

## 4 チェックリスト

○の数	○の数
個	個

自分の行動をチェックし、できている項目に○をつけましょう。  
また、数か月～1年後に振り返り、あらためて確認してみましょう。

環境配慮の視点	チェック項目	1回目	2回目
低炭素で持続可能な地域をつくる	エアコンは、適切な温度設定、フィルターの掃除など、適正な使用を心がけます。		
	照明器具は、LED照明に取り替えます。		
	冷蔵庫は、温度設定を夏と冬で切り替える、ものを詰め込みすぎない、扉の開閉を少なくするなど、使い方を工夫します。		
	必要のない照明のこまめなスイッチオフや、家電製品を使わない時の主電源オフを心がけます。		
	長時間使用しない機器はコンセントからプラグを抜き、待機電力を減らすように心がけます。		
	家電製品を買い替えるときは、省エネルギー型の製品を選びます。		
	冷暖房に頼りすぎず、まずは着るもので調節するようにします。		
	入浴は間隔をあけずに入ります。		
	住宅の新築・改築時は、断熱材やペアガラスなどによる断熱性能の向上と、太陽光発電システムや太陽熱温水器などの導入に努めます。		
	再生可能エネルギーなど、CO <sub>2</sub> 排出量の少ない電気を選択に努めます。		
夏は、グリーンカーテンやよしずなどで日射を遮るようにします。			
外出時にはできるだけ徒歩や自転車、公共交通機関を活用します。			
家族や地域で話し合い、災害に備えた準備を進めます。			
自分で決めた内容を追加してみよう			
豊かな自然を守り育てる	近くの公園や自然を訪れ、季節を感じるなど、子どもが自然や生きものとふれあい親しむ機会づくりに努めます。		
	のんほいパークを訪れ、いろいろな動物を見たり地域の自然を知り、理解を深めます。		
	自然に生育・生息する動植物をむやみにとったり捕まえたりしません。		
	自宅の庭やベランダなどの緑化に努めます。		
	砂浜への車両の乗り入れをしません。		
地元でとれた農産物を購入します。			
効果的・効率的に資源を循環する	店舗では、食べきれぬ量の購入に努めます。		
	必要な分だけ作り、食べ残しません。		
	生ごみは、水切りと分別の徹底に努めます。		
	故障したものはなるべく修理します。		
	資源回収やリサイクルステーション・店頭での回収等に協力し、古紙・布類、紙パックや食用油など再生可能なものはできるだけリサイクルに回します。		
	使用できる家具、衣類などはリサイクルショップやフリマアプリを利用したり、人に譲ったりします。		
	どうしても食べきれない食品は、フードバンクに寄附します。		
マイボトル・マイカップを持参し、使い捨てプラスチックの使用を控えます。			
健全で快適な暮らしを確保する	油や調理くずなどを下水等に流さない、食器の汚れをふきとってから洗うなど、水を汚さないよう心がけます。		
	合成洗剤の使用は控えめにします。		
	近所への騒音を出さないように気をつけます。		
	歯磨きや食器洗い時に、節水に心がけます。		
	雨水をバケツなどにためて、植物の水やりや洗車に使用します。		
	家の周りをきれいにしたり、空地・空家をきちんと管理して周りの迷惑にならないようにします。		
ポイ捨てはしません・させません。			
環境共生の価値観と知恵をはぐくみ、行動する	環境に配慮した商品を選ぶように努めます。		
	530運動に積極的に参加します。		
	日頃から、隣近所の方に挨拶し、声かけや会話に努めます。		
	地域のコミュニティ活動に参加・協力するように心がけます。		

## 1 環境配慮指針とは

私たちの生活環境や自然環境は、日常生活や普段の行動と密接に関わりあっています。私たちが生活の中で環境に配慮できることは、目的や視点、生活の場面によってさまざまです。

本市が目指す「豊かな自然と人がはぐくみ 次世代につなぐ『環境先進都市 とよはし』」の実現に向けて、市民一人ひとりが環境に対する意識を少しでも高め、それぞれの立場やさまざまな場面で、自主的かつ積極的に行動していくことがとても大切です。

