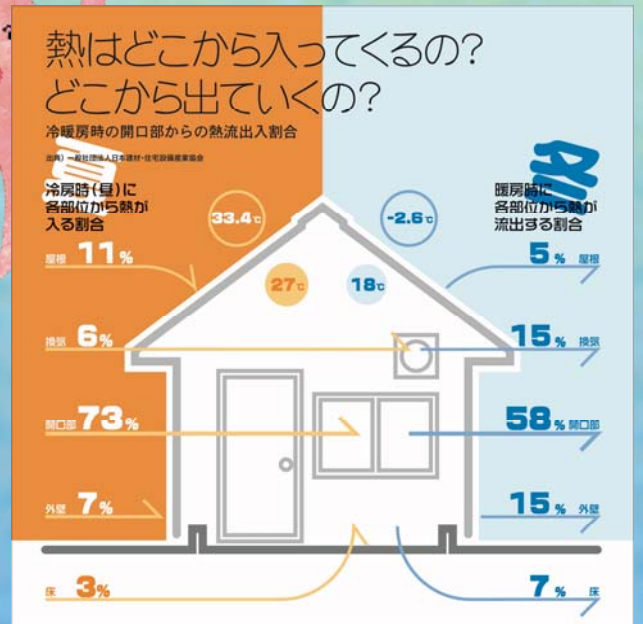
夏は73%、冬は58%の割合で窓から熱が出入りしています。

窓の断熱が部屋の暑さ寒さを決める重要なポイントになります。

窓の断熱対策は、省エネ&賢い温暖化防止住まいづくりへの第一歩です！

A5

なつ 夏は73%、ふゆ 冬は58%の割合で
 まど 窓から熱が出入りしています。
 まど 窓の断熱が部屋の暑さ寒さを
 き 決める重要なポイントになります。
 まど 窓の断熱対策は、省エネ&賢い
 おんだんか 温暖化防止、住まいづくりへの
 だい いっ 第一歩です！



