

恐れ入りますが、
110円切手を
お貼ください

770-8571

徳島市幸町2丁目5番地

徳島市 環境保全課 行

③ 〒770-8571 徳島市幸町2丁目5番地

エコライフカレンダー2026
編集・発行
徳島市環境部
環境保全課
〒770-8571
徳島市幸町2丁目5番地
TEL:088-621-5213
FAX:088-621-5210
eco life
くらしの中のエコライフ
260
VEGETABLE
OIL INK
リサイクル適性 A
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

カレンダーの使い方

このカレンダーは、「家庭でできる地球温暖化対策」を紹介するとともに、環境家計簿として活用できます。
カレンダーを使って、みなさんの家庭から排出される温室効果ガス(二酸化炭素:CO₂)を減らしましょう。

環境家計簿 ～各月のCO₂排出量を算定してみましょう～

請求書に記載されている使用量を記入。

使用量に排出係数をかけるとCO₂排出量が計算できます。
この値3か月分を、巻末の「アンケート用紙」に記入し、提出してください。

金額はCO₂排出量の計算に使いませんが参考にお書きください。

項 目		使用量	排出係数	CO ₂ 排出量	金 額	
電気	今年	kWh	×0.448	A	円	
	前年	kWh		B	円	
都市ガス or LPガス	今年	m ³	×2.14(都) ×6.5(LP)	C	円	
	前年	m ³		D	円	
今月のCO ₂ 排出量 合計(A+C)			kg	前年同月のCO ₂ 排出量 合計 (B+D)		kg

各項目のCO₂排出量の合計を記入。

お使いのガスの種類によってどちらかの排出係数をご利用ください。

環境家計簿とは、電気やガス使用量から、みなさんの家庭から排出されるCO₂の量を把握することができるものです。環境家計簿を活用し、毎日の生活の中で、エネルギーをどれだけ消費しているのかを知り、ご家庭での生活行動を見直すなど、環境にやさしい生活を実践してみましょう。

例) 1か月の電気使用量が400kWh、LPガス使用量が10m³の場合

【電 気】400kWh×0.448(係数)=179.2kg

【LPガス】10m³×6.5(係数)=65kg

【合 計】179.2kg+65kg=244.2kg

※電気の排出係数は令和6年度の四国電力(株)の値を使用しています。

※電気の排出係数は、毎年変化がありますが、前年と排出量を比較していただくために同一にしています。

※都市ガスの排出係数は、四国ガス(株)の値を使用しています。

※LPガスの排出係数は、日本LPガス協会の値を使用しています。

全国の標準的な家庭のCO₂排出量(参考値)

世帯人数		1人	2人	3人	4人	5人	6人以上
1か月あたり 平均(kg)	電気	86	140	182	208	235	315
	都市ガス	15	32	42	48	57	48
	LPガス	8	13	14	16	17	20

※環境省「令和5年度 家庭部門のCO₂排出実態統計調査(確報値)」をもとに試算

エコグッズをもらおう!

環境家計簿に取り組んだ結果を、巻末の「アンケート用紙」で徳島市まで送付してください。
送付していただいた方の中から抽選で10名の方に、エコグッズを差し上げます。

※今年度より、徳島市在住の方に限ります。

(締め切り:2027年1月29日まで)



徳島市イメージアップキャラクター
「トクシィ」

地球温暖化とは?

地球の表面は、太陽のエネルギーで温められています。また、地球も温められた熱を地表から宇宙に放出していますが、一部の熱は大気中の二酸化炭素などの温室効果ガスに吸収されて、再び地表を温めます。これを温室効果と呼びます。温室効果がない場合の地表の温度は、マイナス19℃と見積もられていますが、温室効果のために現在の地球の平均気温は、約15℃となっています。このように、温室効果ガスは生物が生きるためには不可欠なものです。しかし、1750年頃から始まった産業革命以降、人間は石油や石炭などの化石燃料を燃やして使用することなどで、大量の温室効果ガスを排出した結果、温室効果が強まり、気温が上昇しています。これが地球温暖化です。



地球温暖化が進むとどうなるの?

