

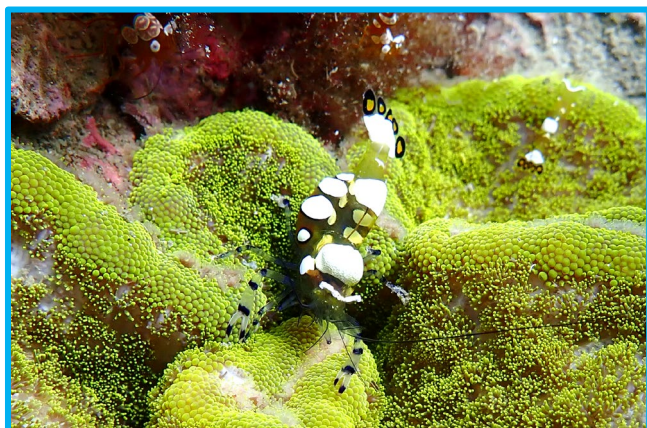
環境家計簿



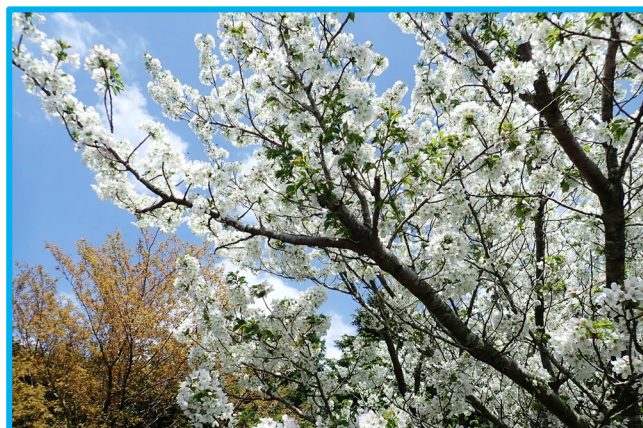
アオウミガメ
(奄美大島)



ツバメ
(宝島)



イソギンチャクエビ
(種子島)



ツクシヤマザクラ
(鹿児島市)

写真：(一財)鹿児島県環境技術協会 環境調査部環境生物課

私たちの日常生活を通じて出される二酸化炭素などの温室効果ガスが原因で、地球温暖化が急速に進んでいます。地球温暖化がもたらす気候変動は、私たち人間だけでなく、様々な生物へも影響を与えます。

地球温暖化を防ぐために、温室効果ガス、とりわけ二酸化炭素の排出を抑える取組については、まずはできることから、何でも取り組むことが重要です。

そのためには、自分の家からどれだけの二酸化炭素が排出されているのか、『環境家計簿』を活用し、調べてみましょう。

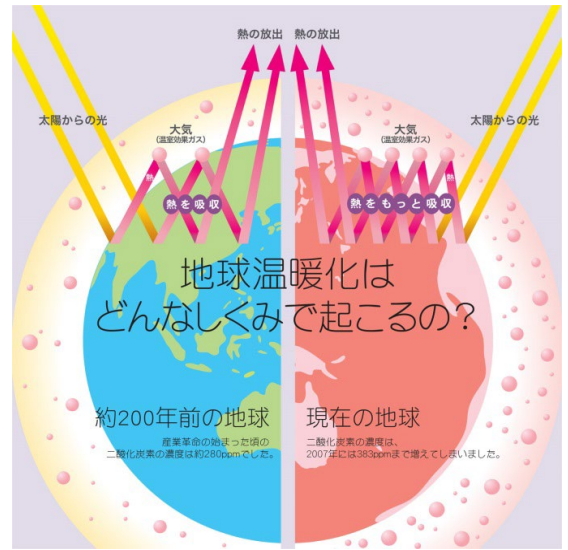
地球温暖化と地球温暖化の影響

≪ 地球温暖化とは ≫

現在、地球の平均気温は14℃前後ですが、もし大気中に水蒸気、二酸化炭素、メタンなどの温室効果ガスがなければ-19℃くらいになります。太陽から地球に降り注ぐ光は、地球の大気を素通りして地面を暖め、その地表から放射される熱を温室効果ガスが吸収し大気を暖めているからです。

近年、産業活動が活発になり二酸化炭素、メタン、フロン類などの温室効果ガスが大量に排出され大気中の濃度が高まり熱の吸収が増えた結果、気温が上昇し始めています。このことを「地球温暖化」といいます。

地球温暖化メカニズム



出典) 全国地球温暖化防止活動推進センターウェブサイト(<https://www.jccca.org/>)

≪ 地球温暖化の影響 ≫

地球温暖化によるここ数十年の気候変動は、人間の生活や自然の生態系にさまざまな影響を与えています。たとえば、氷河の融解や海面水位の変化、洪水や干ばつなどの影響、陸上や海の生態系への影響、食料生産や健康など人間への影響が観測され始めています。今後、その影響の拡大が心配されています。

