

ゼロカーボンシティ実現に向け、すぐにでもできることがたくさんあります。ぜひ、始めてみましょう！

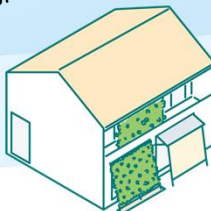
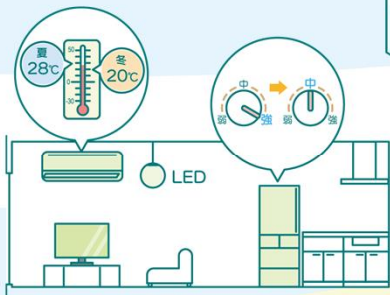
2050年
ゼロカーボンシティ
実現

すぐできること

2050年に向けて
取り組むこと

住まい

- 毎月の電気、ガスの使用状況を把握する
- 照明をLED化する
- 省エネルギー性能の高い家電製品を選ぶ
- 省エネDIYに取り組む
- 再エネ電気プランに契約を切り替える

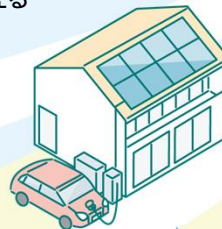


【持ち家にお住まいの方】

- 省エネ診断を受ける
- 自宅に太陽光パネル、蓄電池を設置する
- 給湯器をヒートポンプ給湯器に更新する
- 自宅を断熱リフォームする
- 家具、内装に木材を利用する

森林の二酸化炭素吸収に貢献！

空気の熱と電気でお湯を作って省エネに！
料金の安い深夜電力を使うので光熱費も節約！



- ZEH*、ZEH-M*に住み替える

- 緑のカーテン、よしずなどを利用して窓への日射を防ぐ

室温上昇がおさえられ省エネにつながる！



- 自動車を購入、買い替える際は、ZEV*を選択する

排ガスも減って、まちの空気もきれいに！ V2H (Vehicle to Home)があれば停電時の非常用電源にもなります

ZEHにすると・・・

- ・年間の電気代を4.6～8万円も節約*
- ・結露が発生しにくくなり、アレルギーや感染症の原因となるカビやダニの発生を抑制

*国土交通省「家選びの基準変わります」より

移動

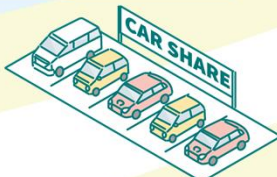
- 近場の移動は、徒歩、自転車、公共交通を利用
- 通勤を公共交通機関に切り替える



- テレワークを行う

- カーシェアリングを活用する

自動車の保有台数が減ることで年間総走行距離が大きく減り二酸化炭素排出量も減少！



- 旬の食材、地元の食材でつくった菜食を取り入れた健康な食生活を実現する



食料の輸送距離が減ることで、二酸化炭素排出量も減少！

ごみが減れば焼却や埋め立て処分の過程で発生する二酸化炭素も減少！



- 製品の製造から廃棄に至る過程の二酸化炭素排出量を意識して脱炭素型の製品・サービスを選ぶ

【飲料缶の例】



消費・食

- マイバッグ、マイボトル、マイ箸、マイストロー等を使う
- 詰め替え製品など環境に配慮した製品を選ぶ
- “もの”を大切に、長く使う
- フリマ、シェアリングサービスを活用する
- 食品ロスを減らす
- 資源とごみの分別を徹底する
- 自宅でコンポストを行う



用語解説

ZEH: Net Zero Energy House (ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス)の略。使用するエネルギーと、太陽光発電などで創るエネルギーをバランスして、1年間で消費するエネルギーの量を実質的にゼロ以下にする家。

ZEH-M: Net Zero Energy House Mansionの略。ZEHの集合住宅のこと。

ZEV: Zero Emission Vehicle (ゼロ・エミッション・ビークル)の略。走行時に二酸化炭素等の排出ガスを出さない電気自動車 (EV) や燃料電池自動車 (FCV)、プラグインハイブリッド自動車 (PHV) のこと

省エネルギーに取り組むとこんなにお得！

	取組	二酸化炭素削減効果	年間の光熱費の節約効果
リビング	暖房時20℃・冷房時28℃（室温）を目安にエアコンの温度を設定する	冷房 暖房 14.8 kg-CO ₂ 26.0 kg-CO ₂	合計 2,920円
	家電、パソコンなどの省エネモードを活用する	パソコン 6.2 kg-CO ₂	440円
	電気カーペット、こたつの設定温度を低めに設定する	電気カーペット	91.0 kg-CO ₂
こたつ		24.0 kg-CO ₂	1,720円
台所	冷蔵庫の温度設定を季節に応じて調整する	30.2 kg-CO ₂	2,170円
	冷蔵庫にもものを詰め込みすぎない	21.4 kg-CO ₂	1,540円
	冷蔵庫を壁から適切な間隔で設置する	22.1 kg-CO ₂	1,580円
	炊飯器の長時間保温をしない	22.4 kg-CO ₂	1,610円
	電気ポットの長時間保温をしない	52.6 kg-CO ₂	3,770円
バス・トイレ	こまめに水道やシャワーを止める	30.7 kg-CO ₂	4,000円
	トイレを使わない時は、電気便座のふたを閉める	17.1 kg-CO ₂	1,220円

出典：東京都「家庭の省エネハンドブック2023年度版」

めざそう！ 2030年度二酸化炭素46%削減（2013年度比）

中野区では、「2050年までに二酸化炭素排出量実質ゼロ」をめざし、区内の二酸化炭素排出量を2013年度比で46%削減することを目標にしています。