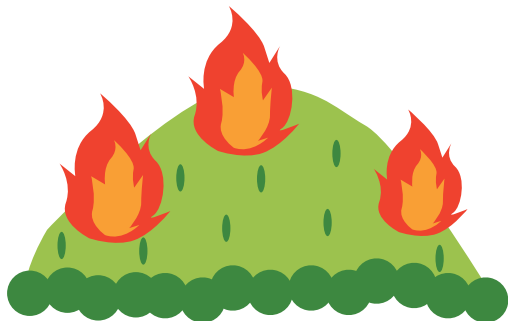
地球温暖化が進むと気温が上昇し、雨の量が増えたり、海面が上昇したりします。また、異常気象がおこる回数も増えて、植物や動物、そしてわたしたち人間社会にも様々な影響を与えます。

海面上昇



気温の上昇によって、南極やグリーンランドの氷床が溶けることで、海面が上昇しています。南太平洋の島国では、国土全体が海に沈んでしまう危険性があります。

異常気象の増加



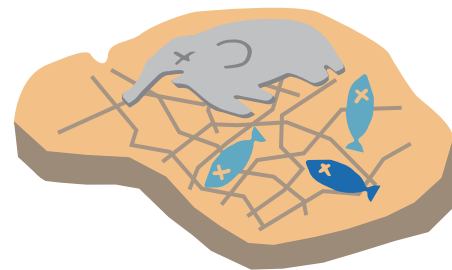
乾燥している地域は干ばつがより深刻になり、一方で地域により豪雨やどか雪が激しくなるなど、地域間で気候変動の影響が大きくなります。乾燥が進むと、山火事を誘発し、木々が燃えると二酸化炭素を吸収する森が減少し、燃焼により大量の温室効果ガスが排出されるという悪循環になります。

気候の亜熱帯化



日本の気候が亜熱帯化しています。ゲリラ雷雨が増えたり、夏の暑さが厳しく、冬の寒さが緩やかになったりしています。日本の四季があいまいになり、東南アジアのような気候に近づく傾向にあります。

自然環境への影響



動植物は自らの生育に適した地域に生息していますが、地球温暖化によって気温等が変化すると、変化に適応できない種が減少・絶滅し、生態系のバランスがくずれます。

冬の省エネ

効率的な暖まり方を考えよう!



下の絵の中でecoなポイントを探してみよう



答え合わせ

eco
ポイント ①

カーテンは厚手のもの、長めの丈にすると冷
気が入りにくいよ

eco
ポイント ②

暖房器具は冷気の入りやすい窓際に設置し
よう

eco
ポイント ③

電気毛布を羽織ったり、ひざにかけたりすると
あたたかいよ

eco
ポイント ④

温・湿度計を設置しよう。湿度が上がると体感
温度が上昇するよ

eco
ポイント ⑤

厚手のルームソックスやアームウォーマー、
ネックウォーマーで手首・足首・首を暖めよう

eco
ポイント ⑥

こたつやカーペットの下には断熱マットを敷く
ことで底冷え防止に

eco
ポイント ⑦

ホットカーペットは人がいる所だけあたためよう

夏よりもエネルギー消費量が多くなりがちな冬。
少しの工夫でeco生活に取り組み、
快適に過ごしましょう。

2025年12月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

2026 January
(令和8年) 睦月

1



2026 February
(令和8年) 如月

省エネルギー月間

2



3月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

日	月	火	水	木	金	土
				1 元日 省エネルギーの日	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12 成人の日	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

日	月	火	水	木	金	土
1 省エネルギーの日	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11 建国記念の日	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23 天皇誕生日	24	25	26	27	28

環境家計簿 ひと月ごとの使用量を請求書やメーターなどで確認して記入してみましょう!今月はどのくらいCO₂を排出しましたか?

項 目		使用量	排出係数	CO ₂ 排出量	金 額
電気	今年	kWh	×0.448	A kg	円
	前年	kWh		B kg	円
都市ガス or LPガス	今年	m ³	×2.14(都) ×6.5(LP)	C kg	円
	前年	m ³		D kg	円
今月のCO ₂ 排出量				合計 (A+C) kg	
前年同月のCO ₂ 排出量				合計 (B+D) kg	

項 目		使用量	排出係数	CO ₂ 排出量	金 額
電気	今年	kWh	×0.448	A kg	円
	前年	kWh		B kg	円
都市ガス or LPガス	今年	m ³	×2.14(都) ×6.5(LP)	C kg	円
	前年	m ³		D kg	円
今月のCO ₂ 排出量				合計 (A+C) kg	
前年同月のCO ₂ 排出量				合計 (B+D) kg	



旬野菜の
良いこと
たくさん



旬を食べよう!