家庭からの二酸化炭素排出量

右のグラフは、令和4年度にご提出いただいた「環境家計簿」の集計結果です。

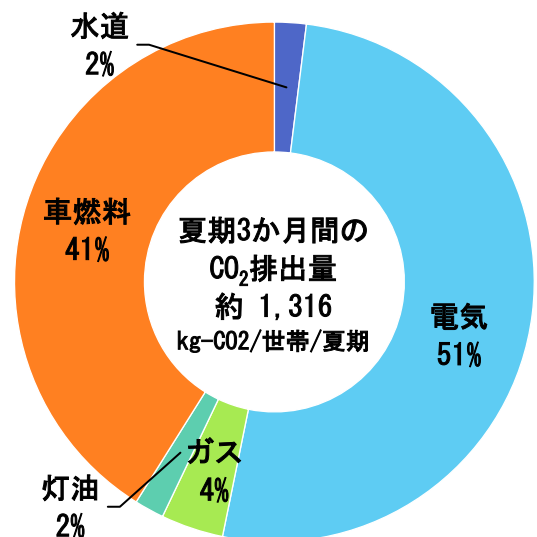
夏期3か月間における参加世帯の二酸化炭素排出量の平均値は、約1,316kgCO₂でした。

昨年度の、約1,204kgCO₂より増加しました。

エネルギー種別の割合をみると、電気からの排出が最も多く、次いで車燃料（ガソリン、軽油）、ガス、灯油、水道と続いています。

鹿児島県は、公共交通機関が発達しておらず、車への依存度が高く、全国におけるガソリン・軽油の割合22.7%（2020年度家庭からの二酸化炭素排出量燃料種別内訳（出典：温室効果ガスインベントリオフィス））と比べて高くなっています。

鹿児島県における 家庭からの二酸化炭素排出量



作成) 一般財団法人鹿児島県環境技術協会

家庭での取組 ～何をどのように取り組むか？～

家庭でできる省エネ・節電対策をご紹介します。

対象	分野	対策
屋外	遮熱・断熱等	1 窓に空気層のある断熱シートを貼る
		2 部屋の外によしず、グリーンカーテンを設置する
		3 お風呂の残り湯などで朝夕に打ち水をする
屋内		4 床に断熱シートを引く
		5 すき間テープなど活用してすき間風を防ぐ
リビング	冷暖房	6 冷暖房時にサーキュレーターなど使い、空気を循環させ効率よく使用する
		7 冷暖房時にカーテンやブラインドを閉める
		8 冷暖房時に家族が一緒の部屋で過ごす
		9 エアコンのフィルターを掃除する（月2回程度）
		10 冷暖房を使う時間をできるだけ短くする
		11 冷暖房を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
		12 冷房使用時の室温は28℃にする
		13 夏期にはうちわ、扇子や扇風機を活用する。
		14 暖房使用時の室温は20℃にする
		15 冬期には重ね着、湯たんぽ、ひざかけなどを活用する
	16 冬期にはこたつや電気カーペットなど効率の良い部分暖房を活用する	
	照明	17 照明を使う時間を可能な限り短くする
	テレビ	18 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）
		19 テレビの画面を明るすぎないように調整する
台所	保温	20 電気ポットや炊飯ジャーの保温をやめる
	調理	21 圧力鍋などの活用により調理時間を短くする
	冷蔵庫	22 冷蔵庫を壁から適切な距離に離し、周りや上に物を置かない
		23 冷蔵庫の温度設定を強から中にする
		24 冷蔵庫を整理し、開ける時間を短くする
炊事	25 食器洗いで水を出しっぱなしにしない	
洗濯	乾燥	26 晴れの日に合わせ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	27 家族が続けて入り、風呂の追い焚きをしない
トイレ	便座	28 保温便座の温度設定を下げ、使わないときは保温便座のふたを閉める
服装	スタイル	29 クールビズ：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
		30 ウォームビズ：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
その他	待機電力	31 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

環境家計簿をつけてみましょう！

環境家計簿とは？

生活の中で二酸化炭素排出に関係の深い6つの項目『電気・水道・ガス・灯油・軽油・ガソリン』について、消費した量もしくは価格を記録し、家庭生活に伴う二酸化炭素の排出量を計算できます。

環境家計簿の書き方と説明

- ① 各伝票や領収書から料金と使用量を記入して下さい。
- ② 灯油・軽油・ガソリンは月額合計または月使用量の合計を記入して下さい。
- ③ 使用していない項目は「0（ゼロ）」を記入して下さい。
- ④ 調べていない、又は不明な場合は空欄のままお出し下さい。

