



2024年度

ゼロカーボンシティ西東京 環境エコカレンダー



西東京市 みどり環境部 環境保全課

住所：西東京市泉町三丁目12番35号 エコプラザ西東京

電話：042-438-4042 FAX：042-438-1762



▲カレンダーはこちらからも
印刷できます



リサイクル適性[Ⓐ]
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

地球温暖化のしくみ

地球温暖化はCO₂（二酸化炭素）などの温室効果ガスが増えすぎて、宇宙へと逃げていくはずだった熱が大気中にこもってしまうことで起きています。



地球のCO₂濃度が上昇した原因

- 1 人間の活動により、温室効果ガスの排出量が増えます。
- 2 化石燃料を使うとCO₂が大量に発生します。
- 3 自動車からも大量のCO₂が発生します。
- 4 家畜のフンやげっぷからもメタンが発生します。
※メタンの温室効果はCO₂の21倍

シーオーツのうど CO₂濃度が約50%も増加しているよ!

今のままだと、2100年には3.3~5.7°Cも上昇

※2022年 世界気象機関調べ

1750年ごろの地球 ||||| 現在の地球



「いこーな」
©シンエイ/西東京市

4

April
2024

環境フイズ

私たちが1日に使う水の量は、一人当たりどのくらいでしょうか？

- ①大きなペットボトル 1本くらい
- ②ポリバケツ 1杯分くらい
- ③お風呂の浴そう 1杯分くらい

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
31 赤口	1 先勝	2 先勝	3 友引	4 先負	5 仏滅	6 大安
7 赤口	8 先勝	9 先負	10 仏滅	11 大安	12 赤口	13 先勝
14 友引	15 先負	16 仏滅	17 大安	18 赤口	19 先勝	20 友引
21 先負	22 仏滅 地球の日 (アースデイ)	23 大安	24 赤口	25 先勝	26 友引	27 先負
28 仏滅	29 昭和の日 大安	30 赤口	1	2	3	4

5

May
2024

6	S	M	T	W	T	F	S	7	S	M	T	W	T	F	S
							1			1	2	3	4	5	6
	2	3	4	5	6	7	8		7	8	9	10	11	12	13
	9	10	11	12	13	14	15		14	15	16	17	18	19	20
	16	17	18	19	20	21	22		21	22	23	24	25	26	27
	23 ₃₀	24	25	26	27	28	29		28	29	30	31			

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
28	29	30	1 先勝	2 友引	3 憲法記念日 先負	4 みどりの日 仏滅
5 こどもの日 (立夏) 大安	6 振替休日 赤口	7 先勝	8 仏滅	9 大安	10 赤口	11 先勝
12 友引	13 先負	14 仏滅	15 大安	16 赤口	17 先勝	18 友引
19 先負	20 仏滅	21 大安	22 赤口	23 先勝	24 友引	25 先負
26 仏滅	27 大安	28 赤口	29 先勝	30 友引 ごみゼロの日	31 先負	1

法改正等にとまない祝日がかかる場合があります。

エコロジーライフ

環境にやさしい生活スタイルを^{じっせん}実践することです。新学期に学校や家庭で「エコロジーライフ目標」を^{かか}掲げ、全員で取り組むように^{ちか}誓いを立ててみませんか？
 テーマは、「公共交通機関の利用」、「節電」、「ごみを減らそう」など。まずは身近で行動しやすい項目からスタートしましょう。

一人ひとりがきちんと行動していくと、実りある「エコロジーライフ」の成果が得られます。

地球温暖化による影響

地球温暖化は地球に様々な環境の変化をもたらし、人々の生活に不安を与えています。

ゲリラ豪雨



ゲリラ豪雨

都市の気温が周囲に比べて高くなると、空気中にふくまれる水蒸気が増えて、大雨を降らせる積乱雲が発生しやすくなります。これが、ゲリラ豪雨が増えた原因の一つと考えられています。そして、川や水路から水が道路にあふれ出したり、家が水につかったりするなどの大きな被害が出ています。

