

令和3年度エコライフチェック事業報告書

ー ストップ！地球温暖化 ねりま大作戦 2021 ー



ねり丸
NERIMARU
©2011 練馬区ねり丸

令和4年3月

練馬区民環境行動連絡会

練 馬 区

—目 次—

1 エコライフチェック事業の目的と概要.....	1
1.1 事業の目的.....	1
1.2 事業の経緯.....	1
1.2.1 練馬区のこれまでの取組.....	1
1.2.2 令和3年度の取組.....	2
1.3 事業の概要.....	4
1.3.1 エコライフチェック事業の進め方.....	4
1.3.2 エコライフチェック項目.....	7
1.3.3 回答方法.....	9
1.3.4 集計・分析方法.....	10
2 個人用エコライフチェックの結果.....	12
2.1 全チェック項目の実施率の総括.....	12
2.2 各チェック項目の実施率.....	14
2.2.1 参加者全体の各チェック項目の実施率.....	14
2.2.2 学年別の各チェック項目の実施率.....	21
2.2.3 同一参加者の普段の日の実施率の経年変化.....	24
2.3 二酸化炭素排出削減量.....	27
2.3.1 令和3年度個人用エコライフチェックの二酸化炭素排出削減量.....	27
2.3.2 二酸化炭素排出削減量の例え.....	28
2.4 啓発項目のエコライフチェック結果.....	30
3 事業所用エコライフチェックの結果.....	31
3.1 各チェック項目の実施率.....	31
3.1.1 各チェック項目の実施率について.....	31
3.2 二酸化炭素排出削減量.....	35
3.3 年間の節約金額.....	35
4 令和3年度成果の整理.....	36
4.1 エネルギー（ガソリン）削減量.....	36
4.2 令和3年度エコライフチェック事業の成果一覧.....	37
5 まとめ.....	38
5.1 令和3年度のエコライフチェック事業の成果.....	38
5.2 今後の事業実施に向けた課題.....	41

資料編

<個人用エコライフチェック>

1	個人用エコライフチェック項目ごとの実施率	45
2	個人用エコライフチェック項目ごとの二酸化炭素排出削減量	46
3	個人用エコライフチェック項目ごとのガソリン削減量	47
4	令和3年度個人用エコライフチェックシート	48
5	令和3年度個人用エコライフチェックレポート	52
6	1日の二酸化炭素排出削減量・ガソリン削減量の算出根拠	54
7	二酸化炭素排出削減量の例えに関する根拠	57

<事業所用エコライフチェック>

8	事業所用エコライフチェック項目ごとの実施率・二酸化炭素排出削減量 ・光熱費等年間節約金額・ガソリン削減量	58
9	令和3年度事業所用エコライフチェックシート	59
10	1日の二酸化炭素排出削減量・年間節約金額・ガソリン削減量の算出根拠	61

1 エコライフチェック事業の目的と概要

1.1 事業の目的

エコライフチェック事業は、区民の日常生活におけるエコライフ（環境に配慮した行動）を促進することにより、地球温暖化防止のための足元からの行動を広げることを目的としています。

チェックシートを使って、エコライフを意識して実行する日（エコライフデー）と普段の日のエコライフの取組状況を自己チェックします。このエコライフデーと普段の日の取組の差を集計・分析し、参加者の取組が二酸化炭素の排出削減にどのくらい効果があったかを示すことで、今後のエコライフに役立ててもらいます。

1.2 事業の経緯

1.2.1 練馬区のこれまでの取組

練馬区では、平成 17 年度にエコライフチェック事業を試験的に導入し、平成 18 年度からは、事業の対象を広げながら本格的に事業を実施しています。

チェック項目は、エネルギー（電気・ガス・ガソリン）や水の節約に関するものから、ごみの分別といった内容まで、日常生活において二酸化炭素の排出を削減し地球温暖化対策につながる取組を対象にしています。

平成 18 年度以降は毎年ほぼ同じチェック項目を設定することにより、区民のエコライフに対する取組状況の経時的な変化を調査・分析することを可能としています。

平成 23 年度は、平成 23 年 3 月 11 日に発生した東日本大震災により、全国的に夏の電力供給不足が懸念されました。そのため、エコライフチェック事業も節電に特化した事業にするとともに、事業の一部を東京都教育庁が実施している『“がんばろう日本” 節電アクション月間』と連携して実施しました。

平成 24 年度は、平成 23 年度の節電に特化した内容から、もう一度“地球温暖化の防止”という事業の本来の目的に立ち返って、エコライフチェックを実施しました。そのため、平成 24 年度以降は、平成 22 年度以前とほぼ同一の実施内容となっています。

平成 26 年度からは、これまでの練馬区内の小中学生や区民が参加する「個人用」のエコライフチェックに加え、新たに区内の事業所が参加する「事業所用」のエコライフチェックを実施しています。

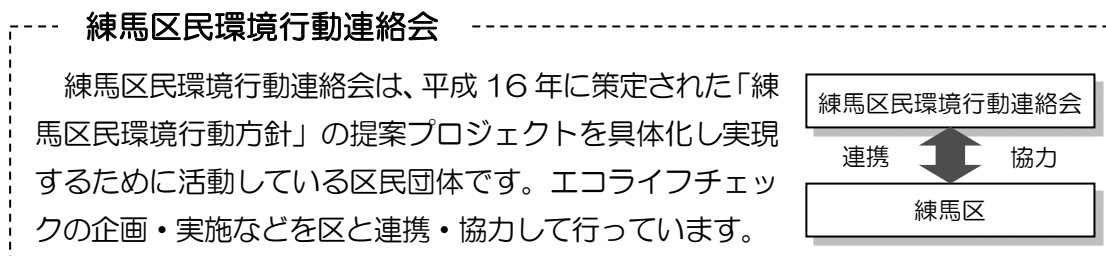
平成 28 年度からは、小中学生の学年別集計を開始しました。これにより、同一参加者の経時変化（エコライフの定着度）が分析できるようになりました。

平成 30 年度は、これまでのエコライフチェック事業の結果を活かした取組として、小学生向けの「すごろく」を作成し、練馬区内の公立小学校の 3 年生～6 年生の各クラスに 1 セットずつ配布しました。「すごろく」をとおして、楽しみながらエコライフを学んで頂くことで、エコライフをより身近に感じてもらうことができます。

令和元年度、令和 2 年度は、東京オリンピック・パラリンピック競技大会組織委員

会が実施している「東京 2020 参画プログラム(持続可能性)」に参加して、東京 2020 大会の公式 HP における事業実施の報告など、区内外の方への周知を図りました。

本事業は、区民団体「練馬区民環境行動連絡会」のご協力をいただいて実施しています。



1.2.2 令和3年度の取組

令和3年度は、昨年度と同様に練馬区内の小中学生や区民が参加する「個人用」のエコライフチェックと、区内の事業所が参加する「事業所用」のエコライフチェックを実施しました。

個人用エコライフチェックでは、全体で 40,631 人が参加しました（下表参照）。そのうち小中学生が 25,057 人で全体の約 6 割を占めており、次いで小中学生の家族、一般参加者の順に多くなっています。

詳細な事業の進め方や経緯、参加の呼びかけ方法については P4~P11 の事業の概要で説明します。

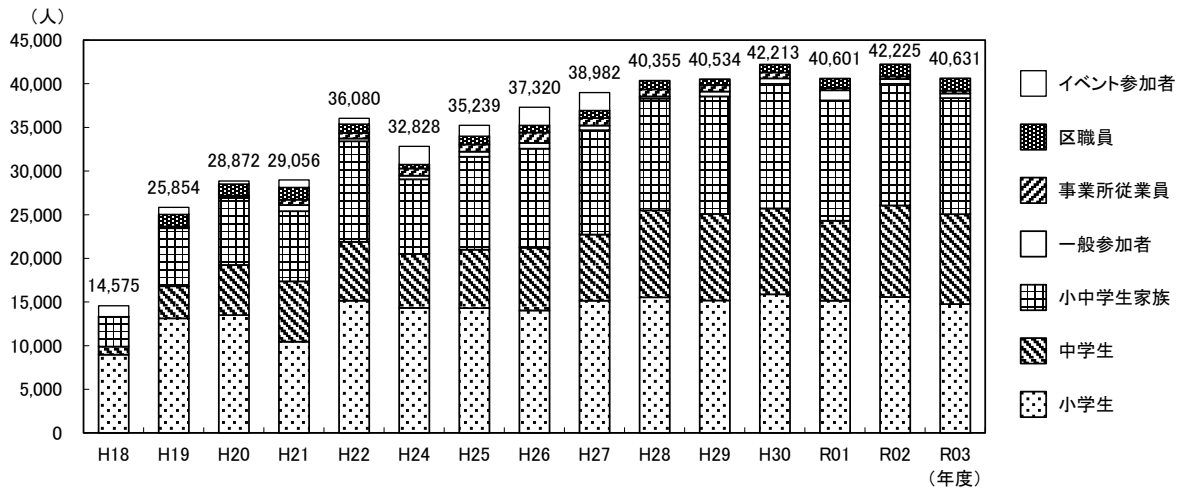
令和3年度個人用エコライフチェックの参加人数

区 分	参加人数	構成比
小中学生	25,057 人	61.7%
うち 小学生	14,770 人	36.4%
うち 中学生	10,287 人	25.3%
高校生以上・大人	15,574 人	38.3%
うち 小中学生の家族	13,300 人	32.7%
うち 一般参加者 <small>注)</small>	544 人	1.3%
うち 区内事業所の従業員	305 人	0.8%
うち 区職員	1,425 人	3.5%
合 計	40,631 人	100.0%

注) 「一般参加者」には、ホームページなどで回答いただいた方、各種団体を通じて回答いただいた方を含みます。

個人用エコライフチェック事業の参加者数は、本格的に事業を開始した平成 18 年度以降概ね増加傾向にありましたが、参加者が 4 万人を超えた平成 28 年度以降は、概ね横ばいで推移しています。平成 18 年度に 14,575 人であった参加者は、令和 3 年度には 40,631 人まで増加しています。この間、令和 2 年度には過去最多の参加者を記録しました。区民のみなさんのエコライフに対する意識の高まりが伺えます。

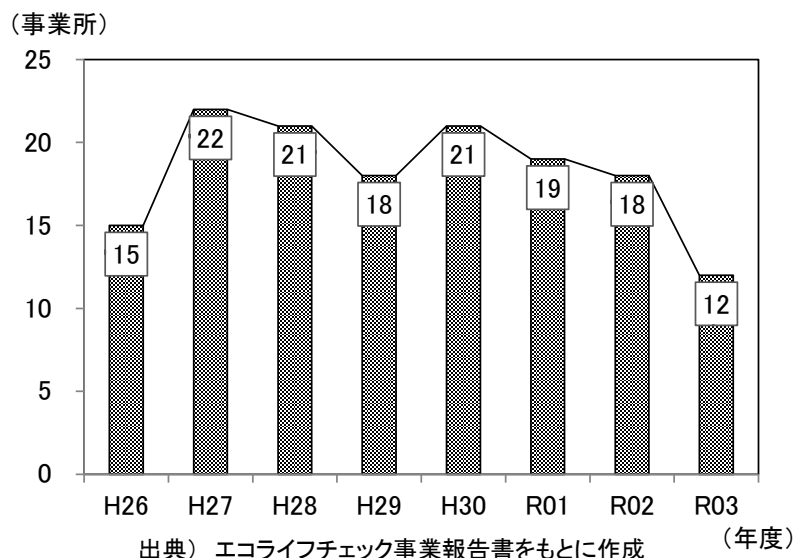
エコライフチェック事業の参加人数の推移



注) 平成 23 年度のエコライフチェックは、東京都の「節電アクション月間」とあわせて実施しているため実施方法が異なります。そのため、グラフにおいて平成 23 年度の参加人数は省略しています。

事業所用エコライフチェックでは、合計 12 事業所の参加がありました。来年度以降、さらに事業所の参加を呼びかけていきたいと考えています。

事業所用エコライフチェック参加事業所数の推移

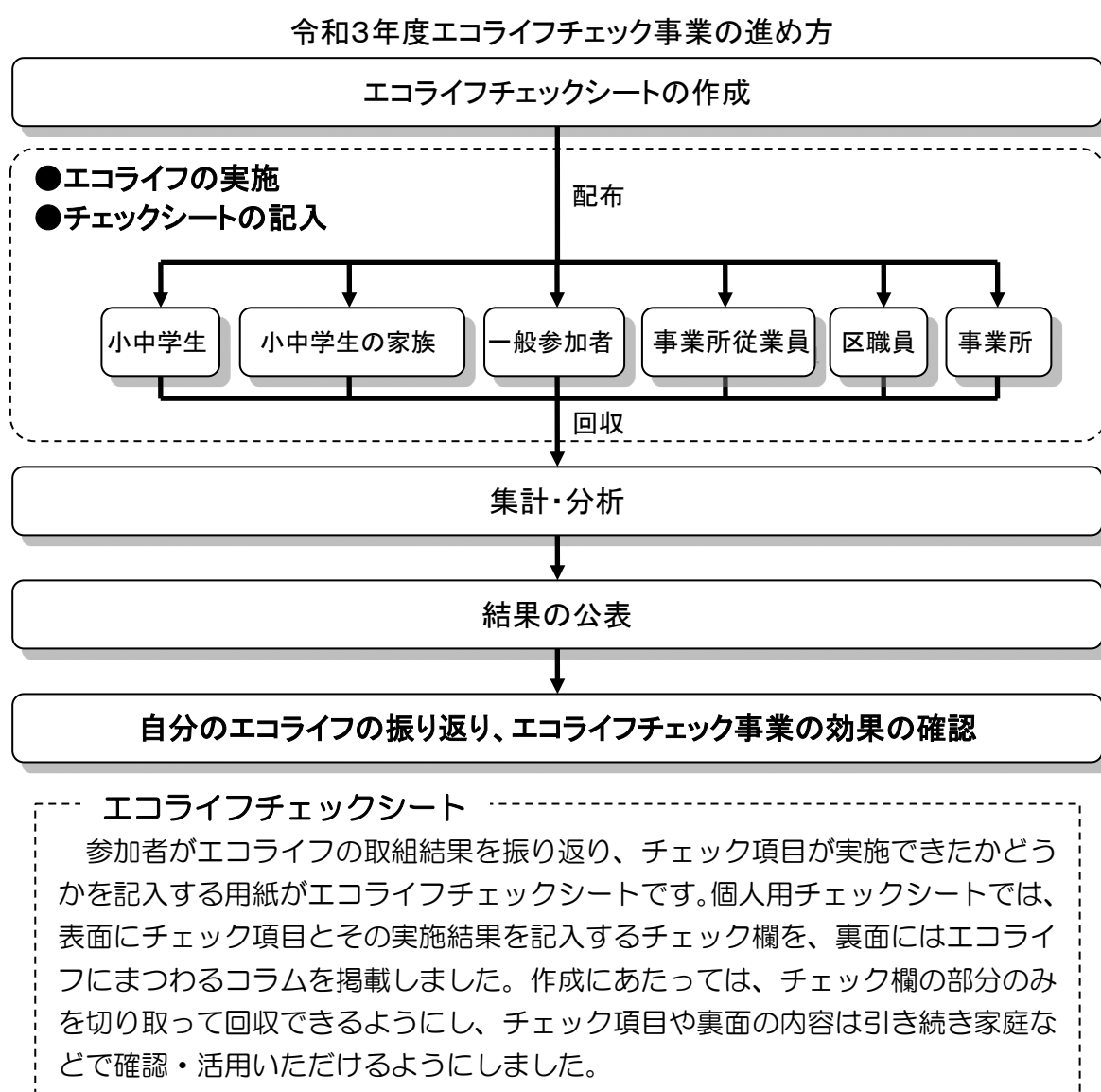


1.3 事業の概要

1.3.1 エコライフチェック事業の進め方

令和3年度のエコライフチェック事業の進め方は以下のとおりです。区が作成したエコライフチェックシートを区内の小中学生およびその家族、一般の参加者などに配布し、普段の日とエコライフデーのエコライフの実施状況を記入していただきます。

記入したチェックシートは回収して、集計・分析し、その結果を公表することで、参加者のみなさんに自分のエコライフを振り返っていただけるようにするとともに、本事業による二酸化炭素排出削減量等を実感し、引き続き日常生活の中でエコライフの取組に活かせる形としています。



事業所用チェックシートでは、表面には事業所用エコライフチェックを始めるに至った経緯やチェックシートの記入方法を、裏面にはチェック項目とその実施結果を記入するチェック欄を掲載し、そのままFAX送付できるようにしました。

令和3年度に使用した個人用チェックシートはP 48～P51、チェックレポートはP52～P53、事業所用チェックシートはP59～P60を参照してください。

令和3年度のエコライフチェック事業のスケジュールは以下のとおりです。令和3年10月のエコライフチェック実施に向けて令和3年4月から準備を開始し、令和4年2～3月には結果を公表できるようなスケジュールで進めました。

令和3年度エコライフチェック事業のスケジュール

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
エコライフチェック関係	エコライフチェック項目の検討	チェックシートの作成		エコライフチェックの実施		チェックシートの回収	データの集計・分析	事業報告書および報告書概要版の作成 学校等参加団体への事業報告書の送付				
公式ホームページ関係			公式ホームページでの回答受付					公式ホームページでの結果報告				

参加対象とその呼びかけ方法は次ページのとおりです。区内の小中学生を中心に、区内のさまざまな団体・個人に対して参加を呼びかけました。

令和3年度エコライフチェック事業の参加の呼びかけ対象と方法

属性	具体的な対象者	参加の呼びかけ方法
小学生 (3・4・5・6年生)	<ul style="list-style-type: none"> 区立の全小学校の児童 区内の国立・都立・私立小学校のうち参加を希望した学校の児童 区内の特別支援学校のうち、参加を希望した学校の児童 	<ul style="list-style-type: none"> 合同副校長会における各学校への説明と参加依頼(7月・区立学校向け) 区職員による担当教諭への事前説明(7月～8月) 学校を通じて児童に参加を呼びかけ 各学校への直接参加の呼びかけ(私立学校向け)
中学生 (1・2・3年生)	<ul style="list-style-type: none"> 区立の全中学校の生徒 区内の国立・都立・私立中学校のうち参加を希望した学校の生徒 区内の特別支援学校のうち、参加を希望した学校の生徒 	<ul style="list-style-type: none"> 合同副校長会における各学校への説明と参加依頼(7月・区立学校向け) 区職員による担当教諭への事前説明(7月～8月) 学校を通じて生徒に参加を呼びかけ 各学校への直接参加の呼びかけ(私立学校向け)
小中学生の家族	<ul style="list-style-type: none"> 上記小中学校の児童・生徒の家族 	<ul style="list-style-type: none"> 学校を通じて参加を呼びかけ
一般参加者	<ul style="list-style-type: none"> 区内都立・私立高等学校のうち参加を希望した学校の生徒 一般区民 練馬区公式ホームページ閲覧者 	<ul style="list-style-type: none"> 各学校へ直接参加の呼びかけ 各団体を通じて参加を呼びかけ 区報および区公式ホームページによる参加の呼びかけ 区公式ホームページ上での回答の受付 区公式ツイッターでの参加の呼びかけ 区立施設でチェックシートを配布 刊行物に呼びかけ記事を掲載 会議等の場で呼びかけチラシを配布
事業所従業員	<ul style="list-style-type: none"> シルバー人材センターなどの区内事業所に所属する従業員 	<ul style="list-style-type: none"> 各事業所を通じて参加を呼びかけ
区職員	<ul style="list-style-type: none"> 練馬区職員(臨時職員、派遣職員を含む) 	<ul style="list-style-type: none"> グループウェアにて参加を呼びかけ
事業所	<ul style="list-style-type: none"> 一般事業者 練馬区外郭団体 	<ul style="list-style-type: none"> 区報および区公式ホームページによる参加呼びかけ 直接の呼びかけ

1.3.2 エコライフチェック項目

令和3年度のエコライフチェック項目は、個人用と事業所用のそれぞれを以下のよう
に作成しました。

(1) 個人用エコライフチェック項目

個人用エコライフチェック項目は、以下の方針のもとに作成しました。

- エネルギー削減量が算出できること
- エコライフチェック事業の継続性を重視し、チェック項目 12 項目のうち 10 項目程度は今年度も継続すること
- 近年のエネルギー消費の推移をもとに、電気・燃料・水道・ごみのエネルギー構成のバランスを考慮すること
- 家庭での取り組みやすさに着目した新規項目を追加すること

チェック項目の設定にあたっては、チェック項目検討会を開催し、区民団体「練馬区民環境行動連絡会」からの意見を取り入れました。その結果、令和3年度の個人用エコライフチェック項目は以下の 12 項目としました。

令和3年度個人用エコライフチェック項目

番号	チェック項目	どのような効果があるか？	1日の二酸化炭素排出削減量 ^{注1)}	備考
Q1	テレビをつけている時間を短くした	電気の 使用量削減	20g/日	表現変更
Q2	長時間使わない電気器具のコードをコンセントから抜いた	電気の 使用量削減	60g/日	
Q3	フローリングはエコモードや「弱」の設定で掃除機をかけた	電気の 使用量削減	50g/日	新規項目
Q4	手を洗うとき、水を出しっぱなしにできなかった	水道の 使用量削減	20g/日	表現変更
Q5	冷蔵庫の扉を開けている時間を短くした	電気の 使用量削減	7g/日	
Q6	容器包装プラスチックは、ルールを守って分別して捨てた	ごみの 排出量削減	26g/日	新規項目
Q7	食事や給食を残さずに食べた	燃料・ごみの 排出量削減	42g/日	
Q8	入浴後はお風呂のフタを閉めた	燃料の 使用量削減	107g/日	
Q9	ドライヤーの前にタオルで髪をしっかりと拭いて乾かした	電気の 使用量削減	27g/日	
Q10	洗濯物はまとめて洗ってもらった	電気・水道の 使用量削減	38g/日	新規項目
Q11	マイボトルを持ち歩いた	ごみの 排出量削減	66g/日	
Q12	近いところへは車に乗らないで、歩きか自転車で行った	燃料の 使用量削減	260g/日	

注 1) Q1、Q4 は昨年度から表現を変更していますが、二酸化炭素排出削減量の算定手法は昨年度と同様です。

注 2) 詳しい算出方法は、P54～P56 を参照してください。1 日の二酸化炭素排出削減量は最新の知見に基づいて算出しているため、同じ項目でも毎年の 1 日の二酸化炭素排出削減量は異なります。

また、環境全般に対する啓発項目として、小中学生を対象に以下の3つの質問を設け、回答していただきました。

令和3年度エコライフチェック項目(啓発項目)

番号	チェック項目	啓発目的	備考
質問1	エコマークのついた文房具を使っている	環境にやさしい商品を選ぶきっかけとしてもらう	新規項目
質問2	23区で1番緑があるのは練馬区であることを知っている	自然環境に対して関心を持ってもらう	令和2年度と同じ
質問3	環境の話題を友達や家族と話した	エコライフの取組の輪を広げる	新規項目

(2) 事業所用エコライフチェック項目

事業所用エコライフチェック項目は、以下の方針のもとに作成しました。

- エネルギー削減量が算出できること
- 取り組みやすいこと
(環境経営等に着手していない事業所でも気軽に取り組めること)
- 業種、業態を選ばずに取り組めること
- 二酸化炭素の排出削減量が定量的に評価できること
→ 個人用と同様に「普段の日」と「エコライフデー」の実施率や二酸化炭素の排出削減量、およびそれらの差が算出できること

チェック項目の設定にあたっては、個人用エコライフチェック項目と同様に、チェック項目検討会を開催し、区民団体「練馬区民環境行動連絡会」からの意見を取り入れました。その結果、令和3年度の事業所用エコライフチェック項目は次ページの7項目としました。

