



〇さん宅の取り組み紹介

Q.なぜ今回取り組みに参加しましたか？

A.CO₂削減に向けて、日常生活でエネルギーの節約にどの程度貢献できたか、把握したいと思い参加しました。

Q.どのような取り組みを実践しましたか？

A. 以下の取り組みを実践しました。

1. 【節電・節ガス】人がいない部屋の消灯、早朝の外気を取込み室温を下げる、すだれ等による南側の遮光、朝食のパン食(朝はガス炊飯器を使わない)、お風呂が沸いたら続けて入る
2. 【ごみの減量】生野菜のごみを家庭菜園の肥料にする
3. 【節ガソリン】雨の日以外一人で済む用事はバイクで移動
4. 【節水】雑巾掃除用に風呂の残り水を利用



ポイント

取り組みのポイント：雨の日以外一人で済む用事はバイクで移動（スマートムーブの実践）

人一人が1km移動する時のCO₂排出量は、移動手段（マイカー127g、バス63g、鉄道17g）によりさまざまです。スマートムーブは、環境への負荷を考慮し、状況に応じた最適な移動方法を選択する考え方です。移動する際は、マイカーではなく、バイク・自転車・徒歩のほか、バスや電車を利用することでCO₂排出量が削減され、公共交通の存続にもつながります。 ※参考：環境省 スマートムーブHP、国土交通省 運輸部門における二酸化炭素排出量HPより

Q.取り組みをした感想は？

A.節電に関して、あまり数字上は実感できず、エアコンの使用による割合が大きいと感じました。どれも当たり前のことかもしれませんが、細かい行動の積み重ねが省エネにつながると感じました。実施期間は二か月間でしたが、今回実施した取り組みの多くは負担も小さく、実施期間後も継続していける内容だと思いました。

Q.取り組みを通してご自身やご家族の意識に変化はありましたか？

A.もっと省エネの意識を強くしなければと感じました。家族も電気代の高騰などで極端な節約は大変ですが、何もしないわけにはいかないという思いがあり、協力してくれました。結果として思っていたよりエネルギーを多く消費してしまっていたので残念に感じていました。意識的な省エネ活動に努めていきたいと思います。

Q.今後実施したい取り組みはありますか？

A.取り組み実施前に行ったうちエコ診断の結果（100世帯中92位）を元に、省エネ活動にチャレンジしてきました。診断結果のように、自家用車のガソリン使用量を抑えたことによる効果を実感することができました。今後は、家庭での節電、節ガス、節水に注力したいと思います。

ポイント



取り組みのポイント：電気の見える化をする

近年、電気の使用量が30分ごとに計測・記録ができ、通信機能がついた電力計（スマートメーター）がほとんどの家庭に設置されています。契約している電力会社のウェブサイト等で、ご自宅の電気使用量を確認してみましょう。