～地元から とれた野菜で 排ガス減～

地元でとれた旬野菜は環境にやさしい



遠くから運んでくると、運搬に
たくさんのエネルギーを消費します。



CO₂



徳島県産

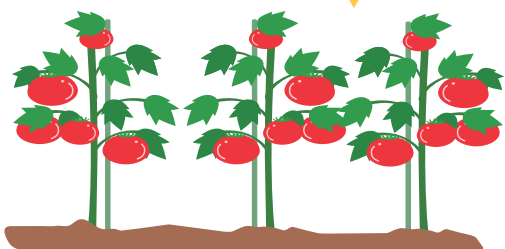


CO₂

CO₂

県外から

夏



冬



旬の時期以外はたくさんの
エネルギーをかけて作られています。

健康維持に役立つ旬野菜の効果



夏野菜は体を冷やす(きゅうり・なすなど)
冬野菜は体を温める(根菜など)



旬の食材は一年の中で
最も栄養価が高く一番おいしい

旬野菜に出合える! 産直市にいこう



とくしまマルシェ

徳島市東船場町1丁目(しんまちボードウォーク)



徳島びっくり日曜市

徳島市問屋町60番地 (協)徳島繊維卸団地



なっとく市場

徳島市大松町榎原外77番地の11

このほかにも、たくさんの産直市があります。

2月

日 月 火 水 木 金 土
1 2 3 4 5 6 7
8 9 10 11 12 13 14
15 16 17 18 19 20 21
22 23 24 25 26 27 28

2026 March
(令和8年) 弥生

3



旬の野菜を食べよう



菜の花



にんじん

2026 April
(令和8年) 卯月

みどりの月間
(4/15~5/14)

4



5月

日 月 火 水 木 金 土
1 2
3 4 5 6 7 8 9
10 11 12 13 14 15 16
17 18 19 20 21 22 23
24 25 26 27 28 29 30
31

日	月	火	水	木	金	土
1 省エネルギーの日	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20 春分の日	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

日	月	火	水	木	金	土
			1 省エネルギーの日	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29 昭和の日	30		

環境家計簿 ひと月ごとの使用量を請求書やメーターなどで確認して記入してみましょう!今月はどのくらいCO₂を排出しましたか?

項目	使用量	排出係数	CO ₂ 排出量	金額
電気	今年 kWh	×0.448	A kg	円
	前年 kWh		B kg	円
都市ガス or LPガス	今年 m ³	×2.14(都) ×6.5(LP)	C kg	円
	前年 m ³		D kg	円

今月のCO₂排出量

合計(A+C)

kg

前年同月のCO₂排出量

合計 (B+D)

kg

項目	使用量	排出係数	CO ₂ 排出量	金額
電気	今年 kWh	×0.448	A kg	円
	前年 kWh		B kg	円
都市ガス or LPガス	今年 m ³	×2.14(都) ×6.5(LP)	C kg	円
	前年 m ³		D kg	円

今月のCO₂排出量

合計(A+C)

kg

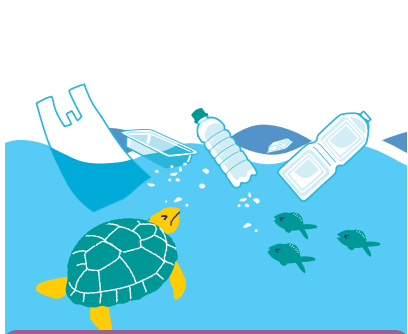
前年同月のCO₂排出量

合計 (B+D)