令和3年度事業所用エコライフチェック項目

番号	チェック項目	どのような効果があるか？	1日の二酸化炭素排出削減量 ^{注2)}	備考
Q1	使用していないエリア(会議室、事務室、休憩室等)や不要な場所(駐車場、外部照明等)は消灯した	電気の 使用量削減	3.2g-CO ₂ /m ² ・日	令和2年度と 同じ 要 延床面積
Q2	長時間席を離れるときは、OA 機器(パソコン、コピー機)の電源を切るか、省エネルギーモードにした	電気の 使用量削減	2.1g-CO ₂ /m ² ・日	
Q3	1～2 階程度の昇降は、エレベーターを使わずに積極的に階段を利用した	電気の 使用量削減	0.7g-CO ₂ /m ² ・日	新規項目
Q4	手洗いや湯飲み等を洗う際に、水*を出しっぱなしにしなかった ※1 人、1 日当たり 1 分間、節水した場合	水道の 使用量削減	1.6g-CO ₂ /m ² ・日	令和2年度と 同じ 要 延床面積
Q5	冷房の設定温度は、2℃上げるなどこまめに調節した	電気の 使用量削減	7.4g-CO ₂ /m ² ・日	表現変更
Q6	紙の使用を意識して減らした	ごみの 排出量削減	0.6g-CO ₂ /m ² ・日	令和2年度と 同じ
Q7	自動車の利用時にエコドライブ(ゆるやかなアクセル操作※1 やアイドリングストップ※2)をした ※1:最初の 5 秒で 20km/h になるくらい ※2:踏切待ちなど 5 秒以上停止する場合	ガソリンの 使用量削減	577.2g-CO ₂ /台・日	令和2年度と 同じ 要 社有車 保有台数

注 1) Q5 は昨年度から表現を変更していますが、二酸化炭素排出削減量の算定手法は昨年度と同様です。

注 2) 詳しい算出方法は、P61～P62 を参照してください。1 日の二酸化炭素排出削減量は最新の知見に基づいて算出しているため、同じ項目でも毎年の 1 日の二酸化炭素排出削減量は異なります。

1.3.3 回答方法

各チェック項目について、エコライフデーおよび普段の日に、それぞれ実施できた場合は「○」、実施できなかった場合は「×」を記入する方式で回答していただきました。

個人用エコライフチェックにおける小中学生のみが回答対象となる質問 1～3 の啓発項目は、普段の日とエコライフデーの区別に関係なく、「○」または「×」で回答していただきました。

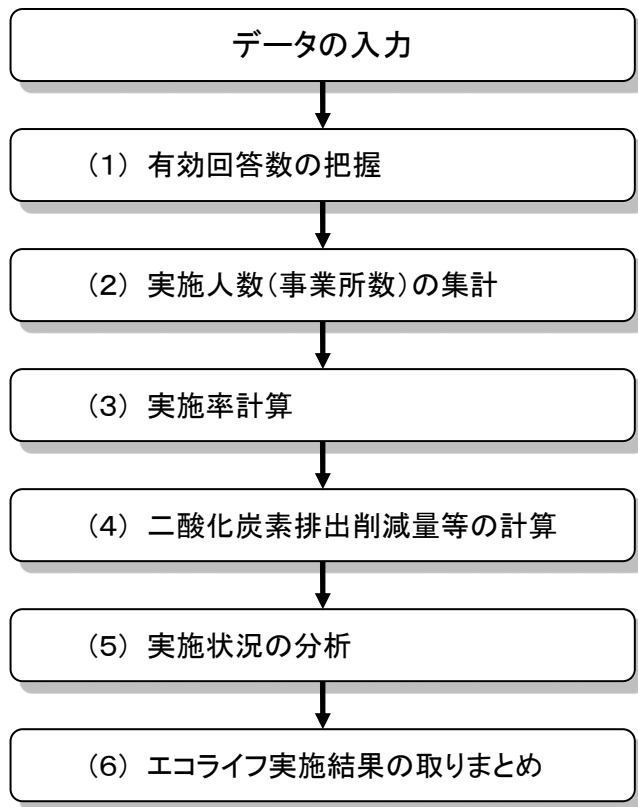
回答の記入例

エコライフデー (10月 5日)	ふだんは？	
Q1 ○	Q1 ○	普段の日もエコライフデーもできた。
Q2 ○	Q2 ×	普段の日ではできなかったが、エコライフデーはできた。
Q3 ×	Q3 ×	普段の日もエコライフデーもできなかった。
Q4	Q4	

1.3.4 集計・分析方法

回収したチェックシートの分析は以下の手順で行いました。

令和3年度エコライフチェック事業の集計・分析の流れ



(1) 有効回答数の把握

個人用エコライフチェックの参加者 40,631 人の結果について、Q1～12 のチェック項目ごとに回答の有効・無効を判別し、有効数をカウントしました（事業所用エコライフチェックにおいても同様）。

チェックシートの記入例と回答の有効・無効の判別方法

エコライフデー (10月 5日)	ふだんは？
Q1 ○	Q1 ○
Q2 ○	Q2 ×
Q3 ×	Q3 ×
Q4	Q4
Q5	Q5 ○
Q6	Q6

エコライフデーおよび普段の両方とも回答されている場合、その質問に対する回答は有効とし、実施率の計算に含める。

エコライフデーおよび普段の両方もしくはどちらか一方が無回答であったり、判別不可能である場合、その質問に対する回答については無効扱いとし、実施率の計算からも除外する。

(2) 実施人数（事業所数）の集計

チェック項目ごとに有効な回答のうちエコライフデーおよび普段の日について、「○」と回答した人数（事業所数）を集計しました。

(3) 実施率計算

チェック項目ごとに「○」と回答した人数（事業所数）を有効回答数で割ることで、各チェック項目の実施率を計算しました。

各チェック項目の実施率

＝ 各項目の有効回答のうち「○」と回答した人数（事業所数）÷ 各項目の有効回答数

(4) 二酸化炭素排出削減量等の計算

個人用エコライフチェックでは、実施人数にチェック項目ごとの1日の二酸化炭素排出削減量（P46を参照）を掛けて集計し、エコライフデーと普段の日の二酸化炭素排出削減量の差を求めることで、令和3年度の事業全体の二酸化炭素排出削減量としました。

事業所用エコライフチェックでは、それぞれの事業所のチェックシートより把握した延床面積または社有車保有台数に、チェック項目ごとの1日の二酸化炭素排出削減量（P58を参照）を掛けて集計し、エコライフデーと普段の日の二酸化炭素排出削減量の差を求めることで、二酸化炭素排出削減量としました。

【個人用エコライフチェック】

各チェック項目の二酸化炭素排出削減量

＝ 各項目の有効回答のうち「○」と回答した人数 × 1日の二酸化炭素排出削減量

【事業所用エコライフチェック】

各事業所のチェック項目の二酸化炭素排出削減量

＝ 各項目の有効回答のうち「○」と回答した項目の1日の二酸化炭素排出削減量
× 事業所の延床面積や社有車保有台数（事業者回答）

また、二酸化炭素排出削減量に加え、ガソリン削減量も同様の方法で算出しました。

(5) 実施状況の分析

普段の日とエコライフデーの実施率の変化や、過年度からの変化を分析しました。

(6) エコライフ実施結果の取りまとめ

(4)で計算した二酸化炭素排出削減量等または効果について、より実感しやすいように、さまざまな“例え”に換算して示しました。

2 個人用エコライフチェックの結果

2.1 全チェック項目の実施率の総括

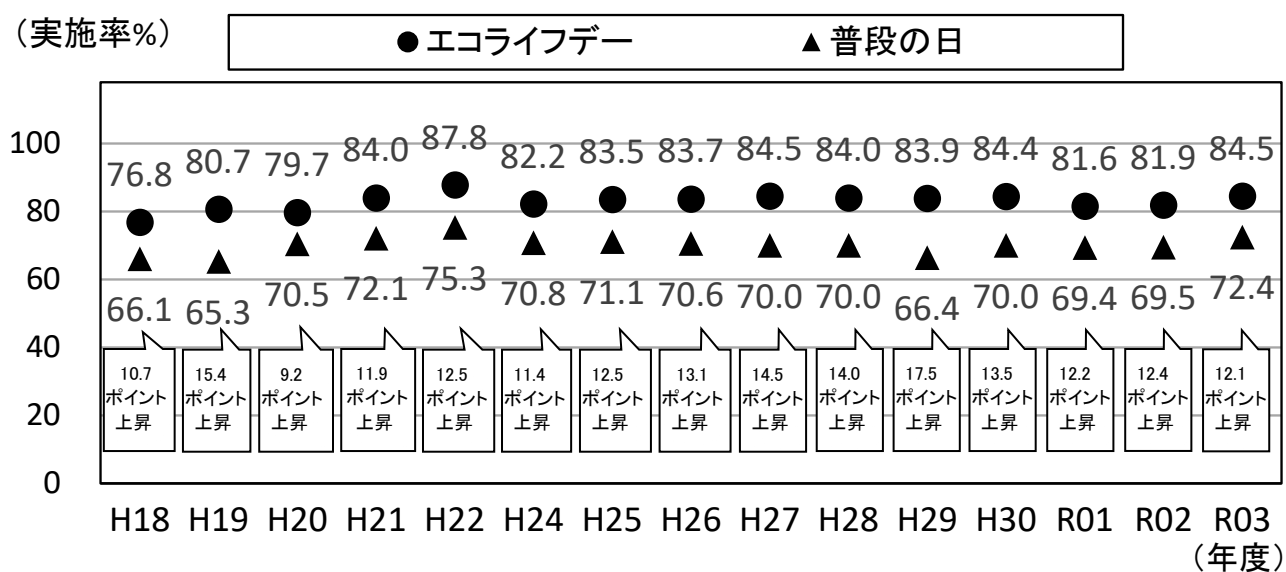
令和3年度の40,631人全員の全チェック項目の平均実施率は、普段の日で72.4%、エコライフデーで84.5%でした。いずれも昨年度よりやや高い実施率となり、平成18年度の事業開始当初と比較するとエコライフが定着してきていることが分かります。

令和3年度の普段の日とエコライフデーの実施率の差は12.1ポイントでした。平成18年度の開始以降、毎年エコライフデーは普段の日より10ポイント前後の実施率の上昇効果があります。

令和3年度は昨年度より普段の日・エコライフデーともに実施率が上昇しています。エコライフデーが2.6ポイント上昇しているのに対し、普段の日の実施率は2.9ポイントの上昇と、普段の日の方が大きく上昇しているため、普段の日とエコライフデーの実施率の差は昨年度より0.3ポイント小さくなっています。

チェックレポートはP52～P53を参照ください。

年度別の個人用エコライフチェック実施率(全12項目の平均値)



- 注1) 小数第2位を四捨五入して記載している関係で実施率の差が一致しない箇所があります。
- 注2) 平成18年度のエコライフチェックは全10項目です。
- 注3) 平成23年度のエコライフチェックは、東京都の「節電アクション月間」とあわせて実施しており、チェック項目の質問形式が異なります。そのため、グラフ中の平成23年度の実施率は省略しています。

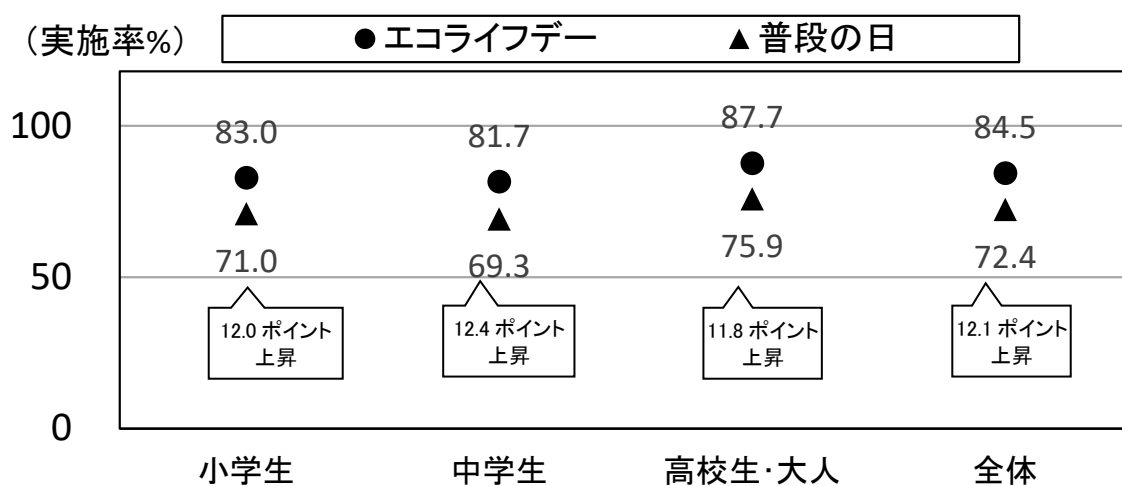


令和3年度の参加者の属性別の全チェック項目の平均実施率を見ると、小中学生については、参加者全体より普段の日・エコライフデーともに平均実施率が下回っています。最もエコライフデーの実施率が高かったのは高校生・大人で87.7%、最も普段の日の実施率が高かったのも高校生・大人で75.9%でした。

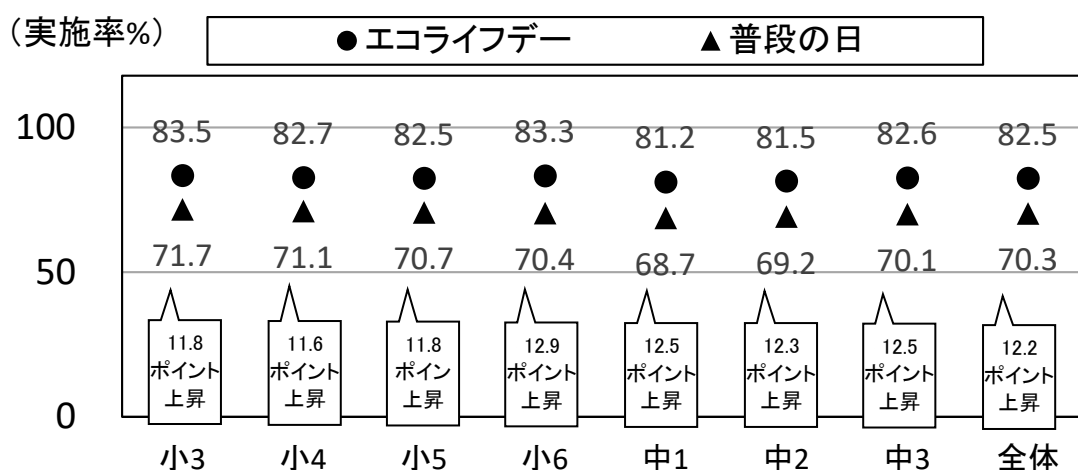
一方、最も実施率が低かったのは中学生で、エコライフデーが81.7%、普段の日が69.3%でした。しかし、普段の日とエコライフデーの実施率の変化は12.4%と、実施率の上昇が最も大きく、エコライフデーには意識して取り組んでいると言えます。

小中学生の学年別の傾向では、普段の日、エコライフデーともに小学生と比べて中学生の実施率がやや低いという傾向となっています。

属性別の令和3年度個人用エコライフチェック実施率(全12項目の平均)



学年別の令和3年度個人用エコライフチェック実施率(全12項目の平均値)

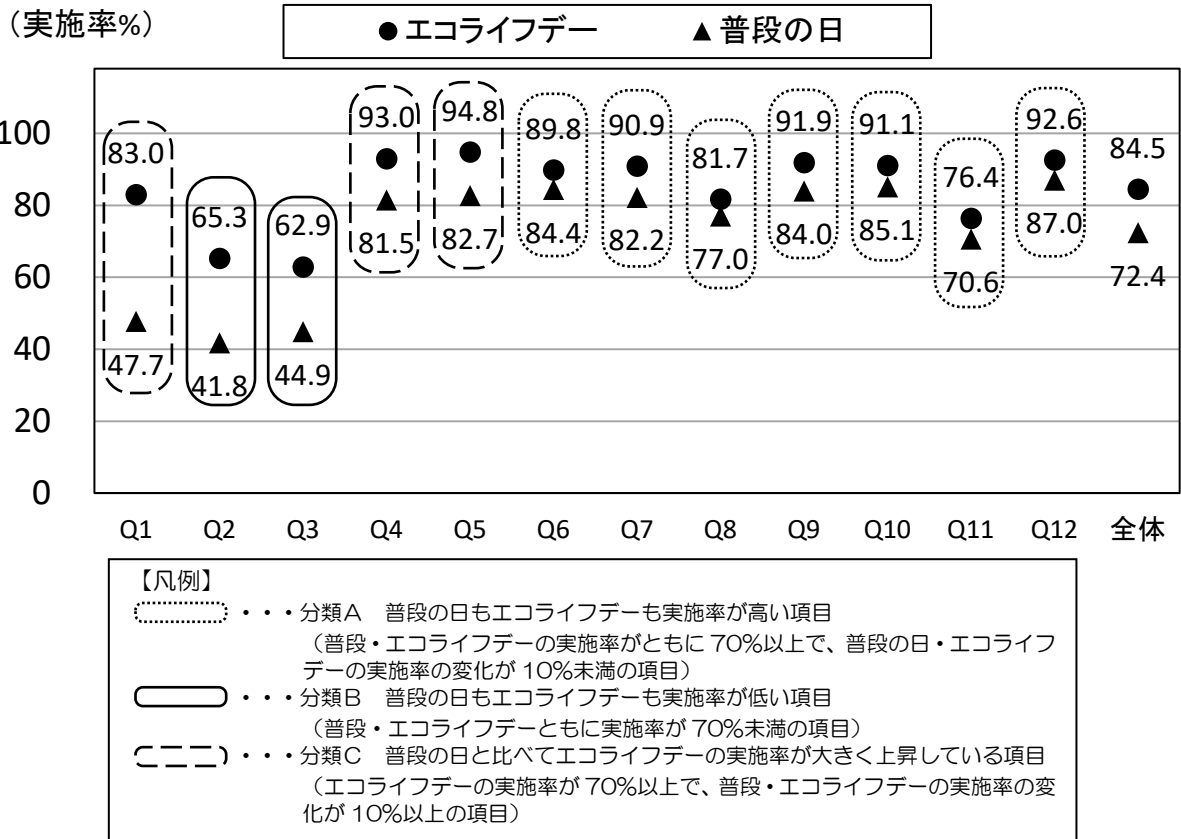


2.2 各チェック項目の実施率

2.2.1 参加者全体の各チェック項目の実施率

チェック項目別の実施率は次に示すとおりです。

チェック項目別の令和3年度個人用エコライフチェック実施率(参加者全体の平均値)



Q1	テレビをつけている時間を短くした	Q7	食事や給食を残さずに食べた
Q2	長時間使わない電気器具のコードをコンセントから抜いた	Q8	入浴後はお風呂のフタを閉めた
Q3	フローリングはエコモードや「弱」の設定で掃除機をかけた	Q9	ドライヤーの前にタオルで髪をしっかりと拭いて乾かした
Q4	手を洗うとき、水を出しっぱなしにできなかった	Q10	洗濯物はまとめて洗ってもらった
Q5	冷蔵庫の扉を開けている時間を短くした	Q11	マイボトルを持ち歩いた
Q6	容器包装プラスチックは、ルールを守って分別して捨てた	Q12	近いところへは車に乗らないで、歩きか自転車で行った

全ての項目でエコライフデーの実施率が普段の日より上昇しており、エコライフデーを意識することで、普段以上にエコライフに取り組めていることが分かります。実施率や、普段の日とエコライフデーとの実施率の差は、チェック項目ごとに傾向が異なります。実施率の高さや、普段の日とエコライフデーとの実施率の差の観点から、12のチェック項目は概ね以下の3つのグループに分類されます。

分類A：普段の日もエコライフデーも実施率が高い項目

(Q6, Q7, Q8, Q9, Q10, Q11, Q12)

分類B：普段の日もエコライフデーも実施率が低い項目 (Q2, Q3)

分類C：普段の日と比べてエコライフデーの実施率が大きく上昇している項目

(Q1, Q4, Q5)

(1) 分類A 普段の日もエコライフデーも実施率が高い項目の分析

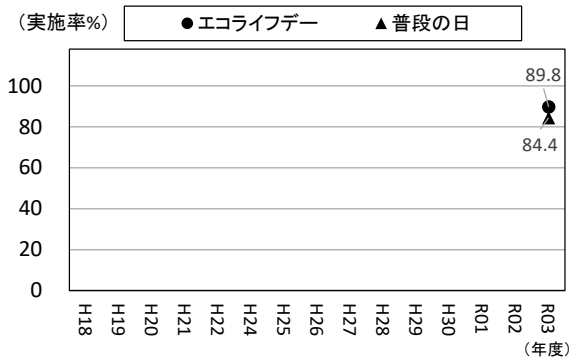
普段の日もエコライフデーも実施率が高い傾向がみられるのは、以下の6項目です(普段・エコライフデーの実施率がともに70%以上で、普段の日・エコライフデーの実施率の変化が10%未満の項目を抽出しています)。

番号	チェック項目	エコライフデーの実施率	普段の日の実施率	実施率の差
Q6	容器包装プラスチックは、ルールを守って分別して捨てた	89.8%	84.4%	5.4 ポイント
Q7	食事や給食を残さずに食べた	90.9%	82.2%	8.7 ポイント
Q8	入浴後はお風呂のフタを閉めた	81.7%	77.0%	4.7 ポイント
Q9	ドライヤーの前にタオルで髪をしっかりと拭いて乾かした	91.9%	84.0%	7.9 ポイント
Q10	洗濯物はまとめて洗ってもらった	91.1%	85.1%	6.0 ポイント
Q11	マイボトルを持ち歩いた	76.4%	70.6%	5.8 ポイント
Q12	近いところへは車に乗らないで、歩きか自転車で行った	92.6%	87.0%	5.6 ポイント

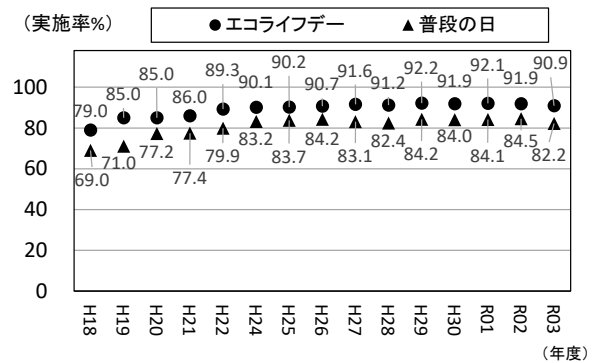
- ・今年度からの新規項目(Q6、Q10)以外の項目について、実施率の経年変化をみると、多少の変動はあるものの、毎年高い実施率を維持していることが分かります。
- ・Q7、Q8、Q9は誰でも日常の生活場面で取り組める機会が多い項目であり、取り組む意識が定着していることが分かります。
- ・Q11は、一昨年度から昨年度にかけて普段の日・エコライフデーともに実施率が10%以上上昇した項目ですが、今年度の実施率は昨年度と同程度となっており、取り組む意識が定着していることが考えられます。
- ・今年度からの新規項目であるQ6、Q10については、いずれも普段の日の実施率が80%を超えており、日常的に取り組んでいる項目であると考えられます。
- ・Q12については、家族と協力して実施することで、家庭内での取り組む意識の広がりが期待されます。

チェック項目別実施率の経年変化(Q6, Q7, Q8, Q9, Q10, Q11, Q12)

