

おおたクールアクション

実践
ハンドブック



大田区地球温暖化防止アンバサダー
気象予報士 依田 司 さん (大田区出身)

“おおたクールアクション”とは、
一人ひとりが地球温暖化の問題を「自分ごと」と捉え、「省エネ・3R・グリーン購入」を実践する区民運動です。

大田区 環境清掃部 環境計画課

〒144-8621 大田区蒲田5-13-14 ☎03(5744)1362 / FAX 03(5744)1532



大田区は 2050 年脱炭素社会の実現に向けて、
「ゼロカーボンシティ」を目指します！

詳しくはこちら



最近 天気がおかしくないですか？



日本各地で、毎年のように大型台風や集中豪雨などの暴風・大雨による災害が発生しています。また、記録的な猛暑も起きやすくなっており、熱中症による救急搬送の件数も増加しています。

2019年10月 台風19号

2018年7月 集中豪雨

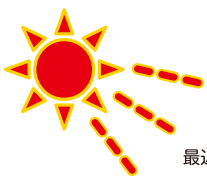


出典:国土地理院



出典:国土交通省

各地で甚大な被害が発生しています



最近、暑い日が多くなったように感じますよね!

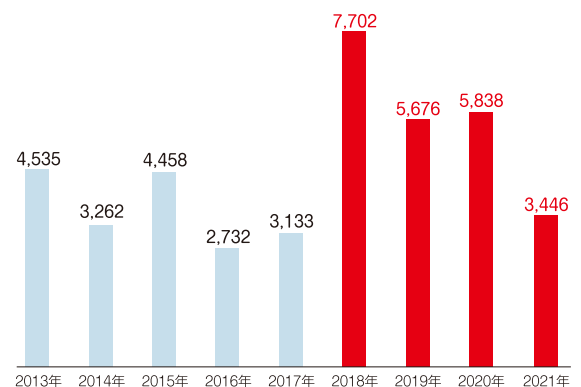


歴代の最高気温ランキング (全国:トップ10)

順位	地点	気温(°C)	観測年
1	静岡県 (浜松)	41.1	2020年
2	埼玉県 (熊谷)	41.1	2018年
3	岐阜県 (美濃)	41.0	2018年
4	岐阜県 (金山)	41.0	2018年
5	高知県 (江川崎)	41.0	2013年
6	静岡県 (天竜)	40.9	2020年
7	岐阜県 (多治見)	40.9	2007年
8	新潟県 (中条)	40.8	2018年
9	東京都 (青梅)	40.8	2018年
10	山形県 (山形)	40.8	1933年

出典:気象庁ホームページより作成

熱中症の救急搬送人数 (東京都:6月~9月)



出典:総務省消防庁ホームページより作成

2100年 依田さん、未来の天気はどうなるの？

2100年「夏」の天気予報

今年の夏の最高気温は、

東京43.3℃!

日中は暑すぎて外出NGです。



2100年「冬」の天気予報

今年の冬の最高気温は、

東京26.0℃!

冬なのに夏日の予報？



(注釈) このまま有効な対策を執らずに地球温暖化が進行し、パリ協定が掲げる産業革命以前からの気温上昇を1.5℃に抑える目標が達成できなかった場合の2100年の天気予報です。

出典:環境省「2100年未来の天気予報」

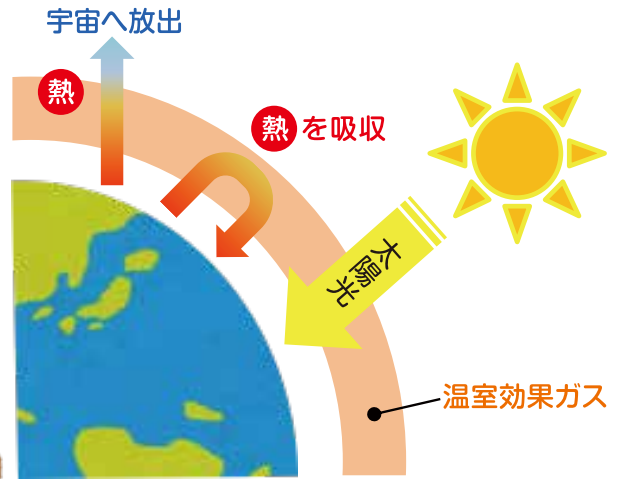
地球温暖化とは…？

地球温暖化のメカニズム

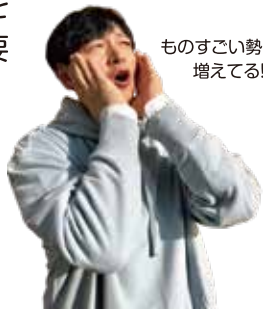
二酸化炭素やメタンなどの「温室効果ガス」は、地球に届いた太陽の熱を逃さない役目があり、私たちが暮らすのに適した温度を保つ働きがあります。