kg

できるところから脱プラスチック

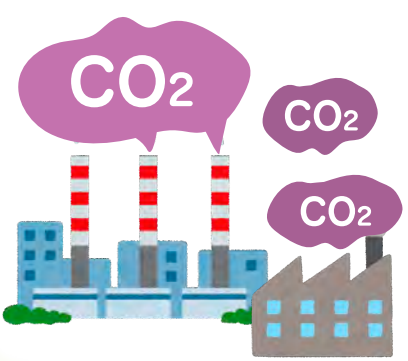
プラスチックの問題



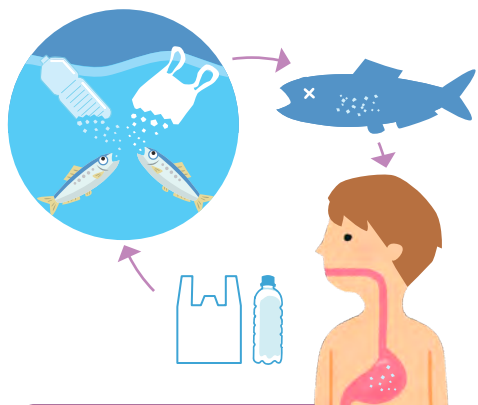
生態系への影響



資源の枯渇



燃焼時に発生する
大量のCO₂



マイクロ
プラスチック

すぐにできる取り組み

マイボトル

お出かけのときはマイボトルを持参しましょう。保冷・保温もできて便利です。



マイバッグ

お買い物にはマイバッグを持参しましょう。耐久性のあるエコバッグをひとつ持っておくと長く使えます。



蓋つきの容器・シリコンバッグ

食品の調理や保存には、蓋つきの容器やシリコンバッグを使い、ラップの使用を減らしましょう。



脱プラスチックの ポイント

- 1 プラスチック問題に興味を持つ
- 2 なにができるかを考える
- 3 無理のない範囲で、挑戦する

なにができるかな…



4月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

2026 May
(令和8年) 皁月

5



旬の野菜を食べよう



さやえんどう

スイート
コーン

2026 June
(令和8年) 水無月

6



7月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

日	月	火	水	木	金	土
					1 省エネルギーの日	2
3 憲法記念日 ごみの日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30 ごみゼロの日

日	月	火	水	木	金	土
	1 徳島市民環境週間 省エネルギーの日	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

環境家計簿 ひと月ごとの使用量を請求書やメーターなどで確認して記入してみましょう!今月はどのくらいCO₂を排出しましたか?

項 目		使用量	排出係数	CO2排出量	金 額
電気	今年	kWh	×0.448	A kg	円
	前年	kWh		B kg	円
都市ガス or LPガス	今年	m³	×2.14 (都) ×6.5 (LP)	C kg	円
	前年	m³		D kg	円

今月のCO2排出量		前年同月のCO2排出量	
合計 (A+C)	kg	合計 (B+D)	kg

項 目		使用量	排出係数	CO2排出量	金 額
電気	今年	kWh	×0.448	A kg	円
	前年	kWh		B kg	円
都市ガス or LPガス	今年	m³	×2.14 (都) ×6.5 (LP)	C kg	円
	前年	m³		D kg	円
今月のCO2排出量				前年同月のCO2排出量	
合計 (A+C)		kg	合計 (B+D)		kg

エアコンのかしこい使い方

～白くまも 嘆いているよ あっちっち～



暑い時期が長くなっているからこそ、エアコンをeCOにお得に使いましょう。

暑い～。もうちょっと涼しくしたいな～。

設定温度を1度下げる

設定温度はそのまま、強風にする

GOOD!

エアコンの風向きは？
(冷房時)

下向きにする

水平にする

GOOD!

ちょっと外出…。エアコン消す？

少しの時間でも消す

少しの時間なら消さない

GOOD!

送風機が早く回るだけで電力量はあまり変わりません。

冷たい空気は下にたまる性質があるため、風向きを水平にすることで室内全体に自然と冷気が行き渡り、効率的に部屋全体を涼しくすることができます。

外出が30分以内であれば、つけっぱなしの方がお得です。エアコンは起動時に最も電力を消費します（外気温と室温の状況にもよります）。

6月
日 月 火 水 木 金 土
1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12 13
14 15 16 17 18 19 20
21 22 23 24 25 26 27
28 29 30

2026 July
(令和8年) 文月

7

旬の野菜を食べよう
オクラ なす

2026 August
(令和8年) 葉月

8

9月
日 月 火 水 木 金 土
1 2 3 4 5
6 7 8 9 10 11 12
13 14 15 16 17 18 19
20 21 22 23 24 25 26
27 28 29 30

日	月	火	水	木	金	土
			1 省エネルギーの日	2	3	4
5	6	7 クールアース・デー	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20 海の日	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

日	月	火	水	木	金	土
						1 省エネルギーの日 夏の省エネ総点検の日
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11 山の日	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 30	24 31	25	26	27	28	29

環境家計簿 ひと月ごとの使用量を請求書やメーターなどで確認して記入してみましょう!今月はどのくらいCO₂を排出しましたか?

項 目		使用量	排出係数	CO2排出量		金 額
電気	今年	kWh	×0.448	A	kg	円
	前年	kWh		B	kg	円
都市ガス or LPガス	今年	m³	×2.14 (都) ×6.5 (LP)	C	kg	円
	前年	m³		D	kg	円
今月のCO2排出量				前年同月のCO2排出量		
合計 (A+C)		kg		合計 (B+D)		kg

項 目		使用量	排出係数	CO2排出量		金 額
電気	今年	kWh	×0.448	A	kg	円
	前年	kWh		B	kg	円
都市ガス or LPガス	今年	m³	×2.14 (都) ×6.5 (LP)	C	kg	円
	前年	m³		D	kg	円
今月のCO2排出量				前年同月のCO2排出量		
合計 (A+C)		kg		合計 (B+D)		kg