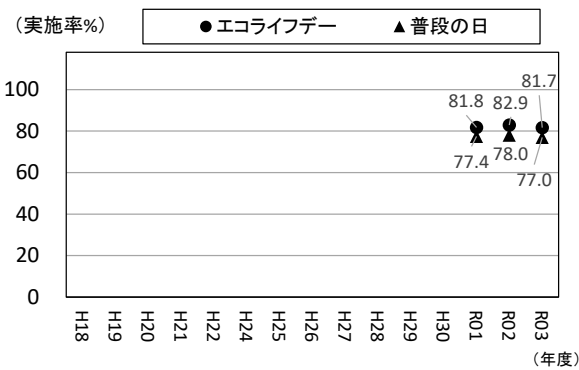
Q6 容器包装プラスチックは、ルールを守って分別して捨てた



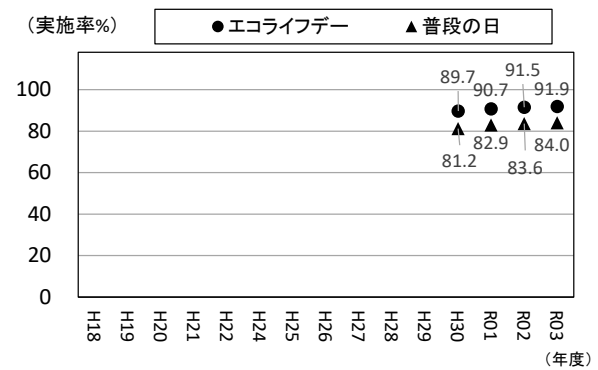
Q7 食事や給食を残さずに食べた



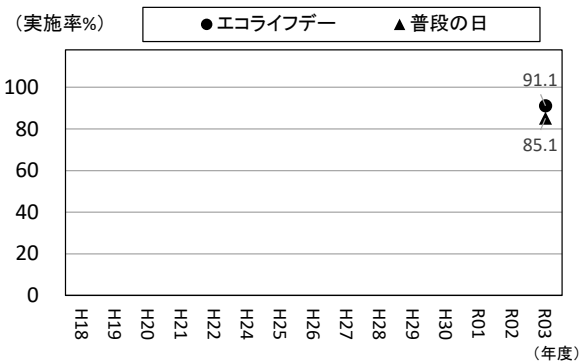
Q8 入浴後はお風呂のフタを閉めた



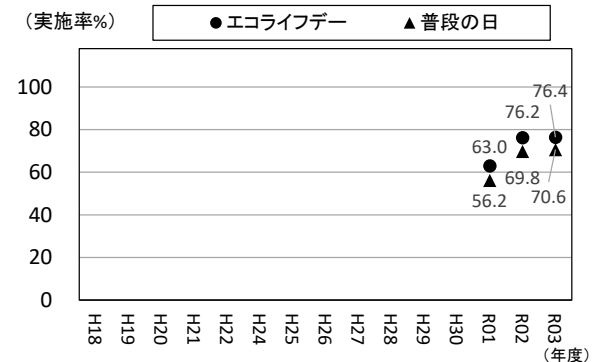
Q9 ドライヤーの前にタオルで髪をしっかりと拭いて乾かした



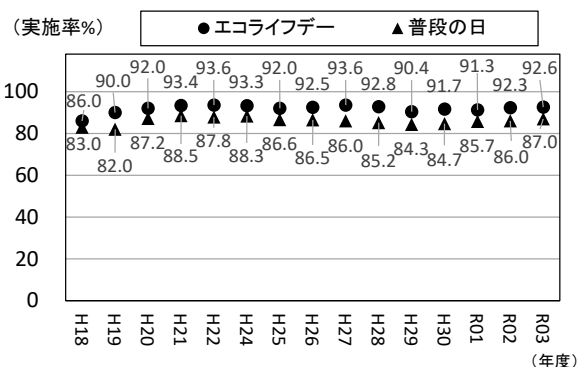
Q10 洗濯物はまとめて洗ってもらった



Q11 マイボトルを持ち歩いた



Q12 近いところへは車に乗らないで、歩きか自転車で行った



- 注1) チェック項目は毎年一部を変更して実施しているため、過去に実施していない年度があるチェック項目についてはグラフ中の該当箇所を空欄にしています。
- 注2) 平成23年度のエコライフチェックは、東京都の「節電アクション月間」とあわせて実施しており、チェック項目の質問形式が異なります。そのため、グラフ中の平成23年度の実施率は省略しています。

(2) 分類B 普段の日もエコライフデーも実施率が低い項目の分析

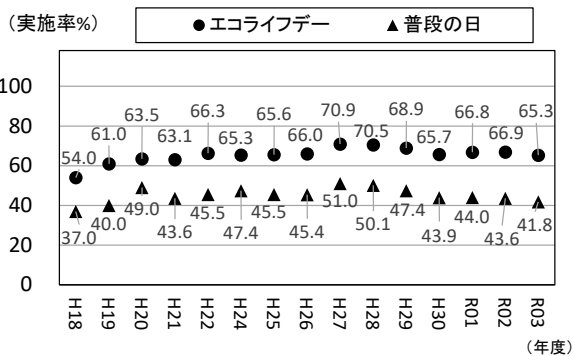
普段の日もエコライフデーも実施率が低い傾向がみられるのは、以下の項目です
(普段・エコライフデーともに実施率が70%未満の項目を抽出しています)。

番号	チェック項目	エコライフデーの実施率	普段の日の実施率	実施率の差
Q2	長時間使わない電気器具のコードをコンセントから抜いた	65.3%	41.8%	23.5 ポイント
Q3	フローリングはエコモードや「弱」の設定で掃除機をかけた	62.9%	44.9%	18.0 ポイント

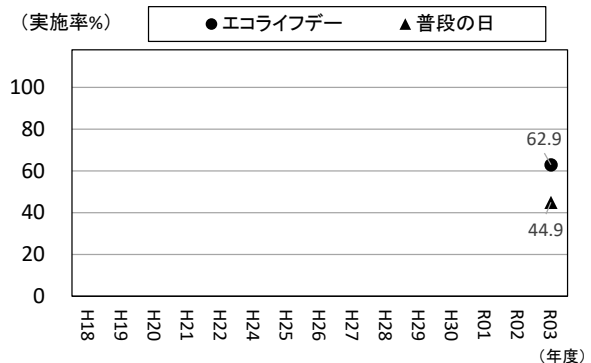
- ・Q2は、平成27年度から実施率がやや低下傾向にある項目であり、今後、特に啓発する必要がある項目です。
- ・Q3は、今年度からの新規項目ですが、エコライフデー、普段の日ともに実施率が低くなっています。様々なライフスタイルがあることを考慮しつつ啓発を行い、実施率の向上を図る必要があります。

チェック項目別実施率の経年変化(Q2, Q3)

Q2 長時間使わない電気器具のコードをコンセントから抜いた



Q3 フローリングはエコモードや「弱」の設定で掃除機をかけた



注1) チェック項目は毎年一部を変更して実施しているため、過去に実施していない年度があるチェック項目についてはグラフ中の該当箇所を空欄にしています。

注2) 平成23年度のエコライフチェックは、東京都の「節電アクション月間」とあわせて実施しており、チェック項目の質問形式が異なります。そのため、グラフ中の平成23年度の実施率は省略しています。

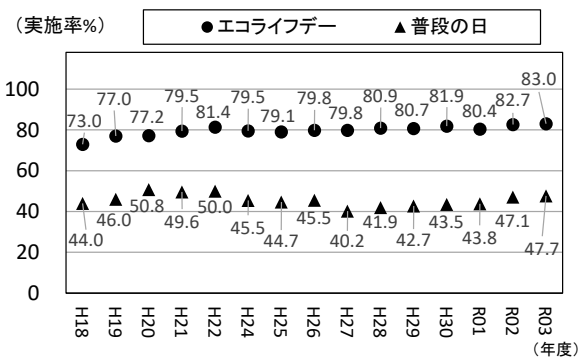
- (3) 分類C 普段の日と比べてエコライフデーの実施率が大きく上昇している項目の分析
 普段の日と比べてエコライフデーの実施率が大きく上昇する傾向がみられるのは、
 以下の3項目です（エコライフデーの実施率が70%以上で、普段・エコライフデーの
 実施率の変化が10%以上の項目を抽出しています）。

番号	チェック項目	エコライフデー の実施率	普段の日 の実施率	実施率の差
Q1	テレビをつけている時間を短くした	83.0%	47.7%	35.3 ポイント
Q4	手を洗うとき、水を出しっぱなしにしなかった	93.0%	81.5%	11.5 ポイント
Q5	冷蔵庫の扉を開けている時間を短くした	94.8%	82.7%	12.1 ポイント

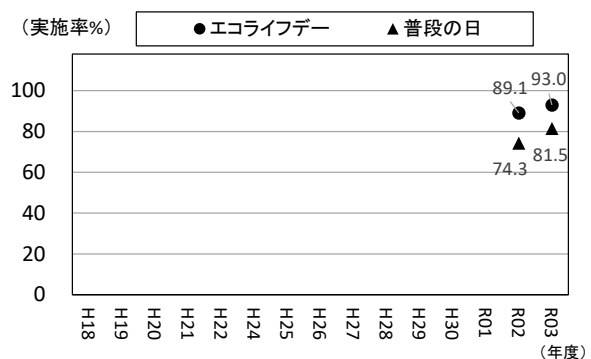
- Q1 の実施率の差が 35.3 ポイントと全項目中で最も高いことをはじめ、これらの 3 項目はいずれもエコライフデーに実施率が大きく上昇する傾向があります。経年変化をみると、エコライフデーに実施率が大きく上昇する傾向にあまり変化はありません。
- Q1 については、強く意識することで実施することはできますが、普段の生活では十分に定着していないと考えられます。エコライフデーにおける取組をきっかけとして、普段の日の実施率向上を図る必要があります。
- Q4、Q5 は、エコライフデー、普段の日ともに実施率が高くなっています。特に Q4 については、昨年度より、普段の日・エコライフデーともに実施率が上昇しており、感染症対策等で手洗いの機会が増えたことに伴い、取組の意識が向上していることが考えられます。両項目についても、今後も継続して啓発することで普段の日の実施率をさらに向上させる必要があります。

チェック項目別実施率の経年変化 (Q1, Q4, Q5)

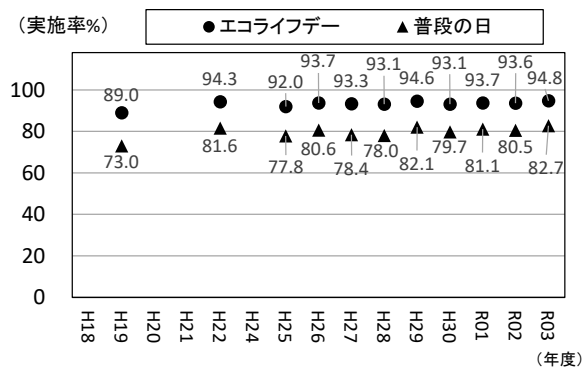
Q1 テレビをつけている時間を短くした



Q4 手を洗うとき、水を出しっぱなしにしなかった



Q5 冷蔵庫の扉を開けている時間を短くした



注1) チェック項目は毎年一部を変更して実施しているため、過去に実施していない年度があるチェック項目についてはグラフ中の該当箇所を空欄にしています。

2.2.2 学年別の各チェック項目の実施率

小中学生の学年別のチェック項目別の実施率は次に示すとおりです。

学年が上がるにつれて実施率が概ね高くなっている Q1 と Q8、小学生と比べて、中学生の実施率が高くなっている Q9 を除き、多くのチェック項目では学年が上がっても実施率が下がるか変化しない結果となっています。特に Q11 は中学生の実施率が小学生と比較して大幅に低くなっています。また、Q2 と Q3、Q12 は、小学生と比べて、中学生の実施率が全体的に低くなっていることが特徴的です。多くの項目で中学生への啓発が重要であることが考えられます。

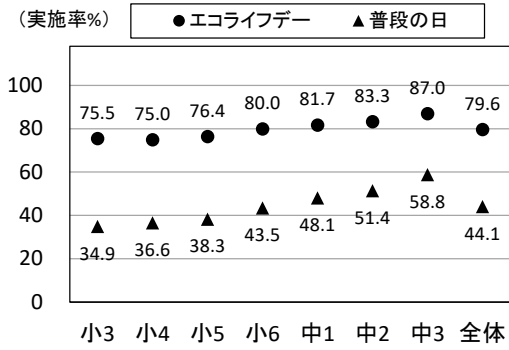
学年によって受験の有無や趣味・嗜好の違い、給食の量など、生活のスタイルも異なるため、単純に高学年になるほど取り組む意識が低下しているとは言い切れません。

今後も学年別の傾向を把握し、学年が上がるにつれて子どもたちの意識にどのような変化がみられるか分析したうえで、必要な啓発活動を実施していく必要があります。

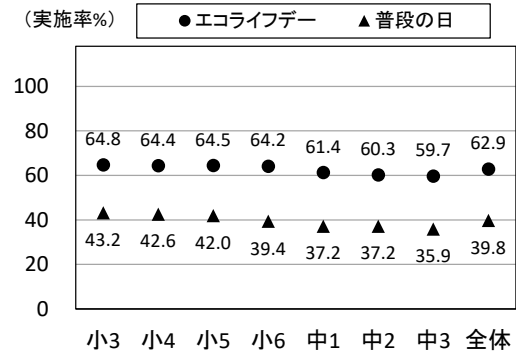
学年別のチェック項目実施率の傾向

▲ 学年が上がるにつれて実施率が高くなるチェック項目	
Q1 テレビをつけている時間を少なくした	Q8 入浴後はお風呂のフタを閉めた
▼ 学年が上がるにつれて実施率が低くなるチェック項目	
Q4 手を洗うとき、水を出しっぱなしにできなかった	Q11 マイボトルを持ち歩いた
■ 学年による変化があまり見られないチェック項目	
Q5 冷蔵庫の扉を開けている時間を短くした	Q6 容器包装プラスチックは、ルールを守って分別して捨てた
Q7 食事や給食を残さずに食べた	Q10 洗濯物はまとめて洗ってもらった
★ その他の傾向のチェック項目（中学生が小学生より全体的に低い）	
Q2 長時間使わない電気器具のコードをコンセントから抜いた	Q3 フローリングはエコモードや「弱」の設定で掃除機をかけた
Q12 近いところへは車に乗らないで、歩きか自転車で行った	
● その他の傾向のチェック項目（中学生が小学生より全体的に高い）	
Q9 ドライヤーの前にタオルで髪をしっかりと拭いて乾かした	

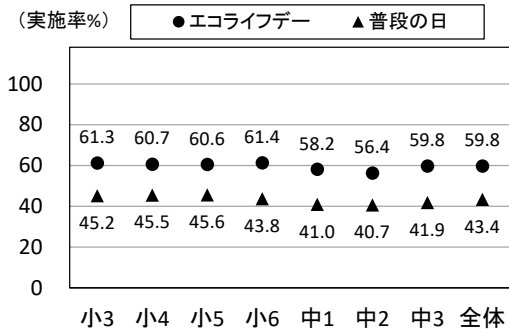
▲ Q1 テレビをつけている時間を短くした



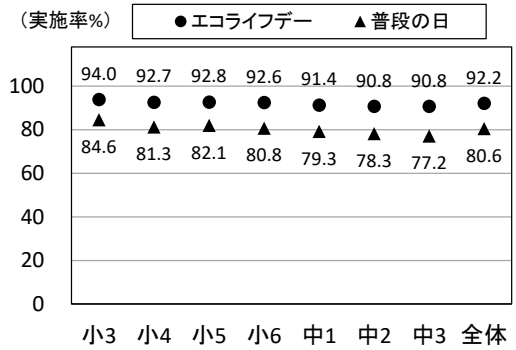
★ Q2 長時間使わない電気器具のコードをコンセントから抜いた



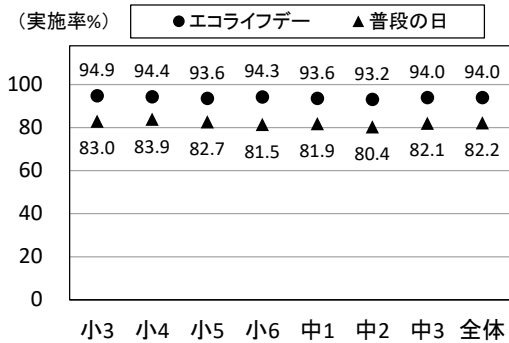
★ Q3 フローリングはエコモードや「弱」の設定で掃除機をかけた



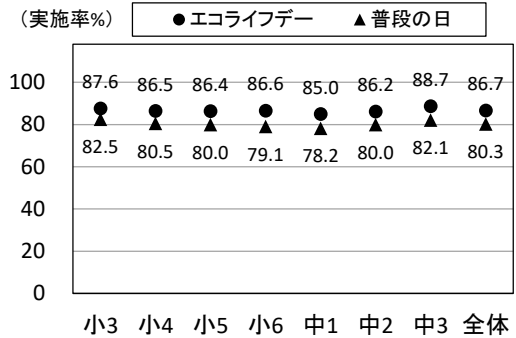
▼ Q4 手を洗うとき、水を出しっぱなしにできなかった



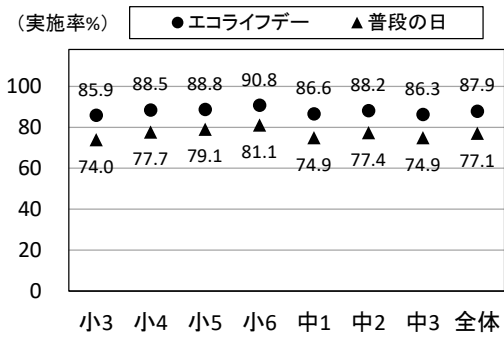
■ Q5 冷蔵庫の扉を開けている時間を短くした



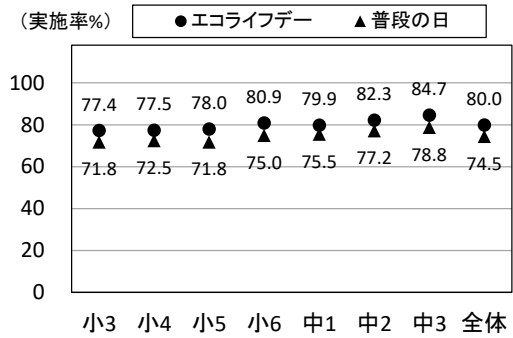
■ Q6 容器包装プラスチックは、ルールを守って分別して捨てた



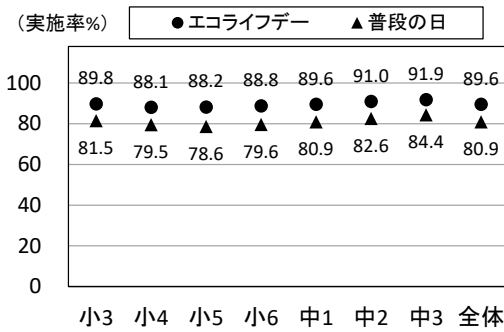
■ Q7 食事や給食を残さずに食べた



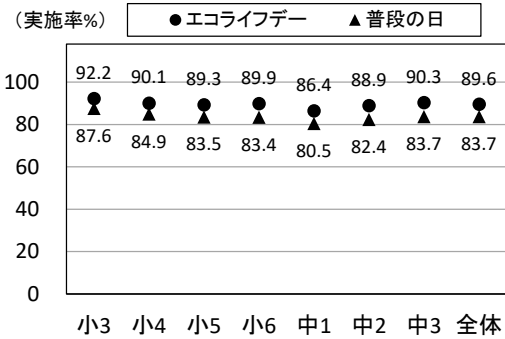
▲ Q8 入浴後はお風呂のフタを閉めた



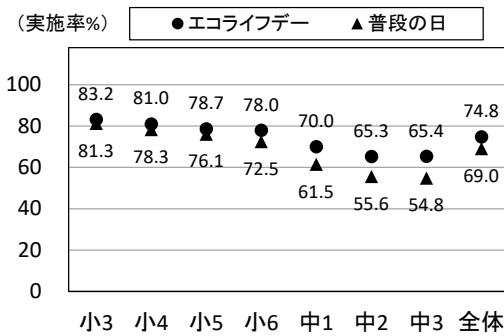
● Q9 ドライヤーの前にタオルで髪をしっかりと拭いて乾かした



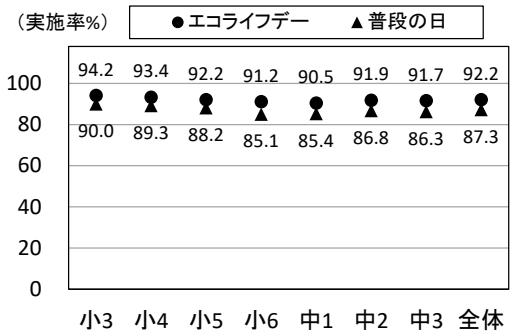
■ Q10 洗濯物はまとめて洗ってもらった



▼ Q11 マイボトルを持ち歩いた



★ Q12 近いところへは車に乗らないで、歩きか自転車で行った



2.2.3 同一参加者の普段の日の実施率の経年変化

毎年実施しているエコライフチェック事業で、同一参加者のエコライフ行動に定着がみられるかを分析しました。

エコライフチェックは無記名式で実施しているため、個人レベルで同一参加者を特定して分析することはできませんが、小中学生は平成 28 年度より学年別に集計をしており、区内の学校に通う小中学生の多くが毎年参加しているとみられます。そのため、例えば「令和 2 年度の小学校 3 年生」と「令和 3 年度の小学校 4 年生」を同一参加者のグループとみなし、チェック項目の普段の日の実施率を比較することで、エコライフ行動が定着しているかを分析しました。今年度は平成 30 年度から 4 年間の変化を分析しています。

分析は、直近 4 年間のデータの入手が可能な小学 6 年生と中学 3 年生に対して行いました。また、4 年間継続して実施している項目を分析の対象としています。傾向を分析した結果、下表に示す 4 つの傾向がみられました。

Q1、Q9 は小学 6 年生、中学 3 年生ともに学年が上がるにつれて実施率が増加しており、徐々に取組が定着してきている傾向がみられました。一方で、Q2 は小学 6 年生、中学 3 年生ともに実施率が低下しています。これは、年齢とともに「面倒」等の理由で避けられている取組であることが考えられます。また、Q5、Q7、Q12 は小学 6 年生、中学 3 年生ともに学年による変化が少ない項目でした。

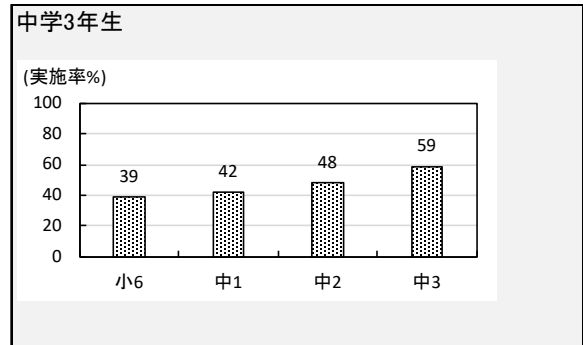
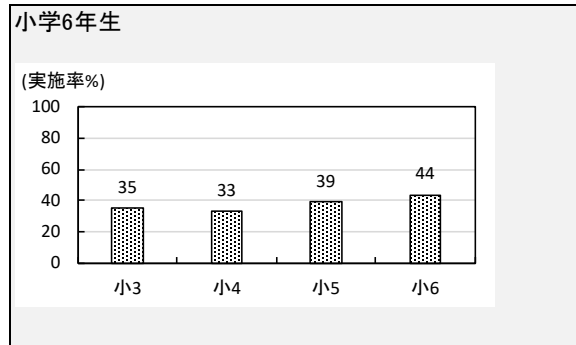
特徴的な傾向として、Q12 について、小学 6 年生は学年が上がるにつれて実施率が下がるのに対して、中学 3 年生は中学校へ進学するタイミングで実施率が上昇しています。小学 5 年生と 6 年生は、塾や習い事の送り迎えなどで車に乗る機会が増えている可能性があります。