しかし、近年、人間の活動によって、大量の温室効果ガスが大気中に放出されたため、気温が上昇し自然界のバランスを崩しています。これが「地球温暖化」です。

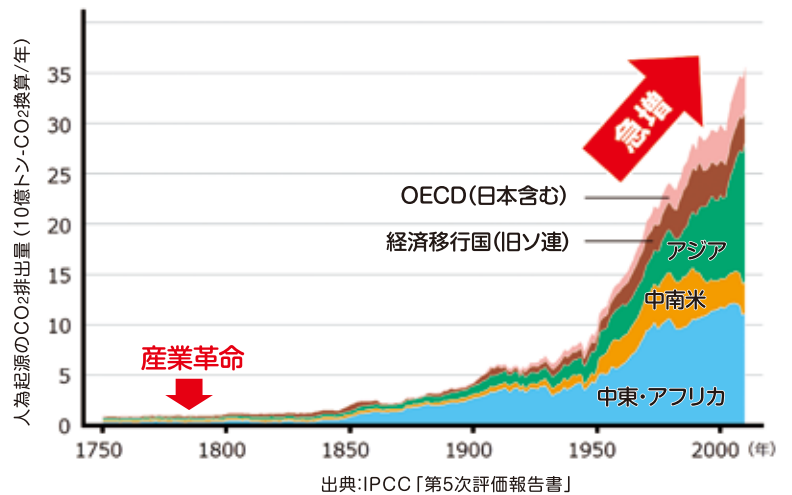


私たちは暮らしの中で電気やガス、ガソリンなどを使用することで二酸化炭素を排出しています。地球温暖化を防止するためには、エネルギーの使用方法など、日々の暮らし方を見直すことが重要です。



ものすごい勢いで増えている!

二酸化炭素排出量の推移



おおたクールアクションで、
私たちは地球の未来を変える!

アクション1 家庭でできる省エネ!

アクション2 ごみを減らし、ごみを活かそう!

アクション3 買い物時に気を付けよう!

省エネ



3R



グリーン購入



©大田区



アクション1 家庭でできる省エネ!

リビング編



エアコン

- 夏の冷房は室温28℃を目安にする。
⚡ 30.2kWh ⌚ 800円 CO₂ 14.8kg
- 冬の暖房は室温20℃を目安にする。
⚡ 53.1kWh ⌚ 1,410円 CO₂ 26.0kg



照明

- 照明(白熱電球)の点灯時間を1日1時間減らす。
⚡ 19.7kWh ⌚ 520円 CO₂ 9.6kg
- 白熱電球をLED電球に交換する。
⚡ 92.0kWh ⌚ 2,440円 CO₂ 45.0kg



テレビ

- 画面を明るすぎないように設定する。
⚡ 27.1kWh ⌚ 720円 CO₂ 13.3kg
- テレビを見る時間を1日1時間減らす。
⚡ 16.8kWh ⌚ 440円 CO₂ 8.2kg



掃除機

- 部屋を片付けてから掃除機をかける。
⚡ 5.5kWh ⌚ 150円 CO₂ 2.7kg
- 雑巾などを使って掃除機をかける時間を減らす。
⚡ 16.4kWh ⌚ 430円 CO₂ 8.0kg

お風呂・洗面所編



お風呂

- 間隔をあけずに続けて入る。
💧 38.2m³ ⌚ 4,980円 CO₂ 82.9kg
- シャワーをこまめに止める。
💧 12.8m³ ⌚ 2,670円 CO₂ 30.7kg



トイレ・乾燥機

- 使用後は電気便座のふたを閉める。
⚡ 34.9kWh ⌚ 920円 CO₂ 17.1kg
- 洗濯物の乾燥は衣類乾燥機と自然乾燥を併用する。
⚡ 394.6kWh ⌚ 10,450円 CO₂ 193.0kg

キッチン編



冷蔵庫

- 食材などを多く詰め込まない。
⚡ 43.8kWh ⌚ 1,160円 CO₂ 21.4kg
- 季節に合わせて設定温度を調節する。
⚡ 61.7kWh ⌚ 1,630円 CO₂ 30.2kg



調理機器・ガス給湯器

- 炊飯器の長時間保温はせず、使わないときはプラグを抜く。
⚡ 45.8kWh ⌚ 1,210円 CO₂ 22.4kg
- 食器を洗う時は低温に設定する。
💧 8.8m³ ⌚ 1,150円 CO₂ 19.1kg

※数値は年間です。省エネ効果、節約額、CO₂削減量は一例です。

出典:東京都「家庭の省エネハンドブック2022」

お出かけする時にも省エネを実践!