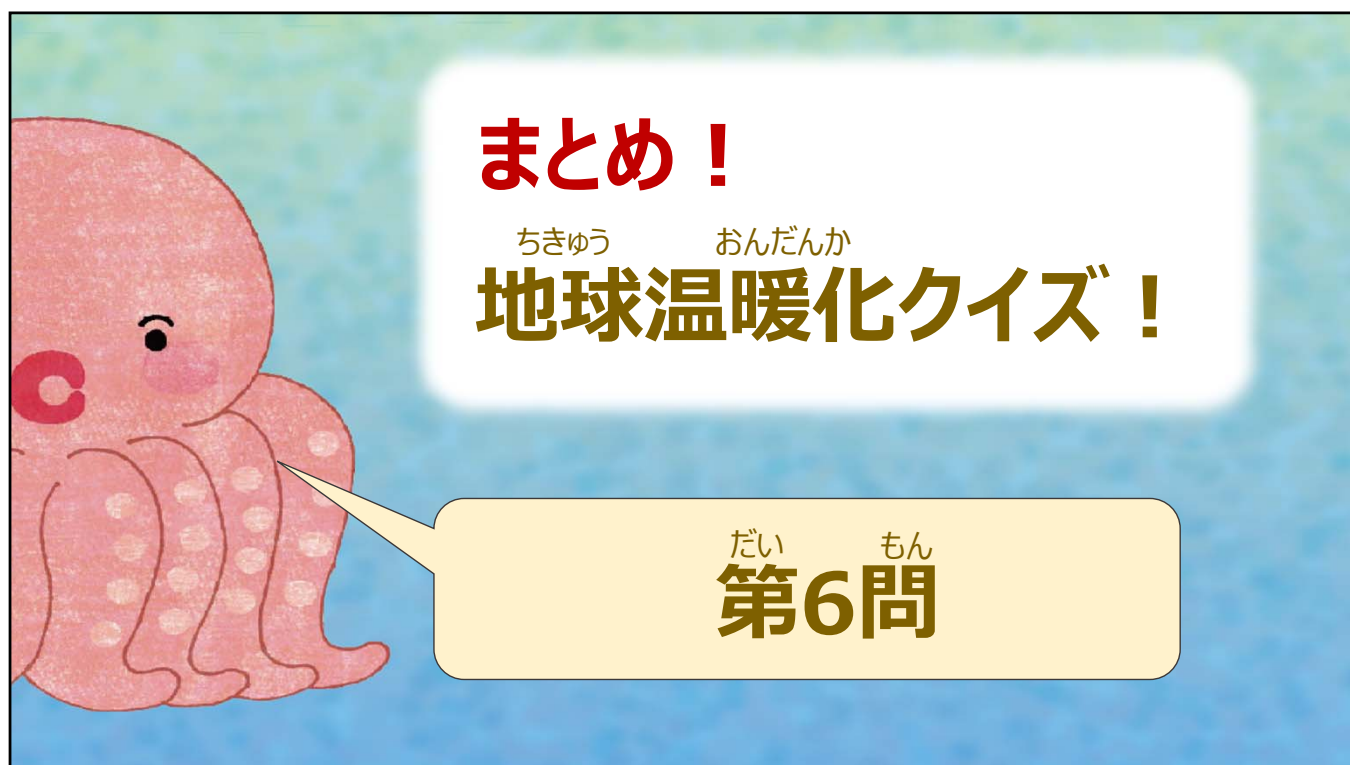
答え

正解は1番の「窓」

夏は73%、冬は58%の割合で窓から熱が出入りしています。

窓の断熱が部屋の暑さ寒さを決める重要なポイントになります。

窓の断熱対策は、省エネ&賢い温暖化防止、住まいづくりへの第一歩です！



第6問

1人が1キロを移動する時のCO2排出量が最も少ない乗り物は？

1) バス 2) 自動車 3) 鉄道

Q6

^{ひとり}1人が1キロを

^{いどう}移動する時の、^{とき}CO₂^{シーオーツー}

^{はいしゅつりょう}排出量が^{もっと}最も^{すく}少ない

^の乗り物^{もの}は？

第6問

1人が1キロを移動する時のCO₂排出量が最も少ない乗り物は？

1) バス 2) 自動車 3) 鉄道

Q6

ひとり 1人が1キロを移動する時の、CO2排出量が
もっと すぐ の もの
最も少ない乗り物は？

①

バス

②

じどうしゃ
自動車

③

てつどう
鉄道

第6問

1人が1キロを移動する時のCO2排出量が最も少ない乗り物は？

1) バス 2) 自動車 3) 鉄道

A6

③

てつどう
鉄道

せいがい ばん てつどう
正解は3番の**鉄道**だよ！



答え

正解は3番の「鉄道」

鉄道は自動車と比較すると、CO2の排出量が約7分の1。

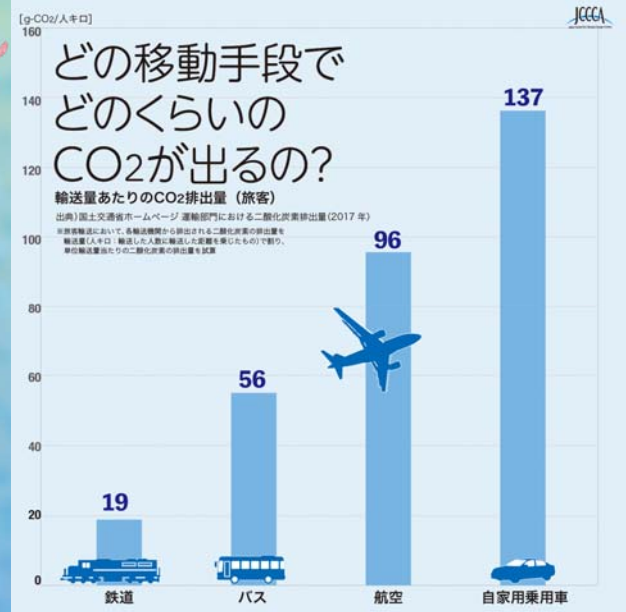
行き先に寄って賢い移動手段を考えるのも、スマートムーブへの第一歩。

徒歩や自転車、シェアサイクルなども活用すれば健康痩身にもなり、一石二鳥です！

A6



てつどう じどうしゃ ひかく シーオーツ
 鉄道は自動車と比較すると、CO₂の
 はいしゆつりよう およそ ぶん い さき
 排出量が約7分の1。行き先によって
 かしこ いどう しゆだん かんが
 賢い移動手段を考えるのも、
 スマートムーブへの第一歩。
 とほ じてんしゃ
 徒歩や自転車、シェアサイクルなども
 かつよう けんこう そうしん
 活用すれば健康、痩身にもなり、
 いっせき にちよう
 一石二鳥です！