Q7 は、小学生では、学年が上がるにつれて実施率が増加していますが、中学生は年ごとの変動が大きくなっています。中学生に対して食品ロス問題等の普及啓発をすることが効果的な可能性があります。

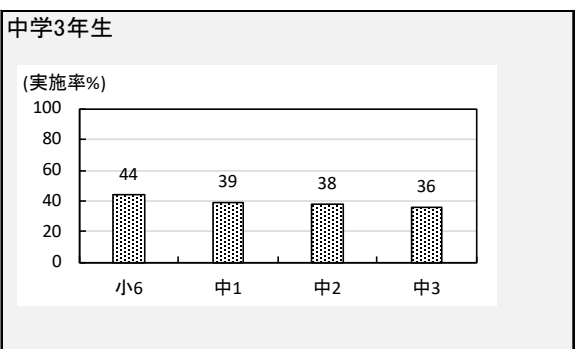
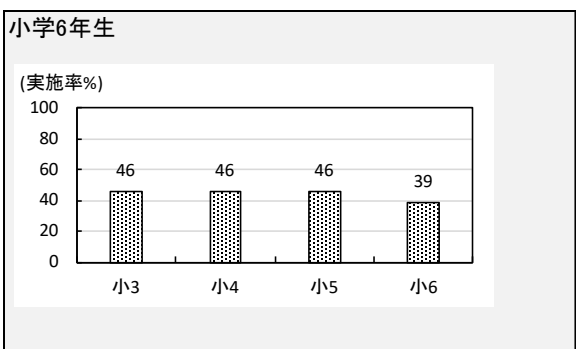
チェック項目実施率の経年変化の傾向

▲ 学年が上がるにつれて実施率が増加しているチェック項目	
Q1 テレビをつけている時間を少なくした	Q9 ドライヤーの前にタオルで髪をしっかりと拭いて乾かした
▼ 学年が上がるにつれて実施率が低下しているチェック項目	
Q2 長時間使わない電気器具のコードをコンセントから抜いた	
■ 学年による実施率の増減が少ないチェック項目	
Q5 冷蔵庫の扉を開けている時間を短くした	
★ その他のチェック項目	
Q7 食事や給食を残さず食べた	Q12 近いところへは車に乗らないで、歩きか自転車で行った

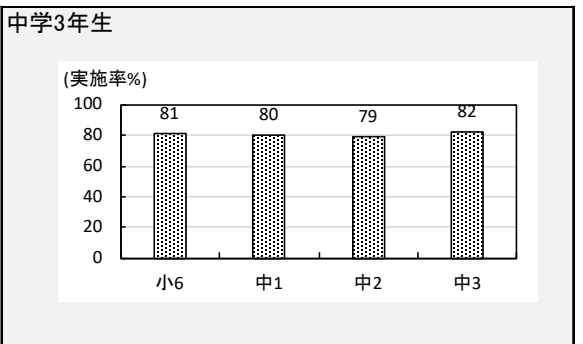
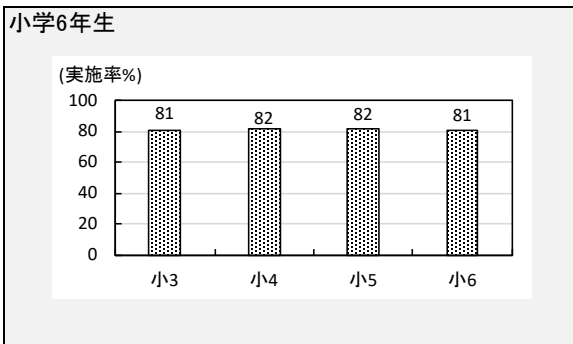
▲ Q1 テレビをつけている時間を短くした



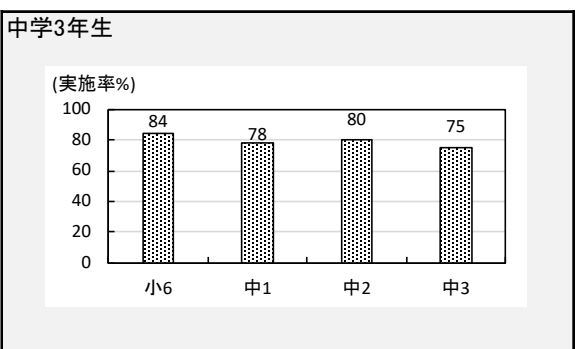
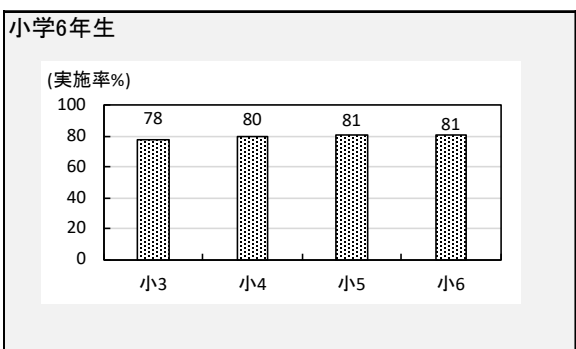
▼ Q2 長時間使わない電気器具のコードをコンセントから抜いた



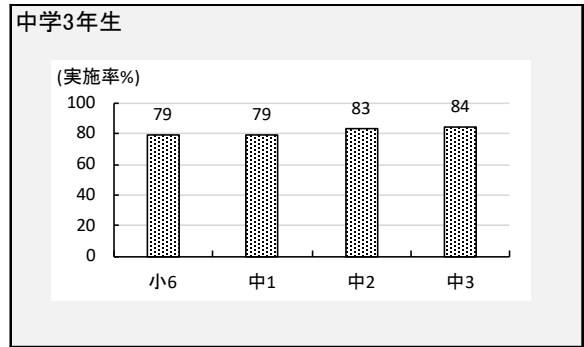
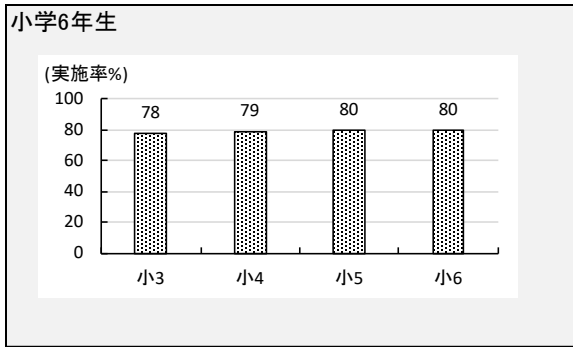
■ Q5 冷蔵庫の扉を開けている時間を短くした



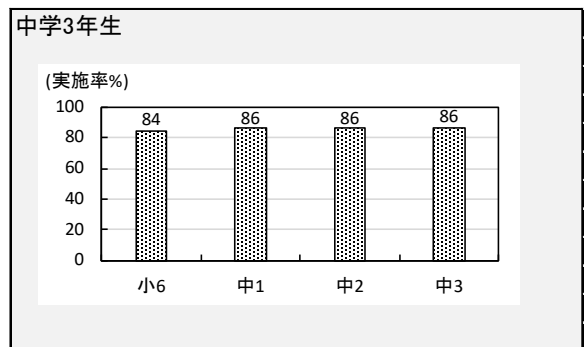
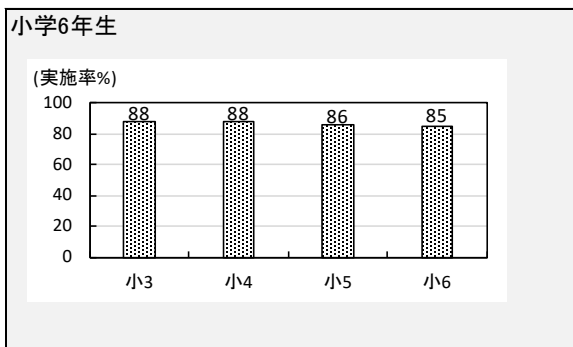
★ Q7 食事や給食を残さずに食べた



▲ Q9 ドライヤーの前にタオルで髪をしっかりと拭いて乾かした



★ Q12 近いところへは車に乗らないで、歩きか自転車で行った



2.3 二酸化炭素排出削減量

2.3.1 令和3年度個人用エコライフチェックの二酸化炭素排出削減量

令和3年度の個人用エコライフチェックによる二酸化炭素排出削減量は普段の日が21.59 t、エコライフデーが24.20 tでした。エコライフデーに普段の日より削減できた二酸化炭素排出量は2.61 tでした。

令和3年度個人用エコライフチェック参加者の 二酸化炭素排出削減量(チェック項目別)

単位: kg-CO₂/日

番号	エコライフデー	普段の日	エコライフデーと 普段の日の差
Q1	657	378	279
Q2	1,555	994	561
Q3	1,227	876	351
Q4	739	647	92
Q5	264	230	34
Q6	922	867	55
Q7	1,513	1,369	144
Q8	3,447	3,250	197
Q9	979	895	84
Q10	1,367	1,276	91
Q11	1,995	1,844	151
Q12	9,534	8,964	570
計	24,199	21,590	2,609

詳しい結果は、P46 を参照してください。

2.3.2 二酸化炭素排出削減量の例え

令和3年度の個人用エコライフチェックの参加者がエコライフデーに普段の日より削減できた二酸化炭素排出量は、どのくらいの量なのでしょうか。仮に区立小中学生全員、または区民全員が毎日エコライフに取り組んだ場合、削減できる二酸化炭素の量は年間でどのくらいの量になるのでしょうか。

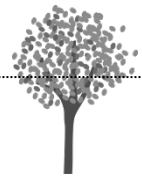
- (1) 令和3年度の参加者がエコライフデーに普段の日より削減できた二酸化炭素排出量
 令和3年度の参加者 40,631 人がエコライフデーに普段の日より削減できた二酸化炭素排出量は 2.609t/日です。

- ケヤキの木が吸収する二酸化炭素の量に換算すると・・・

$$2.609 \text{ [t/日]} \div 0.00016 \text{ [t/(本・日)]} = 16,306 \text{ [本]}$$



直径 20cm のケヤキ 1 本が 1 日に吸収する二酸化炭素量
 (0.0589[t/(本・年)]/365日=0.00016[t/(本・日)])



つまり、ケヤキの木約 16,306 本が 1 日に吸収する二酸化炭素の量に相当します。

- 削減できた二酸化炭素の体積をお風呂の容積に換算すると・・・

$$2.609 \text{ [t/日]} \times 0.542 \text{ [m}^3 \text{ / kg]} \div 0.25 \text{ [m}^3 \text{ / 杯]} \times 1,000 \text{ [kg / t]} = 5,656 \text{ [杯/日]}$$

1 気圧、17.9℃*における
 二酸化炭素 1kg あたりの体積



お風呂 1 杯の容積を 250 升
 =0.25[m³/杯]と仮定



つまり、お風呂約 5,656 杯分の体積に相当します。

※気象庁練馬観測所における 2021 年 10 月の平均気温

- (2) 区立小中学生全員が毎日エコライフに取り組んだ場合

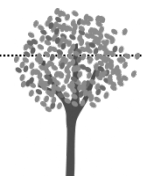
仮に区立小中学生全員 47,117 人（令和3年5月時点）が 1 年間、毎日エコライフに取り組んだ場合、二酸化炭素排出削減量は、
 $2.609 \text{ [t/日]} \div 40,631 \text{ [人]} \times 47,117 \text{ [人]} \times 365 \text{ [日/年]} = 1,104 \text{ [t/年]}$
 となります。

- ケヤキの木が吸収する二酸化炭素の量に換算すると・・・

$$1,104 \text{ [t/年]} \div 0.0589 \text{ [t/(本・年)]} = 18,744 \text{ [本]}$$



直径 20cm のケヤキ 1 本が 1 年間に吸収する二酸化炭素量



つまり、ケヤキの木約 18,744 本が 1 年間に吸収する二酸化炭素の量に相当します。

- 森林が吸収するのに必要な面積に換算すると・・・



$$1,104 \text{ [t/年]} \div 3.15 \text{ [t/(ha・年)]} \div 4,816 \text{ [ha]} = 0.073 \text{ (}\approx 0.1\text{)}$$

↑
森林 1ha が 1 年間に吸収する
二酸化炭素の量

↑
練馬区的面積
4,816[ha]

つまり、練馬区の約 1/10 の広さの森林が吸収する二酸化炭素の量に相当します。

※ha (ヘクタール) は面積の単位で 100 ㊦×100 ㊦が 1 ha です。練馬区の小学校の敷地の多くは 1ha 前後です。

- (3) 区民全員が毎日エコライフに取り組んだ場合

仮に区民全員 737,313 人 (令和 4 年 3 月時点) が 1 年間、毎日エコライフに取り組んだ場合、二酸化炭素排出削減量は、

$$2.609 \text{ [t/日]} \div 40,631 \text{ [人]} \times 737,313 \text{ [人]} \times 365 \text{ [日/年]} = 17,281 \text{ [t/年]}$$

となります。



- ケヤキの木が吸収する二酸化炭素の量に換算すると・・・

$$17,281 \text{ [t/年]} \div 0.0589 \text{ [t/(本・年)]} = 293,396 \text{ [本]}$$

↑
直径 20cm のケヤキ 1 本が 1 年間に吸収する
二酸化炭素量

つまり、ケヤキの木約 30 万本が 1 年間に吸収する二酸化炭素の量に相当します。

- 森林が吸収するのに必要な面積に換算すると・・・



$$17,281 \text{ [t/年]} \div 3.15 \text{ [t/(ha・年)]} \div 4,816 \text{ [ha]} = 1.1$$

↑
森林 1ha が 1 年間に吸収する
二酸化炭素の量

↑
練馬区的面積
4,816[ha]

つまり、練馬区の約 1.1 倍の広さの森林が吸収する二酸化炭素の量に相当します。

詳しい計算方法は、P57 を参照してください。

2.4 啓発項目のエコライフチェック結果

啓発項目の質問 1～質問 3 は、小中学生のみを対象として質問しました。今年度からの新規項目はいずれも「はい」と回答した参加者が半数を下回っており、普及啓発の余地があることがわかりました。

番号	チェック項目	「はい」と回答した人の割合
質問 1	エコマークのついた文房具を使っている	38.4%
質問 2	23 区で 1 番緑があるのは練馬区であることを知っている	77.1%
質問 3	環境の話題を友達や家族と話した	46.8%

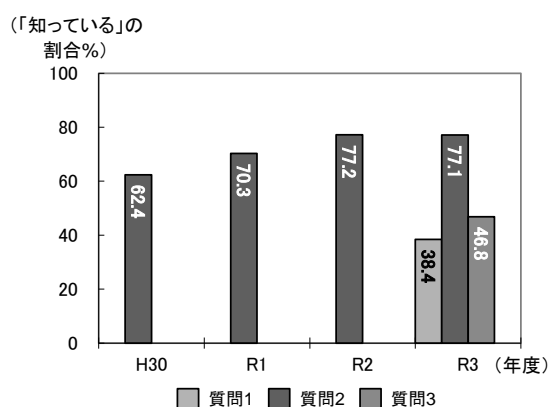
啓発項目における「知っている」と回答した小中学生の割合の経年変化は以下のとおりです。

質問 1 は、今年度に新規設定した質問であり、エコマークの付いた文房具を使っている人の割合は 38.4%となっています。普及啓発を行うことで、より多くの小中学生にエコマークの存在を認知してもらい、エコマークの付いた文房具を始めとした環境にやさしい商品を選ぶきっかけとなることが期待されます。

質問 2 は、平成 30 年度より設定した質問であり、知っている人の割合は 77.1%と昨年度と同程度となっています。平成 30 年度以降、知っている人の割合が増えてきておりますが、まだ普及啓発の余地があるため、引き続き普及啓発を行うことでより多くの人に練馬区のみどりについて関心を持ってもらえると考えられます。

質問 3 は今年度に新規設定した質問であり、環境の話題を友達や家族と話している人の割合は 46.8%と半数を下回っています。友達や家族に話したくなるような関心をもってもらえる話題を提供することでより多くの人と環境について話し、エコライフの取組が広がっていくことが期待されます。

啓発項目における「知っている」と回答した小中学生の割合の経年変化



- 注 1) チェック項目は毎年一部を変更して実施しているため、過去に実施していない年度があるチェック項目についてはグラフ中の該当箇所を空欄にしています。
- 注 2) 平成 25 年度から小中学生のみを対象としています。
- 注 3) 質問 1、質問 3 は令和 3 年度より、質問 2 は平成 30 年度より新規項目に変更しています。

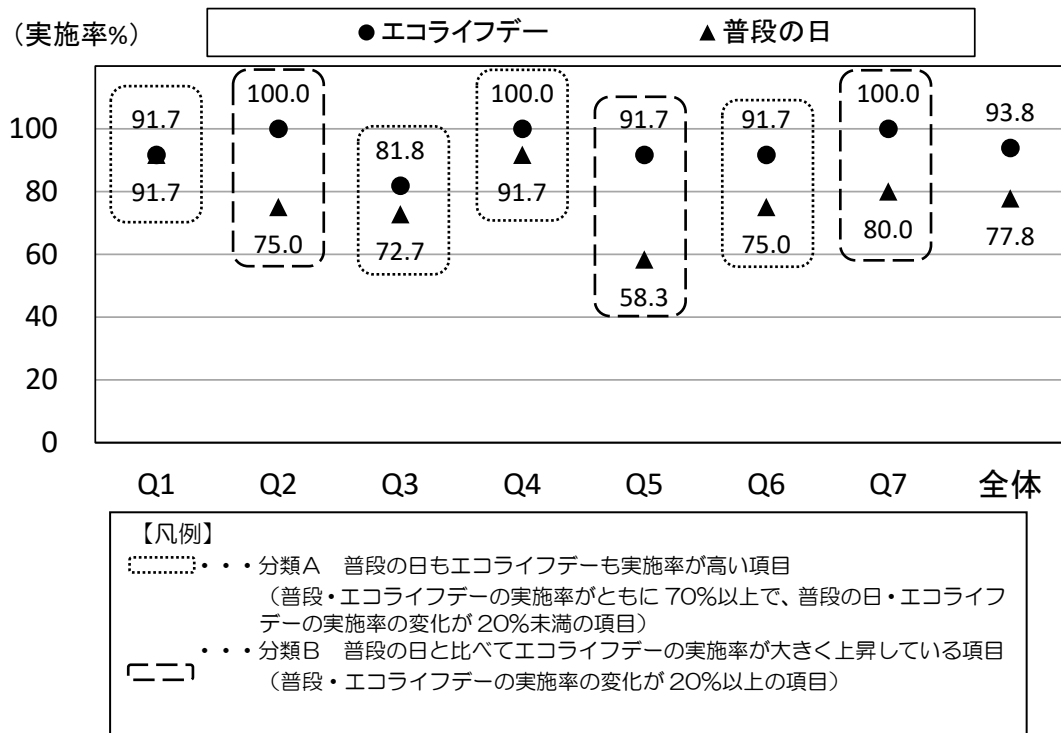
3 事業所用エコライフチェックの結果

3.1 各チェック項目の実施率

3.1.1 各チェック項目の実施率について

チェック項目別の実施率は次に示すとおりです。

チェック項目別の令和3年度事業所用エコライフチェック項目実施率
(参加事業所全体の平均値)



Q1	使用していないエリア(会議室、事務室、休憩室等)や不要な場所(駐車場、外部照明等)は消灯した
Q2	長時間席を離れるときは、OA 機器(パソコン、コピー機)の電源を切るか、省エネルギーモードにした
Q3	1~2 階程度の昇降は、エレベーターを使わずに積極的に階段を利用した
Q4	手洗いや湯飲み等を洗う際に、水*を出しっぱなしにできなかった ※1人、1日当たり1分間、節水した場合
Q5	冷房の設定温度は、2°C上げるなどこまめに調節した
Q6	紙の使用を意識して減らした
Q7	自動車の利用時にエコドライブ(ゆるやかなアクセル操作* ^{※1} やアイドリングストップ* ^{※2})をした ※1:最初の5秒で20km/hになるくらい ※2:踏切待ちなど5秒以上停止する場合

全ての項目においてエコライフデーの実施率が普段の日より上昇しており、エコライフデーを意識することにより普段以上にエコライフに取り組んでいることが分かります。実施率や普段の日とエコライフデーとの実施率の差は、チェック項目ごとに傾向が異なります。そのため、7個のチェック項目を実施率の高さや、普段の日とエコライフデーとの実施率の差の観点から以下の2つのグループに分類して分析します。

分類A：普段の日もエコライフデーも実施率が高い項目（Q1, Q3, Q4, Q6）
 分類B：普段の日と比べてエコライフデーの実施率が大きく上昇している項目（Q2, Q5, Q7）

(1) 分類A 普段の日もエコライフデーも実施率が高い項目の分析

普段の日もエコライフデーも実施率が高い傾向がみられるのは、以下の3項目です（普段・エコライフデーの実施率がともに70%以上で、普段の日・エコライフデーの実施率の変化が20%未満の項目を抽出しています）。

番号	チェック項目	エコライフデーの実施率	普段の日の実施率	実施率の差
Q1	使用していないエリア(会議室、事務室、休憩室等)や不要な場所(駐車場、外部照明等)は消灯した	91.7%	91.7%	0ポイント
Q3	1~2階程度の昇降は、エレベーターを使わずに積極的に階段を利用した	81.8%	72.7%	9.1ポイント
Q4	手洗いや湯飲み等を洗う際に、水*を出しっぱなしに しなかった ※1人、1日当たり1分間、節水した場合	100.0%	91.7%	8.3ポイント
Q6	紙の使用を意識して減らした	91.7%	75.0%	16.7ポイント

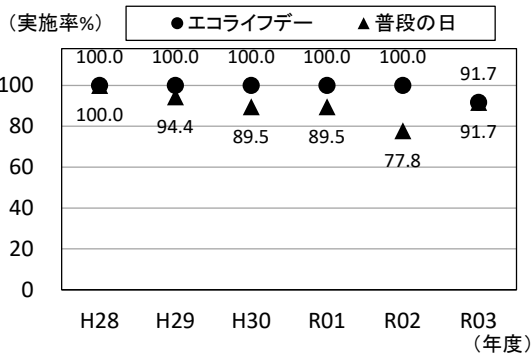
いずれの項目も普段の日から70%以上の実施率であり、これらの項目が普段の業務の中に身につけていることが伺えます。

Q3については、今年度からの新規項目ですが、普段の日・エコライフデーともに実施率が70%を超えており、普段の業務の中でもある程度実施できている項目であると考えられます。

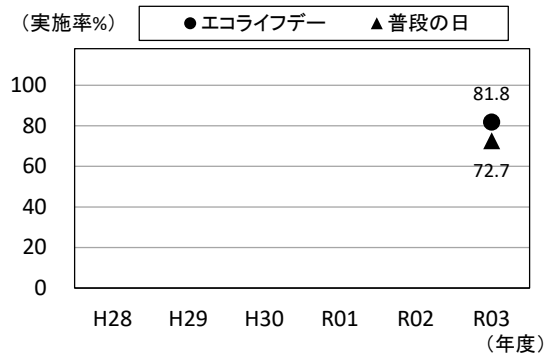
また、Q4については、普段の日・エコライフデーともに実施率が90%を超えており、エコライフデーの実施率については平成28年度以降100%となっているなど、定着している取組であると考えられます。

チェック項目別実施率の経年変化(Q1, Q4, Q7)

