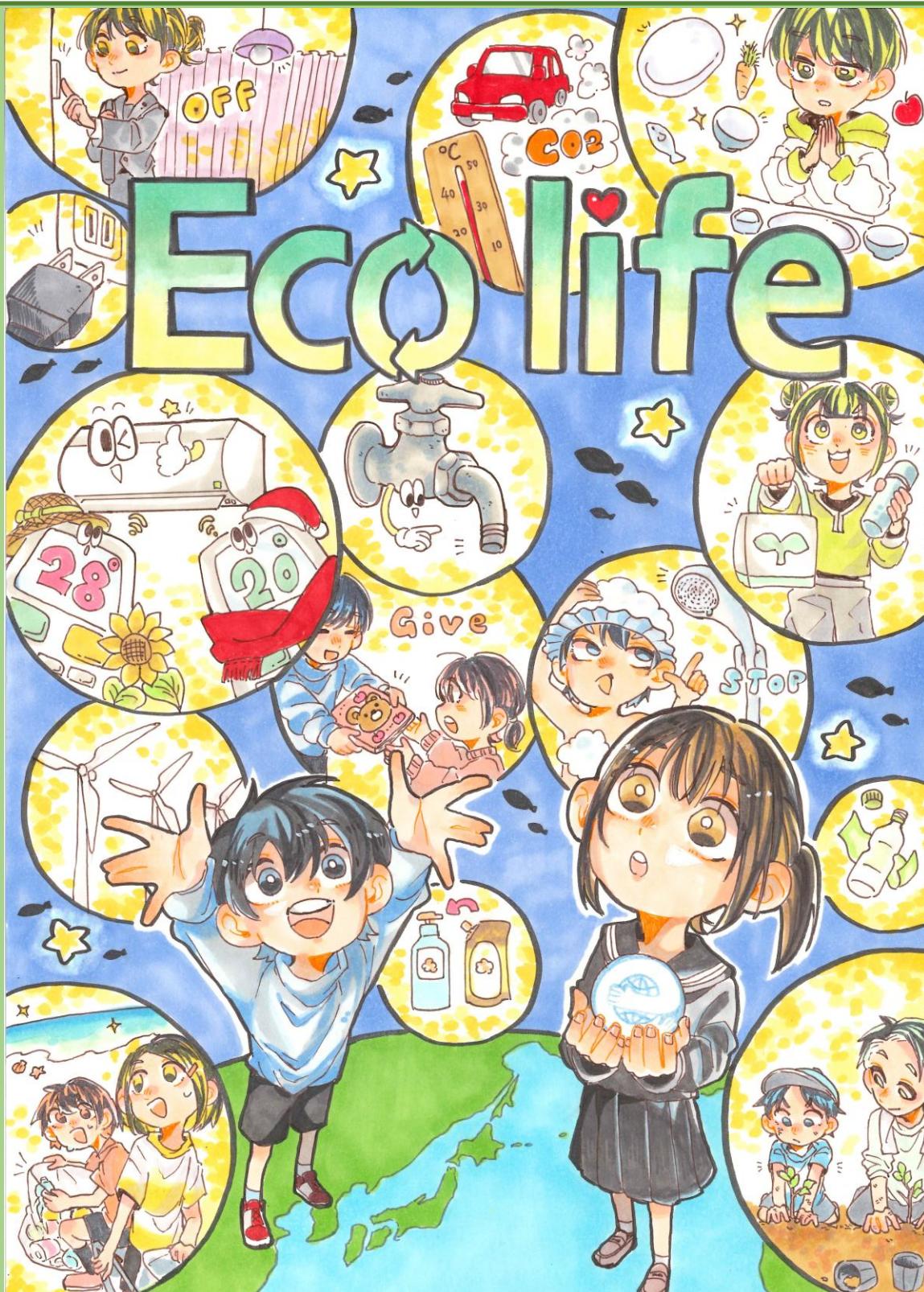


# ★エコライフ実践のために！！



水戸第三高等学校 坂本 結愛 様

高校生のみなさまへ♪ このリーフレットは、茨城県内の高校生からイラストを募集して、家庭でできる実践的なエコライフの手法等を習得していただくために作成したものです。ご活用いただければ幸いです。

