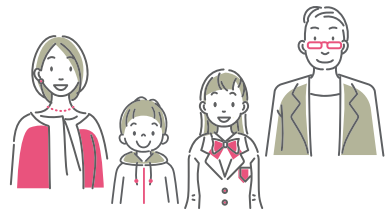


## ▶ ガイドブックに載っていること以外にできることは？



面倒なことや我慢をしなくても、脱炭素のために  
できることがたくさんあるんだね。  
ガイドブックに載っていること以外にもできることは  
あるのかな？

できることは他にもあります！  
詳しくは、ウェブサイトをご覧ください！

○県の脱炭素に関する情報を脱炭素ポータルで紹介しています。

<https://www.pref.kanagawa.jp/osirase/0502/kanagawa-datsutanso-portal/>



○気候変動の影響や基礎知識に関する情報を  
かながわ気候変動WEBで紹介しています。

[https://www.pref.kanagawa.jp/osirase/0323/climate\\_change/index.html](https://www.pref.kanagawa.jp/osirase/0323/climate_change/index.html)



○神奈川県では脱炭素社会の実現に向けて  
「かながわ脱炭素ビジョン2050」を公表しています。

現在、そして未来のいのちを守るために県民、企業・団体、行政が  
目指すべき姿や今からできる行動の選択肢などを提示しています。

<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/ap4/bijyon/datutanso-bijyon.html>



○「うちエコ診断WEBサービス」(環境省)でうちの光熱費削減に  
つながる効果的な取組みがわかります。

<https://webapp.uchieco-shindan.jp/>



今から始めて  
得ませんか？



## 脱炭素型ライフスタイル ガイドブック

お財布にも地球にもやさしい脱炭素型の暮らし



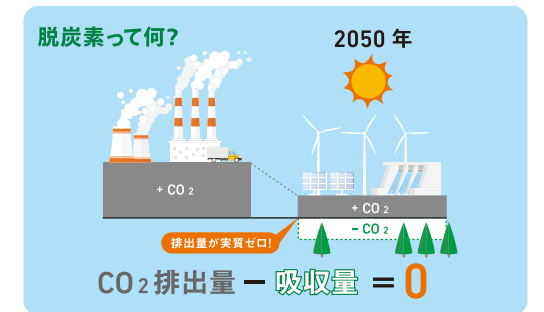
## index

神奈川県が目指す脱炭素社会	P 2
リビングでの脱炭素型ライフスタイル	P 3
キッチンでの脱炭素型ライフスタイル	P 5
バスルーム・トイレでの脱炭素型ライフスタイル	P 7
自分でできる省エネリフォーム「省エネDIY」	P 8
住まいの脱炭素型ライフスタイル	P 9
(参考) 脱炭素と家庭の省エネ	P10
ガイドブックに載っていること以外にできることは?	P11

## ▶ 神奈川県が目指す脱炭素社会

### そもそも脱炭素(カーボンニュートラル)とは?

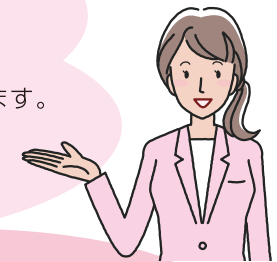
二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)をはじめとする温室効果ガスの排出量を実質的にゼロにすることです。「実質的にゼロ」とは、人為的に大気中に排出される温室効果ガスの量から、植林、森林管理などにより吸収される温室効果ガスを差し引いて、合計を実質ゼロにすることを意味します。



### なぜ神奈川県は、脱炭素社会を目指しているの?

近年、夏季の最高気温の上昇や集中豪雨の発生など、気候変動を実感することがありませんか?これは私たち人間の活動による影響が大きく関係しているんです。

私たちは日々の暮らしの中で、CO<sub>2</sub>などの温室効果ガスを排出しています。それが地球温暖化につながり、大雨や猛暑などをもたらし、将来はもっとひどくなるおそれがあるんです。



こうした気候変動の状況に歯止めをかけるため、神奈川県では「2050年脱炭素社会の実現」を目指し、再生可能エネルギーの導入促進や省エネルギー対策に取り組んでいます!