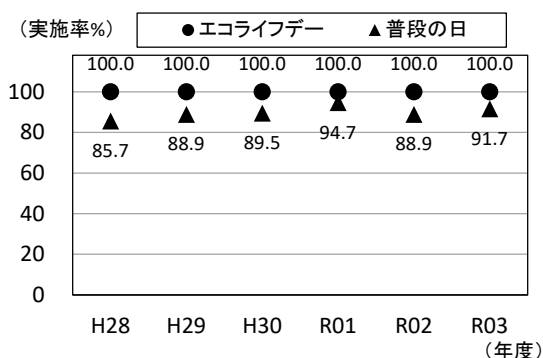
Q1 使用していないエリア(会議室、事務室、休憩室等)や不要な場所(駐車場、外部照明等)は消灯した



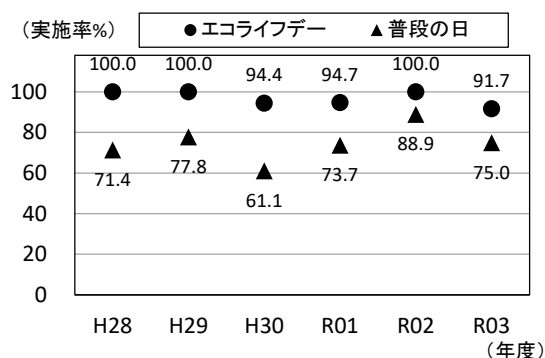
Q3 1~2階程度の昇降は、エレベーターを使わずに積極的に階段を利用した



Q4 手洗いや湯飲み等を洗う際に、水を出しっぱなしにできなかった



Q6 紙の使用を意識して減らした



(2) 分類B 普段の日と比べてエコライフデーの実施率が大きく上昇している項目の分析
 普段の日と比べてエコライフデーの実施率が大きく上昇する傾向がみられるのは、以下の2項目です（普段・エコライフデーの実施率の変化が20%以上の項目を抽出しています）。

番号	チェック項目	エコライフデーの実施率	普段の日の実施率	実施率の差
Q2	長時間席を離れるときは、0A 機器（パソコン、コピー機）の電源を切るか、省エネルギーモードにした	100.0%	75.0%	25.0 ポイント
Q5	冷房の設定温度を2℃上げるなどこまめに調節した	91.7%	58.3%	33.4 ポイント
Q7	自動車の利用時にエコドライブ（ゆるやかなアクセル操作 ^{※1} やアイドリングストップ ^{※2} ）をした <small>※1:最初の5秒で20km/hになるくらい <small>※2:踏切待ちなど5秒以上停止する場合</small></small>	100.0%	80.0%	20.0 ポイント

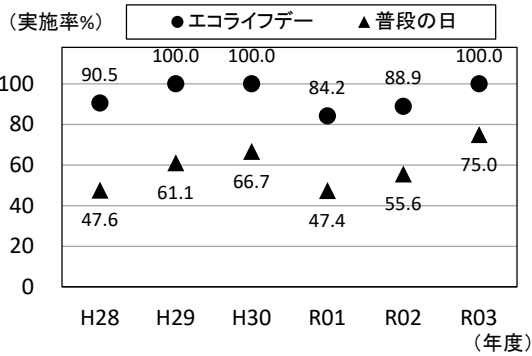
Q2、Q5、Q7 のエコライフデーにおける実施率はいずれも80%を超えており、意識することで実施可能な取組が多いと考えられます。

Q5 は実施率の差が33.4ポイントと全項目中で最も高くなっています。また、項目として設定した令和元年度と比較して普段の日・エコライフデーともに実施率が上昇しており、取組が以前よりも定着していると考えられますが、普段の日については取組の余地が残っています。

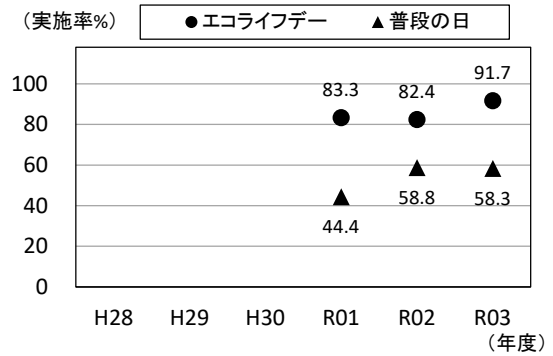
これら3項目は、強く意識することで実施することはできますが、普段は業務上実施できていない可能性も考えられます。これらの項目を事業所に定着させるためには、今後も継続して働きかける必要性が感じられます。

チェック項目別実施率の経年変化(Q2, Q5)

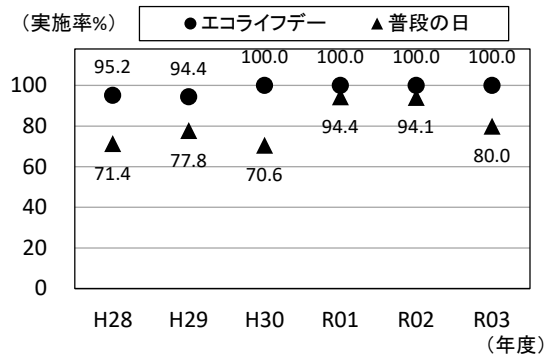
Q2 長時間席を離れるときは、OA 機器の電源を切るか、省エネルギーモードにした



Q5 冷房の設定温度を 2℃上げるなどこまめに調節した



Q7 自動車の利用時にエコドライブをした



3.2 二酸化炭素排出削減量

令和3年度の事業所用エコライフチェックによる二酸化炭素排出削減量は、普段の日が55.7kg、エコライフデーが73.3kgでした。エコライフデーに普段の日より削減できた二酸化炭素排出量は17.6kgでした。

令和3年度事業所用エコライフチェック参加事業所によるチェック項目ごとの
二酸化炭素排出削減量

単位:kg-CO₂/日

番号	エコライフデー	普段の日	エコライフデーと 普段の日の差
Q1	11.4	11.4	0
Q2	8.3	6.5	1.8
Q3	2.4	2.2	0.2
Q4	6.5	5.9	0.6
Q5	28.6	15.7	12.9
Q6	2.2	1.8	0.4
Q7	13.9	12.2	1.7
計	73.3	55.7	17.6

詳しい結果は、P58を参照してください。

3.3 年間の節約金額

令和3年度の事業所用エコライフチェックを一年間続けた場合、節約できる年間の光熱水費等は、普段の日が109万円、エコライフデーが132万円となります。エコライフデーに普段の日より節約できる年間の光熱水費は23万円となります。

令和3年度事業所用エコライフチェック参加事業所による
チェック項目ごとの年間節約金額

番号	エコライフデー	普段の日	エコライフデーと 普段の日の差
Q1	10万円	10万円	0万円
Q2	8万円	6万円	2万円
Q3	2万円	2万円	0万円
Q4*	61万円	56万円	5万円
Q5	26万円	14万円	12万円
Q6*	10万円	8万円	2万円
Q7*	15万円	14万円	2万円
計*	132万円	109万円	23万円

※千円の位を四捨五入して記載している関係で、普段の日とエコライフデーの差が一致しません。

詳しい結果は、P58を参照してください。

4 令和3年度成果の整理

4.1 エネルギー（ガソリン）削減量

エコライフに取り組むと、二酸化炭素排出量を削減できますが、これは電気や熱といったエネルギーの使用量が減るためです。平成27年度から、個人用エコライフチェックと事業所用エコライフチェックの両方で、エコライフによって削減できるエネルギー量を、わかりやすいガソリン量で算出しています。

その結果、削減できたガソリン量は、個人用エコライフチェックで1,388L、事業所用エコライフチェックで10.7L、合計で1,399Lとなりました。

令和3年度エコライフチェックによるチェック項目ごとのガソリン削減量

単位:L/日

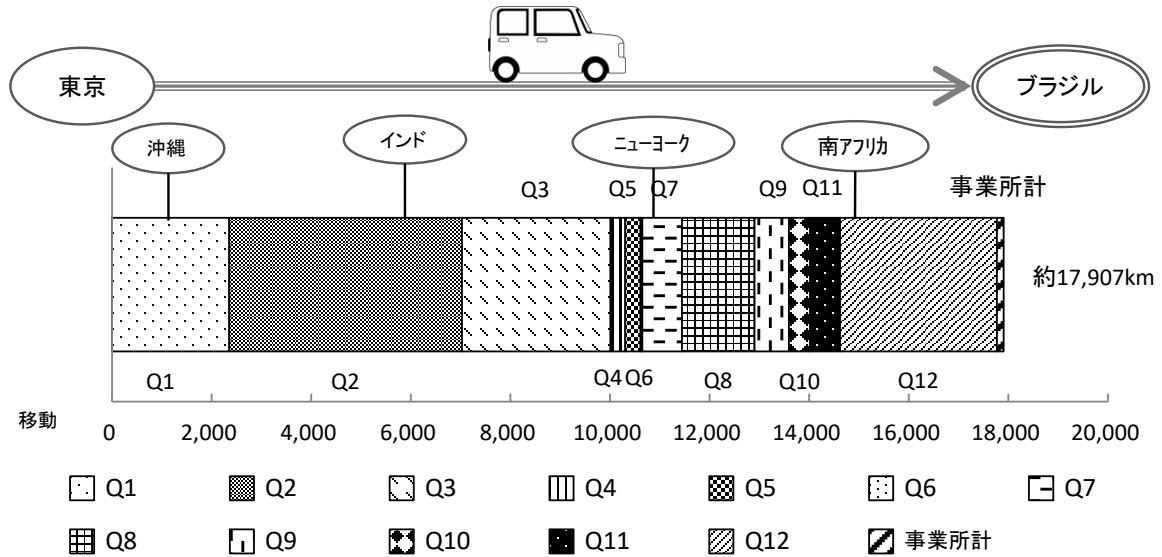
種類	番号	エコライフデー	普段の日	エコライフデーと普段の日の差
個人用	Q1	437	253	184
	Q2	1,010	645	365
	Q3	806	573	233
	Q4	199	176	23
	Q5	180	156	24
	Q6	17	14	3
	Q7	666	604	62
	Q8	2,020	1,906	114
	Q9	629	575	54
	Q10	468	435	33
	Q11	614	567	47
	Q12	4,108	3,862	246
	計	11,154	9,766	1,388
事業所用	Q1	7.6	7.6	0
	Q2	5.6	4.4	1.2
	Q3	1.3	1.1	0.2
	Q4	1.4	1.3	0.1
	Q5	18.5	10.2	8.3
	Q6	0.7	0.5	0.2
	Q7	5.6	4.9	0.7
		計	40.7	30
合計		11,195	9,796	1,399

詳しい結果は、P47、58を参照してください。

削減できた 1,399L のガソリンは、車の移動距離で約 17,907km 分となります。これは、東京から南米にあるブラジルまでの距離になります。

$$\text{ガソリン } 1,399\text{L} \times \text{車の燃費}^*12.8\text{km/L} = 17,907\text{km}$$

※車の燃費：国土交通省 自動車燃料消費量統計年報（令和 2 年度分） 第 1 表 燃料別・車種別 総括表



※ここでは、東京から沖縄（那覇）までを約 1,600km、インド（ニューデリー）までを約 6,000km、ニューヨークまでを約 11,000km、南アフリカ（ケープタウン）までを約 15,000kmとしています。

4.2 令和 3 年度エコライフチェック事業の成果一覧

令和 3 年度のエコライフチェック事業の成果一覧を下表に示します。

	個人用	事業所用	合計
参加者数	40,631 人	12 事業所	—
エコライフ実施率（全項目平均）			
普段の日	72.4%	77.8%	—
エコライフデー	84.5%	93.8%	—
差	12.1 ポイント	16.1 ポイント	
二酸化炭素排出削減量	2.61t	0.02t	2.63t
光熱費等節約金額	—	23 万円	—
ガソリン削減量	1,388L	11L	1,399L

5 まとめ

※「●」は個人用の成果について、「○」は事業所用の成果について、「◎」は全体について記載しています。

5.1 令和3年度のエコライフチェック事業の成果

令和3年度のエコライフチェック事業で得られた成果を以下に記載します。

● 4万人を超える方々が参加しました

区内の小中学生を始めとして、令和3年度は全体で40,631人が参加しました。昨年度の42,225人より1,594人少ない結果となりました。平成28年度から継続して、4万人を超えており、多くの人に参加していただけておりますが、近年は平成28年度までの増加傾向から横ばいの状態へ移行しています。現状の実施状況下において、4万人強で高止まりしていると考えられます。

区分ごとの参加人数を見ると、小中学生の参加者が昨年度より1,013人減少して25,057人となったことに伴い、小中学生の家族の人数も昨年度より611人減少し、13,300人となっています。

● エコライフチェック項目の実施率は東日本大震災以降、最高となりました。

チェック項目ごとに実施率の増減傾向は異なりますが、全チェック項目の平均実施率が、昨年より増加しており、実施率は、東日本大震災以降で最高となっています。

また、エコライフデーが2.6ポイント上昇しているのに対し、普段の日の実施率は2.9ポイントの上昇と、普段の日の方が大きく上昇しています。一部の項目について、生活の中での流れを意識した順番に並べ変え日々の生活においても意識しやすいように工夫したことが要因の一つと考えられます。このような取組により、昨年度の報告書において課題の1つとして掲げていた「普段の日の取組の強化」について、一定の成果が挙げられたと考えられます。また、昨年度からの項目の入れ替えにより、普段の日・エコライフデーともに実施率が比較的低かった「冷房の設定温度を1℃上げた」から普段の日・エコライフデーともに実施率が比較的高い「洗濯物をまとめて洗ってもらった」に変更したことも実施率上昇の要因の一つと考えられます。

過去、実施率の高い傾向にあったQ7、Q8、Q9、Q12は、現在もその水準を維持しています。

● 普段の日とエコライフデーのチェック項目の実施率の差は平均12.1ポイント、これによる二酸化炭素排出削減量は2.61tでした

チェック項目ごとの普段の日とエコライフデーの実施率の差は、平均して12.1ポイントです。これは、普段チェック項目を実施していなかった参加者の1割以上が、エコライフデーには取り組めたと理解できます。この差を二酸化炭素排出削減量に換算すると2.61tでした。令和2年度の2.75tより減少していますが、これは参加者の減少が主な原因となっています。

● **新規項目（Q3）の実施率は、普段の日・エコライフデーともに低い結果でした**

新規項目である Q3「フローリングはエコモードや「弱」の設定で掃除機をかけた」の実施率は普段の日で 62.9%、エコライフデーで 44.9%でした。様々なライフスタイルの中で、掃除機を使用していない参加者やロボット掃除機などを使用している参加者がいる程度存在したため、チェック項目全体の中では実施率が低い部類になってしまったと考えられます。

● **新規項目（Q6、Q10）の実施率は、普段の日・エコライフデーともに高い結果でした**

新規項目である Q6「容器包装プラスチックは、ルールを守って分別して捨てた」の実施率は普段の日で 84.4%、エコライフデーで 89.8%、Q10「洗濯物はまとめて洗ってもらった」の実施率は普段の日で 85.1%、エコライフデーで 91.1%とチェック項目全体の中では、普段の日・エコライフデーともに実施率が比較的高い部類となりました。

● **Q1の実施率が普段の日・エコライフデーともに増加傾向にあります。**

Q1「テレビをつけている時間を短くした」の普段の日とエコライフデーにおける実施率は令和元年度以降、増加傾向にあります。新型コロナウイルス感染症対策等で、家庭で過ごす時間が増えたため、意識が高まっていることが考えられます。また、家庭において、テレビを見て過ごす代わりに、スマートフォンやタブレットを使用する時間が増加していることも要因と考えられます。

普段の日の実施率はともに、依然として他項目と比較して低い状況にあるため、引き続き実施することで実施率を徐々に引き上げることが重要です。

● **Q2 実施率が普段の日・エコライフデーともに減少傾向にあります。**

Q2「長時間使わない電気器具のコードをコンセントから抜いた」の実施率が普段の日・エコライフデーともに近年減少傾向にあります。また、この項目はエコライフデーの実施率も 70%未滿にとどまっています。電源タップで電源のオン・オフの切り替えできる種類の製品に普及等で、コンセントを抜く必要性が低下してきていることも要因の一つと考えられます。

● **Q4の実施率が普段の日・エコライフデーともに昨年より上昇しました。**

Q4「手を洗うとき、水を出しっぱなしにしなかった」の普段の日とエコライフデーにおける実施率昨年度より上昇しました。普段の日の実施率は、昨年度より 7.2 ポイント上昇しており、新型コロナウイルス感染症対策等で、日常的に手洗いの機会が増え、意識が高まっていることが考えられます。

● **昨年度大幅に上昇した、Q11の実施率を維持することができました。**

Q11「マイボトルを持ち歩いた」の普段の日とエコライフデー実施率は、昨年度の実施率と同等の実施率となりました。一昨年度から昨年度にかけて、実施率が普段の日、エコライフデーともに 10 ポイント以上上昇しましたが、今年度はその実施率を維持しており、

取組が定着しつつあると考えられます。マイボトルの利用は地球温暖化対策のみではなく、ペットボトルの使用を減らすことにつながり、近年、問題となっている海洋プラスチックごみの削減につながるため、実施率をさらに引き上げることが大切です。

● **新規啓発項目（質問1、質問3）の「はい」と回答した割合がいずれも低い結果となりました。**

令和3年度より新規に設定した啓発項目について、「はい」と回答した小中学生の割合は、質問1「エコマークのついた文房具を使っている」は38.4%、質問3「環境の話題を友達や家族と話した」は46.8%となり、両者ともに50%を下回りました。

質問1は、エコマークを環境にやさしい商品を選ぶきっかけとしてもらうこと、質問3は環境に関わる話をまわりにすることにより、エコライフの取組の輪を広げてもらうことを目的として設定しました。

質問3については、平成20年度～平成22年度にかけて「最近環境の話題でみんなと話した」という類似の項目を設定していましたが、実施率はいずれも50%を下回っていました（平成20年度が45%、平成21年度が34%、平成22年度が36%）。

今後、引き続き実施することで「はい」と回答する割合を徐々に引き上げることが重要です。

● **同一参加者で昨年度と結果を比較したところ、参加者の生活において定着しているチェック項目とそうでない項目がみられました**

平成28年度から実施している、小中学生を対象に同一参加者の実施率がどのように変化しているか分析をしたところ、学年が上がるに伴い実施率向上がみられる項目（例：Q1「テレビをつけている時間を短くした」）とあまり変化がみられない項目（例：Q5「冷蔵庫を開けている時間を短くした」）、実施率の低下がみられる項目（例：Q4「手を洗うとき、水を出しっぱなしにしなかった」）がありました。今後も毎年蓄積するデータを分析することにより、定着しにくい項目を明らかにし、重点的な啓発を行う必要があります。また、経年での分析のためには複数年に渡って同じ項目をモニタリングすることが重要です。

○ **事業所用エコライフチェックに12事業所が参加しました**

平成26年度から始めた事業所用エコライフチェックは、昨年度の18事業所から減少し、今年度は12事業所にご参加いただきました。

○ **事業所用エコライフチェックの実施率は概ね高い値を示しています**

エコライフデー実施率100%となる項目が複数あり、事業所のみなさんのエコに対する意識の高さが伺えました。エコライフデーの実施率は7項目全てで80%を超えています。一方、普段の日の実施率は60%を下回る項目もあり、普段の日の取組を促すことが重要です。

○ **新規項目（Q3）の実施率は、普段の日・エコライフデーともに70%を超えていました。**

新規項目であるQ3「1～2階程度の昇降はエレベーターを使わずに積極的に階段を利用した」の実施率は、普段の日が72.7%、エコライフデーが81.8%と、なっており普段の

業務の中で、ある程度取り組んでいるという結果となりました。業態や、事業所の階層によって取り組めない場合もあることに留意しつつ、実施率が向上するよう働きかけていくことが大切です。

5.2 今後の事業実施に向けた課題

今後のエコライフチェック事業を実施していくうえでの課題は、以下のとおりです。

◎ 従来の実施方法による事業の継続

地球規模で進行する温暖化を防止するためには、エコライフの取組が区民生活や事業活動に広く浸透していることが重要です。毎年継続して実施するチェック項目を定めているように、今後も従来からの実施方法を継続し、エコライフの実施率の推移を把握することで、実施率の維持・向上に努めていく必要があります。

◎ 普段の日の更なる取組の強化

エコライフチェックでは、普段の日とエコライフデーの取組の「差」を見ることで、取組状況を評価しています。

エコライフデーにおける実施率は平成 21 年度以降、毎年 80% を超えており、区民に対するエコライフデーの浸透は一定の成果をあげていると言えます。

また、普段の日の実施率について、今年度は昨年度と比較して実施率が 2.6 ポイント上昇し、平成 24 年度以降最高となりました。昨年度の報告書において、平成 24 年度以降大きな変化がなく、70% 前後で推移していたことから、普段の日の実施率の“底上げ”を図るべく、「普段の日の取組の強化」を課題の一つに挙げましたが、一定の成果が見られたと言える結果となりました。

今後も項目の設定により、実施率が変動することに留意しつつ、様々な形で普及啓発を行っていくことで、普段の日からエコライフに取り組んでもらえるようにしていくことが重要です。

◎ 実施率を重視した啓発

1 日の二酸化炭素排出削減量はチェック項目ごとに異なるため、より多くの二酸化炭素排出量を削減するには、より削減効果の高い項目を実施すればよいという解釈もできます。

しかしながら、1 日の二酸化炭素排出削減量が少なくても、より多くの人に取り組むことにより、大きな削減効果を生むことが可能です。地球レベルで進行する温暖化を防止するためには、より多くの人が多くチェック項目を日常的に実施することが必要であることに主眼を置いた啓発が必要です。

● 参加人数の更なる拡大

本事業は例年区内の小中学生とその家族が参加者の大半を占めています。参加人数をさらに拡大するためには、区内の各種団体・事業者とのつながりを活用し、新たな参加ルートの開拓を進めることが今後の課題といえます。

また、練馬区では、区立の小中学校の児童を対象にタブレットが配布されています。タブレットをエコライフチェックに活用することで、紙媒体で行っている現在の形よりも、小中学生の回答が容易になることによる参加者の増加や紙媒体のチェックシートの配布数が少なくなることによる環境負荷の低減などが期待されます。

○ 事業所用エコライフチェック項目の検討

今年度より新規に設定した Q3「1～2 階程度の昇降はエレベーターを使わずに積極的に階段を利用した」は、事業所の形態によってばらつきが出そうな項目であるため、今後もその変化を見ていくことが必要と考えます。

普段の日とエコライフデーの実施率の変化が大きい項目については、引き続きチェック項目とすることで啓発を促し、エコライフの定着を見守ることが重要です。

また、入れ替え項目を検討する際は、新型コロナウイルス感染症対策等により、テレワークの拡大や 3 密を避けるために執務スペースを広く使用するなど事業所によっては、取組が難しい項目が出てくることを考慮する必要があります。

● 環境教育・環境学習との連携の必要性

現状のエコライフチェック事業は、毎年秋の実施時や冬のチェックレポート配布時に参加者が意識する機会であり、さらなる浸透のためには、その他の機会にもエコライフを身近に感じられる普及啓発策が必要です。

今後は、タブレットの活用等も含めた、小中学生向けの教材を作成し、よりエコライフ行動が浸透するような教育プログラムの構築につなげて行くことが重要です。

◎ ライフスタイルの変化を踏まえたエコライフチェック項目の検討

昨年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、手洗いの機会が増えることを踏まえ個人用の新規項目として「手洗い中、水を出しっぱなしにできなかった」を設定しました。

今後も社会情勢や、科学技術の発展や製品開発等の影響により、ライフスタイル・働き方にも大きな変化が訪れることが考えられるため、来年度以降、チェック項目に取り組んでもらうにあたり、その時々々の社会情勢等を踏まえ、より取り組みやすい項目を検討していくことも大切です。

