






# 二酸化炭素を減らすためとれだけ実行できたかな？

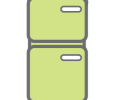

## 二酸化炭素を減らすためにできること

エネルギー削減量、CO<sub>2</sub>の量、節約金額は1年間の数値です。記載の数値は、ご使用の機器、電気等の料金単価により異なってきますので、あくまでも目安と考えて下さい。




### 部 屋

できること	エネルギー削減量	CO <sub>2</sub> の量	節約金額	チェック
 エアコンの冷房温度は28℃(27℃から28℃にすると) エアコンの暖房温度は20℃(21℃から20℃にすると) エアコンフィルターの掃除はこまめに(月1回か2回) エアコン冷房1時間短縮(28℃で) エアコン暖房1時間短縮(20℃で)	30.24kWh	17.8kg	820円	
	53.08kWh	31.2kg	1430円	
	31.95kWh	18.8kg	860円	
	18.78kWh	11kg	510円	
	40.73kWh	23.9kg	1100円	
 ガスファンヒーターの暖房温度は20℃(21℃から20℃にすると) ガスファンヒーターの暖房1時間短縮(20℃で)	ガス 8.15m <sup>3</sup>	18.6kg	1470円	
	ガス 3.72kWh 12.68m <sup>3</sup>	31.1kg	2380円	
 石油ファンヒーターの暖房温度は20℃(21℃から20℃にすると) 石油ファンヒーター暖房1時間短縮(20℃で)	灯油 10.22ℓ	25.4kg	650円	
	灯油 3.89kWh 15.91ℓ	41.9kg	1130円	
 電気カーペットは広さにあったものを(3畳→2畳、5時間使用) 電気カーペットの設定温度低めに(3畳用で強→中、5時間使用)	89.91kWh	52.8kg	2430円	
	185.97kWh	109.2kg	5020円	
 こたつは布団に上掛けを併用すると(5時間使用) こたつの設定温度低めに(強→中、5時間使用)	32.48kWh	19.1kg	880円	
	48.95kWh	28.7kg	1320円	
 テレビ(1日1時間消す、液晶テレビ32型) パソコン(ノート、1時間短縮)	16.79kWh	9.9kg	450円	
	5.48kWh	3.2kg	150円	
 白熱電球から電球型LEDランプにかえる (54Wの白熱球から9Wの電球型蛍光灯に交換)	90.00kWh	52.8kg	2430円	

### 台 所

できること	エネルギー削減量	CO <sub>2</sub> の量	節約金額	チェック
 冷蔵庫の食品を詰め込みすぎない (詰め込んだ場合と半分にした場合で比較すると) 冷蔵庫の温度設定を「強」から「中」に変える 冷蔵庫を適切な間隔で設置 (上と両側が壁の場合と片側が壁の場合の比較)	43.84kWh	25.7kg	1180円	
	61.72kWh	36.2kg	1670円	
	45.08kWh	26.5kg	1220円	
 使わないときは電気ポットの保温をやめる。 (6時間プラグを抜く)	107.45kWh	63.1kg	2900円	

### 風呂、トイレ

できること	エネルギー削減量	CO <sub>2</sub> の量	節約金額	チェック
 風呂は冷めないうちに入る。 (2時間放置後、4.5℃低下、200ℓを追い焚きしなければ)	ガス 38.20m <sup>3</sup>	87.0kg	6880円	
 シャワーは出しっぱなしにしない(1分間短縮)	ガス 12.78m <sup>3</sup> 水道 4.38m <sup>3</sup>	29.0kg	3300円	
 温水洗浄便座のふたは使わない時は閉める 温水洗浄便座の温度(中→弱、夏期はoff)	34.90kWh	20.5kg	940円	
	26.40kWh	15.5kg	710円	

「ぼくたちの地球を守って～地球温暖化防止のためにできること～」のデータは一般財団法人省エネルギーセンターの実測値を使用しています。

編集・発行 明石市環境室環境総務課 674-0053 明石市大久保町松陰1131(明石クリーンター内)  
 TEL : 078-918-5029 FAX : 078-918-5586 e-mail : plan-ems@city.akashi.lg.jp