「もったいない」から
はじめよう

フードロス削減



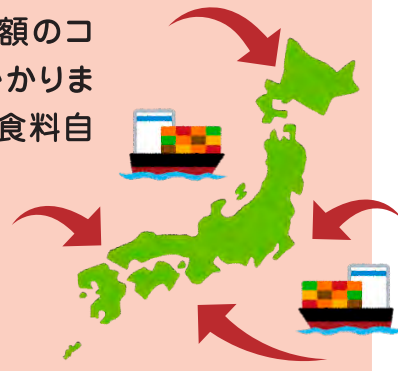
問題1 環境への負荷

燃焼時に発生する温室効果ガスが
増加します。



問題2 経済的損失

ごみ処理には多額のコ
スト(税金)がかかりま
す。また、日本の食料自
給率は低く、
その多くを輸
入に頼ってい
ます。



問題3 資源の浪費

世界では人のために生産された食料の
約3分の1を廃棄しています。



今日からできる!捨てないための心がけ

記録してみよう!



冷蔵庫の中を把握する



買い物時:買いすぎない



調理時:作りすぎない

memo

廃棄した食材はどんなもの?

例) もらいもののお菓子、期限切れ

次からこうする!

目につくところに置いて、すぐ食べる



8月
日 月 火 水 木 金 土
1 2 3 4 5 6 7 8
9 10 11 12 13 14 15
16 17 18 19 20 21 22
23 24 25 26 27 28 29
30 31

2026 September
(令和8年) 長月

9



旬の野菜を食べよう



2026 October
(令和8年) 神無月

10



11月
日 月 火 水 木 金 土
1 2 3 4 5 6 7
8 9 10 11 12 13 14
15 16 17 18 19 20 21
22 23 24 25 26 27 28
29 30

日	月	火	水	木	金	土
		1 省エネルギーの日	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24	25	26
27	28	29	30			

日	月	火	水	木	金	土
				1 省エネルギーの日 豊市記念日	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12 スポーツの日	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

環境家計簿 ひと月ごとの使用量を請求書やメーターなどで確認して記入してみましょう!今月はどのくらいCO₂を排出しましたか?

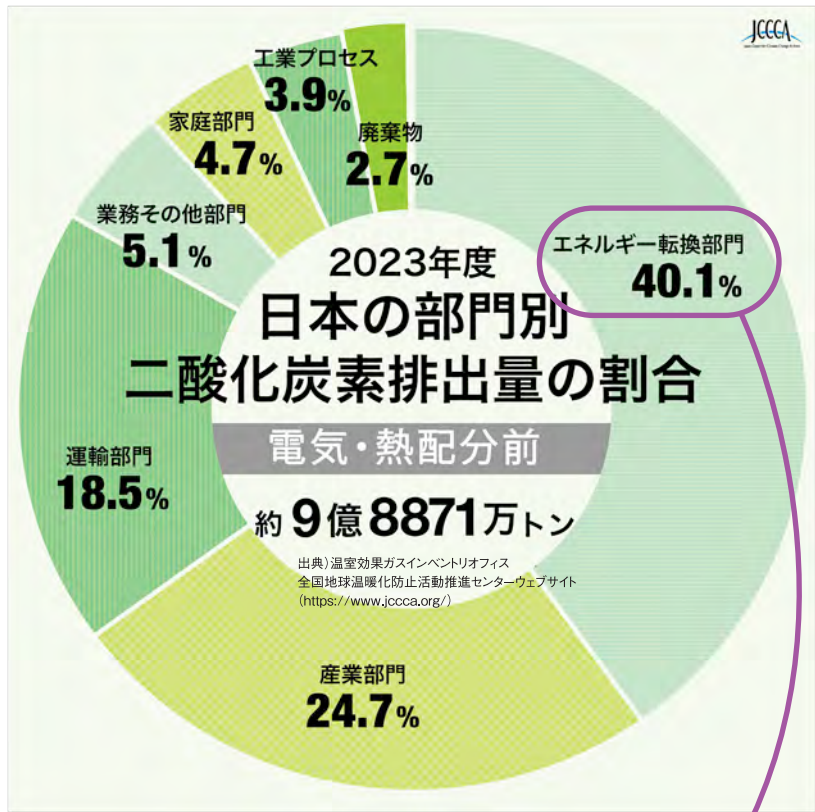
項目	使用量	排出係数	CO ₂ 排出量	金額
電気	今年 kWh	×0.448	A kg	円
	前年 kWh		B kg	円
都市ガス or LPガス	今年 m ³	×2.14(都) ×6.5(LP)	C kg	円
	前年 m ³		D kg	円
今月のCO ₂ 排出量			合計 (A+C) kg	
前年同月のCO ₂ 排出量			合計 (B+D) kg	