### 脱炭素型ライフスタイルって何だろう?



でも、脱炭素って何ができるんだろう? 家でもできそうなのは「省エネ」だけど... そもそも「省エネ」って脱炭素につながるのかな?



「省エネ」ってこまめに電気を消すこととかかな? よくわからないけど、面倒くさいことや我慢するのはいやだな

省エネも立派な脱炭素への近道です! 実は手間をかけずに我慢しない省エネ対策で、家計にやさしい健康的な **脱炭素型ライフスタイル**が実現できます!





## リビングでの脱炭素型ライフスタイルを紹介します!



○ ご家庭の家電を省エネ家電に買い替えると...

10年前のエアコンをお使いの皆様へ朗報です!  
最新の家電に買い替えると、  
1年間で約2,850円もお得になります!



最新エアコンならこんなことができます! (※搭載されている各機能はエアコンの機種によって異なります。)

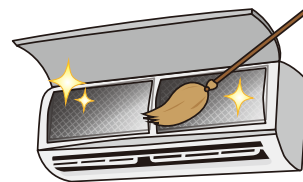
### 1、キレイな空気をキープして清潔空間に

- 花粉・タバコの煙・浮遊菌などを除去する空気清浄機能や除菌機能付きの製品もあります。



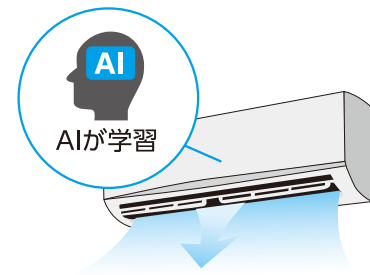
### 2、手間をかけずにお手入れカンタン

- ホコリ・カビ・菌・においなどの付着を抑制・除去する多彩なクリーン機能を搭載しています。
- 自動でフィルターのお掃除をしてくれるタイプもあります。



### 3、賢い設定機能でいつでも快適&節電

- 高性能センサーやAI(人工知能)で部屋の状況を学習し、体感温度など人の状態を見極めて快適にする製品があります。
- カメラや人感センサーにより気流をコントロールして必要なエリアを冷暖房することで節電する製品もあります。



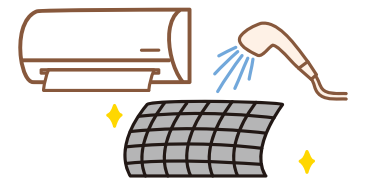
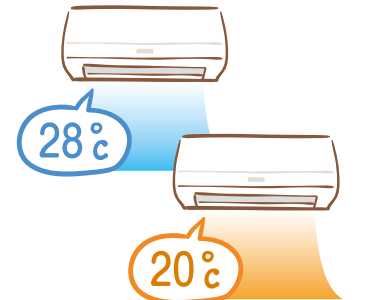
出典：一般財団法人家電製品協会2022年度版スマートライフおすすめBOOK  
<https://shouene-kaden2.net/>

## ▶ 今日からできるリビングでの脱炭素型ライフスタイル

これからできそうなものに  をつけてみましょう!

### エアコン

- |   |            |                     |
|---|------------|---------------------|
| <input type="checkbox"/> 夏の冷房時の室温は28℃を目安に | こんなにお得!    | CO <sub>2</sub> 削減量 |
|   | 940円 / 年   | 14.2kg / 年          |
| <input type="checkbox"/> 冬の暖房時の室温は20℃を目安に | 1,650円 / 年 | 24.9kg / 年          |
| <input type="checkbox"/> フィルターを月に1回~2回清掃  | 990円 / 年   | 15.0kg / 年          |



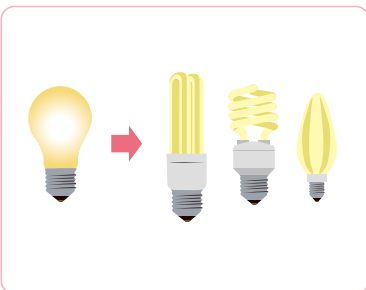
### テレビ

- |   |          |                     |
|---|----------|---------------------|
| <input type="checkbox"/> 画面の輝度(明るさ)を下げる | こんなにお得!  | CO <sub>2</sub> 削減量 |
|   | 840円 / 年 | 13.2kg / 年          |