# ぼくたちの地球を守って

## ～地球温暖化防止のためにできること～

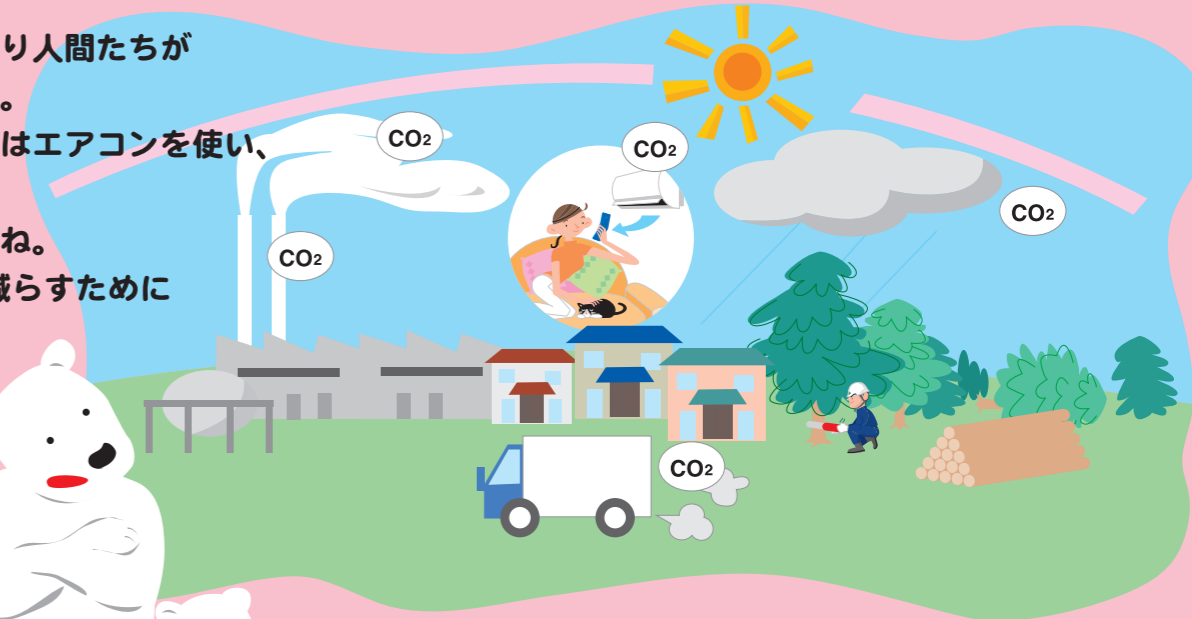


明石市



ぼくたちは、いま困っています。  
 だんだん北極の氷が溶けていってしまっているから。  
 それは地球温暖化の影響なんだって。  
 このまま温暖化がすすむと地球はどうなっちゃうの？  
 ぼくたちはどうなっちゃうの？  
 温暖化って何？  
 教えてママ。

地球温暖化は、やっぱり人間たちが  
 招いたことだったんだ。  
 暑い！寒い！といったはエアコンを使い、  
 どこへ行くにも車。  
 このままじゃいけないね。  
 二酸化炭素(CO2)を減らすために  
 できることは何？



太陽が地球を暖めて、その熱が今度は地球から宇宙へ出て行くのよ。そのとき、出ていく熱の一部が地球のまわりを囲んでいる二酸化炭素(CO2)などの「温室効果ガス」によって吸収されるの。  
 この「温室効果ガス」が増えすぎると、地球の表面から熱が出にくくなってしまって、地球の気温が高くなるの。  
 これを地球温暖化というのよ。



