

丹波市ゼロカーボンアクション

1 ロスなく食べよう

本来食べられるにも関わらず捨てられてしまう食べ物のことを食品ロスと言います。令和2年度の推計では「食品ロス」の量は年間522万tで、国民一人当たりの食品ロス量は年間約41kg、一日約113gとなっています。これは、日本人1人当たりが毎日お茶碗一杯分のご飯を捨てているのと近い量です。

食品ロスはもったいないだけでなく、食品を製造・輸送・販売する過程や、大量に捨てられた食べ物をごみとして処理する際に温室効果ガスが発生し、地球温暖化にもつながっています。

日常生活のちょっとした配慮で食品ロスを削減していきましょう。

また、地元の食材を積極的に購入することは地産地消となり、輸送等の温室効果ガス削減にもつながります。

- (1) 外食時に食べ切れる適量を注文することで、食事代を節約できます。
- (2) 食材を購入する際、食べられる分だけを買うことで食べ過ぎを回避し、食費の節約につながります。また、冷蔵庫に食品を詰めすぎないことで冷えやすく、節電にもつながります。
- (3) 買いすぎて食べきれない場合や、贈答品が余ってしまう場合には、フードドライブなどへの寄付やお裾分けを検討してみましょう。
- (4) 食材を購入する際には地元のものを検討してみましょう。

2 節水を心がけよう

水道事業では多くのエネルギーを使用し、水処理及び汚泥処理、最終処分の過程など多くの温室効果ガスが排出されています。節水は日ごろから取り組める温暖化対策の一つです。

- (1) 洗濯や食器はまとめて洗いましょう。
- (2) 買い換えの際は、節水型の洗濯機を検討しましょう。
- (3) 入浴は間隔をあけずに入りましょう。
- (4) シャワーは不必要に流したままにしないようにしましょう。
- (5) 買い換えの際は、節水型のシャワーヘッドを検討しましょう。

3 くらしの工夫で節電をしよう

冷蔵庫やテレビなどの家電を省エネ設備に買い換える、蛍光灯を LED に変更することで、節電につながります。

また、エアコンをサーキュレーターと併用したり、昼間は自然光を活用し照明を消したりすることで節電効果が期待できます。

日々の暮らしの中で少し意識することで、気軽に取り組めるような脱炭素アクションに取り組んでみましょう。

- (1) 買い換えの際に省エネ家電を導入することで、節電につながります。
- (2) 使わないときは照明やテレビの電源を切りましょう。
- (3) クールビズやウォームビズなど服装を工夫し、エアコンの設定温度の上げ過ぎ・下げ過ぎを控えましょう。

4 ごみの分別、5Rを心がけよう

ごみの削減には、Reduce（リデュース：発生抑制）、Reuse（リユース：再使用）、Recycle（リサイクル：再資源化）の「3R」が重要です。丹波市ではさらに Refuse（リフューズ：不要なものを買わない）、Repair（リペアー：修理）を加えた「5R」を推進しています。

マイバックやマイボトルの活用といった、置き換えるだけで取り組めるアクションから始めてみましょう。

また、分別もごみの削減には欠かせません。「混ぜればごみ、分ければ資源」ごみの減量化・資源化を進めるため分別を意識してみましょう。

- (1) マイバッグ、マイボトル、マイ箸、マイストロー等を使ってみましょう。
- (2) 分別に迷ったら、丹波市ごみ分別パンフレットや丹波市ごみ分別アプリで調べてみましょう。
- (3) フリマやシェアリング等のサービスを活用することで、購入・維持費用を節約できます。
- (4) 修理や補修をすることで、新しいものを購入するコストを削減できます。
また、親から子へ世代を超えて同じものを共有することも可能です。

5 サステナブルなファッションを

日本の衣類廃棄量は年間約 100 万トン。一人当たり約 26 枚に相当します。洗濯表示を確認する、適切にケアする、先のことを考えて買うなど、気に入った 1 枚を長く大切に着ることもサステナブルなファッションとの付き合い方と言えます。

- (1) 今持っている服を長く大切に着ることで、使い慣れた服に愛着がわき、こだわりを表せます。
- (2) 長く着られる服を選ぶことで、無駄遣いを防止できます。
- (3) 環境ラベルがあるものなど環境に配慮した服を選ぶことで、服ができるストーリーを知る楽しみも出ます。

6 脱炭素型の製品に注目しよう

商品を選択する時、環境ラベルの付いた商品や CO2 排出量が見える化して表示されている商品を進んで選択してみましょう。脱炭素型の製品・サービスを選択することで、商品の多様化や価格低減化につながります。

- (1) より簡易な包装の商品、環境ラベルが付いた商品などを選ぶことで自分が環境負荷低減に貢献できることが実感できます。
- (2) ラベルレスのペットボトル等、簡易な包装のものを選ぶことで、ごみの分別が楽になります。
- (3) 脱炭素型の製品が購入されることで市場への供給量が増え、商品の多様化・価格低減化につながります。

7 再生可能なエネルギーを

太陽光（住宅）、薪などの再生可能エネルギーは環境への負荷が低く、国内で生産できる低炭素の国産エネルギー源です。再生可能エネルギーを使用することで脱炭素につながるとともに、光熱費の節約や災害時の備えにもなります。

- (1) 蓄電池（車載の蓄電池）・蓄エネ給湯器の導入・設置を行うことで、光熱費の節約や防災レジリエンスの向上に繋がることができます。
- (2) 建て替え、新築時に、高断熱で太陽光パネル付きのネット・ゼロ・エネルギー・ハウス（ZEH）にすることで、光熱費の節約や、健康・快適な住環境を享受できます。
- (3) 薪ストーブを導入し、生活の中に木を取り入れることで、温かみや安らぎなどの効果を得られます。また、木を使うことで、植林や間伐等の森林の手入れにも貢献できます。

8 移動はエコに健康に

令和2年度の日本の二酸化炭素排出量のうち、運輸部門からの排出量は17.7%を占めています。エコドライブや次世代自動車への乗り換えといった行動が脱炭素に繋がります。また、少しの距離なら歩いたり自転車を利用したりすると、健康にもつながります。

- (1) エコドライブ（発進/急停車をしない等）を実施することで、燃費の把握、向上や安全運転、交通事故の低減につながります。
- (2) 買い換え時に次世代自動車を選択することで、温室効果ガスの低減につながります。また、蓄電池として、災害時等に活用することもできます。
- (3) 近場への移動を徒歩や自転車で行うことで、温室効果ガスの低減や健康的な生活の促進につながります。

※【参考】様々な取組により想定される削減効果

- 1 環境省「ゼロカーボンアクション30 レポート2021」

URL : <https://ondankataisaku.env.go.jp/coolchoice/zc-action30/report2021.html>

- 2 資源エネルギー庁「省エネポータルサイト」

URL : https://www.enecho.meti.go.jp/category/saving_and_new/saving/index.html