# 進行する地球温暖化



## 「地球温暖化」とは



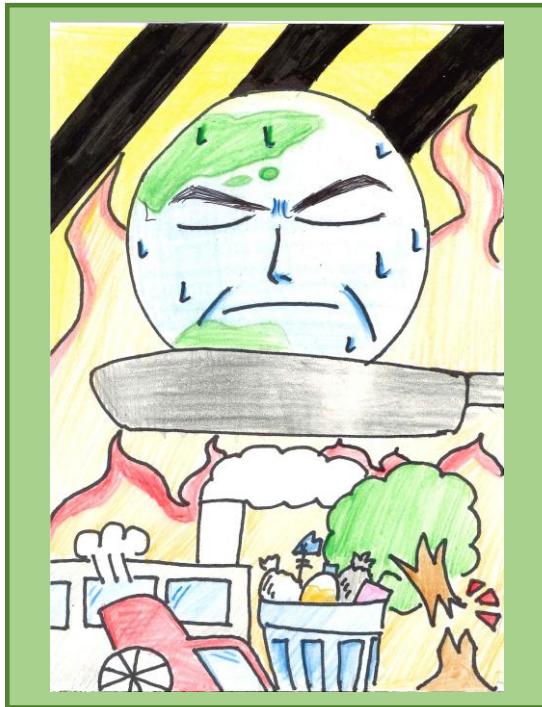
出典：全国地球温暖化防止活動推進センター

★二酸化炭素などの温室効果ガスが増えると  
地球温暖化が進む。



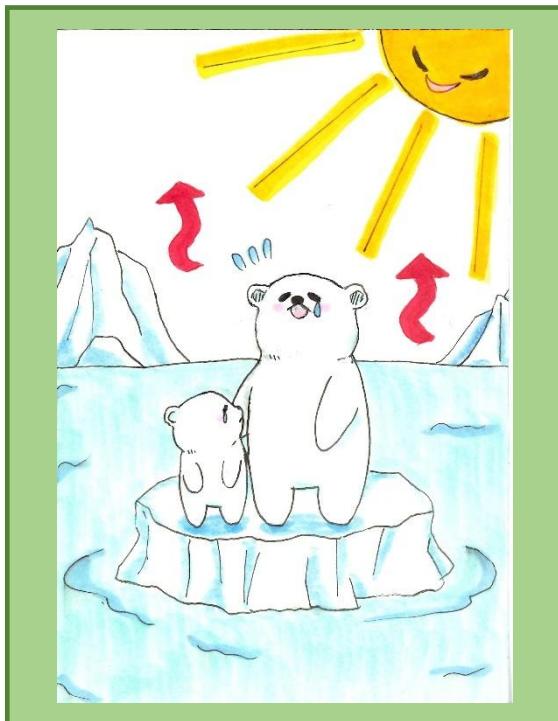
守谷高等学校 落合 梨愛 様

★毎日の生活で、熱エネルギーを使うたびに  
地球温暖化が進む。



水戸第三高等学校 真家 和花 様

★地球温暖化により、氷床や氷河が海に溶けて  
都市や島が水没する。



水戸第三高等学校 阿久津 ちひろ 様

# 進行する地球温暖化



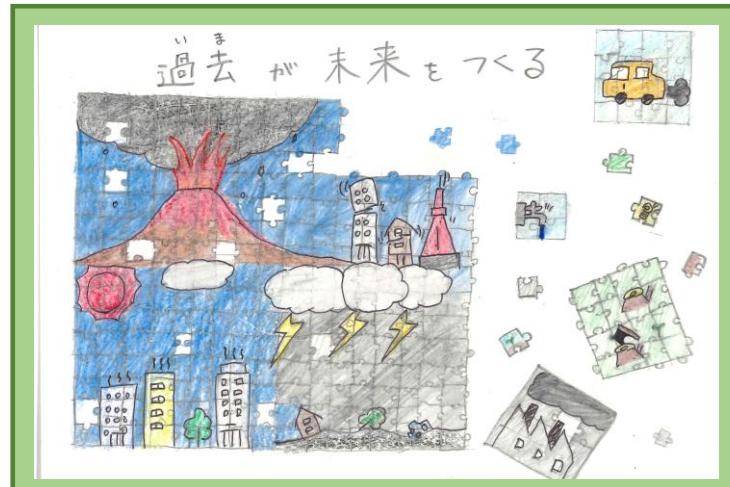
## 地球温暖化が進むとどうなる

★熱帯性の感染症や熱中症が増加して、人間の健康に深刻な影響がでる。

