

未来のためのエコ習慣

地球温暖化を止めよう！

近年において、記録的な大雨や厳しい暑さなど、これまでにない異常気象が毎年のように話題となっています。2025年3月に公表された「日本の気候変動2025」では、これまでの観測データと将来予測をもとに、日本がこれから直面する気候変動の深刻な影響についてまとめられています。未来のために、いま私たちができることを考え、行動していきませんか。

 日本の気候変動の現状

日本では、過去100年で平均気温が約1.4℃上昇しており、これは世界平均よりも速いペースだそうです。将来的にも年平均気温は上昇すると予測され、多くの地域で猛暑日や熱帯夜の日数が増加、冬日の日数が減少すると予測されています。こうした気候の変化は、私たちの暮らしや社会にさまざまな影響を及ぼしており、地球温暖化への対策はますます重要になっています。

 私たちにできるエコ習慣

地球温暖化は、温室効果ガス(主にCO₂)が増えることで、地球全体の気温が上昇する現象とされています。日常生活の中で取り組める、CO₂削減につながる具体的な行動をご紹介します。

1. 移動手段を見直す

自動車の使用を減らし、徒歩・自転車・公共交通機関を活用する。
急発進・急加速を避けて燃費を向上させるエコドライブを心がける。

2. エネルギー・水の使い方を見直す

節電: 不要な電気を消す、LED照明に切り替える、省エネ家電を選ぶ。

節水: 節水型シャワーやトイレを導入する。洗濯や食器洗いの回数や方法を工夫して水の使用量を減らす。

3. 食生活を見直す

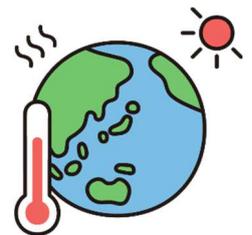
地元産・旬の食材を選び、輸送にかかるCO₂排出を減らす。

食品ロスを減らす。買いすぎを防ぎ、食材を使い切ることで廃棄に伴う環境負荷を軽減する。

4. ごみの減量とリサイクル

自治体のルールに従い、ごみの分別を徹底する。リサイクル可能な資源を分別することで、廃棄物の焼却によるCO₂排出を減らす。

マイバッグ・マイボトル・マイ箸を活用し、使い捨てを減らす。



どれも小さな行動ですが、積み重ねることで地球の未来を守る大きな力につながります。

私たち一人ひとりが意識を持って、日々の暮らしの中で行動していきたいですね。

出典: 気象庁・文部科学省「日本の気候変動2025」