< 謝 辞 >

本年度も、多くの皆さまにご参加いただき、エコライフチェック事業を実施できました。

小中学校の児童・生徒の皆さんやご指導いただいた校長先生はじめ教職員の皆さま、ご協力いただいた保護者の皆さま、ならびに事業への参加をいただいた区内事業所・団体の皆さまに、厚く御礼申し上げます。

本事業の実施にあたり、練馬区環境行動連絡会の方々には、チェック項目検討会において多岐にわたるご意見を頂きました。本当にありがとうございました。

最後に、皆さまのご協力により、令和3年度エコライフチェック事業が円滑に実施できましたことに、深く感謝申し上げます。

資料編

資料編

<個人用エコライフチェック>

1	個人用エコライフチェック項目ごとの実施率	45
2	個人用エコライフチェック項目ごとの二酸化炭素排出削減量	46
3	個人用エコライフチェック項目ごとのガソリン削減量	47
4	令和3年度個人用エコライフチェックシート	48
5	令和3年度個人用エコライフチェックレポート	52
6	1日の二酸化炭素排出削減量・ガソリン削減量の算出根拠	54
7	二酸化炭素排出削減量の例えに関する根拠	57

<事業所用エコライフチェック>

8	事業所用エコライフチェック項目ごとの実施率・二酸化炭素排出削減量 ・光熱費等年間節約金額・ガソリン削減量	58
9	令和3年度事業所用エコライフチェックシート	59
10	1日の二酸化炭素排出削減量・年間節約金額・ガソリン削減量の算出根拠	61

資料編 1 個人用エコライフチェック項目ごとの実施率

個人用エコライフチェック項目ごとの実施率

単位: %

属性	参加区分数 参加者数	エコライフデー/ 普段の日	Q1-12各項目の実施率												Q1-12 平均実施率			質問1-3			質問1-3 平均実施率			
			Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	質問1	質問2	質問3							
小学生	参加校数	66	76.7	64.5	61.0	93.0	94.3	86.8	88.5	78.5	88.7	90.4	80.2	92.7	37.8	73.7	53.3	83.0						54.9
	参加者合計	14,770	38.3	41.8	45.0	82.2	82.8	80.5	78.0	72.7	79.8	84.8	77.0	88.2				71.0						
	差		38.4	22.7	16.0	10.8	11.5	6.3	10.5	5.8	8.9	5.6	3.2	4.5				12.0						
中学生	参加校数	34	83.9	60.5	58.1	91.0	93.6	86.5	87.1	82.2	90.8	88.4	67.0	91.3	39.4	81.8	37.6	81.7						52.9
	参加者合計	10,287	52.5	36.8	41.2	78.3	81.4	80.0	75.7	77.1	82.6	82.1	57.5	86.2				69.3						
	差		31.4	23.7	16.9	12.7	12.2	6.5	11.4	5.1	8.2	6.3	9.5	5.1				12.4						
高校生・大人	参加校数	15,574	88.4	69.3	67.9	94.4	96.0	94.8	95.7	84.5	95.5	93.7	78.9	93.2				87.7						
	参加者合計	40,631	53.6	45.0	47.1	82.9	83.4	91.1	90.5	81.1	88.9	87.4	73.0	86.5				75.9						
	差		34.8	24.3	20.8	11.5	12.6	3.7	5.2	3.4	6.6	6.3	5.9	6.7				11.8						
全体	参加校数	40,631	83.0	65.3	62.9	93.0	94.8	89.8	90.9	81.7	91.9	91.1	76.4	92.6	38.4	77.1	46.8	84.5						54.1
	参加者合計	100,000	47.7	41.8	44.9	81.5	82.7	84.4	82.2	77.0	84.0	85.1	70.6	87.0				72.4						
	差		35.3	23.5	18.0	11.5	12.1	5.4	8.7	4.7	7.9	6.0	5.8	5.6				12.1						

資料編2 個人用エコライフチェック項目ごとの二酸化炭素排出削減量

個人用エコライフチェック項目ごとの二酸化炭素排出削減量

単位: kg-CO₂/日

R03	属性	参加区分数 参加者数	エコライフデー/ 普段の日	Q1-12各項目の二酸化炭素排出削減量												Q1-12 合計
				Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	
小学生	参加校数	66	エコライフデー	222	561	430	270	96	324	538	1,204	344	493	764	3,486	8,732
	参加者合計	14,770	普段の日	111	364	318	239	84	301	474	1,117	309	462	734	3,313	7,826
			差	111	197	112	31	12	23	64	87	35	31	30	173	906
中学生	参加校数	34	エコライフデー	168	364	287	183	66	224	366	879	245	335	443	2,376	5,936
	参加者合計	10,287	普段の日	105	222	204	157	57	207	319	824	223	311	380	2,242	5,251
			差	63	142	83	26	9	17	47	55	22	24	63	134	685
高校生 ・大人	参加校数	15,574	エコライフデー	267	630	510	286	102	374	609	1,364	390	539	788	3,672	9,531
	参加者合計	15,574	普段の日	162	408	354	251	89	359	576	1,309	363	503	730	3,409	8,513
			差	105	222	156	35	13	15	33	55	27	36	58	263	1,018
全体	参加校数	40,631	エコライフデー	667	1,555	1,227	739	264	922	1,513	3,447	979	1,367	1,995	9,534	24,199
	参加者合計	40,631	普段の日	378	994	876	647	230	867	1,369	3,250	895	1,276	1,844	8,964	21,590
			差	279	561	351	92	34	55	144	197	84	91	151	570	2,609

資料編3 個人用エコライフチェック項目ごとのガソリン削減量

個人用エコライフチェック項目ごとのガソリン削減量

単位:L/日

属性	参加区分数	エコライフデー/ 普段の日	Q1-12各項目のガソリン削減量												Q1-12 合計
			Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	
小学生	参加校数	エコライフデー	148	365	282	73	65	7	236	706	221	169	235	1,502	4,009
	66	普段の日	75	236	208	65	57	5	209	655	199	157	226	1,427	3,519
	参加者合計 14,770	差	73	129	74	8	8	2	27	51	22	12	9	75	490
中学生	参加校数	エコライフデー	112	237	189	49	45	4	162	514	157	115	137	1,023	2,744
	34	普段の日	70	144	133	43	39	3	140	483	143	106	116	966	2,386
	参加者合計 10,287	差	42	93	56	6	6	1	22	31	14	9	21	57	358
高校生 ・大人	参加校数	エコライフデー	177	408	335	77	70	6	268	800	251	184	242	1,583	4,401
	108	普段の日	108	265	232	68	60	6	255	768	233	172	225	1,469	3,861
	参加者合計 15,574	差	69	143	103	9	10	0	13	32	18	12	17	114	540
全体	参加校数	エコライフデー	437	1,010	806	199	180	17	666	2,020	629	468	614	4,108	11,154
	40,631	普段の日	253	645	573	176	156	14	604	1,906	575	435	567	3,862	9,766
	参加者合計	差	184	365	233	23	24	3	62	114	54	33	47	246	1,388

資料編4 令和3年度個人用エコライフチェックシート
 ≪小中学生用≫ オモテ

ストップ! 地球温暖化

ねりまり大作戦2021

わたし の

エコライフデーは 月 日

東京の平均気温は100年で約2.5℃上がっています。もし、みんなの体温も2.5℃上がったら大変です。地球も気温が上がったことで、大雨やとても暑い日が続くなど、影響が出ています。地球の気温が上がるとは、大気中の二酸化炭素(CO₂)の増加が原因といわれています。CO₂の発生は、みんなの小さな行動で減らせます。

そのヒントが、このチェックシートです。

さあ、チャレンジしてみましょう!!

「地球温暖化」聞いたことがあるねり?

向い合わせ先

緑島区 環境課 地球温暖化対策係

TEL 03-5984-4705

LINE

QRコード

エコライフチェックシートのつけ方

- 「エコライフデー」を自分で決めて、下のQ1～Q12に取の組もう!
- エコライフデーに実行できたことには○を、実行できなかったことには×をつけます。
- 普段からしていることは、「普段は?」の欄に○を、していないことには×をつけます。
- 下の質問1～質問3について、あてはまるものには○を、あてはまらないものには×をつけます。

記入例

例1 エアコンの使用時間を短くした	XX グラム	X	X	X	X	X
例2 いらぬ紙をメモ用紙として使った	XX グラム	X	X	X	X	X

エコライフチェック 12項目

項目	1日で減らせるCO ₂ の量	削減(各2筆のエコライフデーに取組む人数)
Q1 テレビをつけている時間を短くした	20 グラム	8 人/10 日
Q2 長時間使わない電気器具のコードをコンセントから抜いた	60 グラム	7 人/10 日
Q3 フローリングはエコモードや「弱」の設定で掃除機をかけた	50 グラム	実施していません
Q4 手を洗うとき、水を出しっぱなしにしない	20 グラム	9 人/10 日
Q5 冷蔵庫の扉を開けている時間を短くした	7 グラム	9 人/10 日
Q6 容器包装プラスチックは、ルールを守って分別して捨てた	26 グラム	実施していません
Q7 食事や給食を残さずに食べた	42 グラム	9 人/10 日
Q8 入浴後はお風呂のフタを閉めた	107 グラム	8 人/10 日
Q9 ドライヤーの前にタオルで髪をしっかりと拭いて乾かした	27 グラム	9 人/10 日
Q10 洗濯物はまとめて洗ってもらった	38 グラム	実施していません
Q11 マイボトルを持ち歩いた	66 グラム	8 人/10 日
Q12 近いところへは車に乗らないで、歩きか自転車で行った	260 グラム	9 人/10 日

質問1

エコライフデーのついた
文房具を使っている

質問2

23区で「番線」があるのは
緑島区であることを知っている

質問3

家族の話題を及ぼす
家族と話しした

こんなふうに書いてくださいね。

例1	○	×	×	○	×
例2	○	×	×	○	×

エコライフデー (月 日)	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	普段は?
	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×

1

エコマークとは？

エコマークは環境にやさしい商品につけられる環境ラベルのことです。環境にやさしいかどうかは、例えば「部材」ときだけなく、商品の一生（材料を選ぶ、作る、運ぶ、使う、リサイクル、「捨てる」）から判断します。

エコマークのついた商品は文房具や家電、家電といった身近なところたくさんあります。身の回りのエコマークのついた商品を友達や家族と見つけてみよう！

都市のみどりと地球温暖化・ヒートアイランド現象

ヒートアイランド現象って知っていますか？都市周辺に比べ、人や車が集まる都市中心部ほど気温が高くなる現象のことです。

みどりにには気温を下げる効果があり、ヒートアイランド現象をやわらげることが出来ます。また、ランドスケープを上げる原因のひとつであるみどりは、地球の気温が上がる原因のひとつである大気中の二酸化炭素(CO₂)を吸収する効果もあります。


みんなではエコライフ！

地球温暖化などの環境問題やエコライフについて、このチェックシートに書いてあることをきっかけにして、友達や家族と話してみませんか。

みんなではCO₂を減らすために、エコライフの取組の輪を広げていきましょう。

『ねり☆エコ（練馬区地球温暖化対策地域協議会）ホームページ』で、地球温暖化について、もっと知ることが出来ます！


ねり☆エコ ホームページ
(練馬区地球温暖化対策地域協議会)



検索

ねりエコ


ヒートアイランド対策キッズページ
どうしてこんなにあるの？
(東京都練馬区ホームページ)



検索

ヒートアイランド対策キッズページ

エコマークとは？
(エコマーク事務局ホームページ)



検索

エコマークとは

あなたのエコライフデー

□月 □日に

Q1～Q12の項目のうち

○がついた数はいくつですか？

○の数が…

9

個以上

優秀です！

5~8

個

よく取り組みましたね！これからも続けてください。

1~4

個

○の数を1つでも増やせるように、できることからやってみよう！

エコライフチェックの結果について（保護者の方へ）

昨年（令和2年）の秋、練馬区内の小中学生を中心に42,225人と18事業所がエコライフチェック12項目に取り組みました。削減できたCO₂の量は、2.78トン（事業所分含む）です。これは、ケヤキの木、約17,000本が1日に吸収できるCO₂の量となります。

チェックシートを切り取った後、この際で谷折りすると計算しやすいよ。

© 2011 練馬区むらびら

*この事業は、みどり東京・温暖化防止プロジェクトの成果を挙げて実施しています。*この印刷物は、再生紙を使用しています。

111には何も書かなくても大丈夫

2 冊数 処理欄

ストップ! 地球温暖化

ねりま大作戦2021

私のエコライフデーは

□ □ 月 □ □ 日

東京の平均気温は100年で約2.5℃上がっています。地球の平均気温が上がると、大雨の多発等これまでに経験のない自然災害の発生や、農作物の栽培適地がこれまでと変わってくるなどの影響が出てきます。

地球の気温が上がるのは大気中の二酸化炭素(CO₂)の増加が原因といわれています。

CO₂の発生は、一人ひとりの小さな行動で減らせます。そのヒントが、このチェックシートです。



エコライフチェックシートのつけ方

- 「エコライフデー」をご自分で決め、その日は、意載してQ1～Q12の取組に挑戦してみてください。
- エコライフデーに実行できた項目には○をつけ、実行できなかった項目には×をつけます。
- 普段からしている項目には「普段は？」の欄に○をつけ、していない項目には×をつけます。

記入例

- 例1 エアコンの使用時間を短くした
- 例2 いらぬ紙をメモ用紙として使った

エコライフチェック 12項目		1日で減らせるCO ₂ の量	昨年(令和2年)のエコライフデーの実績率
Q1	テレビをつけている時間を短くした	20グラム	83%
Q2	長時間使わない電気器具のコードをコンセントから抜いた	60グラム	67%
Q3	フロ-リングはエコモードや「弱」の設定で掃除機をかけた	50グラム	実施していない
Q4	手を洗うとき、水を出しっぱなしにしない	20グラム	89%
Q5	冷蔵庫の扉を開けている時間を短くした	7グラム	94%
Q6	容器包装プラスチックは、ルールを守って分別して捨てた	26グラム	実施していない
Q7	食事や給食を残さずに食べた	42グラム	92%
Q8	入浴後はお風呂のフタを閉めた	107グラム	83%
Q9	ドライヤーの前にタオルで髪をしっかりと拭いて乾かした	27グラム	92%
Q10	洗濯物はまとめて洗った	38グラム	実施していない
Q11	マイボトルを持ち歩いた	66グラム	76%
Q12	近いところへは車に乗らないで、歩きか自転車でいった	260グラム	92%

送付先
〒176-8501 東京都練馬区豊玉北6丁目12番1号
FAX: 03-5984-4705
詳しくは…練馬区エコライフアップ



練馬区では、みなさまがどのおくらくエコライフに取り組んだかを毎年検証しています。ご協力いただける方は、FAXまたは郵送にて、チェックシートをご送付ください。学校から配布を受けた方は、学校に提出してください。よろしくお願いたします。

←こちらからも入力できます



チェックシート

該当するところに 記入例

住所 区内在住 区外在住

「はい」のときは○、「いいえ」は×を記入してください。

「はい」のときは○、「いいえ」のときは×をなぞります。

例1	○	×	×	○	×
例2	○	×	×	○	×

エコライフデー (月 日)	普段は?				
Q1	○	×	×	○	×
Q2	○	×	×	○	×
Q3	○	×	×	○	×
Q4	○	×	×	○	×
Q5	○	×	×	○	×
Q6	○	×	×	○	×
Q7	○	×	×	○	×
Q8	○	×	×	○	×
Q9	○	×	×	○	×
Q10	○	×	×	○	×
Q11	○	×	×	○	×
Q12	○	×	×	○	×

11月5日(金)までに、FAXまたは郵送にてご送付ください。機械が読解(学校から配布を受けた方は、学校が指定する期日までに学校へ提出してください) **1**

エコマークとは？

エコマークは、環境にやさしいと認められた商品につけられる環境ラベルのことです。

エコマークの認定に当たっては、商品のライフサイクル(材料を運ぶ、作る、運ぶ、使う、リサイクル、「捨てる」)の全体を通して環境への影響を総合的に判断しています。

エコマークのついた商品には文房具や家具、家電といった身近なモノだけでなくスーパーマーケットやホテルなどのサービスもあり、意識してみると生活のあらゆる場面で目にします。環境を守るために、エコマークのついた商品を選んでみませんか？

都市のみどりと地球温暖化・ヒートアイランド現象

ヒートアイランド現象をご存じですか？ 郊外に比べ、都市部ほど気温が高くなる現象のことです。みどりに気温を下げる効果があり、ヒートアイランド現象をやわらげることに役立ちます。また、みどりは、地球温暖化の原因の一つである大気中の二酸化炭素(CO₂)を吸収する効果もあります。

都市のみどりを守り育てることは、CO₂の吸収量を増やすだけでなく、気温が下がることでエアコンなどの省エネにもつながります。緑馬区のみどりをみんなでも守り、育てていきましょう。

みんなでエコライフ！

地球温暖化などの環境問題やエコライフについて、本チャックシートをきっかけに家族や友人と話し、エコライフの取組の輪を広げていきましょう。

『ねり☆エコ（緑馬区地球温暖化対策地域協議会）』ホームページで、地球温暖化について、詳しく学ぶことができます。

ぜひご覧ください。

エコマークとは？
(エコマーク事務局ホームページ)

エコマークとは

検索

ヒートアイランド現象
(気象庁ホームページ)

ヒートアイランド現象

検索

ねり☆エコ ホームページ
(緑馬区地球温暖化対策地域協議会)

ねり☆エコ

検索

あなたのエコライフデー

〇 月 〇 日に

Q1～Q12の項目のうち

〇がついた数はいくつですか？

〇 個

チャックシートを切り取った後、この紙で谷折りすると書換しやすいです。

〇の数が…

9
個以上

優秀です！

5～8
個

1～4
個

エコライフには様々な取組があります。これらも継続をお願いします。

〇の数を1つでも増やせるように、できるだけから取組をお願いします。

エコライフチェックの結果について

昨年(令和2年)の秋、緑馬区内の小中学生を中心に42,225人と18事業所がエコライフチェック12項目に取り組みました。削減できたCO₂の量は、2.78トン(事業所も含む)です。これは、ケヤキの木、約17,000本が1日に吸収できるCO₂の量となります。

普段の日は×で、エコライフデーに〇がついた項目の1日で減らせるCO₂の量、を全部足してみよう！

あなたがエコライフに取り組んだ結果、普段より何グラムのCO₂が減らせましたか？

〇 グラム

2 換は 処理機

回答結果を機械で読み取るため、
には何も書かないでください。

©2011 緑馬区化研局
*この事業は、みどり東京・温暖化防止プロジェクトの助成を受けて実施しています。*この印刷物は、再生紙を使用しています。

エコライフ チェックレポート

2021年

ストップ! 地球温暖化

ねりま大作戦2021

今年も参加者が4万人を超えました!
このうち、小学生は14,770人、中学生は10,287人参加してくれました!

同じ量の二酸化炭素を吸収するには、幹の太さ20cmのケヤキの木が約16,300本必要です!
* 幹の太さが20cmのケヤキ1本の二酸化炭素吸収量は1日あたり0.16kgとして計算しています。



今年も参加者が4万人を超えました!
このうち、小学生は14,770人、中学生は10,287人参加してくれました!

同じ量の二酸化炭素を吸収するには、幹の太さ20cmのケヤキの木が約16,300本必要です!
* 幹の太さが20cmのケヤキ1本の二酸化炭素吸収量は1日あたり0.16kgとして計算しています。

エコライフチェックとは?

エコライフチェックとは、区民のみならず、日頃生活におけるエコライフを促進し、地球温暖化を防ぐことを目的として、緑地区が平成18年度(2006年度)から毎年実施しているものです。
 チェックシートを返すことで、課題を認識してとりくむエコライフデーとみなさんの日のエコライフのとりくみを自己チェックします。
 このエコライフチェックレポートは、みなさまのこれまでのエコライフデーとみなさんの日のエコライフのとりくみを見える化することで、みなさまのがんばりが二酸化炭素の削減にどのくらい貢献があったかを示し、今後のエコライフに役立ててもらえるためのものです。

参加した人数

40,631

人

参加した事業所数

12

事業所

参加した二酸化炭素の量

2.61

トン

参加した二酸化炭素の量

17.6

kg

今年のおもて、去年と同様にコロナ対策として、効果を高める方が多いと思います。しかし、従来の方法一つで絶対に言うエネルギーが変わり、二酸化炭素を多く出してしまおう可能性があります。意識をできるだけのやりやでない、エコを改善するとともに、効果よく換気器具を使うポイントを紹介いたします。

冬の冬、上手な換気の仕方

冬の朝や、外から帰ってきた場合には、まず窓を開け、窓を開けて、それから、扇風機をつけて、そのまま扇風機を動かすことで、空気が和らぎます。エアコンの場合は、換気をするときにエアコンから出るだけ強い風を扇げません。エアコンから出るだけ強い風がすぐに出て行ってしまいがちになります。



窓を開けておく! 窓を閉めたら換気!

換気を促すから、換気しよう!

窓を開けて、外から帰ってきた場合には、まず窓を開け、窓を開けて、それから、扇風機をつけて、そのまま扇風機を動かすことで、空気が和らぎます。エアコンの場合は、換気をするときにエアコンから出るだけ強い風を扇げません。エアコンから出るだけ強い風がすぐに出て行ってしまいがちになります。



対角線上にある窓を開けよう!
扇風機の向きを換気器具の向きに合わせる!

空気の通り道を作ろう!

部屋に空気の通り道を作ることによって、短い時間で効率よく換気ができます。効果的なのは部屋の対角線上にある2箇所の窓を開けることです。扇風機の向きが合わない場合は、扇風機を壁に向けて、窓を開けると、部屋の空気が外に出るようになります。換気器具を扇ぐときにも、扇風機の向きは窓の向きに合わせることで、換気器具の効率が高まり、効果よく換気できます。



対角線上にある窓を開けよう!
扇風機の向きを換気器具の向きに合わせる!

体感温度を上げよう!

同じ室温でも、湿度が低いほど寒く感じます。加湿器を使うことで、冷たく感じる湿度が入ってくるので、体感に響く感じがします。加湿器を使ったり、濡れたタオルや洗濯物を干したりするだけでも湿度が上がります。より暖かく感じるとともに、感温センサーになります!
 エアコンを暖房モードに切り替える、エアコンの風の通り道に加湿器を置くことで、効果よく湿度を上げることが出来ます。



湿度を上げてより暖かろう!