★異常気象により、大型台風や豪雨による大洪水などの災害が起きる。



守谷高等学校 山形 美優 様



守谷高等学校 斎藤 佑姫 様



鹿島高等学校 鈴木 愛 様



出典：全国地球温暖化防止活動推進センター

# はじめようエコライフ



## 暑さ対策

★直射日光の日差しが家の中に入るのをさえぎるために、窓の外に植物のグリーンカーテンを育てよう。



守谷高等学校 柴沼 祐輝 様

## 照 明

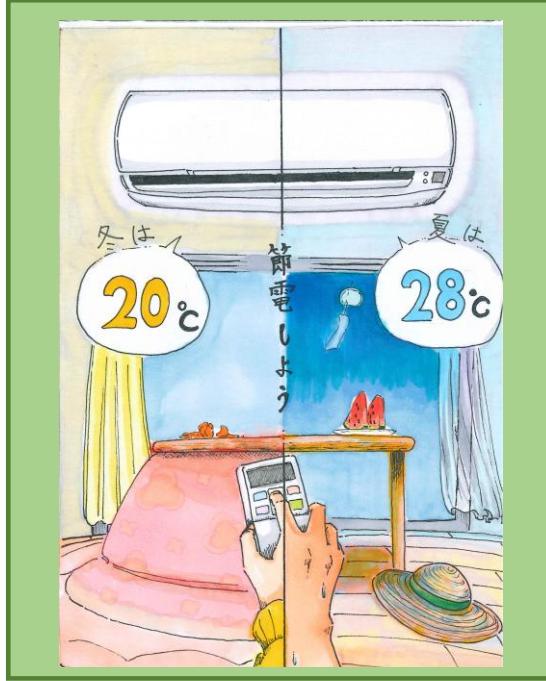
★消費電力が多い照明、エネルギー効率がよく寿命が長いLEDに交換しよう。使用していない部屋の照明はOFFにしよう。



鹿島高等学校 児玉 美李亜 様

## エアコン

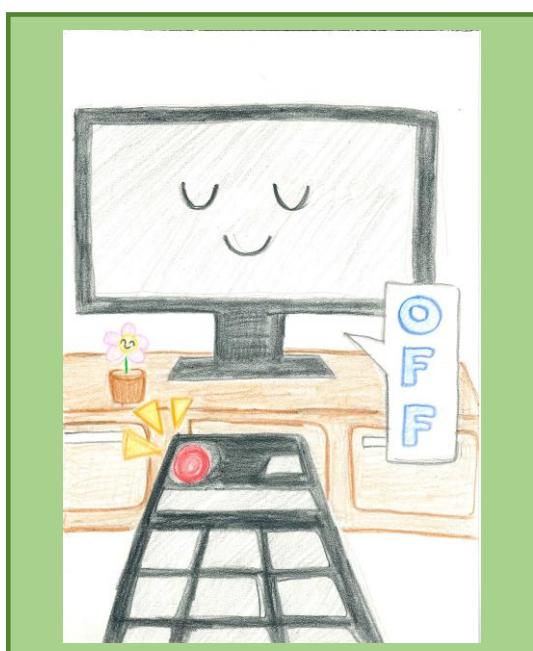
★電力を多く消費する家電のひとつがエアコン。室温の目安を、夏は28℃に冬は20℃を心がけよう。