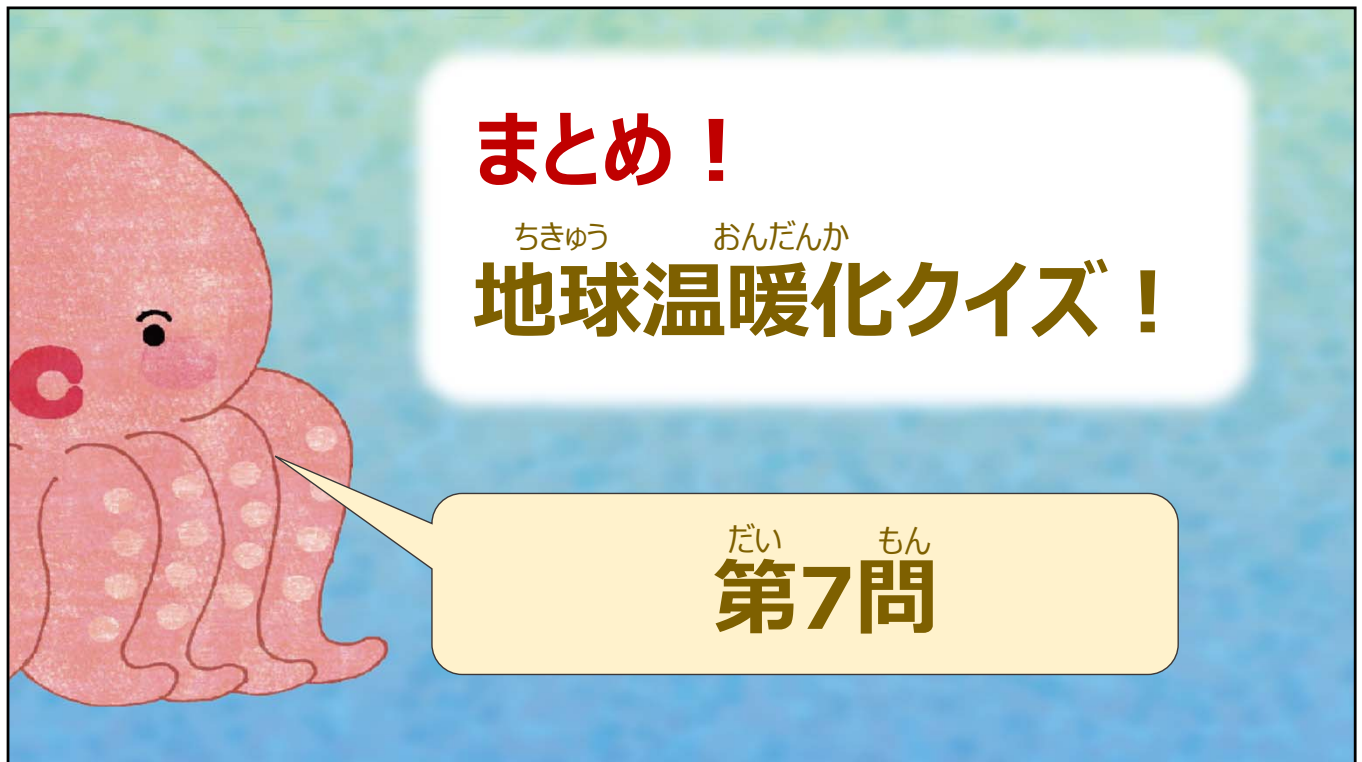
答え

正解は3番の「鉄道」

鉄道は自動車と比較すると、CO₂の排出量が約7分の1。

行き先によって賢い移動手段を考えるのも、スマートムーブへの第一歩。

徒歩や自転車、シェアサイクルなども活用すれば健康、痩身にもなり、一石二鳥です！

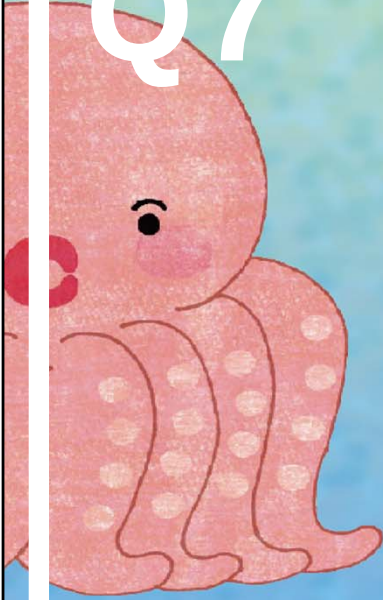


第7問

次のうち、体を温める食べ物はどれ？

- 1) きゅうり 2) だいこん 3) じゃがいも

Q7



つぎ
次のうち、
からだを^{あたた}温める
た^{もの}食べ物はどれ？

第7問

次のうち、からだを温める食べ物はどれ？

1) きゅうり 2) だいこん 3) じゃがいも

Q7

つぎ あたた た もの
次のうち、からだを温める食べ物は何？

①

きゅうり

②

だいこん

③

じゃがいも

第7問

次のうち、体を温める食べ物はどれ？

1) きゅうり 2) だいこん 3) じゃがいも

A7

2

だいこん

せいがい ばん
正解は2番の「だいこん」なのだ！



答え

正解は2番の「だいこん」

冬はにんじんやごぼう、だいこんなど、体を温める根菜類を使った鍋で、体の芯からポカポカ暖まろう！

家族が同じ部屋に集まって過ごすのもWARM BIZにつながります。

暖房を賢く活用しながら、寒さを乗り切って行こう！

A7

ふゆ 冬はにんじんやごぼう、だいこんなど、からだを温める

こんさいるい つか なべ からだ しん 暖房を賢く活用しながら、体の芯からポカポカ暖まろう!

