

# CO<sub>2</sub>削減、家庭で何ができるか

## 38%CO<sub>2</sub>を減らす42の工夫

ここでは、ゴミを5分の1にする方法、クーラーの消費電力を8分の1にする方法、同じ天ぷら油を15回繰り返し使う方法、レジ袋を20分の1にする方法等が述べられています。これらは裏わざでもなければ、手品でもありません。ちょっとした工夫、多少の手間を惜しまない気持ちがあれば、誰にでも出来ることです。私は以下に述べる方法でこの11年間に38%のCO<sub>2</sub>削減を実行しました。

この書出しで始まるレポートを先頃書き、多くの方に読んで頂きました。全文A4判16ページありますので、ここではいくつかのポイントをご紹介しますに留めますが、全文ご希望の方は末尾の住所宛てご請求になれば、送料とも無料にてお送りいたします。

### ポイント1. エアコンはなるべく冷房のボタンを押さず送風のボタンを押す

冷房を28℃に設定している方は多いでしょう。でもちょっと待って下さい。28℃は確かに暑いですが、風があると涼しく感じます。ですからこのくらいの暑さの時は「冷房」のボタンを押さず、「送風」のボタンを押すのです。「送風」って何だ？と言う人もあるでしょう。今はメーカーによって「空気清浄」「脱臭空清」などと表示されています。窓も開け放っておくといいでしょう。この時の消費電力は1時間わずか8W、冷房にすれば400W、50分1の電力で結構涼しいのです。この時あなたは98%のCO<sub>2</sub>カットをしています。因みに我が家の設定温度は31℃です。熱帯夜に「送風」が威力：夜はこの穏やかな「送風」が威力を発揮します。「ゆうべはクーラーをかけて寝たらカゼを引いちゃった」などとぶうおバカな話はなくなります。騒音もないし、周囲に熱風を振り撒くこともありません。よほど酷い熱帯夜でない限り朝までグッスリ寝られます。

### ポイント2. 食器洗いはお湯を使わず「紙」を使え

食事は残さず食べるのが原則です。でも残ったものは必ず後で食べるよう少量でも大切に取っておきます。皿の上についた油は紙できれいに拭き取ります。フライパンの油も紙で拭き取って生ゴミに捨てます。この段階で食器は殆どキレイになっているので、あとは水で濡らしておき洗うだけです。この時お湯は要りません。水で十分。真冬にはお湯をコップ一杯だけ使います。スポンジを温める為です。世間では大量のお湯に食器全体を浸けておいてお湯で洗う人も居るようです。食洗機も人気があります。でもスポンジが温かければ食器はきれいに洗えます。この時、消費電力はわずか9W、食洗機は1回950W。

あなたはここで99%のCO<sub>2</sub>カットをしているのです。 **紙は無料！**レストランで使った紙ナプキン(大)は必ず持ち帰る：レストランで使った紙ナプキン(大)は必ず持ち帰るようにしましょう。飲み屋で出た紙おしぼりも必ず持ち帰ります。乾かして皿やフライパンの油を拭くためです。油を拭く紙は身の回りに沢山あります。キッチンペーパーは4巻が120円ぐらいで特売している時に買っておきますが油拭きにはほとんど使いません。

### ポイント3. 「食材完食」これを貫徹します。スーパーを自宅の食品庫と思え。

まず食べ物を捨てない日本では2003年1年間に1972万トンの食べ物を捨てました。家庭での食べ残し、冷蔵庫の中で虚しく腐らせてしまうもの、スーパーやコンビニ、商店での売れ残り、ホテルやレストランでの残飯etc. 合計で1972万トン。ところで日本中で1年間に炊く お米のご飯の総量は何トンかご存じですか？1740万トンです。何と！日本人は「毎日毎日炊いたご飯を一粒も食べないで全部ゴミ溜めに捨てている」よりも200万トンも多い食べ物を捨てているのです。世界で8億5000万人以上の人々が飢えや栄養失調に苦しんでいる時にこんな事をやっていて良い筈がありません。

食べ物を捨てないということは「**食材完食**」ということです。そのためには今、この家にどんな食材、食物がどれだけあるかを完全に把握していなければなりません。因みに我が家では毎月1回冷蔵庫内の総点検をします。野菜の保存方法も重要です。グリーンの保存袋「愛菜果(艸ハズ)」を使えばキャベツは1か月後もバリバリの鮮度、レタスも2週間OKです。食材を無駄にしない為にはまず買いすぎない事です。安いからといって、必要以上に買わない。必要な物をできるだけ少なく買って美味しい内に全部食べ切る。スーパーを自宅の食品庫と思えば沢山買い込むことはありません。賞味期限は場合によっては無視する：あるデータによると、賞味期限切れ後、豆腐、納豆 は7日、うどん、油揚げは5日、牛乳は13日、卵は14日たっても大丈夫だとのことです。もちろん自己責任ですから他人に食べさせるのは問題ですが、賞味期限が切れたと言って慌てて捨てることは全くありません。

### ポイント4. 「石油は3倍返し」と憶えて下さい

「石油は3倍返し」と憶えて下さい。ガソリン1L(750g) を使って車を走らせると2.3kgのCO<sub>2</sub>が出ます。雨の日にビルの玄関に備えてあるあの細長いポリ袋あれ1枚(2g)を捨てると6g、ペットボトル1本からは70gのCO<sub>2</sub>が発生します。つまり、3倍になって返ってくるのです。ペットボトルはいちいち捨てないで、家に持ち帰り自分で入れたお茶を冷やして持ち歩けばいいのです。10回使い回せばあなたは90%のCO<sub>2</sub>カットをしていることになるのです。

### ポイント5. 最良の買物袋は実はレジ袋なのです

「レジ袋をやめて買物袋を」という声が高いのですが、実は最良の買物袋はレジ袋なのです。あまり知られている事ではありませんが、レジ袋は意外に丈夫な物なのです。通常

20回以上使えます。2～3回で破けてしまうものは例外です。またレジ袋はきちんと折り畳めば2～3枚がシャツのポケットに入ってしまうのが強みです。いつでも持っています。一方、買物袋、特に「エコバッグ」と称するものの多くは嵩張って、いつでも持たせられるとは限りません。買物袋“は”持っているけれど、買物袋“を”持っていなかった為に新しいレジ袋を買ってしまったという人が40%もいるのです。これではレジ袋の減るはずがありません。私はいつも必ずレジ袋を持ち歩き、反復使用しています。全ての人々がレジ袋を20回繰り返し使うと、今の300億枚の内285億枚が不要となり、95%のCO<sub>2</sub>カットができるのです。しかし買物袋も進歩していて、例えば「モッタイナイ袋(鶴の羽)」のように十分な大きさがあって、畳むと掌に入ってしまう薄く丈夫な材質で出来た物も出てきました。これならお薦めできます。(以下省略)

#### 追記. 私自身のデータ

環境省の環境家計簿のルールに従って計算したところ、家庭生活+マイカーで我が家では1994～1995の2年24ヶ月の平均で1人1日CO<sub>2</sub>排出量4.57kg、2005～2006の2年24ヶ月平均で2.81kg、この結果11年間で38.4%のCO<sub>2</sub>排出減になっていました。2005年、日本人平均は1人1日5.5kgです。私の方法は5%10%減らすのではなくて、90%～99%減らすものです。皆様もどうぞトライしてください。(以上)

筆者住所：〒102-0075

千代田区三番町24 三番町MYビル401

TEL 03-3261-8842