

第5章 環境に配慮した具体的行動

市川市が目指す基本目標及び基本理念の実現には、市が取り組む施策を充実させるだけでなく、一人ひとりの市民の日常生活や事業活動において、環境への配慮や環境保全・創造に向けた行動を実践していくことが必要です。

私たちの日常生活や経済活動により、少なからず環境への負荷が生じています。進行しつつある気候変動など環境問題への危機感を共有し、行動を起こすことで、環境負荷の低減に取り組みましょう。

第1節では市民・事業者の皆様に取り組んでいただきたい「明日から始められる」具体的な取り組みの例を示しましたので、日々の様々な場面でいくつ実践できているか確認してみましょう。

また第2節では、すぐに取り組むことが難しい内容であっても、近い将来に実践していただきたい取り組みの例を記載しましたので、日常生活や仕事の場面で意識していただければ幸いです。

第1節 明日から始められること

(1)市民の取り組み

■ 自宅でできること

本市では、人口・世帯数ともに年々増加しており、家庭でのエネルギー消費量やごみ排出量が今後も増えやすい状況にあります。一人ひとりの心がけ次第で、環境へ与える影響の軽減に貢献することができ、家計の負担を減らすことにもつながります。

ここに示す例に加えて、皆さんが生活の中で気づいたことにも積極的に取り組んでみましょう。

【省エネを意識して行動する】

- 環境への負荷の少ない生活（58ページの省エネチェック表参照）の行動を心がけ、日常生活のエネルギー使用量を減らす。
- 早寝早起き等の自然の摂理に従った生活を心がけ、エネルギー使用量を減らす。



【生活に伴うごみを減らす】

- 調理の時には残っている食材を上手に活用し、食べきれぬ量を調理する。
- 食品を保存する時には適切な保存方法により、食品を長持ちさせる。
- 生ごみの水切りをする。
- ごみを捨てる際は、例えばプラスチック製容器包装、ペットボトル、紙類等の資源物を分別し、リサイクルに協力する。
- 小型家電等の資源回収に協力する。
- 食品トレーや紙パック等の資源物の店頭回収を利用する。
- リユースショップを活用し、使わなくなったものを売る。



【自然環境へ興味を持つ】

- 大人から子供に、生物とふれあった体験を話し、興味を持ってもらう。
- 身近な自然環境や自然の恵みについて、家族で話す。



■ 外出の際にできること

通勤、買い物、旅行などで、私たちは自動車を使うことがありますが、家庭から排出されるCO₂の4分の1は自動車に由来しています。エコな移動により、外出時のエネルギー使用量の削減に加え、健康の増進や渋滞の緩和にも貢献できます。

- なるべく公共交通機関や自転車を利用し、自家用車を使わないようにする。
- 自動車を運転する際は、エコドライブを実践する。



■ 買い物のときにできること

私たちは日々、購入した物やサービスを消費して暮らしています。商品が市場に投入されてから寿命を終えるまでのライフサイクルの過程では、資源の過剰採取、自然破壊、温室効果ガスの排出など様々な環境問題が発生しており、消費者としてそれらを自覚して選択と行動を実践することが重要です。

買い物をする際は、安全で安心な素材の選択や製造のプロセス、途上国における待遇等の社会的な課題も視野に入れて配慮し、倫理的に正しい消費（＝エシカル消費）を心掛けることで、環境への負荷を低減できるだけでなく、製品を提供している事業者に消費者としての意思を示すことができます。

【環境への負荷の少ない商品等を購入する】

- ・地産地消を心掛け、旬の食材を買う。
- ・環境ラベルの付いた文房具や、フェアトレードマークの付いた食品や衣類等を選ぶ。



【買い物で出るごみを減らす】

- ・マイバッグを持参し、レジ袋の使用を削減する。
- ・過剰包装の商品を買わない。
- ・マイボトルを活用し、ペットボトル飲料の購入を減らす。
- ・プラスチック製の使い捨てスプーン・コップ・お皿はなるべく買わない。
- ・食材を無駄にしないよう、食料品の買い方を工夫する。
- ・フリーマーケットやリサイクル店等を活用する。
- ・詰め替え可能な商品や、使い捨てでない長く使える商品を優先的に選択する。
- ・必要以上に購入せず、廃棄の際はリユースに努める。