※二酸化炭素排出量はこちらで計算しますので、空欄でもかまいません。

電気

LPガス

水道

項目	料金	月使用量【A】	CO ₂ 排出係数【B】	CO ₂ 排出量【A】×【B】
電気	6,079 円	240 kWh	×0.453	109 kgCO ₂
水道	10,606 円	46 m ³	×0.23	11 kgCO ₂
LPガス	11,669 円	16.3 m ³	×6.54	107 kgCO ₂
都市ガス	0 円	0 m ³	×2.16	0 kgCO ₂
灯油	0 円	0 L	×2.49	0 kgCO ₂
軽油	円	L	×2.58	kgCO ₂
ガソリン	6,000 円	40 L	×2.32	93 kgCO ₂
合計				319 kgCO₂

- ②月の合計を入力
- ③使用していない項目は「0」と記入
- ④不明な場合は 空欄

- 提出は、記入したページ(次ページ)を切り取って提出してください。
- 伝票・レシート等の提出は不要です。
- 記入方法についてご不明な点は事務局までご連絡ください。

環境家計簿 記入用紙

【お名前】	【お住まいの市町村】	市・町・村
【所属】 <input type="checkbox"/> 地球環境を守るかごしま県民運動推進員 <input type="checkbox"/> その他()		

6月

項目	料金	月使用量【A】	CO ₂ 排出係数【B】	CO ₂ 排出量【A】×【B】
電気	円	kWh	×0.441	kgCO ₂
水道	円	m ³	×0.23	kgCO ₂
LPガス	円	m ³	×6.54	kgCO ₂
都市ガス	円	m ³	×2.16	kgCO ₂
灯油	円	L	×2.49	kgCO ₂
軽油	円	L	×2.58	kgCO ₂
ガソリン	円	L	×2.32	kgCO ₂
合 計				kgCO ₂

7月

項目	料金	月使用量【A】	CO ₂ 排出係数【B】	CO ₂ 排出量【A】×【B】
電気	円	kWh	×0.441	kgCO ₂
水道	円	m ³	×0.23	kgCO ₂
LPガス	円	m ³	×6.54	kgCO ₂
都市ガス	円	m ³	×2.16	kgCO ₂
灯油	円	L	×2.49	kgCO ₂
軽油	円	L	×2.58	kgCO ₂
ガソリン	円	L	×2.32	kgCO ₂
合 計				kgCO ₂

8月

項目	料金	月使用量【A】	CO ₂ 排出係数【B】	CO ₂ 排出量【A】×【B】
電気	円	kWh	×0.441	kgCO ₂
水道	円	m ³	×0.23	kgCO ₂
LPガス	円	m ³	×6.54	kgCO ₂
都市ガス	円	m ³	×2.16	kgCO ₂
灯油	円	L	×2.49	kgCO ₂
軽油	円	L	×2.58	kgCO ₂
ガソリン	円	L	×2.32	kgCO ₂
合 計				kgCO ₂

※出典) 電気 環境省 電気事業者別のCO₂排出係数(2021年度実績)より代替値
 その他 カーボン・オフセットの対象活動から生じる温室効果ガス排出量の算定方法ガイドライン(Ver.2.0)
 温室効果ガス総排出量算定方法ガイドライン

【アンケート】

<p>① 家族構成を教えてください。</p> <p>10歳未満(人) 10歳代 (人) 20歳代 (人) 30歳代 (人) 40歳代 (人) 50歳代 (人) 60歳代 (人) 70歳以上(人)</p> <p>② お風呂の燃料を教えてください。</p> <p>灯油・LPガス・薪 電気・その他()</p>	<p>③ 住居の形態を教えてください。</p> <p>一軒家・集合住宅・その他()</p> <p>【うち オール電化である・太陽光発電がある】</p> <p>④ 車の燃料を教えてください。(複数可)</p> <p>ガソリン・軽油・電気 LPガス・その他()</p> <p>⑤ 車は何台お持ちですか。</p> <p>0台・1台・2台・3台以上</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

50504

ご協力ありがとうございました。

環境家計簿 記入用紙・アンケートの記入が終わりましたら

きりとり線で切り取り、下記へ送付してください。

なお、ご提出いただいた環境家計簿記入用紙の返却は行いません。

必要な方はコピーをお取りください。

《送り方》

事務局まで、郵送または FAX、メールでお送りください。

市町村でまとめて参加されている場合は、各市町村で取りまとめて事務局へお送りください。

提出締切：令和 5 年 11 月 2日 (木) まで

《送付先・問い合わせ先》

一般財団法人鹿児島県環境技術協会 [鹿児島県地球温暖化防止活動推進センター]

