

# 家庭でできる温暖化対策 NO.17

## ”小さな行動で大きな成果へ”

今年の夏は記録的な異常気象で大変暑い夏を経験いたしました。  
各家庭からは「昨年より電気代が大幅に増加してしまった活動の足を引っ張っている。」との報告が相次ぎエコライフ活動の難しさを実感させられました。  
このような、状況下こそ「エコライフ決算書」活動を通じ、家庭で出来る、「CO2の削減」に取り組み推進することが重要ではないでしょうか。

環境省では「1人1日1kgCO2削減キャンペーン」を推進しています。

地球に優しいエコな暮らし  
CO2削減で温暖化をストップ めざせ！1人、1日、1kgCO2削減

毎日の暮らしのなかに具体的な数値を示すことで、誰もが出来るエコライフを提言しています。  
代表的な項目だけを集めていますが参考にして下さい。

### 日々の暮らしで減らせる CO2 の量

	実行していますか	減らせるCO2の量
冷暖房	冷房の設定温度を26℃から28℃に2℃高くする	83g
	暖房の設定温度を22℃から20℃に2℃低くする	96g
	冷房の利用時間を1時間減らす	26g
	暖房の利用時間を1時間減らす	37g
水道	風呂のお湯を利用して体や頭を洗い、シャワーを使わない	371g
	シャワーの使用時間を1日1分短くする	74g
	入浴は時間をあけずに	86g
家電	主電源をこまめに切って待機電力を節約	65g
	テレビを見ない時は消す	13g
	夜中に炊飯ジャーの保温をやめる	37g
	使わない時は温水洗浄便座のフタを閉める	15g
	冷蔵庫にものを詰め込み過ぎない	18g
暮らし	買い物の際はマイバックを持ち歩き、省包装の野菜を選ぶ	62g
	ゴミの分別を徹底し、廃プラスチックをリサイクルする	52g
	通勤や買い物の際にバスや鉄道、自転車を利用する	180g
自動車	加速の少ない運転をする	73g
	発進時にふんわりアクセル「eスタート」する	207g
	アイドリングを5分短くする	63g
その他参考	古いエアコンを省エネタイプに買い替える	104g
	古い冷蔵庫を省エネタイプに買い替える	132g
	白熱電球を電球形蛍光灯に取り替える	45g
	給湯器を高効率給湯器(CO2冷媒ヒートポンプ型)に買い替える	607g
	給湯器を高効率給湯器(潜熱回収型)に買い替える	208g
	太陽光発電を新規に設置する	670g
	太陽熱利用温水器を新たに設置する	408g
屋上緑化を新規に導入する	107g	

(環境省HP「めざせ！1人、1日、1kgCO2削減」を元に作成)

生活を見直し  
出来るものから  
始めてみましょう。



2010.10.1

パナソニック松愛会

横浜東支部 エコ担当 小川友通

横浜西支部 エコ担当 畠山勝己