項目	使用量	排出係数	CO ₂ 排出量	金額
電気	今年 kWh	×0.448	A kg	円
	前年 kWh		B kg	円
都市ガス or LPガス	今年 m ³	×2.14(都) ×6.5(LP)	C kg	円
	前年 m ³		D kg	円
今月のCO ₂ 排出量			合計 (A+C) kg	
前年同月のCO ₂ 排出量			合計 (B+D) kg	

二酸化炭素はどこから？



地球温暖化の原因である温室効果ガスのひとつ、
二酸化炭素はどこから排出されているでしょうか。



最も多いのが『**エネルギー転換部門**』
エネルギー転換部門とは、発電所等の事業者です。つまりわたしたちが使う電気などのエネルギーの製造が、最もCO₂を排出しているのです。

わたしたちにできること

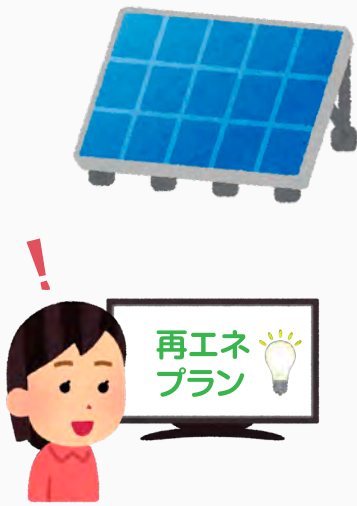
使う電気を減らそう

- エアコンなどのお手入れ・メンテナンスをしましょう。
 - 家電の買い替え
- 古い家電は電気をたくさん使います。特にエアコンや冷蔵庫は消費電力量が多いため、効果が大きいです。



クリーンな電気を使おう

- 太陽光パネルの設置
- 自宅でクリーンな電気を作ることができれば一番良いですが、手軽にはできないので…
- 100%再エネプランに切り替えよう!
- 今契約している電気プランを切り替えるだけで、地球温暖化防止に貢献できます。



10月

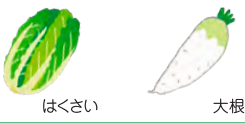
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2026 November
(令和8年) 霜月

11



旬の野菜を食べよう



2026 December
(令和8年) 師走

12



2027年1月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

日	月	火	水	木	金	土
1 省エネルギーの日	2	3 文化の日	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23 勤労感謝の日	24	25	26	27	28
29	30					

日	月	火	水	木	金	土
		1 省エネルギーの日 冬の省エネ総点検の日	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

環境家計簿 ひと月ごとの使用量を請求書やメーターなどで確認して記入してみましょう!今月はどのくらいCO₂を排出しましたか?

項目	使用量	排出係数	CO ₂ 排出量	金額
電気	今年 kWh	×0.448	A kg	円
	前年 kWh		B kg	円
都市ガス or LPガス	今年 m ³	×2.14(都) ×6.5(LP)	C kg	円
	前年 m ³		D kg	円
今月のCO ₂ 排出量			合計 (A+C) kg	
前年同月のCO ₂ 排出量			合計 (B+D) kg	

項目	使用量	排出係数	CO ₂ 排出量	金額
電気	今年 kWh	×0.448	A kg	円
	前年 kWh		B kg	円
都市ガス or LPガス	今年 m ³	×2.14(都) ×6.5(LP)	C kg	円
	前年 m ³		D kg	円
今月のCO ₂ 排出量			合計 (A+C) kg	
前年同月のCO ₂ 排出量			合計 (B+D) kg	

エコeco Q & A



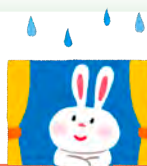
今までに、エコライフカレンダーのアンケート等でお寄せいただいた
ご質問にいくつかお答えします。

Q 電化製品を使わないときはコンセントを抜いたほうがいいの？

A コンセントをさしたままにすると「待機電力」が発生します。そのため、使用していない家電はコンセントを抜いたほうが良いです。ただし、常時通電しておく必要のある家電（冷蔵庫など）は抜かないようにしましょう。タイマー機能のある家電（炊飯器など）は抜いてしまうとリセットされてしまうことがあるので注意しましょう。オフシーズンエアコンや、待機時にも消費電力量の大きいテレビなどはコンセントを抜いておくことをお勧めします。スイッチで簡単にオン・オフできる電源タップを使えば、頻繁にプラグを抜き差ししなくて済むので便利です。



