

夏休みに取り組む7つのこと

取り組む行動に☑をつけましょう。新学期になったら、Chromebookに入力しましょう。



水道やシャワーの水を出しっぱなしにしない



水を使用すると、浄水場、水再生プラザ（下水処理場）、そして家にある水回りの電気製品など、さまざまな場所で電気が使われます。節水することで発電に伴うCO₂排出量の削減につながります。

年間のCO₂削減量*

11kg-CO₂/世帯
水使用量を約2割削減した場合



マイバッグ・マイボトルを使う



マイバッグ・マイボトルを使用することで、ごみが減り、ごみを燃やすときのCO₂排出量の削減につながるだけでなく、海洋汚染などの環境負荷を軽減することにもつながります。

年間のCO₂削減量*

5kg-CO₂/人
使い捨てレジ袋・ペットボトルの代わりにマイバッグ・マイボトルを活用した場合



今持っている服を長く大切に着よう



日本では手放した服70%近くがリサイクルやリユースされずに処分されています。服を長く着ることで、廃棄量が減り、CO₂排出量の削減につながります。この他にも、無駄な服を買わないことも重要です。

年間のCO₂削減量*

194kg-CO₂/人
衣類の購入量を1/4程度にした場合



徒歩・自転車・公共交通機関を利用する



バスや鉄道などは、自家用車と比べ、一人当たりのCO₂排出量が少ない移動手段です。また、徒歩や自転車は移動に伴うCO₂の排出がありません。これらの移動手段を積極的に利用することが、CO₂排出量の削減につながります。

年間のCO₂削減量*

410kg-CO₂/人
自動車移動（通学以外）がバス・電車・自転車に変わった場合



食べ残しをしない



本来食べられるのに捨てられる食品の量は日本で年間約472万tにのぼります。これは皆さんが毎日おにぎり約1個分のご飯を捨てているのと同じです。食品ロスを削減することは、ごみの削減と、ごみを燃やすときのCO₂排出量の削減につながります。

年間のCO₂削減量*

54kg-CO₂/人
家庭と外食の食品ロスがゼロになった場合



エアコンの温度を下げ過ぎない



日本の家電は、70%以上が火力発電によって作られています。その燃料は石油・石炭・天然ガスといった化石燃料です。電気製品の使用を抑えることで、発電に伴う化石燃料の使用が減り、CO₂排出量の削減につながります。

年間のCO₂削減量*

19kg-CO₂/人
冷房の設定温度を今よりも1℃高くした場合

※CO₂削減量は、環境省ホームページ「ゼロカーボンアクション30」を参照



独自の取り組みを書きましょう。

環境についてもっと知りたい・学びたい・伝えたい

環境を楽しく学べる大イベント！

環境広場
さっぽろ2026

日時：8/1（土）・8/2（日）
10:00～16:00

場所：大和ハウス プレミストドーム
（札幌ドーム）

入場
無料



ライフスタイルを脱炭素型に！

ゼロカーボン都市
さっぽろ
情報発信WEB

脱炭素型ライフスタイルに
つながる様々な情報をチェック！



環境のために取り組んでいる活動の
発表を行うコンテスト！

さっぽろこども環境
コンテスト2026

参加団体の募集は今年9月頃
から開始する予定です。

日時：12/5（土）午後
場所：札幌エルプラザ3階ホール

参加
無料



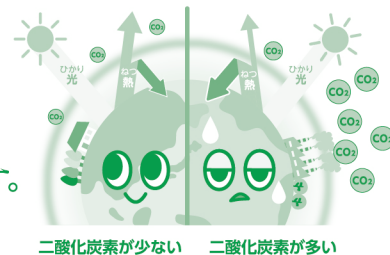
年 組 名前

ECO-LIFE REPORT SUMMER 2026



地球温暖化とは？

私たち人間は、石油や石炭、天然ガスなどの化石燃料を大量に消費し、温室効果ガスのひとつであるCO₂を大気中に放出しています。本来、温室効果ガスには地表から放射される熱を吸収・放出する働きがありますが、これが過剰になると、宇宙へ放出されるはずの熱が大気中に留まってしまいます。これが地球温暖化です。2026年の今、すでに札幌の四季にも変化の兆しが現れ始めています。このままでは、2100年までに札幌の気温が 4.9℃上昇すると予測されています。



二酸化炭素が少ない 二酸化炭素が多い

地球温暖化と気候変動

地球全体の平均気温が上昇した結果、今どのような「気候危機」が現実のものとなっているのでしょうか。私たちが暮らす環境や未来を守るためにも、まずは今起きている環境変化に目を向けてみましょう。

水不足が深刻に



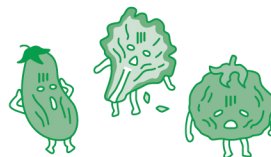
世界では干ばつなどによる水不足が起こっています。水をめぐる争いが起こった場所もあります。

自然災害が増えている



台風・洪水・干ばつなどの異常気象による災害が増えています。

農作物の収穫量が減る



お米や野菜が今までどおりに育たなくなっています。

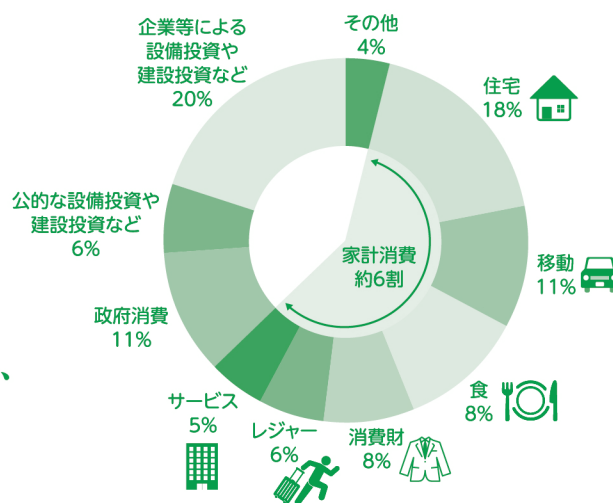
多くの生き物が絶滅の危機に



気候の変化に適応できずに、多くの動物や植物の絶滅が進んでいます。

地球温暖化の影響を最小限に抑えるために

温暖化を抑えるには化石燃料の使用を減らし、CO₂の排出を抑えることが重要です。しかし、「話が大きすぎて実感がわかない」「自分一人ではどうしようもない」と感じるかもしれません。実は、日本で消費される製品やサービスから出るCO₂の約6割は、衣食住を中心とする私たちの日常生活に起因しています。2026年の今、私たち一人ひとりの小さな選択の積み重ねが、未来を変える大きな力になります。



出典「資料：国立環境研究所及び地球環境戦略研究機関 (IGES) にて推計」

地球の、そして私たちの未来のために、この夏、ライフスタイルを見直してみませんか？