



地球と向き合う

地球温暖化——世界中で生態系の変化や、自然の減少が問題視されています。しかし、遠い世界の話ではありません。このままの生活を続けていくと、急激な海面上昇や生物種の絶滅など、後戻りできない大規模な変化を起こす恐れがあり、今後20年間の努力が必要というIPCC（気候変動に関する政府間パネル）の報告があります。世界の中でもエネルギー消費量が大さい都市「東京」の豊島区に住んでいる私たち。地球と私たちはつながっています。地球を守るためにできることを、1つでも2つでも、行動を起こしてみませんか。

※ IPCCは2007年米国のゴア前副大統領とともにノーベル平和賞を受賞した。



- ①Reduce (リデュース:減らす)
- ②Reuse (リユース:再使用する)
- ③Recycle (リサイクル:再資源化)の頭文字をとった3R。
- ①、②、③の優先順位で廃棄物削減を目指そうという考え。



Lifestyles Of Health And Sustainability (健康と持続可能な生活を心掛けるライフスタイル)の略。
自分自身の健康と、地球環境問題への取り組みを優先させるライフスタイルのこと。



みんなで止めよう温暖化

チーム・マイナス6%

地球温暖化を抑制するための国際条約「京都議定書」で、日本が約束した温室効果ガス排出量の6%削減を目指す国民的プロジェクト。一人ひとりの努力が、チームとなって大きな力になるという思いが込められている。

3R意識度チェック

- 食事は残さず食べている
- 「もったいない」が口癖になった
- 外食する時は、マイ箸を使っている
- お下がりがうれしい
- 洗剤は、詰め替えタイプを使っている
- 生ゴミ処理機やコンポスト化容器を活用し、ゴミを減らしている
- 買い物に行くときのパートナーはマイバッグだ
- 紙皿や紙コップなどの使い捨ての容器は使わない
- 同じ商品なら、何度も使えるリターナブルびん入りを選ぶ
- 同じ製品なら「エコ」や「再生」という文字の入った方を選ぶ
- ペットボトル、食品トレーやボトル型プラスチック容器はゴミではなくリサイクルBOXに入れる

ロハス度チェック

- 国産食品を優先している
- オーガニックコットンが好きだ
- フェアトレード(途上国との公正な貿易)による商品を購入している
- 旅行をするなら、エコツーリズムを選ぶ
- 農業や添加物の少ない食品を選んでいる
- 化粧品は動物実験をしていないものを使っている
- 太陽光発電を利用した家に住みたい
- ヨガやストレッチなどをし、心身の健康づくりを欠かさない
- 生産から廃棄まで、商品が環境に与える影響を考えて購入している
- ボランティアや社会貢献活動をしている、またはしようと思っている
- 漢方、アロマセラピーなど代替・自然療法を活用している

省エネ度チェック

- 停車中にエンジンを切っている
- 風呂の残り湯を洗濯に利用している
- 使わない時は、温水洗浄便座のフタを閉める
- 給湯器を高効率給湯器に買い換えた
- シャンプー中はシャワーを止めている
- 屋上緑化をしている
- エアコン(暖房)の設定温度は20℃にしている
- 白熱電球を電球型蛍光灯に取り替えた
- 移動にはなるべく電車やバス、自転車を利用する
- 家電を購入するときは、省エネ性能表示を確認している
- 使わない時はコンセントを抜いて待機電力を節約している

採点!

チェックが0~11個

初級者

チェックが0~11個のあなたはエコ初級者です。そんなあなたには、家庭菜園がおすすめ。まずは、『エコのわ』で紹介の土いらずのカイワレダイコン作りはいかがですか？

チェックが12~22個

中級者

チェックが12~22個のあなたはエコ中級者です。そんなあなたには、フリーマーケットへの参加がおすすめ。お客様とのコミュニケーションも楽しめます。

チェックが23個以上

上級者

チェックが23個以上のあなたはエコ上級者です。もっと地球が良くなるように、周りの人にエコをすすめてみてください。次号の『エコのわ』の主役はあなたかもしれません!