熱中症

熱中症予防行動

～熱中症警戒アラートが発表されたら～

- 外での運動や活動は中止・延期しましょう



- エアコンを利用するなど、部屋の温度を調整しましょう。



- こまめに水分補給しましょう



- 熱中症リスクの高い方に声かけしましょう

熱中症を防ぐために

近年、夏の猛暑のため、熱中症により救急車で運ばれる人の数が著しく増加しているため、熱中症警戒アラートが発表されたら熱中症にならないよう行動しましょう。

6

June
2024

環境クイズ

今現在、海や川、湖沼の汚れの最大の原因は？

- ①工場から出る産業廃棄物
- ②魚や昆虫などの死骸
- ③家庭から出る生活排水

環境月間

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
26	27	28	29	30	31	1 仏滅
2 大安	3 赤口	4 先勝	5 友引 環境の日	6 大安	7 赤口	8 先勝
9 友引	10 先負	11 仏滅	12 大安	13 赤口	14 先勝	15 友引
16 先負	17 仏滅	18 大安	19 赤口	20 先勝	21 (夏至) 友引	22 先負
23 仏滅 30 大安	24 大安	25 赤口	26 先勝	27 友引	28 先負	29 仏滅

7

July
2024

8

S M T W T F S
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

9

S M T W T F S
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

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
30	1 赤口	2 先勝	3 友引	4 先負	5 仏滅	6 (小暑) 赤口
7 先勝 クールアースデー	8 友引	9 先負	10 仏滅	11 大安	12 赤口	13 先勝
14 友引	15 海の日 先負	16 仏滅	17 大安	18 赤口	19 先勝	20 友引
21 先負	22 (大暑) 仏滅	23 大安	24 赤口	25 先勝	26 友引	27 先負
28 仏滅	29 大安	30 赤口	31 先勝	1	2	3

法改正等にとまない祝日がかかる場合があります。

環境月間・環境の日

日本では、昭和 47 年 6 月 5 日からスウェーデンのストックホルムで開催された国連人間環境会議を記念して、環境基本法で 6 月 5 日を「環境の日」と定めています。また、環境省では、平成 3 年度から 6 月の 1 か月間を「環境月間」とし、様々な行事が行われます。

2050年までに二酸化炭素（CO₂）排出量実質ゼロを目指します。 西東京市ゼロカーボンシティ宣言

日本では2020年10月に温室効果ガスの排出^{はいしゅつ}を全体としてゼロにする、すなわち2050年までにカーボンニュートラルの実現を目指すことを表明しました。