### 電球

- |   |            |                     |
|---|------------|---------------------|
| <input type="checkbox"/> 白熱電球を蛍光ランプに取り替える       | こんなにお得!    | CO <sub>2</sub> 削減量 |
|   | 2,600円 / 年 | 39.5kg / 年          |
| または   |            |                     |
| <input type="checkbox"/> 白熱電球を省エネ型のLEDランプに取り替える | 2,790円 / 年 | 42.3kg / 年          |



年間TOTAL 約7,210円もお得! 109.6kg CO<sub>2</sub>削減!

出典：「省エネ性能カタログ2021年版」(資源エネルギー庁)を基に神奈川県作成  
省エネ効果の算出根拠 金額換算係数 電気31円/kWh  
CO<sub>2</sub>排出係数 電気 0.470kgCO<sub>2</sub>/kWh

## キッチンでの脱炭素型ライフスタイルを紹介します!



○ ご家庭の家電を省エネ家電に買い替えると…

10年前の冷蔵庫をお使いの皆様へ朗報です!  
最新の家電に買い替えると、1年間で  
約5,300円～約7,160円もお得になります!



最新冷蔵庫ならこんなことができます!

### 1、もうメニューに困らない!レシピ提案

- 食材の在庫に合わせたレシピ、季節ごとのメニューなど各種機能を活用した、多彩な献立を提案してくれます。



### 2、お買い物スピードアップ、買い忘れも予防

- スマートフォンで庫内を撮影した画像が記録でき、買い忘れや重複買いが防げます。

### 3、うっかり閉め忘れても知らせてくれる

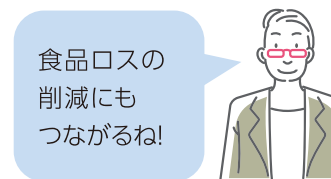
- アラーム音が聞こえない場所でもスマートフォンが閉め忘れをお知らせします。離れて暮らす家族に扉の開閉で使用状況を知らせるタイプもあります。

### 4、お出かけ先から運転状況を確認、手軽に変更

- 庫内の温度や各種設定、製氷タンクの水切れなどの運転状況をスマートフォンで確認したり、部屋ごとの冷却モードや節電設定の変更も手軽にできます。

### 5、生活パターンに合わせてかしく省エネ

- 扉の開閉状況などから、外出中や就寝中には自動的に省エネ運転に。気温情報を取得して、冬期に省エネ運転ができるモデルもあります。



出典：一般財団法人家電製品協会2022年度版スマートライフおすすめBOOK  
<https://shouene-kaden2.net/>

## ▶ 今日からできるキッチンでの脱炭素型ライフスタイル

### 冷蔵庫

- |  | こんなにお得!     | CO <sub>2</sub> 削減量 |
|--|-------------|---------------------|
| <input type="checkbox"/> 設定温度を「強」から「中」に変える | 1,910 円 / 年 | 29.0kg / 年          |
| <input type="checkbox"/> 食品をつめこみすぎないようにする  | 1,360 円 / 年 | 20.6kg / 年          |
| <input type="checkbox"/> 壁から適切な間隔で設置する     | 1,400 円 / 年 | 21.2kg / 年          |
- ※設置に対する放熱スペースは、冷蔵庫によって異なります。各メーカーのカタログ等をご確認ください。



壁から適切な間隔

### 電子レンジ

- |  | こんなにお得!     | CO <sub>2</sub> 削減量 |
|--|-------------|---------------------|
| <input type="checkbox"/> 下ごしらえをガスコンロ利用から電子レンジ利用に変える(葉菜の場合) | 1,090 円 / 年 | 12.7kg / 年          |
| <input type="checkbox"/> 下ごしらえをガスコンロ利用から電子レンジ利用に変える(根菜の場合) | 1,030 円 / 年 | 11.2kg / 年          |
| <input type="checkbox"/> 下ごしらえをガスコンロ利用から電子レンジ利用に変える(果菜の場合) | 1,170 円 / 年 | 13.6kg / 年          |