(2)事業者の取り組み

■日々の事業活動でできること

企業活動に伴う資源・エネルギーの使用や廃棄物の排出による環境への負荷を軽減するため、まずはオフィスでの日常業務にあたり、従業員一人ひとりが環境に配慮した取り組みを実践することが重要です。

ここに示す例に加えて、業務を行う中で気づいたことにも積極的に取り組んでみましょう。

【省エネを意識して行動する】

- ・社員一人ひとりが省エネチェック表（58 ページ）の行動を心がけ、オフィス等でのエネルギー使用量を減らす。
- ・資材や商品を買う際は、グリーン購入を心がける。

【事業活動に伴うごみを減らす】

- ・紙の裏面利用や両面印刷を心がけ、使用枚数を減らす。
- ・使用後の紙はリサイクルする。
- ・事務用品等は詰め替えをして長く使用する。
- ・不要になった備品等は、必要とする他の部署に譲る。
- ・ごみを捨てる際は、リサイクルを意識して分別に協力する。



■外出の際にできること

運輸業はもちろん、全ての業種において、事業活動による自動車使用に伴うエネルギー使用を減らしていくことは、環境負荷の低減だけでなく、運送コストの削減にもつながります。まずは下記の取り組みを実践してみましょう。

- ・なるべく公共交通機関を利用し、業務用自動車を使わないようにする。
- ・自動車を運転する際は、エコドライブを実践する。
- ・物資の効率の良い配送や運送に努める。



省エネチェック表

〈市民の取り組み〉

チェック項目	
1	お湯を沸かすときは水を適量にしている。
2	家電製品を使用しないときは、コンセントから電源プラグを抜く。
3	シャワーを使うときや食器を手洗いするときは、必要以上の水を出さない。
4	温水洗浄便座の設定温度を低めにする。
5	冬以外は暖房便座機能を使用しない。
6	電化製品を買い替えるときは、省エネ製品を選ぶ。(LED 照明への交換等)
7	台所、洗面所等で使うお湯の温度を低めにする。
8	炊飯器の保温機能をなるべく使用しないようにする。
9	外の明るさに応じて照明の明るさを調整する。
10	冷蔵庫の中に物を詰めすぎない。
11	家族が続けて入浴するようにする。
12	冷蔵庫の温度設定を夏は「中」以下、他の季節は「弱」にする。
13	冷蔵庫を開けている時間を短くする。
14	空調機器のフィルターを定期的に清掃する。
15	インターネット通販等の宅配物は、宅配ボックスを利用するかコンビニや郵便局止まりにする。(再配達削減)

〈事業者の取り組み〉

チェック項目	
1	LED 照明に交換し、照明が不要な箇所は消灯する。
2	パソコンを使用しないときは、電源を切る。
3	クールビズ・ウォームビズを実施し、冷暖房の温度を適正に設定する。 (冷房 28℃、暖房 20℃)
4	オフィス機器を買い替える時は、省エネ製品を選ぶ。 (省エネプリンターへの交換等)
5	エレベーター使用の際に、2 階上がる、3 階下りる程度であれば階段を利用する。 (2 アップ 3 ダウン運動の実施)
6	空調機器のフィルターを定期的に清掃する。

コラム ～COOL CHOICE（クールチョイス）の推進～

「COOL CHOICE（クールチョイス）」とは、温室効果ガスの排出量削減のため、「製品の買い替え」、「サービスの利用」、「ライフスタイルの選択」など、地球温暖化対策に資する「賢い選択」をしていこうという、国民運動のことです。