藤代高等学校 西野 まい 様

## 家電製品

★省エネ家電（テレビ・冷蔵庫・洗濯機 等）を選んでエコライフ！使用していない家電は、プラグを抜いて待機電力をOFFにしよう。



水戸第三高等学校 長谷川 千紘 様

# はじめようエコライフ



## お風呂のシャワー

- ★シャワーは、1分間に12リットル位のお湯が出る。
- ★頭や体を洗っているときは、こまめにシャワーを止めよう。



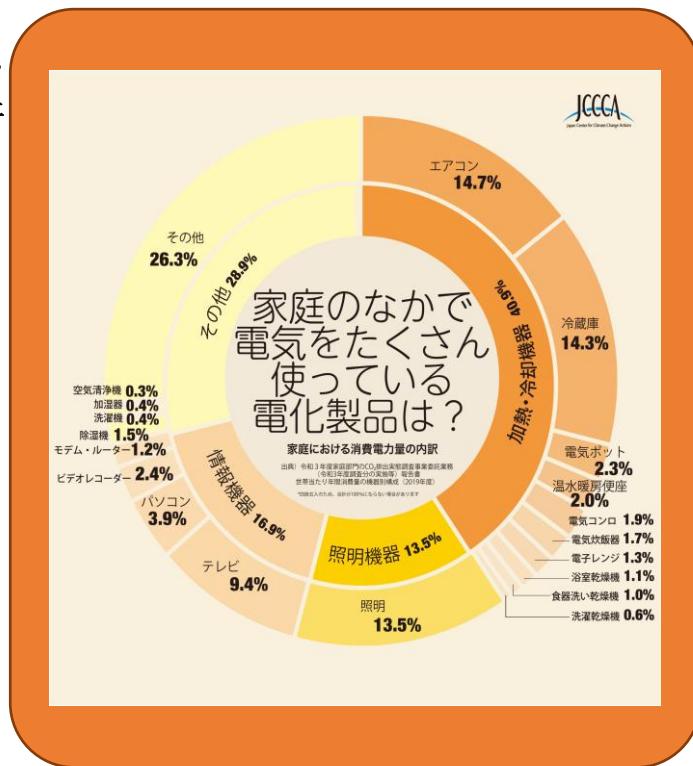
藤代高等学校 野口 紗菜 様

## エネルギー

- ★自然エネルギー（太陽光発電・風力発電・水力発電・地熱・バイオマス 等）を使用した快適な暮らしを考えよう。



守谷高等学校 海老原 璃空 様



出典：全国地球温暖化防止活動推進センター



出典：全国地球温暖化防止活動推進センター

# はじめようエコライフ



## 食品ロス削減

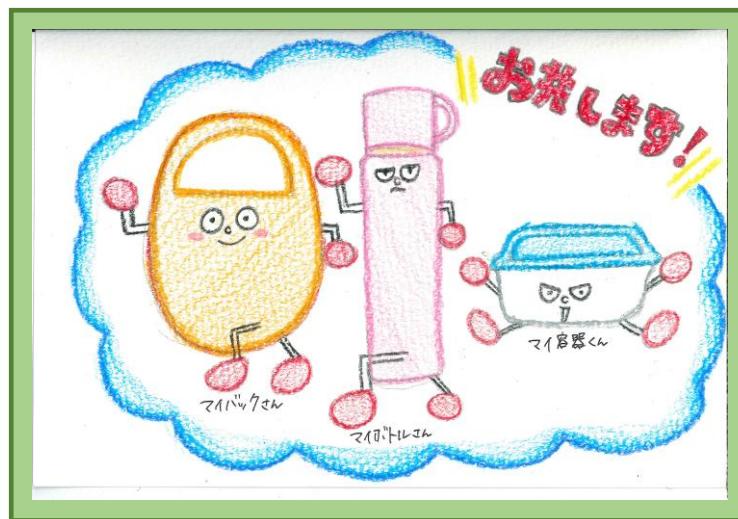
★食品を無駄にしないように必要な分だけ購入し、野菜クズを減らすアイディア料理や食品の保存方法を工夫しよう。