西東京市は、令和4年2月25日に、2050年までに二酸化炭素排出量を実質ゼロにする、ゼロカーボンシティの実現を目指すことを宣言しました。

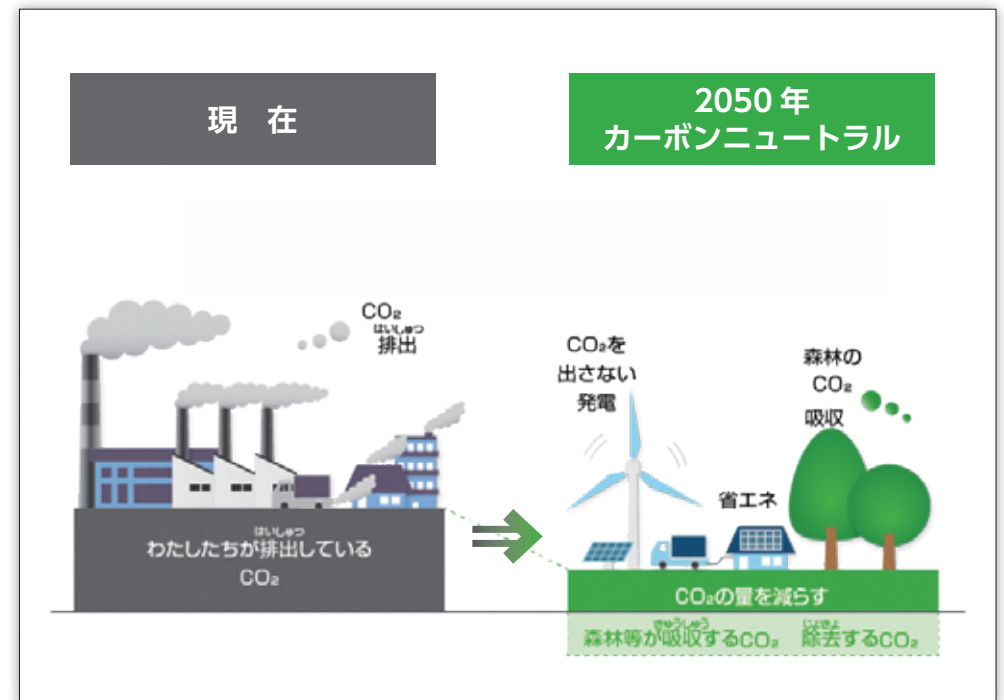


◀西東京市ゼロカーボン
シティ宣言



カーボンニュートラルとは

二酸化炭素等の温室効果ガス^{じんいてき}の人為的な発生源による排出量と、森林等の吸収源^{じょきよりょう}による除去量^{きんこう}との間の均衡を達成し、温室効果ガスを全体としてゼロにすることです。



8

August 2024

環境クイズ

ラーメンの残り汁コップ1杯分を魚が住めるきれいな水に戻すには、お風呂何杯分の水が必要でしょうか？

- ① 1.5 杯分
- ② 3.3 杯分
- ③ 10.6 杯分

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
28	29	30	31	1 友引 水の日	2 先負	3 仏滅
4 先勝	5 友引	6 先負	7 (立秋) 仏滅	8 大安	9 赤口	10 先勝
11 山の日 友引	12 振替休日 先負	13 仏滅	14 大安	15 赤口	16 先勝	17 友引
18 先負	19 仏滅	20 大安	21 赤口	22 (処暑) 先勝	23 友引	24 先負
25 仏滅	26 大安	27 赤口	28 先勝	29 友引	30 先負	31 仏滅

9

September 2024

10	S	M	T	W	T	F	S	11	S	M	T	W	T	F	S	
			1	2	3	4	5								1	2
	6	7	8	9	10	11	12		3	4	5	6	7	8	9	
	13	14	15	16	17	18	19		10	11	12	13	14	15	16	
	20	21	22	23	24	25	26		17	18	19	20	21	22	23	
	27	28	29	30	31				24	25	26	27	28	29	30	

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
1 大安	2 赤口	3 友引	4 先負	5 仏滅	6 大安	7 赤口
8 先勝	9 友引	10 先負	11 仏滅	12 大安	13 赤口	14 先勝
15 友引	16 敬老の日 先負	17 仏滅	18 大安	19 赤口	20 先勝	21 友引
22 秋分の日 先負	23 振替休日 仏滅	24 大安	25 赤口	26 先勝	27 友引	28 先負
29 仏滅	30 大安	1	2	3	4	5

SDGs 週間 9/25~10/1

法改正等にもない祝日がかかる場合があります。

打ち水とは (夏の風物詩)

「打ち水」とは、土ぼこりが舞い上がるのを防ぐために道や庭先などに水をまいて涼を得る、昔から行われてきた日本人の知恵の一つです。地球温暖化やヒートアイランド現象が問題になっている今、地球に優しい暑さ対策として打ち水が改めて注目されています。