### ガスコンロ

- |  | こんなにお得!   | CO <sub>2</sub> 削減量 |
|--|-----------|---------------------|
| <input type="checkbox"/> コンロの炎が鍋底からはみ出さないように調節 | 430 円 / 年 | 5.4kg / 年           |



年間TOTAL 約8,390円もお得! 113.7kg CO<sub>2</sub>削減!

出典：「省エネ性能カタログ2021年版」(資源エネルギー庁)を基に神奈川県作成  
省エネ効果の算出根拠 金額換算係数 電気 31 円 / kWh  
CO<sub>2</sub>排出係数 電気 0.470kgCO<sub>2</sub>/kWh  
金額換算係数 ガス 180 円 / m<sup>3</sup>  
CO<sub>2</sub>排出係数 ガス 2.277kgCO<sub>2</sub>/m<sup>3</sup>



## バスルーム・トイレの脱炭素型ライフスタイルを紹介します!



### ○ 今日からできる脱炭素型ライフスタイル

#### お風呂

- |   | こんなにお得!    | CO <sub>2</sub> 削減量 |
|---|------------|---------------------|
| <input type="checkbox"/> シャワーは不必要に流したままにしない | 3,300円 / 年 | 29.1kg / 年          |
| <input type="checkbox"/> 入浴は間隔をあけずに入る       | 6,880円 / 年 | 87.0kg / 年          |



#### トイレ(暖房便座)

- |  | こんなにお得!    | CO <sub>2</sub> 削減量 |
|--|------------|---------------------|
| <input type="checkbox"/> 使わないときはフタを閉める | 1,080円 / 年 | 16.4kg / 年          |
| <input type="checkbox"/> 暖房便座の温度は低めに   | 820円 / 年   | 12.4kg / 年          |



暖房便座温度 **低**

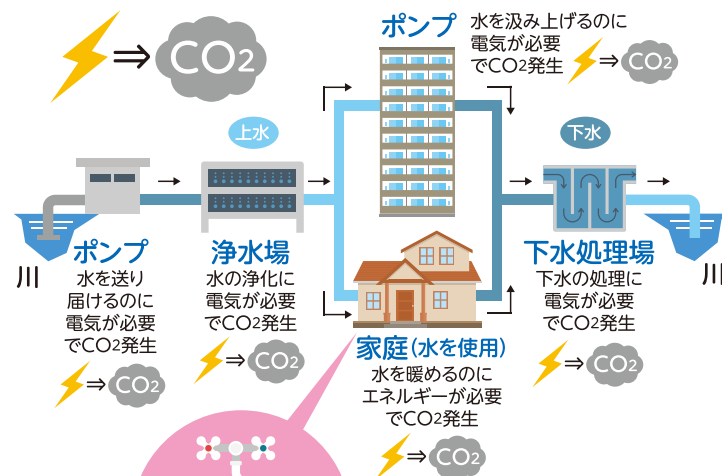
年間TOTAL 約12,080円もお得! 144.9kg CO<sub>2</sub>削減!

出典:「省エネ性能カタログ2021年版」(資源エネルギー庁)を基に神奈川県作成  
 省エネ効果の算出根拠 金額換算係数 電気 31円 / kWh  
 CO<sub>2</sub>排出係数 電気 0.470kgCO<sub>2</sub>/kWh  
 金額換算係数 ガス 180円 / m<sup>3</sup>  
 CO<sub>2</sub>排出係数 ガス 2.277kgCO<sub>2</sub>/m<sup>3</sup>  
 金額換算係数 水道228円/m<sup>3</sup>