「環境配慮指針〈市民編〉」では、市民のみなさんが日常生活を送る上での環境配慮の考え方や、身近に実践できる具体的な行動を示します。

## 2 環境配慮の基本的な考え方

【基本理念】ともに変わろう 地球と私たちの未来のために

【環境像】豊かな自然と人がはぐくみ 次世代につなぐ「環境先進都市 とよはし」

### I. 低炭素で持続可能な地域をつくる【気候変動対策】

省資源・省エネルギーを実践し、低炭素型の暮らし・ライフスタイルを営みます。

### II. 豊かな自然を守り育てる【生物多様性・自然共生】

生物多様性とその恵みを理解し、地域の自然環境の保全に協力するとともに、自然と人が共生できるような暮らしを営みます。

### III. 効果的・効率的に資源を循環する【資源循環】

ごみになるものを減らす「リデュース」と繰り返し使う「リユース」を心がけ、ごみが出た場合は分別し、「リサイクル」を実践する、環境にやさしい暮らしを営みます。

### IV. 健全で快適な暮らしを確保する【生活環境保全】

地域の環境と調和した快適な生活が維持されるような暮らしを営みます。

### V. 環境共生の価値観と知恵をはぐくみ、行動する【環境学習・行動】

地域の環境へ関心を高め、理解を深めるとともに、環境学習の場や環境保全活動に積極的に参加します。

#### 〈環境基本計画との関係〉

「第3次豊橋市環境基本計画」は、本市の環境の保全に関する長期的な目標及び施策の方向を定め、総合的かつ計画的に施策を推進するために市が策定するもので、「市民」「事業者」「市（行政）」を推進の主体としています。「環境配慮指針」では、計画で定めた環境目標ごとの基本的な考え方や、掲げた施策に対する市民や事業者の行動例を指針として示しています。

### 3 環境に配慮した行動の例

私たちが、日常生活の中で環境に配慮できる行動の例を、生活の場面ごとに紹介します。

#### 学び・行動

- 近くの公園や自然を訪れ、季節を感じるなど、子どもが自然や生きものとふれあい親しむ機会づくりに努めます。
- 530 運動に積極的に参加します。
- のんほいパークを訪れ、いろいろな動物を見たり地域の自然を知り、理解を深めます。



#### 食生活・キッチン

- 店舗では、食べきれぬ量の購入に努めます。
- 必要な分だけ作り、食べ残しません。
- 生ごみは、水切りと分別の徹底に努めます。
- どうしても食べきれない食品は、フードバンクに寄附します。



#### 水回り・掃除・ごみ出し

- 油や調理くずなどを下水等に流さない、食器の汚れをふきとってから洗うなど、水を汚さないよう心がけます。
- 歯磨きや食器洗い時に、節水に心がけます。
- 入浴は間隔をあけずに入ります。
- 資源回収やリサイクルステーション・店頭での回収等に協力し、古紙・布類、紙パックや食用油など再生可能なものはできるだけリサイクルに回します。



#### 居間・リビング

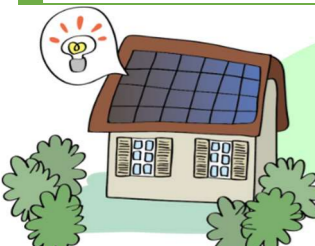
- エアコンは、適切な温度設定、フィルターの掃除など、適正な使用を心がけます。
- 照明器具は LED 照明に取り替えます。
- 家電製品を買い替えるときは省エネルギー型の製品を選びます。
- 長時間使用しない機器はコンセントからプラグを抜き、待機電力を減らすように心がけます。



家計費の節約にもつながるよ

#### 住宅・庭

- 住宅の新築・改築時は、断熱材やペアガラスなどによる断熱性能の向上と、太陽光発電システムや太陽熱温水器などの導入に努めます。
- 再生可能エネルギーなど、CO<sub>2</sub> 排出量の少ない電気を選択に努めます。
- 自宅の庭やベランダなどの緑化に努めます。



#### 買い物・外出

- 地元でとれた農産物を購入します。
- 環境に配慮した商品を選ぶように努めます。
- マイボトル・マイカップを持参し、使い捨てプラスチックの使用を控えます。
- ポイ捨てはしません・させません。
- 外出時にはできるだけ徒歩や自転車、公共交通機関を活用します。



健康づくりにも役立つね

#### 近所づきあい

- 日頃から、隣近所の方に挨拶し、声かけや会話に努めます。
- 地域のコミュニティ活動に参加・協力するように心がけます。
- 家族で話し合い、災害に備えた準備を進めます。

#### 知ってる？プラスチックごみ問題

国連によると、毎年 800 t 以上のプラスチックがごみとして海に流れ込んでいます。海洋生物が、プラスチックごみを間違えて食べたり、紫外線や波によって細かく砕かれたマイクロプラスチックを魚などの海洋生物が間違えて食べることにより、その魚などを通して私たちの体にも影響を与えることが心配されていて、生態系への影響が懸念されます。

- ★私たちができること
  - 使い捨てプラスチックの使用を抑制する。
  - マイバッグやマイボトル等を利用する。
  - ごみ分別ルールを徹底する。
  - ポイ捨てしない・させない。



とよはしオリジナルマイボトル

#### 知ってる？食品ロス問題

食品ロスとは、「まだ食べられるのに捨てられてしまう食品」のことです。日本人 1 人当たりの食品ロス量を試算すると、毎日お茶碗約 1 杯分（約 132 g）の食べ物が捨てられていると言われています。1 人ひとりが「もったいない」を意識して、食品ロスを減らしましょう。

- ★私たちができること
  - 上手に使いきって、おいしく食べきる。
  - やむをえず食べきれない食品はフードバンクへ寄附する。
  - 生ごみを分別徹底して、エネルギーとしてリサイクルする。