みんなでやろう！ 家庭でできる地球温暖化対策

地産地消・食品ロスの削減

地元の食材を使おう
残さず食べる



ごみの削減・分別



省エネ家電・ LED照明にする



節水

キッチン・洗面所・浴室



節電

エアコンの
設定温度を
適切に



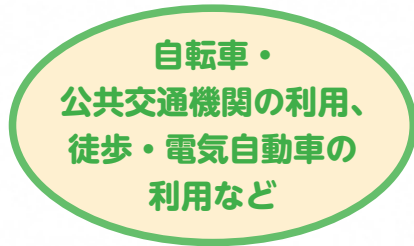
太陽光発電を利用



住宅の断熱化

高効率給湯器

自転車・
公共交通機関の利用、
徒歩・電気自動車の
利用など



10

October 2024

環境フイズ

台所の流しにてんぷら油をスプーン1杯分捨てたら、きれいな水に戻すのにどれだけの水が必要になるでしょうか？

- ①お風呂1杯分
- ②お風呂5杯分
- ③お風呂10杯分

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
29	30	1 赤口	2 先勝	3 先負	4 仏滅	5 大安
6 赤口	7 先勝	8 友引	9 先負	10 仏滅	11 大安	12 赤口
13 先勝	14 友引 スポーツの日	15 先負	16 仏滅	17 大安	18 赤口	19 先勝
20 友引	21 先負	22 仏滅	23 大安	24 赤口	25 先勝	26 友引
27 先負	28 仏滅	29 大安	30 赤口 食品ロス削減の日	31 先勝	1	2

11

November 2024

エコドライブ推進月間

12	S	M	T	W	T	F	S	1	S	M	T	W	T	F	S
	1	2	3	4	5	6	7	2025				1	2	3	4
8	9	10	11	12	13	14		5	6	7	8	9	10	11	
15	16	17	18	19	20	21		12	13	14	15	16	17	18	
22	23	24	25	26	27	28		19	20	21	22	23	24	25	
29	30	31						26	27	28	29	30	31		

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
27	28	29	30	31	1 仏滅	2 大安
3 赤口 文化の日	4 先勝 振替休日	5 友引	6 先負	7 仏滅 (立冬)	8 大安	9 赤口
10 先勝	11 友引	12 先負	13 仏滅	14 大安	15 赤口	16 先勝
17 友引	18 先負	19 仏滅	20 大安	21 赤口	22 先勝	23 友引 勤労感謝の日
24 先負	25 仏滅	26 大安	27 赤口	28 先勝	29 友引	30 先負

法改正等にもとない祝日がかかる場合があります。

ちさんちしょう 地産地消

地元で育てられた野菜や果物、^{にゅうせいひん}乳製品、肉、地元で獲れた魚を食べると、食材が手元に届くまでの^{ゆそうきより}輸送距離が短くて^す済みます。
 輸送に伴う^{ともな}二酸化炭素などの温室効果ガスの排出が少なくなるため、CO₂排出量を減らすことができます。
 あなたのイチオシ地元食材は何ですか？



食品ロス削減に向けた取り組み

みんなで“食品ロス”を減らしましょう！

「食品ロス」とは、食べ残しや手つかずなど、まだ食べられるのに捨てられている食べ物のことで、毎日『一人当たりおちゃわん約1杯分の食べ物（食品ロス）』が捨てられています。「もったいない！！」と思いませんか？

