

家庭内の暖房の割合は？

一般家庭や業務用ビルなどから排出される二酸化炭素の内訳を見ると、給湯とともに暖房が大きな割合を占めている。暖房は31.3%と、冷房の2.0%を大きく上回っており、暖房機器に過剰に頼ることなく暖を取る工夫を積極的に進めることが求められている。

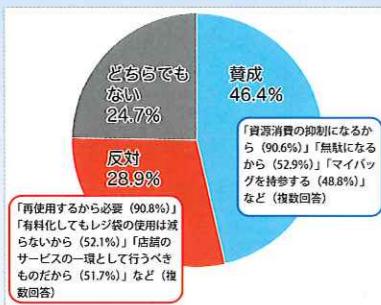
(環境省 平成19年版「環境白書・循環型社会白書」参照)



少しずつ減っているごみの量

全国のごみ排出量は5,202万トン（前年度5,273万トン）で、このうち総資源化量（再生利用量）は1,021万トンと、19.6%のリサイクル率になっている。ごみ処理にかかる事業経費は全国で約18,633億円（前年度19,024億円）と、減少しつつある。

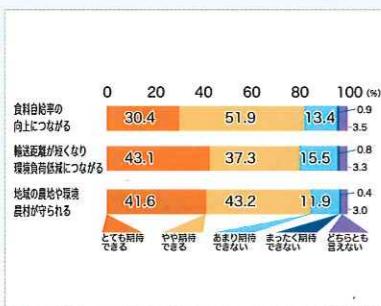
(環境省「一般廃棄物の排出及び処理状況等(平成18年度実績)について」参照)



エコバッグに賛成？反対？

実施対象3,000人の中で、回答した消費者の46.4%がレジ袋の有料化に賛成しており、59.8%が買い物にマイバッグ（エコバッグ）を使っていることが明らかになった。レジ袋有料化反対の回答の中には、「再使用するから必要」との声もある。

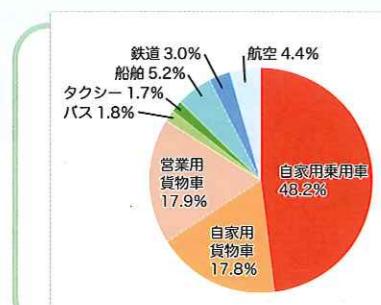
(環境省 平成19年「レジ袋の利用実態及び容器包装リサイクル制度に関するアンケート調査」参照)



地産地消にかけられる期待

実態調査に対する1,528直売所の回答の結果では、排気ガスの削減など、地産地消がもたらす環境の保全効果について、消費者の80.4%が期待できると答えている。地域の農地や環境、農村の保全や、食料自給率向上への期待も8割を超えた。地産地消への関心は高い。

(農林水産省「平成19年農産物地産地消実態調査」参照)



「自家用」の二酸化炭素排出量

全国の二酸化炭素排出量の約20%を運輸部門が占めており、その約半分が自家用車からの排出量だとされる。これに対して行政や企業などが、低燃費車の普及やアイドリングストップのキャンペーンなどをを行い、二酸化炭素排出抑制の努力が進められている。

(国土交通省「運輸部門からの二酸化炭素の排出量の現状」参照)



普段の装いや買い物、モノの始末や移動手段など、日常生活のちょっとした場面で、「環境に優しく」と心掛けている人も多いのではないでしょうか。
エコバッグをおしゃれに持ち歩いたり、短い距離であれば散策気分で歩くなど、エコライフを楽しみながら、ごみの排出やエネルギーの消費を減らし、環境にもお財布にも優しい生き方をしていきましょう。それが、心と体の健康づくりにつながり、医療費の支出も減らしてくれるに違いありません。

① ウオームビズ

寒さが厳しさを増すごとに、暖房に頼りがちになる冬。部屋を暖め過ぎて、着ていた服を脱いだりしたなんてことはありませんか。暖房器具に頼り切ってしまうと、エアコンやこたつの電気、ストーブの灯油など、エネルギーを過剰に消費してしまうこともあります。冷暖房への頼り過ぎは、自身の体温調整機能を低下させることになります。

- 家中の中でも、重ね着を楽しむ感覚で、暖かい装いを心掛けましょう。
- 昼はカーテン、夜は戸も閉めて室内の熱を逃がさないようにしましょう。

② ごみの減量化

ごみは捨ててしまえば、後はもう関係ないなどと思っていませんか。ごみが多ければ多いほど、そして水分を多く含んでいればいるほど、それだけ焼却のエネルギーも必要になります。ごみ処理費が高くなれば、割り当てる税金や直接の負担額も増え、私たちの生活に影響を与えます。それに、不用品やごみやほこりのたまつた室内では、プラスイオンが発生して健康を害することになります。

- 買い物時に過剰な包装品を避けたり、詰め替え用のものを選びましょう。
- 買い過ぎや作り過ぎを避け、調理法を工夫して食品ごみを減らしましょう。

③ エコバッグ

スーパーやコンビニエンスストアで買い物をした時に受け取るレジ袋。家に帰って商品を取り出したら、そのまま捨ててはいませんか。買い物の時にレジ袋に頼らずエコバッグを活用することは、資源を無駄にせず、家庭から出すごみを減らすことにもつながります。「備えよ常に」の心掛けは、適度な緊張感と積極的な心を養い、心身に活力をもたらしてくれることでしょう。

- 不意の買い物に備えてコンパクトタイプのエコバッグを常時携帯しましょう。
- 色や形、デザインなど、お気に入りのエコバッグを使いましょう。

④ 地場産食材

スーパーの生鮮食品売り場で、同じ品目の輸入農産物と少し高めの地場の農産物が並んでいた場合、どちらを買うことが多いですか。地場のものは輸送にかかるエネルギーが小さいので環境に与えるダメージも少なくなります。それに、旬の地場の農産物は、生産者の顔が見えることで安心感も得られるとともに、新鮮で栄養価が高いことも、よく知られています。

- スーパーや直売所などで、旬の地場の農産物を買い求めましょう。
- 家庭菜園や郷土料理を、家族や地域の人と一緒に楽しみましょう。

⑤ 移動

ちょっとした近くの用事に、ついいつ自家用車を使って移動してしまうことはありませんか。寒い冬ならなおさら暖房を効かせた車で動きたくなります。そんな時に歩いたり、自転車で移動することで、車だったり通り過ぎるだけの風景や人の姿に、新しい発見があるかもしれません。ガソリン代も節約され、二酸化炭素の排出も減ります。体を使い、体が温まれば新陳代謝もアップ。

- 近距離は、歩いたり自転車を使い、まちの風景などを楽しみましょう。
- 遠距離は、バスや電車など、公共交通機関を使いましょう。