お問い合わせ

緑地区 環境課 環境課
 TEL: 03-5984-4705 FAX: 03-5984-1227
 e-mail: KANKYO@330-city.neima.tokyo.jp

リサイクル推進員
 リサイクル推進員
 リサイクル推進員



《小中学生用》 ウラ

みなさまの一人ひとりのとりくみ

みなさまの白とくらくらへて多くの人が入りとりくめたのは、「テレビをつけている時間を短くした」でした。

ポイント1

みなさまのエコライフのとりくみにより、これだけの二酸化炭素が減らされました！

エコライフチェック項目	1日で減らした二酸化炭素 (g)	とくらくらした人の割合	みなさんより二酸化炭素削減した割合 (トントン)
Q1 テレビをつけている時間を短くした ポイント1	20	やった 48% ↑35%	やった 83%
Q2 長時間使わない電器器具のコードをコンセントから抜いた	60	やった 42% ↑24%	やった 65%
Q3 フローリングはエコマードや「緑」の認定で断熱紙をかけた	50	やった 45% ↑18%	やった 63%
Q4 手を洗うとき、水を出しっぱなしにしない	20	やった 82% ↑12%	やった 93%
Q5 冷蔵庫の扉を開けている時間を短くした	7	やった 83% ↑12%	やった 95%
Q6 窓ガラスはブラスタックは、ルールを守って分別して捨てた	26	やった 84% ↑8%	やった 90%
Q7 食卓や給食を減らすに食べた	42	やった 82% ↑8%	やった 91%
Q8 入浴後はお風呂のフタを閉めた	107	やった 77% ↑5%	やった 82%
Q9 ドライヤーの前にタオルで髪をしっかりと拭いて乾かした	27	やった 84% ↑8%	やった 92%
Q10 洗濯物はまとめて洗ってもらった	38	やった 85% ↑6%	やった 91%
Q11 マイボトルを持ち歩いた	66	やった 71% ↑6%	やった 76%
Q12 近いところは車に乗らないで、歩きか自転車で行った ポイント2	260	やった 87% ↑6%	やった 93%
合計		やった 72% ↑12%	やった 85%

※1 エコライフチェックの削減量が、みんなの白とくらくらでエコライフチームに減らせた二酸化炭素の量です。小減量目標を下回っているため、各種目標が一致しないことがあります。

※2 エコライフチェックに削減した量が1年間で25.07tの削減(削減)と見なされます。

環境にやさしいモノを選ぼう!

みなさまは、たくさんモノを買って使っています。環境にやさしいモノを購入することで、地球の温暖化を防ぐことができます。環境にやさしいモノは、モノの一生(材料、作る、運ぶ、使う、リサイクル、捨てる)から考える必要があります。

ポイント1

ポイント2

選ったエコマーク!

エコマークは、環境にやさしい商品やサービスにマークです。環境にやさしいモノを選ぶことで、地球の温暖化を防ぐことができます。

ポイント1

ポイント2

エコライフチェック項目

「はい」と答えた割合

質問1 エコマークのついた文房具を使っている	はい 38%	どなたかごに役立つか
質問2 23区で1番線があるのは緑区であることを知っている	はい 77%	
質問3 環境の保護を支援や家族と話した	はい 47%	

※1 エコライフチェックの削減量が、みんなの白とくらくらでエコライフチームに減らせた二酸化炭素の量です。小減量目標を下回っているため、各種目標が一致しないことがあります。

※2 エコライフチェックに削減した量が1年間で25.07tの削減(削減)と見なされます。

選ったエコマーク!

エコマークは、環境にやさしい商品やサービスにマークです。環境にやさしいモノを選ぶことで、地球の温暖化を防ぐことができます。

ポイント1

ポイント2

資料編 6 1日の二酸化炭素排出削減量・ガソリン削減量の算出根拠

令和3年度個人用エコライフチェック項目の計算根拠
 ※各出典資料の更新により昨年度の数値とは異なる場合があります。
 ※CO2削減量は小数点以下を四捨五入
 計算は小数点第2位を四捨五入
 昼間電力は8~22時

項目	CO2削減量 削減率(%)	単位	業っぱ	条件(丸数字は出典番号)	計算過程	出典
Q1 テレビを つけている 時間を 短くした	20	g-CO2/日	1.0	・1日1時間テレビ(32V型液晶)を見る時間を減らした場合 ・年間消費電力1679kWhの省エネ…① ・CO2排出係数:0.441 kg-CO2/kWh = 441 g-CO2/kWh…②	1679kWh/年 ÷ 365(日/年) × 441(g-CO2/kWh) = 20.3(g-CO2/日)	①「家庭向け省エネ削減情報 無理のない省エネ節約」(資源エネルギー庁) https://www.enecho.met.go.jp/category/saving_and_new/saving/general/howto/ ②「TEPCO 統合報告書 2020-2021」(東京電力ホールディングス(株)) p117
				458.6	kJ	・【換算】1679(kWh/年) ÷ 365(日/年) × 9.970(kJ/kWh) = 458.6(kJ/日)
Q2 長時間使 われない 冷蔵庫の 電源をコ ンセントカ ードから抜 いた	60	g-CO2/日	3.0	・テレビ、エアコン、パソコンについて、待機時間中はそれぞれプラグを抜いた場合 ・一週間の待機消費電力:228kWh/年・世帯…① ・テレビの待機消費電力:17.8kWh ・パソコンの待機消費電力:8.8kWh ・CO2排出係数:0.441 kg-CO2/kWh = 441 g-CO2/kWh…②	(22.79+17.86+8.8)kWh ÷ 365(日/年) × 441(g-CO2/kWh) = 59.8(g-CO2/日)	①「平成24年度エネルギー使用合理化促進策整備事業 (待機消費電力調査)報告書(平成25年2月)」(一般財団法人省エネセンター) p105~107 ②「TEPCO 統合報告書 2020-2021」(東京電力ホールディングス(株)) p117
				1,351.0	kJ	・【換算】1679(kWh/年) ÷ 365(日/年) × 9.970(kJ/kWh) = 458.6(kJ/日)
Q3 フローリン グはエコ フレンド リーな洗 剤で洗剤 を絞った	50	g-CO2/日	2.5	・フローリングの掃除を10分間掃除するときに、掃除機の設定を「薄」から「弱」にする場合 ・年間41.6kWhの省エネ…① ・CO2排出係数:0.441 kg-CO2/kWh = 441 g-CO2/kWh…②	1,351.0(kJ/日) ÷ 34.600(kJ/L) = 0.0390(L) = 39.0(ml)	「エネルギーの使用の合理化に関する法律 省エネ法の概要」(2019年1月)JP59
				1,136.3	kJ	・【換算】1679(kWh/年) ÷ 365(日/年) × 9.970(kJ/kWh) = 458.6(kJ/日)
Q4 手を洗う 時、水を 出しっぱ なしにな った	20	g-CO2/日	1.0	・石鹸を使用した手洗いの時間を30秒とし、その間水道を止めると仮定 ・石鹸を使用した手洗いの回数:5回/日と仮定…① ・水道の水量:12L/分 ・CO2排出係数(水道及び工業用水道の水の使用):0.266 t-CO2/千m ³ = 266 g/m ³ …② ・CO2排出係数(公共下水道への排水):0.400 t-CO2/千m ³ = 400 g-CO2/m ³ …③	0.5(分/回) × 5(回/日) × 12(L/分) ÷ 1,000(L/m ³) × 266(g-CO2/m ³) + 0.5(分/回) × 5(回/日) × 12(L/分) ÷ 1,000(L/m ³) × 400(g-CO2/m ³) = 20.6(g-CO2/日)	①「ネットリナーチャイムストライプHP」(「手洗い(清潔感)とハンドソープ」に関するアンケート) https://www.enecho.met.go.jp/category/saving/2015/151115/ ②「その時々の排水削減ガイドライン 2021」(令和3年4月)(東京都環境局) p20
				189.0	kJ	・【換算】15,358.7(442.0)(kJ/m ³) × 0.5(分/回) × 5(回/日) × 12(L/分) ÷ 1,000(L/m ³) = 189.0(kJ/日)
Q5 冷蔵庫の 扉を開け ている時 間を短く した	7	g-CO2/日	0.4	・冷蔵庫を開けている時間が20秒間の場合と10秒間の場合との比較 ・年間消費電力:106kWhの省エネ…① ・CO2排出係数:0.441 kg-CO2/kWh = 441 g-CO2/kWh…②	6.10(kWh/年) ÷ 365(日/年) × 441(g-CO2/kWh) = 7.4(g-CO2/日)	①「家庭向け省エネ削減情報 無理のない省エネ節約」(資源エネルギー庁) https://www.enecho.met.go.jp/category/saving_and_new/saving/general/howto/ ②「TEPCO 統合報告書 2020-2021」(東京電力ホールディングス(株)) p117
				166.6	kJ	・【換算】1679(kWh/年) ÷ 365(日/年) × 9.970(kJ/kWh) = 458.6(kJ/日)
	4.8	ml		・【換算】166.6(kJ/日) ÷ 34.600(kJ/L) = 0.0048(L) = 4.8(ml)	「エネルギーの使用の合理化に関する法律 省エネ法の概要」(2019年1月)JP59	

令和3年度個人用エアコンライフチェック項目の計算根拠

※各出典資料の範囲により昨年度の数値とは異なる場合があります。

計算は小数点第2位を四捨五入
 昼間電力は8-22時

項目	CO2削減量 削減率	削減率 削減率	単位	業種	条件(丸数字は出典番号)	計算過程	出典
容器包装プラスチック	26	g-CO2/日	1.3		可燃ごみに埋入しているリサイクル可能な容器包装プラスチックを適切に分別し(燃焼)の可燃ごみにおける容器包装プラスチック混入率(分別不燃物)2.1% (R1)・・・① ・緑馬区の焼却ごみ量:119,310.31t/年(内訳:59,379.52t/年(練馬事務所)、59,930.79t/年(石神井事務所))・・・② ・緑馬区の人口:739,435人(R2)・・・③ ・プラスチックの焼却に伴い発生するCO2:74kg-CO2/kg・・・④ ・CO2削減率換算係数:44/12	119,310.31(t/年) × 100,000(kg/t) ÷ 365(日/年) ÷ 739,435(人) × 2.1(%) × 0.754(gC/g) × 44/12 = 25.7(g/日)	① 令和5年度「練馬区資源ごみ排出実態調査」p6 ② 練馬区資源ごみ排出実態調査 令和5年度 p7-8 ③ 練馬区統計書 令和2年版 p17 ④ 地方公共団体実行計画(事務事業編)策定・実施マニュアル(策定手法編) 令和3年3月・環境省 p26,30
Q6 容器包装プラスチックは、16.2kJ	16.2	kJ			・緑馬区の焼却ごみ量:119,310.31t/年(内訳:59,379.52t/年(練馬事務所)、59,930.79t/年(石神井事務所))・・・② ・総発電容量:26,036.817kWh・・・② ・総発電電力:146,899m3・・・② ・単位エネルギー量:1,743.7kJ/kg ・熱量変換:1kWh=9,970kJ(一次エネルギー換算)・・・⑤ ・都市ガスの発熱量:45MJ/m3・・・⑥	① 令和5年度「練馬区資源ごみ排出実態調査」p6 ② 練馬区資源ごみ排出実態調査 令和5年度 p7-8 ③ 練馬区資源ごみ排出実態調査 令和5年度 p7-8 ④ 地方公共団体の種類・熱量・圧力・成分(東京ガス) https://homa.tokyo-gas.co.jp/gas/userguide/shunai.html	
Q7 食事や給湯に使うエネルギー	42	g-CO2/日	2.1		・ガソリン変換:1L=34,600MJ ・無類のないように食品を購入して調理することで、農林水産物を使用する石油製品、化学肥料、肥料・畜舎加工で使用する石油製品、食品の輸送に使用する燃料のうち、食品ロスに係る部分を削減できたとする。 ◆農林水産物によるCO2排出に係る指標 ◆農林水産物による石油製品消費量:205,828 TJ(R1年度)・・・① ◆肥料・畜舎製造によるCO2排出に係る指標 ◆肥料・畜舎製造による石油製品消費量:224,491 TJ(R1年度)・・・① ◆肥料・畜舎製造によるCO2排出に係る指標:326 TJ(R1年度)・・・① ◆肥料・畜舎製造によるCO2排出に係る指標:326 TJ(R1年度)・・・① ◆化学肥料の使用によるCO2排出に係る指標 ・化学肥料製造による石油製品消費量:96,897,688t(R2年度)・・・② ・化学工業製造による石油製品消費量:1,672,958 TJ(R1年度)・・・② ・化学工業製造による石油製品消費量:1,672,958 TJ(R1年度)・・・② ◆食品製造の輸送によるCO2排出に係る指標 ・貨物自動車による石油製品(燃料、ガソリン等)消費量:1,226,229 TJ(R1年度)・・・③ ・自動車輸送トン数:4,329,192トン(R1年度)・・・③ ・食品製造(農産物、畜産物、水産物、化学肥料、食料工業品)自動車輸送トン数:455,849トン(R1年度)・・・③ ・日本の総人口:125,929,817人(令和2年4月1日時点)・・・④ ・食料自給率:38%(R1年度)・・・⑤ ・食品ロス:3.7%(R2年度)・・・⑥ ・原油のCO2排出係数:0.0886g-CO2/kg・・・⑦	① 総合エネルギー統計 エネルギーバランス表(令和5年度)「総合エネルギー一覧」 ② 統計年報(経済産業省生産動向統計) 令和2年化学工業(経済産業省) ③ 自動車輸送統計年報 業態別・車種別・品目別輸送トン数(令和5年度)「国土交通省」 ④ 人口推計 令和3年4月推計(総務省)参考表 全国人口の推移 ⑤ 令和5年度食料自給率・食料自給力指標について (R3.2.25)「農林水産省HP」 ⑥ 食品ロス統計調査・世帯調査(平成26年度)「農林水産省」 ⑦ 地方公共団体実行計画(区域施策編)策定・実施マニュアル(策定手法編)(Ver11)「(令和3年3月)環境省」p268	
Q8 入浴後のお風呂の湯を閉めた	107	g-CO2/日	5.3		同上	同上	同上
Q9 ドライヤーの前髪を乾かす	27	g-CO2/日	1.3		・ガソリン変換:1L=34,600MJ ・1日9分間1200Wのドライヤーを使用する時間を減らした場合 ・CO2排出係数:0.441kg-CO2/kWh = 441 g-CO2/kWh・・・① ・熱量変換:1kWh=9,970kJ(一次エネルギー換算)・・・⑤ ・ガソリン変換:1L=34,600MJ	① TEPCO 統合報告書 2020-2021「(東京電力) p17」 ② 家庭の省エネ・ネットプラットフォーム「(東京電力) p17」 ③ 家庭の省エネ・ネットプラットフォーム「(東京電力) p17」 ④ 家庭の省エネ・ネットプラットフォーム「(東京電力) p17」 ⑤ 家庭の省エネ・ネットプラットフォーム「(東京電力) p17」 ⑥ 家庭の省エネ・ネットプラットフォーム「(東京電力) p17」	

令和3年度個人用エアコンライフチェック項目の計算根拠

計算は小数点第2位を四捨五入
 昼間電力は8.22時

※各出典資料の更新により昨年度の数値とは異なる場合があります。

※CO2削減量は小数点以下を四捨五入

項目	CO2削減量 削減率	単位	葉っぱ	条件(丸数字は出典番号)	計算過程	出典
洗濯物は とびとび 洗濯も ちった	38	g-CO2/日	1.9	洗濯機を定容量(8kg)の4割入れて洗濯回数を半分 に減らす ・年間使用量5.9kWhの省エネ・・・① ・年間水道16.8m ³ の省エネ・・・① ・CO2排出係数(電気)：0.441 kg-CO2/kWh = 441 g-CO2/kWh・・・② ・CO2排出係数(水道及び工業用水用の水の使用)：0.266t-CO2/千m ³ = 266g-CO2/m ³ ・・・③ ・CO2排出係数(公営下水道への排水)：0.400t-CO2/千m ³ = 400g-CO2/m ³ ・・・③	◆電気 5.98kWh/年)÷365(日/年)×441(g-CO2/kWh)=11(g-CO2/日) ◆水道 16.75(m ³ /年)÷365(日/年)×266(g-CO2/m ³)÷365(日/年)×400(g-CO2/m ³)=30.6(g-CO2/日)	①「家庭向け省エネ関連情報 無理のない省エネ新約」(資源エネルギー庁) https://www.enecho.meti.go.jp/category/saving_and_new/soving/general/howto/ ②「PECO 統合報告書 2020-2021」(東京電力ホールディングス)「その他」排出削減効果ガイドライン 2020(令和2年)4月 ③「その他」排出削減効果ガイドライン 2020(令和2年)4月(東京都環境局)P.20
	Q10	449.8	kJ	・東京都水道における配水量(R1)：1,542,737,000m ³ ・・・④ ・エネルギー使用量(R2)：8,267 TJ・・・⑤ ・エネルギー一単量：5,358.7 kJ/m ³ (5・・・④) ・東京都下水における単位エネルギー一単量(H29)：942kJ/m ³ ・・・⑥ ・熱量変換：1kWh=9170kJ(一次エネルギー換算、圧縮)・・・⑦	④「事業概要 令和2年版 統計資料」(東京都水道局)P.165 ⑤「環境報告書2020 2020年10月発行」(東京都水道局)P.11 ⑥「平成29年度 東京都下水道局環境・エネルギー報告書」(東京都下水道局)P.3 ⑦「エネルギーの使用の合理化に関する法律 省エネ法の概要(2019年1月)」P.89	
マイポ ットを 使った	66	g-CO2/日	3.3	・マイポットを持ち歩くことで、ペットボトル本体の購入を抑えたこと ・ペットボトル本体の製造時・原料などの輸送時・廃棄時のCO2排出量：5.11g-CO2/g(飲料)① ・ペットボトル(2020年)593,000t・・・② ・ペットボトル(飲料)500ml)1本の重量：18g・・・① ・日本の総人口：125,929,817人(令和4年4月1日時点)・・・③	◆人口削減 593,000,000(kg)÷0.018(kg/本)÷125,929,817(人)÷365(日) =0.72(本/人/日) ◆削減量 0.72(本/人/日)×5.11(g-CO2/g)×18(g/本)=66.2(g-CO2/日)	①別冊「3R行動見える化ツール」に係る3R行動原単位の算出方法(平成28年3月)「(環境省)P2-3-6」 ②「日本資源循環協会」 ③「人口推計 令和3年4月報」(総務省)参考表 全国人口の推移
	Q11	703.7	kJ	・ペットボトル本体の製造時・原料などの輸送時・廃棄時の天然資源使用量： 94.30(kJ/g) ・ペットボトル(飲料用500ml)1本の重量：18g ・ソリッド変換：1L=34,600MJ	①別冊「3R行動見える化ツール」に係る3R行動原単位の算出方法(平成28年3月)「(環境省)P2-3-6」	
近ほど 歩いた 距離が 長い ので、歩 きか自 転車へ行 った	260	g-CO2/日	13.0	・ソリッド変換：1L=34,600MJ	①「エネルギーの使用の合理化に関する法律 省エネ法の概要(2019年1月)」P.89	
	Q12	3,875.2	kJ	・ソリッド変換：1L=34,600MJ	①別冊「3R行動見える化ツール」に係る3R行動原単位の算出方法(平成28年3月)「(環境省)P2-3-6」	
近ほど 歩いた 距離が 長い ので、歩 きか自 転車へ行 った	260	g-CO2/日	13.0	・1日あたり1kmの距離までの移動で自動車の使用を抑えた場合(往復2km) ・CO2排出係数(2019年度自家用乗用車) ：0.130kg-CO2/人km・・・①	①国土交通省国土運輸部門における二酸化炭素排出量(2019年度 令和4年4月27日更新)	
	Q12	3,875.2	kJ	・ソリッド変換：1L=34,600MJ	①別冊「3R行動見える化ツール」に係る3R行動原単位の算出方法(平成28年3月)「(環境省)P2-3-6」	
近ほど 歩いた 距離が 長い ので、歩 きか自 転車へ行 った	112.0	ml		・ソリッド変換：1L=34,600MJ	①別冊「3R行動見える化ツール」に係る3R行動原単位の算出方法(平成28年3月)「(環境省)P2-3-6」	
	Q12	112.0	ml	・ソリッド変換：1L=34,600MJ	①別冊「3R行動見える化ツール」に係る3R行動原単位の算出方法(平成28年3月)「(環境省)P2-3-6」	

資料編7 二酸化炭素排出削減量の例えに関する根拠

★R03年度結果

エコライフェー-CO ₂ 削減量(R03個人用)	①	2,609 (トン/日)
参加人数(R03全体)	②	40,631 (人)
区立の小中学生数(令和3年5月1日現在)	③	47,117 (人)
区民人口(令和4年3月1日現在)	④	737,313 (人)
年間日数	⑤	365 (日/年)
エコライフェー-CO ₂ 削減量(全小中学生が1年間続けた場合)	⑥=①÷②×③×⑤	1,104 (トン/年)
エコライフェー-CO ₂ 削減量(全区民が1年間続けた場合)	⑦=①÷②×④×⑤	17,281 (トン/年)

○ケヤキCO₂吸収量換算

前提条件

- 直径20cmのケヤキ1本が吸収するCO₂量
一日あたり 58.9 (kg/本/年) ……⑧
0.16 (kg/本/日) ……⑨
- (出典) 国土交通省 国土技術政策総合研究所 緑化生態研究室
<http://www.nilim.go.jp/lab/ddg/naivo/co2/co2.html>

計算

- 1) 参加者によるエコライフェー1日の削減量の換算
①÷⑨×1,000
= 2,609(トン/日) ÷ 0.16(kg/本/日) × 1,000
= 16,306 (本)
- 2) 区立小中学生による年間削減量の換算
⑥÷⑧×1,000
= 1,104(トン/年) ÷ 58.9(kg/本/年) × 1,000
= 18,744 (本)
- 3) 区民全員による年間削減量の換算
⑦÷⑧×1,000
= 17,281(トン/年) ÷ 58.9(kg/本/年) × 1,000
= 293,396 (本)

○お風呂換算

前提条件

- 二酸化炭素 1kgあたりの単位体積(標準状態:0℃、1気圧) 0.509 (m³/kg) ……⑩
 - 温度 17.9 (℃) ……⑪
(出典) 気象庁HP 練馬観測所における2021年10月の平均気温
- ボイル・シャルルの法則(気体の体積は、絶対温度に比例し、圧力に反比例する)より、上記条件時(1気圧、18.4℃)のCO₂単位体積は次のようになる
- $$\textcircled{10} \times (273 + \textcircled{11}) / 273$$
- $$= 0.509 (\text{m}^3/\text{kg}) \times (273 + 17.9) \div 273$$
- $$= 0.542 (\text{m}^3/\text{kg}) \quad \dots \textcircled{12}$$
- お風呂1杯の容積 0.25 (m³/杯) ……⑬
(出典) メーカー資料

計算(参加者によるエコライフェー1日の削減量の換算)

$$\textcircled{1} \times \textcircled{12} \div \textcircled{13} \times 1000$$

$$= 2,609 (\text{トン/日}) \times 0.542 (\text{m}^3/\text{kg}) \div 0.25 (\text{m}^3/\text{杯}) \times 1,000$$

$$= 5,656 (\text{杯/日})$$

○森林面積換算

前提条件

- 森林が1年間に吸収する炭素(C)の量 0.86 (t-C/ha/年)
 - 二酸化炭素(CO₂)吸収量への換算(×44÷12) 3.15 (t-CO₂/ha/年) ……⑭
 - 一日あたり二酸化炭素吸収量 0.0086 (t-CO₂/ha/日) ……⑮
- (出典) 国立研究開発法人 森林総合研究所 <https://www.ffpri.affrc.go.jp/pubs/seikasenshu/2001/18matsumoto.html>

計算

- 1) 区立小中学生全員が毎日エコライフェーを実施した場合の削減量の換算
⑥÷⑭
= 1,104(トン/年) ÷ 3.15(t-CO₂/ha/年)
= 350 (ha) → 練馬区の面積(4,816ha)の約1/10
- 2) 全区民が毎日エコライフェーを実施した場合の削減量の換算
⑦÷⑭
= 17,281(トン/年) ÷ 3.15(t-CO₂/ha/年)
= 5,486 (ha) → 練馬区の面積(4,816ha)の約1.1倍

資料編 8 事業所用エコライフチェック項目ごとの実施率・二酸化炭素排出削減量・光熱費等年間節約金額・ガソリン削減量

事業所用エコライフチェック項目ごとの実施率

属性	参加区分数 参加者数	エコライフデー/ 普段の日	Q1-7各項目の実施率							Q1-7 平均実施率
			Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	
全事業所	参加	エコライフデー	91.7	100.0	81.8	100.0	91.7	91.7	100.0	93.8
		普段の日	91.7	75.0	72.7	91.7	58.3	75.0	80.0	77.8
		差	0.0	25.0	9.1	8.3	33.4	16.7	20.0	16.1