〒891-0132

鹿児島市七ツ島一丁目1番地5

電 話：099-284-6013

F A X：099-284-6257

Eメール：co2@kagoshima-env.or.jp

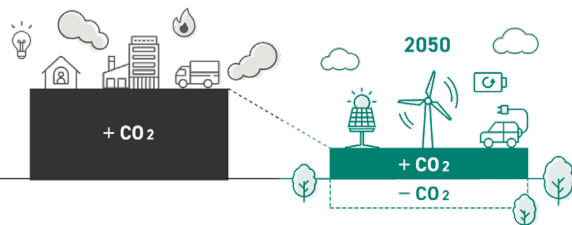
『地球温暖化防止活動推進員による温室効果ガス排出事態調査に関する注意事項について』

地球温暖化防止活動推進員による温室効果ガス排出事態調査における個人情報の取り扱いについては、個人情報の保護に関する法令を遵守し、収集した個人情報は、本調査の目的のみに使用し、本調査の業務委託先以外の第三者に開示・提供することはありません。

わたしたちの行動で未来や世界が変わる

最近よく耳にする

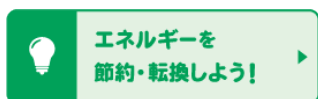
【カーボンニュートラル】って何でしょう？



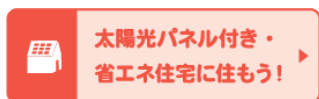
■ カーボンニュートラルは、CO₂など温室効果ガスの排出量から、植林、森林管理などによる「吸収量」差し引いて、合計を実質的にゼロにすることです。

個人的には、何が出来る？

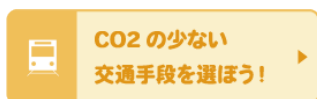
出典元「環境省 脱炭素ポータル」



エネルギーを
節約・転換しよう！



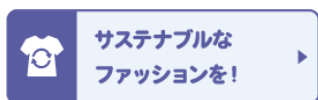
太陽光パネル付き・
省エネ住宅に住もう！



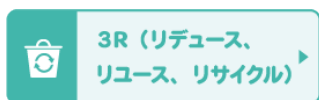
CO₂の少ない
交通手段を選ぼう！



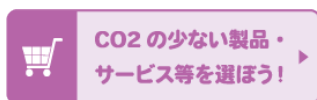
食ロスをなくそう！



サステナブルな
ファッションを！



3R（リデュース、
リユース、リサイクル）



CO₂の少ない製品・
サービス等を選ぼう！



環境保全活動に
積極的に参加しよう！

まずは自分が今、何をどういう風に行えるかを小さなことからでもいいので考えてみましょう。そしてそれを継続的に実行することが大事です。

節電・節水、省エネ家電の導入・働き方の工夫・エコドライブ・食品ロスの削減などなど、まだまだできることがありますね。

■ カーボンニュートラルについて詳しく知りたいときは、環境省 脱炭素ポータルのホームページ (https://ondankataisaku.env.go.jp/carbon_neutral/) をご確認ください。

熱中症に注意しよう

昨年（2022年6月1日～9月30日）、鹿児島県での熱中症の疑いによる救急搬送状況は1,511人にもおよび、1人の方が亡くなりました。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、冷房使用を無理のない範囲で行いましょう。

熱中症

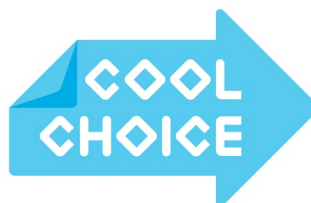
室温や気温が高い中での作業や運動により、体内の水分や塩分（ナトリウム）などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体がだるい、ひどいときには「けいれん」や意識の異常など、様々な症状をおこす病気です。

もっと知りたいときは・・・

- 全国地球温暖化防止活動推進センター
<http://www.jccca.org/>
- COOL CHOICE
<http://ondankataisaku.env.go.jp/coolchoice/>
- しんきゅうさん（省エネ製品買換ナビゲーション）
<http://ondankataisaku.env.go.jp/shinkyusan/>



全国地球温暖化防止活動推進センター
Japan Center for Climate Change Actions



未来のために、いま選ぼう。

賛同票募集中

COOL CHOICE
賛同登録用 QR コード



《参考資料》 家庭で取組む 節電マニュアル（平成25年度版） [全国地球温暖化防止活動推進センター]
クールチョイス！節エネガイド 2016 [全国地球温暖化防止推進センター]



環境家計簿
2023年6月

《企画・発行》

一般財団法人鹿児島県環境技術協会
[鹿児島県地球温暖化防止活動推進センター]

〒891-0132 鹿児島市七ツ島1丁目1番地5

電話 099-284-6013

FAX 099-284-6257

Eメール co2@kagoshima-env.or.jp

この冊子は、「2023年度 地域における地球温暖化防止活動促進事業」により作成しました。