### ○ 節水も大事な見直しポイントです!

浄水や送水、利用後の下水処理には電力が必要になるため、家庭での節水が、省エネやCO<sub>2</sub>排出の削減につながります。

#### 水を使うと、上水下水で電力を使いCO<sub>2</sub>が発生



出典:一般社団法人日本レストルーム工業会「節水啓発チラシ」

## ▶ 自分でできる省エネリフォーム「省エネDIY」

リフォームが難しい集合住宅や、予算が足りずリフォームできないお部屋も、夏は涼しく、冬は暖かく過ごせるように、手軽にできる「省エネDIY」をしてみませんか。

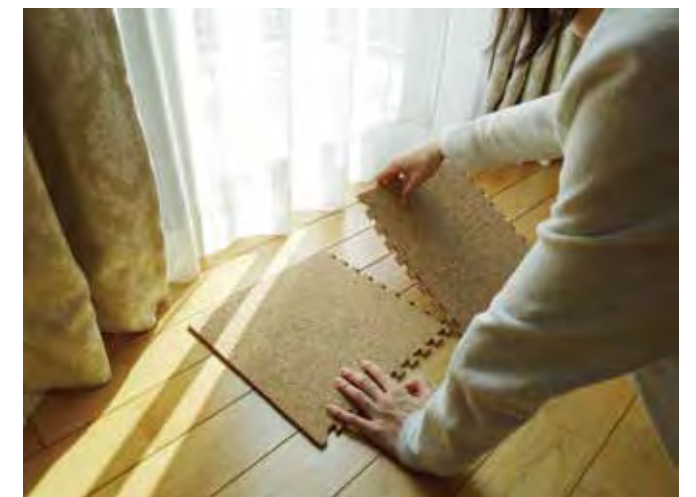
### ○ 暖かい空気を逃さない!窓の「省エネDIY」

窓用の断熱シート・断熱フィルムなどで窓ガラスの断熱をすると、暖房で暖まった室内の熱が外へ逃げるのを防ぐことができ、暖房が効きやすい快適な部屋になります。  
 ※窓ガラスの種類によって、使用できる製品が異なります。  
 ※製品によって断熱性能が異なります。



### ○ 足元の冷えを防ぐ!床の「省エネDIY」

電気カーペットの下に断熱マットを敷いたり、電気こたつの敷布団を厚手のものにする事で、床から熱が逃げることを防ぎ、効率よく温まります。  
 また、床にコルクマットを敷くと、床からの冷たい空気を防ぐことができます。

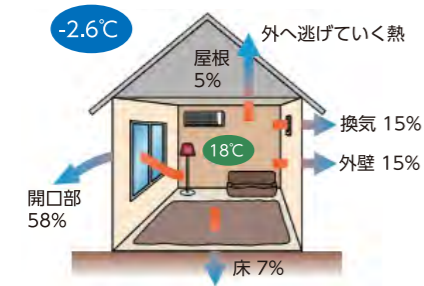


## ▶ 住まいの脱炭素型ライフスタイル

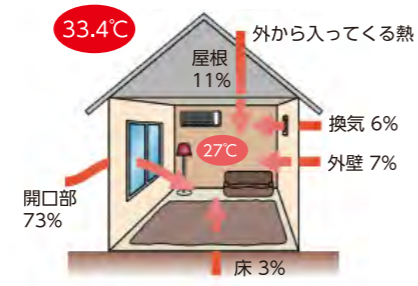
### ■ 断熱性を高めて家に入出入りする熱を少なくすると、もっと快適に

住宅に入出入りする熱が多いと、暖房で暖めた空気の熱が逃げてしまったり、冷房で冷やした空気が外からの熱で暖まってしまい、冷暖房の効率が悪くなってしまいます。

冬の暖房時に  
外に熱が逃げる場合の例



夏の冷房時(昼)に  
外から熱が入る場合の例



出典：一般社団法人 日本建材・住宅設備産業協会

断熱性の高い「省エネ住宅」なら、暑い夏や寒い冬でも快適に過ごすことができます!

### ■ 省エネ住宅ってどんな住宅? どんなメリットがあるの?

省エネ住宅とは?