かぞく おな へや あつ す 家族が同じ部屋に集まって過ごすのも

ウォームビズにつながります。

だんぼう かして かつよう 暖房を賢く活用しながら、寒さを

の 乗り切って行こう!



答え

正解は2番の「だいこん」

冬はにんじんやごぼう、だいこんなど、からだを温める根菜類を使った鍋で、からだの芯からポカポカ暖まろう!

家族が同じ部屋に集まって過ごすのもWARM BIZにつながります。

暖房を賢く活用しながら、寒さを乗り切って行こう!

さいご もんだい
最後の問題だよ！

まとめ！

ちきゅう おんだんか
地球温暖化クイズ！

だい もん
第8問

最終問題！第8問

家庭からゴミとして出される衣服が、再び活用される割合はどれくらい？

1) 5% 2) 10% 3) 30%

Q8

かてい
家庭からゴミとして

だ いふく
出される衣服が、

ふたた かつよう わりあい
再び活用される割合は

どれくらい？

最終問題！第8問

家庭からゴミとして出される衣服が、再び活用される割合はどれくらい？

1) 5% 2) 10% 3) 30%

Q8

家庭からゴミとして出される衣服が、再び活用される割合はどれくらい？

①

5 %

②

10 %

③

30 %

最終問題！第8問

家庭からゴミとして出される衣服が、再び活用される割合はどれくらい？

1) 5 % 2) 10 % 3) 30 %



ようふく。

おうちで
こんなことにな
ってない？

あなたは
わかった？

A8

せいかい
正解は

ばん
1番の・・・たった「5%」!

1

5%

す、すくな〜い!



答え

正解は1番の「5%」（少な!）

家庭から手放される衣服の量は、年間約75万トン。

うち約50万トンが、ゴミとして廃棄されています。

ゴミとして出された衣服が再資源化される割合は、たった5%ほどしかありません。

服を資源として再活用することが、いま求められています。

A8

家庭から手放される衣服の量は、
年間約75万トン。うち約50万トンが
ゴミとして廃棄されています。
ゴミとして出された衣服が再資源化される
割合は、たった5%ほどしかありません。
服を資源として再活用することが、
いま求められています。

#SUSTAINABLEFASHION

家庭から手放される衣服の量は年間約75万トン、
うち約50万トンがゴミとして廃棄されています。



ゴミに出された衣服が
再資源化される割合はたった5%ほど。
服を資源として再活用することが求められています。

環境省
Ministry of the Environment

答え

正解は1番の「5%」（少な！）

家庭から手放される衣服の量は、年間約75万トン。

うち約50万トンが、ゴミとして廃棄されています。

ゴミとして出された衣服が再資源化される割合は、たった5%ほどしかありません。

服を資源として再活用することが、いま求められています。

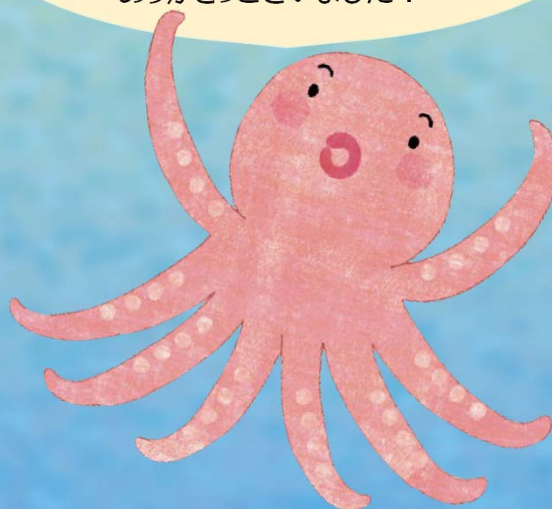
あっつい!

ちきゅうのみらいを
みんなのチカラで
かえていこう!

ちきゅうおんだんか
防止ハンドブック

これで終了です!

長い時間、お付き合いくださり
ありがとうございました!



このハンドブックで使われている図や表は
JCCCAホームページから、くわしく見る事ができるよ!



すぐ使える素材集（図表・写真など）

<https://www.jccca.org/oyakudachi/download-list>

三択クイズ

<https://www.jccca.org/news-info/26294>

地球温暖化防止ハンドブック（冊子版）

<https://www.jccca.org/download/13158>