みんなで、できることから「食品ロス」削減に取り組んでいきましょう。

食品ロスはいろいろな場面で起きています

1 生産



形が悪かったり、虫に食われて見た目が悪いので、売れものにならない

2 加工



お菓子の箱の印刷がずれて、売れものにならない

3 流通



食べ放題だとたくさんとって残すお客さんが多い



カヒた部分があつたり、袋が破れたり、売れものにならない

4 家庭での消費



今日はあまり好きな料理じゃないから、残しちゃおう



つくり過ぎない！残さず食べる！

フードドライブの実施

フードドライブとはご家庭などに保管されたままの未利用食品を持ち寄り、必要とされている個人や団体等に届ける取り組みです。

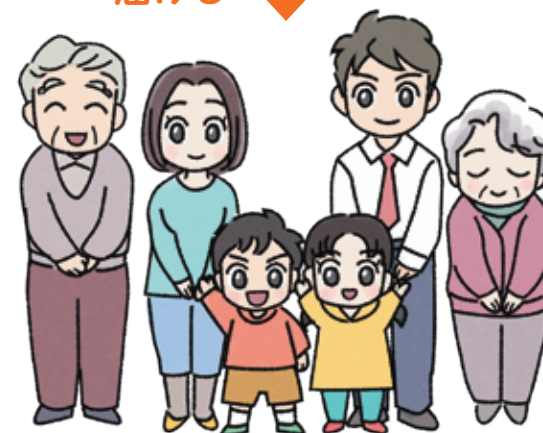
もったいない



集める

フードドライブ

とどける



ありがとう！！



▲食品ロス
(農林水産省)

12

環境クイズ

幹の直径が 30cm 以下の桜の木 1 本で、人間が吐き出す二酸化炭素をどれくらい吸収してくれるのでしょうか？

- ① 1 人分
- ② 2 人分
- ③ 3 人分

December 2024

地球温暖化防止月間

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
1 大安	2 赤口	3 先勝	4 友引	5 先負	6 仏滅	7 (大雪) 大安
8 赤口	9 先勝	10 友引	11 先負	12 仏滅	13 大安	14 赤口
15 先勝	16 友引	17 先負	18 仏滅	19 大安	20 赤口	21 (冬至) 先勝
22 友引	23 先負	24 仏滅	25 大安	26 赤口	27 先勝	28 友引
29 先負	30 仏滅	31 赤口	1	2	3	4

1

January 2025

2025	S	M	T	W	T	F	S	3025	S	M	T	W	T	F	S
							1								1
2	3	4	5	6	7	8		2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15		9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22		16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28			23 ₃₀	24 ₃₁	25	26	27	28	29	

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
29	30	31	1 元日 先勝	2 友引	3 先負	4 仏滅
5 (小寒) 大安	6 赤口	7 先勝	8 友引	9 先負	10 仏滅	11 大安
12 赤口	13 成人の日 先勝	14 友引	15 先負	16 仏滅	17 大安	18 赤口
19 先勝	20 (大寒) 友引	21 先負	22 仏滅	23 大安	24 赤口	25 先勝
26 友引	27 先負	28 仏滅	29 先勝	30 友引	31 先負	1