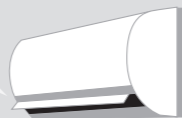
温室効果ガスが増える大きな原因は、二酸化炭素の増加なのよ。  
 二酸化炭素は、石油や天然ガスなどの化石燃料を燃やすと大量に発生してしまうの。電気をつくるときにも化石燃料が燃やされているのよ。  
 つまり、人間が便利な生活を求めれば求めるほど、地球の温暖化はすすんでしまうの。

### 部屋や台所でできること

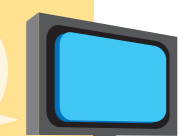
ぼくたち一人ひとりができることがいっぱいあるんだ。  
 たとえば家のなかだって。  
 ほら、ママもぼくもこんなことをしているよ。

冷房1℃プラスで  
CO<sub>2</sub> 10.6kg削減  
670円節約  
暖房1℃マイナスで  
CO<sub>2</sub> 18.6kg削減  
1170円節約

エアコンの冷房温度は28℃  
 エアコンの暖房温度は20℃



テレビ  
(液晶テレビ32型)  
1日1時間消すと  
CO<sub>2</sub> 9.9kg削減  
450円節約



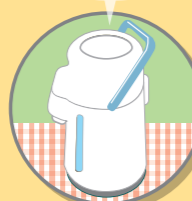
炊飯ジャーの  
保温時間を短くする。

6時間プラグを抜いて  
CO<sub>2</sub> 63.1kg削減  
2900円節約

ノートパソコン  
1時間短縮で  
CO<sub>2</sub> 3.2kg削減  
150円節約



電気ポットは  
使わない時は  
保温をやめる。



設定温度は低めに  
(強→中、5時間使用)  
CO<sub>2</sub> 109.2kg削減  
5020円節約



電気カーベットは  
広さにあった大きさを。

### お風呂やトイレでできること

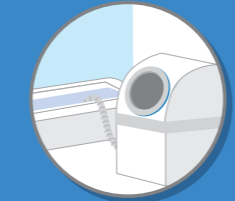
お風呂は冷めないうちに入るうね。  
 あがったあとは、しっかりふいて、  
 ドライヤーをかけなくてもいいようにしましょう。

2時間で4.5℃低下、  
200ℓを追い焚き  
しなければ  
CO<sub>2</sub> 87.0kg削減  
6880円節約

風呂は冷めないうちに入って  
追い焚きはしない。



詰替商品、再生品など  
環境にやさしい商品を選ぶ



風呂の残り湯を  
洗濯などに再利用する。

ふたを閉めて  
CO<sub>2</sub> 20.5kg削減 940円節約  
温度を下げて  
CO<sub>2</sub> 15.5kg削減 710円節約



温水洗浄便座のふたは閉める。  
温度は中→弱、夏はOff。

シャワーは  
出っ放しにしない。  
(1分間短縮)  
CO<sub>2</sub> 29.0kg削減  
3300円節約

### 家の外でできること

電車やバスに乗ることは環境にやさしいんだって。  
 みんな、上手に電車やバスを使おうね。  
 それと、マイカーに乗るときは、  
 環境にやさしい運転を忘れないでね。



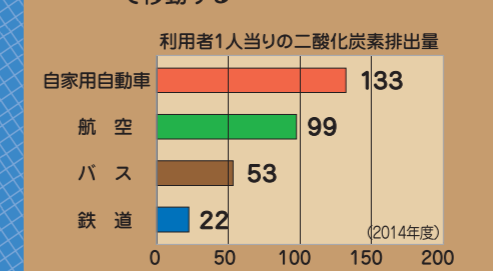
徒歩や自転車  
で移動する



公共交通機関を使う

平均燃費  
11.6km/ℓの車で  
CO<sub>2</sub> 40.2kg削減  
2080円節約  
ガソリン  
15.48ℓ削減

平均燃費  
11.6km/ℓの車で  
CO<sub>2</sub> 194.0kg削減  
10030円節約  
ガソリン  
83.57ℓ削減



出典)「運輸・交通と環境2017年度版」  
 公益財団法人 交通エコロジー・モビリティ財団

削減量、節約金額は1年間の数値です。