一人が1km移動する時のCO₂排出量は、「マイカー130g、バス57g、鉄道17g、自転車や徒歩0g」と言われています。自転車や徒歩での移動はとても省エネですね。また日頃の運動不足解消やストレス発散など、健康づくりにも効果的です。

コミュニティサイクルで
便利に移動♪



コミュニティサイクルとは

一定の地域内に設置されたサイクルポート(駐輪場所)であれば、どこでも自転車を借りることができ、返却することができるシステムのことです。

数値出典: 国土交通省輸送量あたりの二酸化炭素の排出量(旅客)(2019年度)



アクション2 ごみを減らし、ごみを活かそう!

3R Reduce (リデュース): 減らす
不要なものは買わない。



Reuse (リユース): 繰り返し使う
詰め替え製品を利用する。不用品を譲る。

Recycle (リサイクル): 資源として活かす
正しく分別・回収し、資源として再利用する。

プラス 1R

Renewable (リニューアブル)
: 再生可能な資源に替える

再生可能な素材のものを選ぶ。
例 紙製ストロー、木製スプーンなど

食品ロス

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられている食品のことです。



年間
522万トン

1人/日
お茶碗1杯分に相当
113グラム



食材

- ・買い過ぎない
- ・食べきる
- ・使いきる
- ・おすそ分けする



出典: 農林水産省ホームページ 令和2年度推計値

アクション3 買い物時に気を付けよう!



グリーン購入 4つのポイント

〔行動例〕

① 買う前に 本当に必要かどうか考えよう。

割引品は必要な分だけ買おう!



② 買う時に 環境に配慮された製品を選ぼう。

環境に配慮した自動車 (EVなど) や省エネ家電に買い替えよう!



③ 使う時に 長く大切に使えるものを選ぼう。

照明をLEDに変えよう!



④ 使い終わったら ごみが少なくなるものを選ぼう。

詰め替え製品を使おう!



環境に配慮された製品を選ぶコツはこのマークが目印です!



統一省エネラベルとは

商品の省エネルギー性能を星の数で表し、星の数が多いほど省エネ性能が高いことを表しています。また、目安となる年間電気料金等もわかりやすく表示されています。

温水機器や家電製品を買い替えるときのご参考にしてください。

<統一省エネラベル>

省エネ性能

★★★★☆ 3.8

省エネ基準達成率 75% 年間消費電力量 49 kWh/年

メーカー名 | 機種名

この製品を1年間(1日に5.1時間)使用した場合の目安電気料金

1,320円

目安電気料金は、年間消費電力量に平均的消費電力量(毎時2万円以内)を乗じて算出されており、使用環境の異なる使用環境や電力会社により異なる場合があります。使用期間中の価格変動に配慮し、省エネ性能の高い製品を選びましょう。 TLV-R0308

出典: 経済産業省資源エネルギー庁「2021年省エネラベルガイドブック」

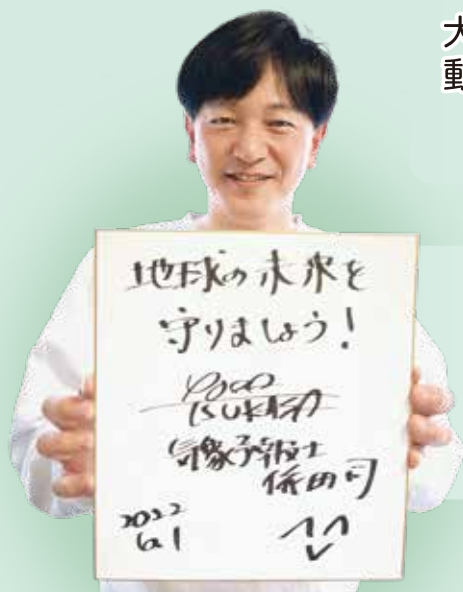
目標シート できることから地球にやさしい取組みを実践してみましょう！

3 ページの省エネ行動から 3 つ選んで取り組みましょう！

	省エネ行動	年間の効果		
		kWh	m ³	節約額
例	白熱電球を LED 電球に交換する	92kWh	—	2,440 円
1		kWh	m ³	円
2		kWh	m ³	円
3		kWh	m ³	円
	合計	kWh	m ³	円

区民運動「おおたクールアクション」を実践しましょう！

大田区
地球温暖化防止
アンバサダー



大田区公式YouTubeチャンネルにて、
動画「5分で分かる地球温暖化」を配信中



▲
動画視聴はこちらから

大田区公式ツイッターにて、
メッセージを配信中



▲
メッセージはこちらから

大田区地球温暖化防止アンバサダーとは？

区民運動「おおたクールアクション」の応援団として、地球温暖化に関する様々な情報を発信します。また、“2050年脱炭素社会実現”に向けてアクション(行動)を先導していく“水先案内人”です。

【資料提供】 NPO 法人 気象キャスターネットワーク

