

所在地 [トップページ](#) > [分類でさがす](#) > [くらし・手続き](#) > [環境・ペット](#) > [自然環境](#) > 家庭でできる取り組み10項目(二酸化炭素の排出量削減)

# 家庭でできる取り組み10項目(二酸化炭素の排出量削減)

[通常ページへ戻る](#) 掲載日：2017年9月1日更新

地球温暖化に最も大きな影響を及ぼしている二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)の排出量を減らすことが、温暖化を防止する有効な手段といえます。私たちの生活を見直し、二酸化炭素の排出を減らすためにはどうすればいいのでしょうか。ここで挙げた10の取り組みのうち、出来るものから始めてみましょう。

## 01 冷房の設定温度を1℃高く、暖房の温度を1℃低く設定しましょう



カーテンを利用して太陽光の入射を調整したり、クールビズやウォームビズを取り入れることで、冷暖房機に頼らないで過ごせる。冷暖房を始める時期も少し待ってみる。

- ▶ 年間約33キログラムのCO<sub>2</sub>の削減
- ▶ 年間で約1,800円の節約

## 02 週2日往復8キロメートルの車の運転を控えましょう



通勤や買い物の際にバスや鉄道、自転車を利用しましょう。歩いたり自転車を使う方が健康にもいいですよ。

- ▶ 年間約184キログラムのCO<sub>2</sub>の削減
- ▶ 年間で約9,200円の節約

## 03 1日5分のアイドリングストップを行いましょう

---



駐車や長時間停車する時は、車のエンジンを切りましょう。大気汚染物質の排出削減にも寄与します。

- ▶ 年間約39キログラムのCO<sub>2</sub>の削減
- ▶ 年間で約1,900円の節約

## 04 待機電力を50%削減しましょう

---



主電源を切りましょう。長時間使わない時は、コンセントを抜きましょう。また、家電製品の買い替えの際には待機電力の少ないモノを選ぶようにしましょう。

- ▶ 年間約60キログラムのCO<sub>2</sub>の削減
- ▶ 年間で約3,400円の節約

## 05 シャワーを1日1分家族全員が減らしましょう

---



身体を洗っているあいだ、お湯を流しっぱなしにしないようにしましょう。

- ▶ 年間約69キログラムのCO<sub>2</sub>の削減
- ▶ 年間で約7,100円の節約

## 06 風呂の残り湯を洗濯に使いましょう

---

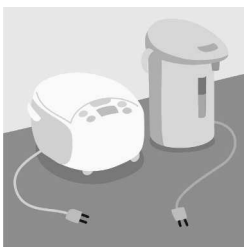


洗濯や庭の水やりの他、トイレの水に使っている人もいます。残り湯利用のために市販されているポンプを使うと便利です。

- ▶ 年間約7キログラムのCO<sub>2</sub>の削減
- ▶ 年間で約4,200円の節約

## 07 ジャーの保温を止めましょう

---



ポットやジャーの保温は利用時間が長いため、多くの電気を消費します。ごはんは電子レンジで温め直すほうが電力の消費は少なくなります。

- ▶ 年間約34キログラムのCO<sub>2</sub>の削減
- ▶ 年間で約1,900円の節約

## 08 家族が同じ部屋で団らんし、暖房と照明の利用を2割減らしましょう

---

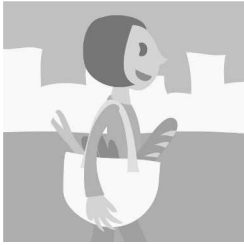


家族が別々の部屋で過ごすと、暖房も照明も余計に消費します。

- ▶ 年間約238キログラムのCO<sub>2</sub>の削減
- ▶ 年間で約10,400円の節約

## 09 買い物袋を持ち歩き、省包装の野菜を選びましょう

---



トレーやラップは家に帰れば、すぐゴミになってしまいます。買い物袋を持ち歩けばレジ袋を減らせます。

- ▶ 年間約58キログラムのCO<sub>2</sub>の削減
- ▶ 資源節約

## 10 テレビ番組を選び、1日1時間テレビ利用を減らしましょう



見たい番組だけを選んでみる習慣をつけましょう。

- ▶ 年間約14キログラムのCO<sub>2</sub>の削減
- ▶ 年間で約800円の節約

出典：全国地球温暖化防止活動推進センター

### このページに関するお問い合わせ先

#### 生活環境課

〒969-1192 福島県本宮市本宮字万世212番地

環境係

電話：0243-24-5362（直通）

Fax：0243-34-3138