

Stop!
地球温暖化

山口県の

\ クール /

\ チョイス /

COOL CHOICE

100!

地球温暖化防止のため、私たちができる賢い選択
100



知っちょる？

これ以上温度が上がったら、 地球はもう回復できない傷を負う 可能性があることを。

ここ100年で、日本の平均気温は約1℃上がりました。温暖化の大きな原因はCO₂の排出。環境に配慮していないモノ・コトを選ぶことで、家庭からのCO₂排出量が増えてしまっていたのです。

温暖化がおよぼす影響（一例）

気温の上昇にとどまらず、温暖化が原因と考えられる影響がすでに起こっています。
また、今後状況がさらに悪化するのではないかと予測されているものもあります。

1 海面水位の上昇



1901～2010年の110年間で海面は19cm上昇しました。21世紀末には最大でさらに82cm上昇すると言われています。

2 極端な気象現象の増加



降水量が多いところではさらに増え、少ないところではより乾燥すると言われています。

3 農業・漁業への影響



農作物の高温障害
灌漑（かんがい）用水の不足
魚等の分布の変化

4 暮らし・健康・経済への影響



インフラ機能の停止
熱中症、感染症等の増加

世界では…

2015年、すべての国が参加する形で、2020年以降の温暖化対策の国際的枠組み「**パリ協定**」が採択されました。
世界共通の目標として、世界の平均気温上昇を2℃未満にする（さらに、1.5℃に抑える努力をする）こと、今世紀後半に温室効果ガスの排出を実質ゼロにすることが打ち出されました。

日本では…

日本は、2030年に向けて、温室効果ガス排出量を26%削減（2013年度比）する目標を掲げています。
「**COOL CHOICE**」は、この目標達成のために、省エネ・低炭素型の製品・サービス・行動など、温暖化対策に資する、あらゆる「賢い選択」をしているという取り組みです。

※ **COOL CHOICE** は政府を挙げての国民運動！

知っちょる？

そんな地球のこれからを 日本のアイデアと最先端技術が 変えようとしていることを。

資源の限られた国だからこそ生まれた賢い省エネアイデア。そして世界からCOOL(クール)と称賛される最先端技術。その2つが合わさった「次世代の暮らし方」を選んでいくことがCO₂排出を抑える力になるのです。

消灯、温度設定、節水などの普段の行動に加えて、クルマ、家電、住宅など身の回りのものを選ぶとき、これから目線で選んでみませんか？
(『COOL CHOICE 公式HP』より)

私たちは...未来のために、いま選ぼう！



山口県の

クール / チョイス / COOL CHOICE

100!

自分にできること・関わりあることに
チェックを入れてみよう!

キッチン

- ① 電気ポットや炊飯ジャーの保温をやめる
- ② 時短レシピで調理時間を短縮する

電子レンジで簡単に時短!



- ③ 煮物はふたをして熱が逃げないようにする
- ④ 鍋から炎がはみ出ないようにする

- ⑤ 鍋は水滴を拭いてから火にかける
- ⑥ 食器洗いで水を出しっぱなしにしない
- ⑦ 食器の油汚れはふき取ってから洗う
- ⑧ 野菜を茹でたお湯を食器洗いに使う
- ⑨ 生ごみ用コンポストを使用する
- ⑩ パンはガスグリルで焼く

肥料にして焼く!

食事

- ⑪ 残さず食べる
- ⑫ 旬のものを食べる
- ⑬ 地産地消を心がける

旬のもの
土地のものは
美味しいんちゃ!



- ⑭ 夏…身体を冷やす物
(トマト、牛乳など)を食べる
冬…身体を温める物
(根菜、紅茶など)を食べる
- ⑮ 野菜の皮を工夫して食べる
- ⑯ 使用済天ぷら油を炒め物に活用する

皮はキンピラに!



買い物

- ⑰ マイバックを持参する
- ⑱ 買い物の前に、冷蔵庫の在庫を確認して必要な分だけ購入する



- ⑲ 環境に配慮した商品を買う
- ⑳ すぐに食べる物は、賞味期限・消費期限の短いものを購入する

エコマークが
目印!

レジ袋1枚=
石油大さじ
約1杯が必要



家(屋外、屋内)

- 21 太陽熱温水器を設置する
- 22 太陽光発電装置を設置する



- 23 蓄電池を設置する
- 24 夏...部屋の外によしず、グリーンカーテンを設置する
- 25 夏...お風呂の残り湯で打ち水をする
- 26 冬...窓に空気層のある断熱シートを貼る
- 27 冬...床に断熱シートを敷く
- 28 冬...すき間テープですき間風を防ぐ
- 29 打ち水で涼しく

冷暖房

- 30 扇風機を使い、空気を循環させる
- 31 カーテンやブラインドを閉める
- 32 家族がいっしょの部屋で過ごす
- 33 エアコンのフィルターを月に1~2回掃除する
- 34 エアコンは使用する部屋だけつける

- 35 冷房使用時は、体調を考え無理がない範囲で、28℃を目安に設定する



- 36 夏はうちわや扇子を活用する
- 37 暖房使用時の室温が20℃になるように温度設定をする
- 38 冬は重ね着、湯たんぽ、ひざかけなどを活用する
- 39 出かける5分前に冷暖房を切る
- 40 ひんやりグッズを活用する

電気カーペットやこたつ

- 41 温度を控えめにする
- 42 カーペットは半分だけ使う
- 43 カーペットは部屋の広さにあわせて選ぶ

- 44 カーペットの下に断熱マットを敷いて効率アップ