守谷高等学校 大作 姫星 様

## プラスチック削減

★エコバック・マイボトル・マイ容器を持参しよう。使い捨てのプラスチック製品は、もらわない使わない。



守谷高等学校 草間 琉惟 様

## ゴミ削減

★3R：リデュース（ごみを減らす）・リユース（繰り返し使う）・リサイクル（資源として再利用する）を心がけよう！



水戸第三高等学校 生田 ゆい 様

## CO<sub>2</sub>削減

★公共交通機関や自転車を利用してCO<sub>2</sub>削減を心がけよう！

★自動車を購入するときは、できるだけCO<sub>2</sub>排出量の少ないものを選ぼう。



藤代高等学校 加藤 遥 様

# わたしたちができる SDGs

持続可能な世界を創るために、一步を踏み出そう！

「持続可能な開発目標 SDGs(エスディージーズ)世界を変えるための 17 の目標」

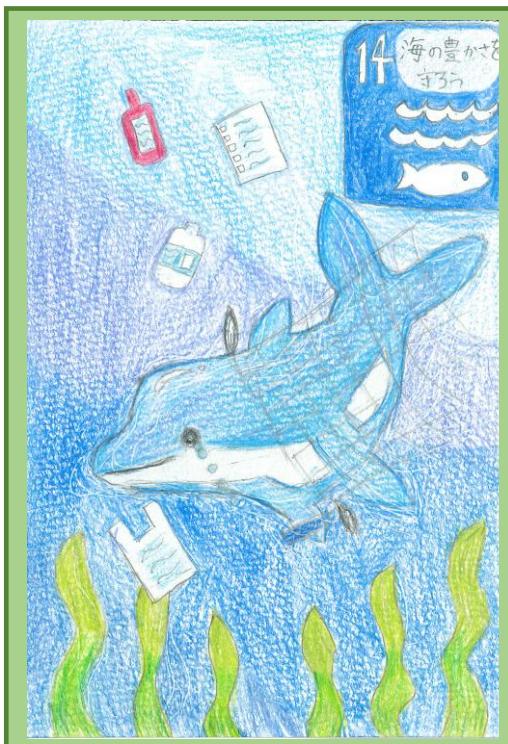


☆つくる責任、つかう責任。



水戸第三高等学校 柳下 葵 様

☆正しく分別・リサイクルをして海にポイ捨てをせずにゴミを入れる袋を持ってくること。



守谷高等学校 杉野 深春 様

☆男性による子育て 女性の社会進出。



鹿島高等学校 嘉多 春乃 様

☆つくる責任、つかう責任。



水戸第三高等学校 柴田 瑞姫 様

# 県民運動「いばらきエコスタイル」とは？

- 地球温暖化の原因は、私たちの生活や経済活動に伴って排出される二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)などの温室効果ガスであるとされています。
- 県では、CO<sub>2</sub>の排出量を削減するため、平成27年度(2015年度)から、年間を通じて環境に配慮したライフスタイルを実践する県民運動「いばらきエコスタイル」を推進し、脱炭素社会の実現を目指しています。



## 「いばらきエコスタイル」－環境に配慮したライフスタイルとは？－

省エネは、家庭や職場、移動時など、日常生活の中のちょっとした工夫で取り組むことができます。また、古い家電を省エネ型に買い替えることで、大きな省エネ効果を得ることができます。

### ＜身近に取り組める省エネ＞

#### ○冷暖房の適切な使用

夏の冷房時の室温は28°C、冬の暖房時の室温は20°Cを目安に  
年間で電気 83.32kWh の省エネ CO<sub>2</sub> 40.7kg 削減



#### ○使い捨てのライフスタイルをやめる

マイバッグ・マイボトルなどを携帯



#### ○使い方の工夫

冷蔵庫にものを詰め込みすぎない



年間で電気 43.84kWh の省エネ  
CO<sub>2</sub> 21.4kg 削減

#### ○家電・機器を選ぶときは「省エネ型」

省エネ性能の高い冷蔵庫に買い替える  
(401~450L 新旧機種比較)



年間で電気 161kWh の省エネ  
CO<sub>2</sub> 78.5kg 削減

シャワーを不必要に流したままにしない



年間でガス 12.78m<sup>3</sup> の省エネ  
水道 4.38m<sup>3</sup> の省エネ  
CO<sub>2</sub> 28.7kg 削減



照明器具の買い替え

(54W の白熱電球→7.5W のLED電球)

年間で電気 93.00kWh の省エネ  
CO<sub>2</sub> 39.9kg 削減

#### ○環境にやさしい移動手段を選ぶ

公共交通機関などを積極的に利用



電車やバス、自転車など

自動車はエコカーを選ぶ



電気自動車や  
ハイブリッド自動車など

※出典：資源エネルギー庁「省エネポータルサイト」（省エネ効果の算定条件は[こちら](#)を参照してください）

## 「いばらきエコチャレンジ」で省エネの効果を見てみよう！

実践したい省エネの取組を登録すると、そのCO<sub>2</sub>排出削減量が「見える化」できる、県が運営するWebサイトです。新規会員登録は無料で簡単に行えます！

▼ご登録は「いばらきエコスタイル」のホームページからできます。

URL：<https://www.ibaraki-eco-challenge.jp/>

**IBARAKI いばらきエコスタイル**



## 《茨城県県民生活環境部環境政策課》

このリーフレットは、「茨城県エコライフ」で検索又は、下記の環境政策課HPをご覧ください。

<http://www.pref.ibaraki.jp/soshiki/seikatsukankyo/kansei/>

【お問い合わせ先】〒310-8555 茨城県水戸市笠原町978-6

TEL：029-301-2933 FAX：029-301-2949

E-mail：[kansei1@pref.ibaraki.lg.jp](mailto:kansei1@pref.ibaraki.lg.jp)