Q 雨水の利用方法は？



A 雨水は、貯めて水資源の一部として有効活用することができます。個人宅では、雨水タンクを設置することで、屋根に降った雨水を利用できるようになります。雨水は家庭菜園の水やりや、洗車、庭木への散水に利用できます。また災害時にはトイレの洗浄水としても活用できます。



Q 各家庭での自家発電は可能？

A 家庭での発電方法として、現在普及している方法は、太陽光発電システムを設置することです。自宅で電気を作れば、二酸化炭素の排出量を減らすことができ、電気代も削減できます。また、蓄電池も組み合わせれば災害への備えもできます。しかしその一方で、導入費用が高いため簡単には設置できないことがデメリットです。ポータブルのソーラーパネルと蓄電池なら、屋根に設置する方法に比べて導入費用を抑えて利用できます。エアコンなどの消費電力の多い家電には使えませんが、携帯電話の充電などには十分に使えます。



ワードサーチ

環境に関するワードサーチに挑戦してみましょう。
下記の15の単語を表の中から探してみて、マーカーでなぞってください。

カ	ヒ	ク	ヨ	リ	ウ	フ	ザ	デ	ア	マ	タ
タ	ー	ウ	ヨ	シ	ウ	ヨ	ジ	ン	メ	イ	カ
チ	イ	ボ	カ	イ	メ	ー	モ	カ	ヨ	ク	ト
ツ	ン	シ	ン	コ	ウ	デ	マ	ウ	ド	ロ	バ
ゼ	ザ	ペ	ウ	ニ	ホ	タ	コ	ヨ	ウ	プ	ウ
マ	イ	ボ	ト	ル	ユ	ウ	ク	カ	リ	ラ	カ
オ	ケ	キ	ニ	ユ	ク	ー	ロ	ヨ	ツ	ス	ウ
ン	フ	ー	ド	ロ	ス	イ	ト	ゲ	ジ	チ	コ
ダ	ジ	ヨ	ク	カ	ソ	ウ	サ	ラ	ヒ	ツ	ツ
ン	ジ	ブ	ク	ロ	ル	チ	チ	リ	ル	ク	シ
カ	ジ	ヨ	ウ	カ	ソ	ウ	サ	コ	ン	パ	ン
レ	シ	ス	ロ	ド	リ	フ	ム	ン	テ	デ	オ

探す単語

1. マイボトル
2. オンダンカ（温暖化）
3. レジブクロ（レジ袋）
4. フードロス
5. リサイクル
6. デコカツ（デコ活）
7. フウリョク（風力）
8. マイクロプラスチック
9. カイメンジョウショウ（海面上昇）
10. カーボンニュートラル
11. タイヨウコウ（太陽光）
12. オンシツコウカ（温室効果）
13. ジョウカソウ（浄化槽）
14. チサン（地産）
15. ゼッチ（ZEH）

ワードサーチ 答え合わせ



カ	ヒ	ク	ヨ	リ	ウ	フ	ザ	デ	ア	マ	タ
タ	ー	ウ	ヨ	シ	ウ	ヨ	ジ	ン	メ	イ	カ
チ	イ	ボ	カ	イ	メ	ー	モ	カ	ヨ	ク	ト
ツ	ン	シ	ン	コ	ウ	デ	マ	ウ	ド	ロ	バ
ゼ	ザ	ペ	ウ	ニ	ホ	タ	コ	ヨ	ウ	ブ	ウ
マイ	ボ	トル	ユ	ウ	ク	カリ	ラ	カ			
オ	ケ	キ	ニ	ユ	ク	ー	ロ	ヨ	ツ	ス	ウ
ン	フ	ード	ロス	イト	ゲ	ジ	チ	コ			
ダ	ジ	ヨ	ク	カ	ソ	ウ	サ	ラ	ヒ	ツ	ツ
ン	ジ	ブ	ク	ロ	ル	チ	チ	リ	ル	ク	シ
カ	ジ	ヨ	ウ	カ	ソ	ウ	サ	コ	ン	バ	ン
レ	シ	ス	ロ	ド	リ	フ	ム	ン	テ	デ	オ

1.マイボトル

お出かけの際はペットボトル飲料を買わず、お茶などを入れたマイボトルを持ち歩きましょう。使い捨て容器の使用を減らすことができます。

2.オンダンカ(温暖化)

地球温暖化とは、人間の活動により温室効果ガスが増加し、地球の平均気温が上昇し続けることです。

3.レジブクロ(レジ袋)