法改正等にとまない祝日がかかる場合があります。

ゴミ減量・リサイクル

4つのRで
燃やすごみを減らそう

リフューズ
Refuse

ごみになるものは「断る」「買わない」「持ち込まない」

リデュース
Reduce

ごみを「減らす」「出さない」

リユース
Reuse

そのまま、または形を変えて「使い続ける」

リサイクル
Recycle

資源に戻して「再利用する」

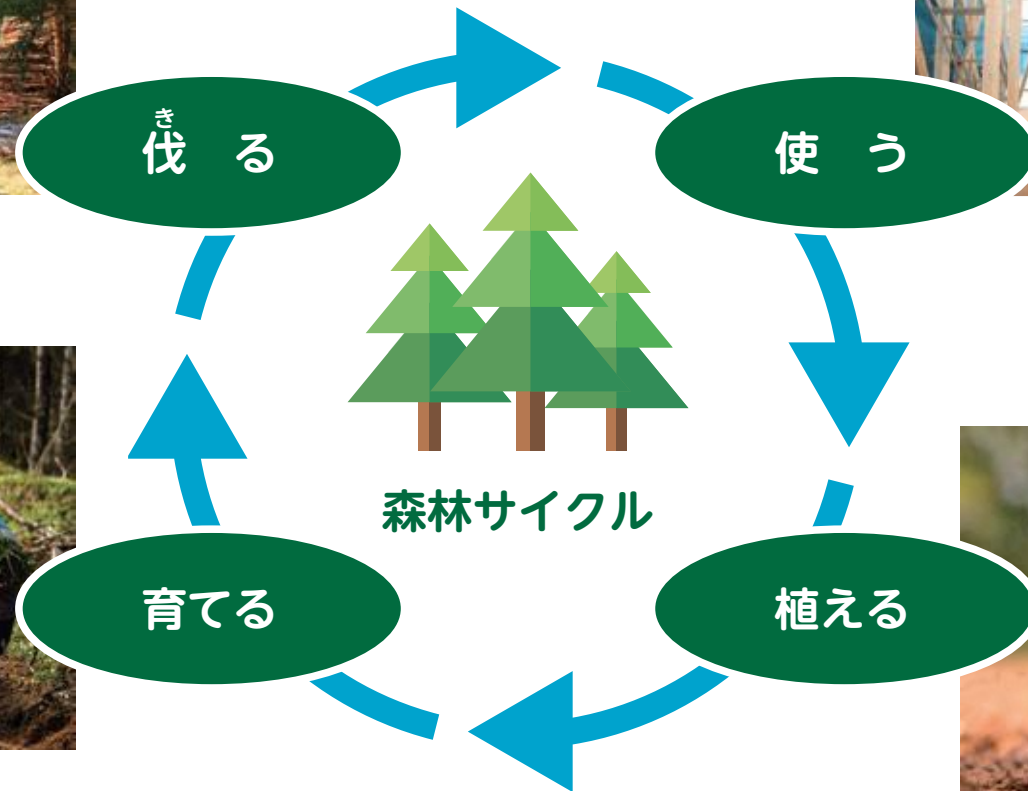
森林整備（カーボンオフセット）

カーボン・オフセットって何？

カーボン・オフセットとは、自分たちが出した温室効果ガス排出量のうち、削減努力をしてもどうしても減らせない排出量について、他の場所での排出削減・吸収量で埋め合わせ（オフセット）をすることをいいます。



▲森林の役割



2

February 2025

省エネルギー一月間

環境クイズ

酸性雨（硫酸化合物）が降るとどんなことが起こるでしょうか？

- ①植物や森林が枯れる
- ②地球の気温が高くなる
- ③野生動物が減る

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
26	27	28	29	30	31	1 仏滅
2 大安	3 赤口	4 先勝	5 友引	6 先負	7 仏滅	8 大安
9 赤口	10 先勝	11 友引 建国記念の日	12 先負	13 仏滅	14 大安	15 赤口
16 先勝	17 友引	18 先負	19 仏滅	20 大安	21 赤口	22 先勝
23 友引 天皇誕生日	24 先負 振替休日	25 仏滅	26 大安	27 赤口	28 友引	1

3

March 2025

4 2025	S	M	T	W	T	F	S	5 2025	S	M	T	W	T	F	S
		1	2	3	4	5						1	2	3	
6	7	8	9	10	11	12		4	5	6	7	8	9	10	
13	14	15	16	17	18	19		11	12	13	14	15	16	17	
20	21	22	23	24	25	26		18	19	20	21	22	23	24	
27	28	29	30					25	26	27	28	29	30	31	

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
23	24	25	26	27	28	1 先負
2 仏滅	3 大安	4 赤口	5 先勝	6 友引	7 先負	8 仏滅
9 大安	10 赤口	11 先勝	12 友引	13 先負	14 仏滅	15 大安
16 赤口	17 先勝	18 友引	19 先負	20 先負 春分の日	21 大安	22 赤口
23 先勝 30 仏滅	24 友引 31 大安	25 先負	26 仏滅	27 大安	28 赤口	29 先負

法改正等にとまない祝日がかかる場合があります。

再生可能エネルギー普及率

再生可能エネルギーとは、太陽光・風力・水力・地熱・バイオマスなどによって作ることでできる貴重なエネルギーをいいます。

日本における再生可能エネルギーの割合は、日本 18.5%です。(2019年)

1位：デンマーク 83.9%、2位：オーストラリア 78.1%、3位：スウェーデン 61.0%

西東京市の環境への取り組み

屋上緑化



タクトホームこもれび GRAFARE
ホール（保谷こもれびホール）の
屋上緑化

環境フェスティバル (市民まつり会場)