●屋根、壁、床に断熱材を使用 ●複層ガラスや樹脂製の窓枠を使用 ⇒ 断熱性・気密性・日射遮蔽性能の高い住宅

**快適性の向上**  
部屋間や部屋内の温度差が小さくなり、冷暖房も効きやすくなるので快適に過ごすことができます。また、遮音性が高く、外からの騒音の低減や家の中の音が漏れにくくなる効果もあります。

**省コストの実現**  
冷暖房の効率が良くなるので、光熱費が削減できます。

**健康面でのメリット**  
結露を防ぎ、カビやダニの発生を抑えることができます。また、部屋間の温度差が小さくなるので、ヒートショックの防止にもつながります。

**環境負荷の低減**  
エネルギー利用による二酸化炭素(CO<sub>2</sub>)の排出量が減り、地球環境にやさしい住宅になります。

今住んでいる家を省エネ住宅にするには、「省エネリフォーム」が効果的です!水回りやバリアフリーのリフォームをお考えの際も、プラスアルファで「省エネリフォーム」をしてみませんか?

#### ○ 県・市町村の支援制度

県、市町村が実施するエネルギー・温暖化対策に関する支援制度(補助、融資、利子補給、税制等)を取りまとめた県ホームページに掲載しています。

<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/ap4/cnt/f420293/index.html>



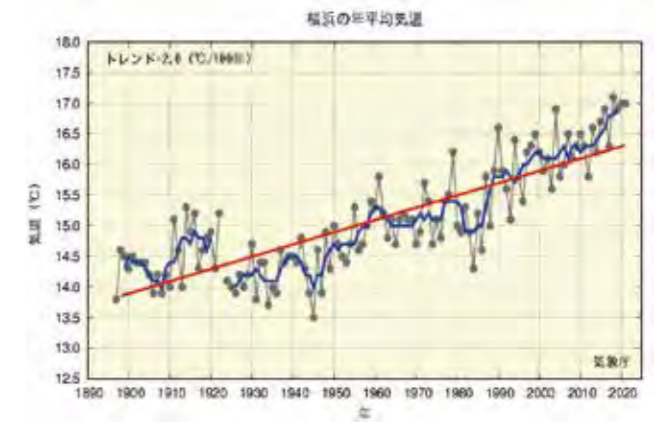
## ▶ (参考) 脱炭素と家庭の省エネ

### ■ 横浜における年平均気温の経年変化

横浜市の気温は100年あたり約2.0℃上昇しています。

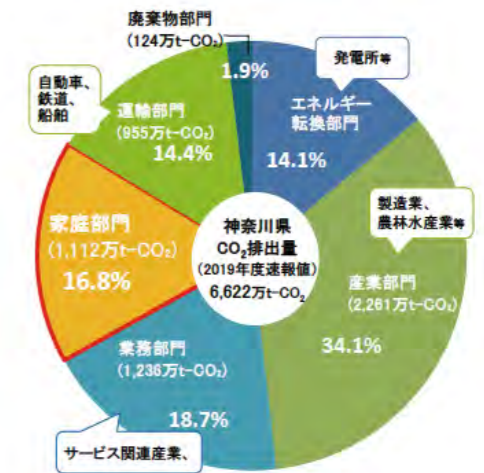
地球温暖化が進行すると、夏の猛暑や強い雨が更に激しくなり、暑さによる健康被害、大雨による土砂災害や水害、高温による農作物の被害などの影響があると考えられています。

出典：気候変動適応情報プラットフォーム



### ■ 県内部門別CO<sub>2</sub>排出量(2019年度速報値)

家庭部門のCO<sub>2</sub>排出量は全体の16.8%です。おうち時間が増えれば、家庭のエネルギー消費量の増加が見込まれるので、家庭の省エネ対策がますます重要になります。



### ■ 家庭における用途別エネルギー消費

家庭でエネルギーを多く使う機器は、エアコンなどの空調機器、冷蔵庫や洗濯機などを動かすための動力や照明器具、テレビなどです。

出典：環境省 省エネポータルサイト

出典：資源エネルギー庁「令和2年度エネルギーに関する年次報告」(エネルギー白書2021) 家庭部門のエネルギー消費を基に県作成