プラスチックの過剰な使用を抑制する目的で2020年7月1日からレジ袋の有料化が開始されました。世界の多くの国でも、レジ袋の提供の禁止や有料化が進んでいます。お気に入りのマイバッグを持ち歩きましょう。

4.フードロス

本来食べられるのに、廃棄されてしまう食品のことです。

5.リサイクル

一度使われたものを資源として再生し、もう一度利用することです。段ボールやチラシなどは、リサイクルできるように、「雑誌・段ボール・紙パック」の日に出すようにしましょう。

6.デコカツ(デコ活)

環境省が推進する、「脱炭素につながる新しい豊かな暮らしを創る国民運動」のことです。

7.フウリョク(風力)

風力発電は再生可能エネルギーのひとつで、発電時に二酸化炭素を排出しないクリーンなエネルギーを作ることができます。一方で、騒音や景観、野鳥への影響などの課題があり、適切な立地選定が重要です。

8.マイクロプラスチック

5mm未満の大きさの微細なプラスチックで、ペットボトルなどのプラスチックが紫外線や波の力で碎けて環境中に放出されます。自然には分解されにくく海に蓄積して生態系に悪影響を与えます。

9.カイメンジョウショウ(海面上昇)

地球温暖化による影響のひとつで、極地の氷が解けたり、海水が膨張することにより発生します。海拔の低い地域が海に沈んでいくという深刻な影響が出ています。

10.カーボンニュートラル

温室効果ガスの「排出量」から、植林などによる「吸収量」を差し引いて、合計を実質的にゼロにすることです。日本は2050年までにカーボンニュートラルを実現することを宣言しています。

11.タイヨウコウ(太陽光)

太陽光発電は再生可能エネルギーのひとつで、発電時に二酸化炭素を排出しません。家庭用から事業用まで様々な規模で導入が進んでいる一方で、メガソーラー設置に伴う森林伐採など、課題もあります。

12.オンシツコウカ(温室効果)

温室効果ガスとは、二酸化炭素やメタンのように、太陽からの熱を大気中に閉じ込め、地球を温める効果のある気体のことです。

13.ジョウカソウ(浄化槽)

下水道が整備されていない地域で家庭や事業所から出る汚水を処理し、きれいにしてから放流する設備のことです。適切な汚水処理は河川や海の水質保全に不可欠で、生活排水をそのまま流すと水質の悪化の原因となります。

14.チサン(地産)

食材等の地産地消は運搬に伴う温室効果ガスの削減につながります。

15.ゼッチ(ZEH)

ZEHとはnet Zero Energy House(ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス)の略語であり、「エネルギー収支をゼロ以下にする家」という意味です。

アンケートに答えて プレゼントを もらおう

右記の「アンケート用紙」に、氏名、住所、環境家計簿に取り組んだ結果など必要事項を記入し、切り取ってのりづけし、封筒を作ってください。徳島市まで送付していただいた方の中から抽選で10名の方にエコグッズを差し上げます。
※今年度より徳島市在住の方に限ります。
※エコグッズは1月末の締め切り後に発送予定です。

【締め切り】
2027年1月29日まで

アンケート用紙に記入いただく結果は、環境家計簿に取り組んだ連続する3か月分について提出してください。

※記入いただいた個人情報は、当該事業の範囲のみで使用します

① ここにのりをつけて ①' に貼り合わせる

①' ここに ① を貼り合わせる

アンケート用紙 (2026)

氏 名

電話番号

住 所

〒

環境家計簿			月	月	月
電 気	今年	CO ₂ 排出量	kg	kg	kg
	前年		kg	kg	kg
都市ガス or LPガス	今年	CO ₂ 排出量	kg	kg	kg
	前年		kg	kg	kg

問1 ご家族の人数は?(記入者を含む)

_____ 人

問2 あなたの年齢は?

☐ 19歳以下 ☐ 20歳代 ☐ 30歳代 ☐ 40歳代
☐ 50歳代 ☐ 60歳代 ☐ 70歳代 ☐ 80歳代以上

問3 お住まい(住居)の形態は?

☐ 一戸建て(持ち家) ☐ 一戸建て(借家)
☐ 分譲マンション ☐ 賃貸アパート・マンション

問4 エコライフカレンダーの中で実践してみたい項目や印象に残っている項目をご記入ください。

問5 あなたが作った環境川柳を教えてください。(環境保全事業内で使用させていただくことがあります。)

問6 エコライフカレンダーに関するご意見・ご要望があればご記入ください。

ご協力ありがとうございました。

② ここにのりをつけて ②' に貼り合わせる

②' ここに ② を貼り合わせる

③ ここにのりをつけて ③' に貼り合わせる