今年は11月9日(土)・10日(日)に開催予定です。

にしとうきょう 環境アワード



積極的で優れた環境活動を行う、
個人・団体・学校・事業者の方
を表彰します。

小学校出前講座



市内保育園での 打ち水体験



環境チャレンジ



環境にやさしい行動にポイントを
付与し、ポイント数に応じて賞品
が当たる抽選ちゆうせんに参加

石神井川清掃



ボランティア
団体と高校生
による石神井
川清掃

あなたの地球を助ける賢い選択や西東京市の未来を 「環境かるた」に書いて西東京市役所に届けよう！

環境クイズの答え

◆私たちが1日に使う水の量は、一人当たりどのくらいでしょうか？

③お風呂の浴そう1杯分くらい

私たちは、飲み水、炊事、洗濯、トイレなどに1日1人当たり200リットルから250リットルの水を使っています。だいたいお風呂の浴そう1杯分の水を使っていることとなります。

◆今現在、海や川、湖沼の汚れの最大の原因は？

③家庭から出る生活排水

私たちの家庭から出る生活排水が、最も大きな原因になっているのです。例えば、油を排水から流さないようにしたり、洗剤やせっけんの量を減らしたり、水のムダづかいをしないようにするなど、川や海を汚さないようにみんなができることを考えましょう。

◆ラーメンの残り汁コップ1杯分を魚が住めるきれいな水に戻すには、お風呂何杯分の水が必要でしょうか？

②3.3杯分

食器を洗うときに、ラーメンの残り汁をコップ1杯分だけでも流すと、魚が住むことができるきれいな水に戻すためには、なんと約1t(1000リットル)の水が必要です。それは、300リットルのお風呂で3.3杯分になります。

◆台所の流しにてんぷら油をスプーン1杯分捨てたら、きれいな水に戻すのにどれだけの水が必要になるでしょうか？

③お風呂10杯分

フライパンやお皿に残った油をそのまま流しに捨てると、下水処理場で水をきれいにする役割を持った微生物が、その油で殺されてしまうこともあります。たったスプーン1杯の油でも、その水を魚が住めるくらいきれいにするには、300リットルのお風呂約10杯分もの水が必要になってしまいます。

◆幹の直径が30cm以下の桜の木1本で、人間が吐き出す二酸化炭素をどれくらい吸収してくれるでしょうか？

②2人分

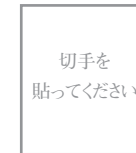
幹の直径が30cmの桜の木1本が、1年間に吸収する二酸化炭素の量は約760kg。1人の人間が1年間に吐き出す二酸化炭素の量は約360kgなので、だいたい2人分の呼吸を支えています。

◆酸性雨(硫酸化物)が降るとどんなことが起こるでしょうか？

①植物や森林が枯れる

酸性雨の一番大きな被害は森林の立ち枯れ。そして、酸性雨が降り続けると土の中の微生物も死んでしまいます。また、酸性雨が湖や川に流れ込むと、ひどい場合、魚が住めなくなります。

郵便はがき



2020011



切り取り線



西東京市泉町3-12-35

エコプラザ西東京

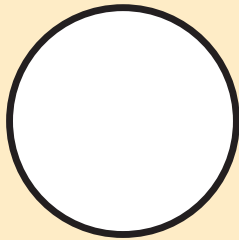
「みどり環境部環境保全課」宛





環境かるた

いつまでも元気な地球を守りたい
 自然増やしきれいな地球を未来の人へ



小学校
年

つ
かわない
部屋の電気は
消しましょう！

食
品ロス
ちゃんと食べてね
買った分

み
らいのために
今からがんばる
脱炭素

プ
ラはプラ
みんなで分別
頑張ろう！

お
でかけに
持って行こうよ
マイボトル

み
どり色
市内にあふれる
グリーンカーテン

昨年いただいた
小学5年生の作品です

環境かるた

※エコプラザ西東京協力員の有志の皆さんと一緒に作成した環境かるたが掲載されています。
 「環境かるた」作成の際、参考にしてね。