単位：%

事業所用エコライフチェック項目ごとの二酸化炭素排出削減量

属性	参加区分数 参加者数	エコライフデー/ 普段の日	Q1-7各項目の二酸化炭素排出削減量							Q1-7 合計
			Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	
全事業所	参加	エコライフデー	11.4	8.3	2.4	6.5	28.6	2.2	13.9	73.3
		普段の日	11.4	6.5	2.2	5.9	15.7	1.8	12.2	55.7
		差	0.0	1.8	0.2	0.6	12.9	0.4	1.7	17.6

単位：kg-CO₂/日

事業所用エコライフチェック項目ごとの光熱費等年間節約金額

属性	参加区分数 参加者数	エコライフデー/ 普段の日	Q1-7各項目の年間節約金額							Q1-7 合計
			Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	
全事業所	参加	エコライフデー	103,047	76,406	21,075	610,446	259,967	97,219	154,528	1,322,688
		普段の日	103,047	59,561	19,202	555,582	142,677	77,493	135,212	1,092,774
		差	0	16,845	1,873	54,864	117,290	19,726	19,316	229,914

単位：円/年

事業所用エコライフチェック項目ごとのガソリン削減量

属性	参加区分数 参加者数	エコライフデー/ 普段の日	Q1-7各項目のガソリン削減量							Q1-7 合計
			Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	
全事業所	参加	エコライフデー	7.6	5.6	1.3	1.4	18.5	0.7	5.6	40.7
		普段の日	7.6	4.4	1.1	1.3	10.2	0.5	4.9	30.0
		差	0.0	1.2	0.2	0.1	8.3	0.2	0.7	10.7

単位：L/日

資料編9 令和3年度事業所用エコライフチェックシート
オモテ

事業所用
エコライフチェックシート

ストップ! 地球温暖化

ねりま大作戦2021

ストップ!地球温暖化ねりま大作戦2021は、「みどり東京・温暖化防止プロジェクト」の助成金を受けて実施しています。

地球温暖化について

地球温暖化は、異常気象の増加や生態系に生じる異変など、様々な影響を引き起こすと危惧されています。地球温暖化の原因は、二酸化炭素(CO₂)等の増加によるものとされています。

2018年度の練馬区の部門別のCO₂排出量は、家庭部門が50.7%と最も多く、次に多いのが業務部門(オフィス、商業施設等)の23.8%であり、この2部門で区内のCO₂排出量の約3/4を占めています。

エコライフについて

エコライフとは、「使っていない部屋の電気は消す」など、日常の小さな行動を意識することで、地球温暖化を防止する生活スタイルです。

このチェックシートにある身近な取組でCO₂の排出を抑制することができます。ぜひ取り組んでみてください。

エコライフチェックシート(本紙裏面)の記入方法

1 エコライフデーを決めてください

事業所内で『エコライフデー』を決め、裏面のエコライフデーの日付欄にご記入ください。

2 チェック項目に取り組んでください

エコライフデーは、事業所の全員で意識してQ1~Q7(裏面)の取組に挑戦してください。

3 Q1~Q7の取組状況を記入してください

エコライフデーにできた項目には「○」をつけ、できなかった項目には「×」をつけます。同様に、普段の日の状況も記入します。

4 効果を確認してみてください


エコライフデーが「○」で、普段の日が「×」であった項目のCO₂削減量に、Q1~6は延床面積を、Q7は使用する自動車数を乗じます。これらの合計値が、エコライフデーに事業所で排出削減できたCO₂の量となります。詳しくは、下記「問い合わせ」までご連絡ください。

エコライフデーとは
各事業所においてエコライフに取り組むと決めた10月中の任意の1日です。

区内に複数事業所がある場合は
事業所単位で参加頂けます。

工場等の方は
工場等内の事務スペースを対象に参加頂けます。

練馬区のエコライフチェックホームページもご覧ください。

詳しくは… [練馬区 エコライフチェック](#) 



© 2011 練馬区ねり丸


チェックシート提供に関するご協力のお願ひ <11月5日(金)締切>

エコライフチェックにご協力頂ける事業所は、記入したチェックシートをFAXでご送付ください。
(本紙裏面に取組結果を記載し、FAXでそのままご送付ください。)



練馬区 環境部 環境課 地球温暖化対策係

〒176-8501 東京都練馬区豊玉北6丁目12番1号 電話 03-5984-4705 FAX 03-5984-1227

リサイクル適性 

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

ストップ! 地球温暖化

ねりま大作戦2021

エコライフデーは 月 日!!

記入例

「はい」のときは○、「いいえ」のときは×をなぞります。

エコライフデー	普段の日
○	×

昨年(令和2年)のエコライフデーの実施率

CO₂削減量

Q1	使用していないエリア(会議室、事務室、休憩室等)や不要な場所(駐車場、外部照明等)は消灯した	100%	3.2 g/m ² ・日	エコライフデー	普段の日
Q2	長時間席を離れるときは、OA機器(パソコン、コピー機)の電源を切るか、省エネルギーモードにした	89%	2.1 g/m ² ・日	エコライフデー	普段の日
Q3	1~2階程度の昇降は、エレベーターを使わずに積極的に階段を利用した	実施していない	0.7 g/m ² ・日	エコライフデー	普段の日
Q4	手洗いや湯飲み等を洗う際に、水を出しっぱなしにしなかった ※1人、1日当たり1分間、節水した場合	100%	1.6 g/m ² ・日	エコライフデー	普段の日
Q5	冷房の設定温度は、2℃上げるなどこまめに調節した	82%	7.4 g/m ² ・日	エコライフデー	普段の日
Q6	紙の使用を意識して減らした	100%	0.6 g/m ² ・日	エコライフデー	普段の日
Q7	自動車の利用時にエコドライブ(ゆるやかなアクセル操作 ^{※1} やアイドリングストップ ^{※2})をした ※1:最初の5秒で20km/hになるくらい ※2:踏切待ちなど5秒以上停止する場合	100%	577.2 g/台・日	エコライフデー	普段の日

事業所の規模

CO₂の排出削減量の算出に用います。

延床面積

坪数は3.3m²/坪を乗じるとm²になります。工場等においては、エコライフ(おおよその面積をご記入ください)に取り組んだ事務所スペースのおおよその面積をご記入ください。

約 m²

事業所で使用する自動車台数 (二輪車は除きます。)

台

練馬区 環境部 環境課 地球温暖化対策係

FAX 03-5984-1227 11月5日(金)送付締切

(本面のみFAXで、そのままご送付ください。)

資料編 10 1日の二酸化炭素排出削減量・年間節約金額・ガソリン削減量の算出根拠

令和3年度事業所用エコライフチェック項目の計算根拠
 ※目的の数値の算出に関しては、小数点第2位を四捨五入している

項目	CO ₂ 削減率算定		条件(丸数字は出典番号)	計算過程 上段:CO ₂ 削減量 下段:年間節約金額	出典
	LE-CO ₂ 削減率 (㎡/㎡・年またはt-CO ₂ /全・日)	削減率 (㎡/㎡・年またはt-CO ₂ /全・日)			
Q1 使用していないエコライフ(空調、事務室、休憩室等)や不要な場所(駐車場、外部照明等)は消灯した	3.2	t-CO ₂ /㎡・日	電力負荷の削減値:0.5178kWh/㎡・日...① 電力消費の内訳(空間除く):照明46%...② 建物全体(床面積)に対する節電効果の目安:3%...③ CO ₂ 排出係数:0.441kg-CO ₂ /kWh = 441g-CO ₂ /kWh...④ 電気の単価:16円/kWh...⑤ 年間労働日数:250日/年	0.5178(kWh/㎡・日) × 46(%) × 3(%) × 441(g-CO ₂ /kWh) = 3.2(g-CO ₂ /㎡・日) 0.5178(kWh/㎡・日) × 46(%) × 3(%) × 16(円/kWh) × 250(日/年) = 28.6(円/㎡・年)	①「天然ガスコージェネレーション計画」設計マニュアル2008(社)日本エネルギー学術機構、日本工業出版株式会社発行 ②「2017年度の節電」平成27年度「事業者の目標」(経済産業省) ③「TEPCO 統合報告書 2020-2021」(東京電力ホールディングス(株)) p17 ④「東京電力エネファームパートナー事業務用電力料金の内訳」(電力料金) (HP) http://www.tepco.co.jp/sp/corporate/plan/hv_plan06.html(R03.05.10閲覧時点) ⑤「www.leeco.co.jp/」
	28.6	円/㎡・年	・熱重量換:1kWh=9.970kJ(一次エネルギー換算:昼間) ・熱量変換:1kWh=239kcal ・ガソリン変換:1L=34.600kJ	【換算】0.5178(kWh/㎡・日) × 46(%) × 3(%) × 9.970(kJ/kWh) = 7.12(kJ/㎡・日) 【ガソリン換算】7.12(kJ/日) ÷ 34.600(kJ/L) = 0.0021(L) = 2.1(ml) 【灯油換算】7.12(kJ/日) ÷ 36.700(kJ/L) = 0.0019(L) = 1.9(ml)	SI単位換算表、「OHM ELECTRIC」 「エネルギーの使用の合理化に関する法律 省エネ法の概要(2019年1月)」p39 「エネルギーの使用の合理化に関する法律 省エネ法の概要(2019年1月)」p39
Q2 長時間を離れるときは、OA機器(パソコン)の電源を切るか、省エネルギーモードに設定した	2.1	g-CO ₂ /㎡・日	電力負荷の削減値:0.5178kWh/㎡・日...① 建物全体(床面積)に対する節電効果:3%...② CO ₂ 排出係数:0.441kg-CO ₂ /kWh = 441g-CO ₂ /kWh...④ 電気の単価:16円/kWh...⑤ 年間労働日数:250日/年	0.5178(kWh/㎡・日) × 31(%) × 3(%) × 441(g-CO ₂ /kWh) = 2.1(g-CO ₂ /㎡・日)	①「天然ガスコージェネレーション計画」設計マニュアル2008(社)日本エネルギー学術機構、日本工業出版株式会社発行 ②「2017年度の節電」平成27年度「事業者の目標」(経済産業省) ③「TEPCO 統合報告書 2020-2021」(東京電力ホールディングス(株)) p17 ④「東京電力エネファームパートナー事業務用電力料金の内訳」(電力料金) (HP) http://www.tepco.co.jp/sp/corporate/plan/hv_plan06.html(R03.05.10閲覧時点) ⑤「www.leeco.co.jp/」
	19.3	円/㎡・年	・熱重量換:1kWh=9.970kJ(一次エネルギー換算:昼間) ・熱量変換:1kWh=239kcal ・ガソリン変換:1L=34.600kJ	【換算】0.5178(kWh/㎡・日) × 31(%) × 3(%) × 9.970(kJ/kWh) = 48.0(kJ/㎡・日) 【ガソリン換算】48.0(kJ/日) ÷ 34.600(kJ/L) = 0.0014(L) = 1.4(ml) 【灯油換算】48.0(kJ/日) ÷ 36.700(kJ/L) = 0.0013(L) = 1.3(ml)	SI単位換算表、「OHM ELECTRIC」 「エネルギーの使用の合理化に関する法律 省エネ法の概要(2019年1月)」p39 「エネルギーの使用の合理化に関する法律 省エネ法の概要(2019年1月)」p39
Q3 1~2階程度の昇降機、エレベーターを稼働させずに階段を利用した	0.7	g-CO ₂ /㎡・日	1人1日1回、2階分の移動をエレベーターから階段に変更すると仮定すると、昇降機は1人1日1回、2階分の移動に要する時間を10秒、その間電動機の出力を定員9人、積重量:600kg、定格速度:45m/min、電動機容量:2.8kWのエレベーターを使用していると仮定...① 1階から2階までの距離:10m...② 1階から2階までの移動に要する時間:0.22分...③ 電気の単価:16円/kWh...④ 年間労働日数:250日/年	2.8kW × 10/3600(h) × 1(回/人・日) × 0.2(人・日) × 441(g-CO ₂ /kWh) = 0.7(g-CO ₂ /㎡・日) 【換算】2.8kW × 10/3600(h) × 1(回/人・日) × 0.2(人・日) × 9.970(kJ/kWh) = 15.5(kJ/㎡・日) 【ガソリン換算】15.5(kJ/日) ÷ 34.600(kJ/L) = 0.0004(L) = 0.4(ml) 【灯油換算】15.5(kJ/日) ÷ 36.700(kJ/L) = 0.0004(L) = 0.4(ml)	①「日立ビルシステムHP標準型エレベーター「アーバンエース」カタログ、P型兼用エレベーター」 ②「空気調和・衛生工学設備改訂11版第3巻(社団法人 空気調和・衛生工学学会)」 ③「TEPCO 統合報告書 2020-2021」(東京電力ホールディングス(株)) p17 ④「東京電力エネファームパートナー事業務用電力料金の内訳」(電力料金) (HP) http://www.tepco.co.jp/sp/corporate/plan/hv_plan06.html(R03.05.10閲覧時点)
	6.2	円/㎡・年	・熱重量換:1kWh=9.970kJ(一次エネルギー換算:昼間) ・熱量変換:1kWh=239kcal ・ガソリン変換:1L=34.600kJ	【換算】15.5(kWh/㎡・日) × 0.22(分/回) × 60(秒/分) × 0.2(人・日) × 441(g-CO ₂ /kWh) = 6.2(g-CO ₂ /㎡・日) 【ガソリン換算】6.2(g-CO ₂ /㎡・日) × 16(円/kWh) × 250(日/年) = 250(円/年)	SI単位換算表、「OHM ELECTRIC」 「エネルギーの使用の合理化に関する法律 省エネ法の概要(2019年1月)」p39 「エネルギーの使用の合理化に関する法律 省エネ法の概要(2019年1月)」p39
Q4 手拭いや濡乾タオルを洗濯機で洗った	15.4	円/㎡・年	前提:1人、1日当たり1回、節水(120)としたとする。 オフィスの面積1㎡当たり人員数:0.2人/㎡...① オフィスの1人、1日当たり節水量:120リットル/人・日 → 0.012㎡/人・日 CO ₂ 排出係数:水運及び工業用水運の水の使用:0.266t-CO ₂ /千m ³ = 266g-CO ₂ /m ³ ...② CO ₂ 排出係数(公共下水道への排水):0.400t-CO ₂ /千m ³ = 400g-CO ₂ /千m ³ ...③ 水運作業日数:250日/年	0.2(人・日) × 0.012(㎡/人・日) × 266(g-CO ₂ /m ³) + 0.2(人・日) × 0.012(㎡/人・日) × 400(g-CO ₂ /m ³) = 1.6(g-CO ₂ /㎡・日) 0.2(人・日) × 0.012(㎡/人・日) × 257(円/㎡) × 250(日/年) = 154.2(円/㎡・年)	①「空気調和・衛生工学設備改訂11版第3巻(社団法人 空気調和・衛生工学学会)」 ②「2019年(令和元年)10月/東京環境機構」 ③「独自設定」(注:参照)
	15.2	kJ	・熱重量換:1kWh=9.970kJ(一次エネルギー換算:昼間) ・熱量変換:1kWh=239kcal ・ガソリン変換:1L=34.600kJ	【換算】15.889・1942.0(kJ/m ³) × 0.2(人・日) × 0.012(㎡/人・日) = 15.2(kJ/㎡・日)	①「事業概要 令和2年度 参考資料1 緑化資料1(東京都水道局)p157 ②「環境報告書2020 2020年10月発行(東京都水道局)p11 ③「下水道局環境・エネルギー」報告書 平成29年度(東京都下水道局)p3
	3.6	kcal	・熱量変換:1kJ=0.239kcal	【ガソリン換算】15.2(kJ/日) ÷ 34.600(kJ/L) = 0.0004(L) = 0.4(ml) 【灯油換算】15.2(kJ/日) ÷ 36.700(kJ/L) = 0.0004(L) = 0.4(ml)	SI単位換算表、「OHM ELECTRIC」 「エネルギーの使用の合理化に関する法律 省エネ法の概要(2019年1月)」p39 「エネルギーの使用の合理化に関する法律 省エネ法の概要(2019年1月)」p39
	0.4	ml	・ガソリン変換:1L=34.600kJ		
	0.4	ml	・灯油変換:1L=36.700kJ		

令和3年度事業所用エコライフチェック項目の計算根拠

※目的の数値の算出に関しては、小数点第2位を四捨五入している。

計算は小数点第2位を四捨五入
 昼間電力は8:22時
 夜間電力は22:8時

項目	CO ₂ 削減量算定		計算過程	出典
	(g-CO2/m ² ・日またはg-CO2/台・日) (円/㎡・年または円/台・年)	削減率 (円/㎡・年または円/台・年)		
05	冷房の設置温度は、2℃上げ に調湿した	7.4 g-CO2/m ² ・日 削減率: 4.4%	0.4205 (kWh/m ² ・日) × 4 (%) = 441 (g-CO2/kWh) = 74 (g-CO2/m ² ・日) 0.4205 (kWh/m ² ・日) × 4 (%) × 16 (円/kWh) × 250 (日/年) = 67.3 (円/m ² ・年)	①天然ガスエアコンジョーネーション計画「設計マニュアル2008」(住)日本エネルギー・宇奈糖、日本工業出版株式会社発行 ②夏場の節電(事業者の皆様) (経済産業省) ③冷房の設置温度を2℃上げるとCO ₂ 削減率4.4% (電力中央研究所) ④東京電力「2020年夏季節電計画」(電力中央研究所) p17 ⑤東京電力「2020年夏季節電計画」(電力中央研究所) p17 http://www.tepco.co.jp/en/corporate/plan/h/plan06.html(R02.05.08確認時点)
06	紙の循環を奨励して減らした	0.6 g-CO2/m ² ・日 削減率: 0.3%	【換算】0.4205 (kWh/m ² ・日) × 4 (%) × 9.970 (kJ/kWh) = 167.7 (kJ/m ² ・日) 【換算】167.7 (kJ/m ² ・日) × 0.239 (kcal/kJ) = 40.1 (kcal/m ² ・日) 【パリン交換】167.7 (kJ/m ² ・日) ÷ 34.600 (kJ/L) = 0.0048 (L = 4.8 ml) 【パリン交換】167.7 (kJ/m ² ・日) ÷ 36.700 (kJ/L) = 0.0046 (L = 4.6 ml)	①「紙・パルプ産業のエネルギ―事情 2020年度版」(日本製紙連合会) p7-8 ②参考サイト http://blog.ddc.co.jp/mt/mail/archives/20090323/110200.html ③空気調和・衛生工学会改訂11版第3巻 (社団法人 空気調和・衛生工学会) ④「紙消費一貫」(経済産業省生産動向統計) 年報(総)2020年「(経済産業省)
	紙の循環を奨励して減らした	26.1 円/m ² ・年 削減率: 13.0%	【紙1枚当たりのCO ₂ 排出量】16,590,000 (g-CO2) ÷ 25,590,000 (t = 0.8 (g-CO2/g) 0.8 (g-CO2/g) × 4 (g/枚・人) × 0.2 (人/m ²) = 0.6 (g-CO2/m ² ・日) 4 (g/枚・人) × 0.2 (人/m ²) × 1,463,430 (万円) ÷ 11,209,130 (t) × 250 (日/年) = 26.1 (円/m ² ・年)	①「紙・パルプ産業のエネルギ―事情 2020年度版」(日本製紙連合会) p7-8 ②参考サイト http://blog.ddc.co.jp/mt/mail/archives/20090323/110200.html ③空気調和・衛生工学会改訂11版第3巻 (社団法人 空気調和・衛生工学会) ④「紙消費一貫」(経済産業省生産動向統計) 年報(総)2020年「(経済産業省)
07	自動車の利用 品(約1台)に アークセル ※「エアイドリ ン」 ガストアップ をとした	577.2 g-CO2/台・日 削減率: 28.8%	【換算】225,000,000 (kcal) ÷ 22,500,000 (t) × 4 (g/枚) × 0.2 (人/m ²) = 81 (kJ/日) 【換算】81 (kJ/日) × 0.239 (kcal/kJ) = 19.1 (kcal/日) 【パリン交換】81 (kJ/日) ÷ 34.600 (kJ/L) = 0.0023 (L = 2.3 ml) 【パリン交換】81 (kJ/日) ÷ 36.490 (kJ/L) = 0.0022 (L = 2.2 ml) 20.89 (km/台・日) × 0.119 (l/km) × 2,322 (g-CO2/l) × 10 (%) = 577.2 (g-CO2/台・日) 20.89 (km/台・日) × 0.119 (l/km) × 103.6 (円/l) × 10 (%) × 250 (日/年) = 6,439 (円/台・年)	①自動車燃料消費率年報 令和2年度分 第10表 業態別・目的別 原単位及び換算率(国土交通省) ②「フリーフル」(「スマートシェア」(省エネルギーセンター)) ③特定排出物の事業活動に伴う温室効果ガスの排出量の算定に関する省令 ④石油製品価格調査 4. 卸価格(ガソリン・軽油・灯油)キロリットル価格 令和2年1～令和2年12月平均(一般財団法人日本エネルギー経済研究所 石油情報センター)
	電力・熱負荷の削減(業務用) 事務所(OG型)、病院、ホテル等の延長稼働当りのエネルギーの負荷の目安。	8,293.3 kJ 削減率: 4.1%	【換算】2486 (l) × 33.36 (MJ/l) × 1000 (k/m ² ・日) = 829,333 (kJ/m ² ・日) 【換算】829,333 (kJ/m ² ・日) × 0.239 (kcal/kJ) = 198,211 (kcal/日) 【パリン交換】829,333 (kJ/m ² ・日) ÷ 34.600 (kJ/L) = 23,971 (L = 23,971 ml) 【パリン交換】829,333 (kJ/m ² ・日) ÷ 36.700 (kJ/L) = 22,600 (L = 22,600 ml)	①「電力・熱負荷の削減(業務用) 事務所(OG型)、病院、ホテル等の延長稼働当りのエネルギーの負荷の目安。」(社団法人 空気調和・衛生工学会) p.80

注) ④ 水道代単価設定
 a) 事務所の1日当たり給水量: 800人・日 = 0.08m³/人・日 出典: 空気調和・衛生工学会改訂11版第3巻 (社団法人 空気調和・衛生工学会) p.80
 i) 1ヶ月あたりの営業日数: 22日/月
 u) 練馬区内の事業所の平均従業員数: 8.5人 (※参考: 練馬区統計書 令和2年版(2019年版) p.92(経済センサス)から区内総事業所数: 172,477人(いずれも平成28年6月1日現在)より、172,477人 ÷ 20,278(事業所) = 8.5(人/事業所) ÷ 8.5(人/事業所) = 1事業所
 一 事業所の平均水道使用量 = (a) × (i) × (u) = 0.08m³/人・日 × 22日/月 × 8.5人 = 15.0m³/月
 ここで、水道使用量15.0m³/月に対する東京都の水道料率設定 (https://www.waterworks.metro.tokyo.lg.jp/tetsudaku/ryokin/keisan_23.html) (メーター口径20-25mmに相当)は、水道料金128円/m³、下水道料金110円/m³であり、両者の和238円/m³に消費税を乗じた267円/m³が水道代単価となる。



令和3年度エコライフチェック事業報告書
ー ストップ!地球温暖化 ねりま大作戦 2021 ー

令和4年3月

練馬区民環境行動連絡会

練馬区環境部環境課

〒176-8501 練馬区豊玉北 6-12-1
03-5984-4705 (直通)

この事業は、「みどり東京・温暖化防止プロジェクト」の助成金を受けて実施しました。