家庭における消費電力の内訳は、冷蔵庫、照明器具、テレビ、エアコンなどの家電が占めている割合が多いため、これらを省エネ家電に買い替えることでCO₂排出量の削減につながり、電気代もお得になります。

環境省が運用している省エネ製品買替ナビゲーション「しんきゅうさん」では、家庭における代表的な家電製品を対象に、省エネ製品の買い替えによるランニングコストの低減効果やCO₂削減効果などを簡単に計算・把握できますので、ぜひ使ってみてください。



「しんきゅうさん」ホームページ（出典：環境省）

第2節 近い将来実践していただきたいこと

(1)市民の取り組み

■日常生活で取り組んでいただきたいこと

第1節では、日常生活の中ですぐに始めやすい行動例を記載しました。ここでは「省エネ」だけでなく、エネルギーを創り出す「創エネ」や、貯めたエネルギーを必要に応じて利用する「蓄エネ」の観点等を加え、実践していただきたいことを挙げました。

これらの項目はすぐに実践するのは難しいかもしれませんが、環境への負荷をさらに減らすために重要な取り組みです。

【エネルギーを創る。エネルギーを賢く使う。】

- 太陽光発電設備、蓄電池、家庭用燃料電池システム（エネファーム）、HEMSなどのスマートハウス関連設備を導入する。
- 住宅の遮熱・断熱性能を高める。
- 電力会社を選ぶ時は、再生可能エネルギーによる発電の割合が高い事業者にする。
- 古い家電は、省エネ性能の高い新しいものに買い替える。
- 車を買う時は、二酸化炭素排出量の少ない電気自動車やプラグインハイブリッド車などの次世代自動車を選ぶ。
- カーシェアリングを利用する。
- 夏場の冷房にかかるエネルギー使用量を削減するため、ツル性植物で「緑のカーテン」を作る。



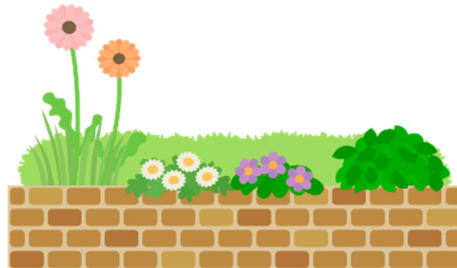
【3Rをさらに推進する】

- 生ごみ処理機（コンポスト）を用いて、家庭から出る生ごみをたい肥化する。
- 一人ひとりが「もったいない」の意識を持ち、未開封・手つかずの食品で、賞味期限が一定以上残っている食品はフードバンク等に寄付することで、食品ロスをなくす。



【水や緑を活かす】

- 生垣や庭木、花壇等の身近なみどりを育てる。
- 見た目にも涼しげで快適な緑のカーテンを設置し、室内や周辺の温度上昇を抑える。
- 雨水貯留浸透施設を設置し、雨水の利用を進める。
- 下水道への接続や下水道整備の推進、水洗化の促進を進める。



■自宅以外で取り組んでいただきたいこと

環境に配慮した生活というと、自宅を中心とする生活の中での行動を思い浮かべるかもしれませんが、自宅以外でできることも多くあります。特に、生物多様性（自然環境）について理解を深め行動につなげるには、小さい頃から自然とふれあう「体験」を通じた学びが重要です。

- 環境に関する講座や自然観察会などのイベントに参加し、身近な自然について学ぶ。
- 花や緑のボランティア活動に積極的に参加する。
- 旅行先で、山・川・海等の自然に親しむ。
- 農業や漁業、キャンプ等を小さい頃から体験し、自然にふれあう。



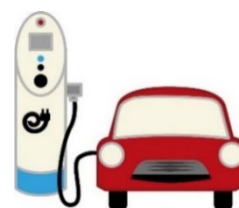
(2)事業者の取り組み

■事業所内で取り組んでいただきたいこと

事業所においても、「省エネ」に加えて、エネルギーを創り出す「創エネ」や貯めたエネルギーを必要に応じて利用する「蓄エネ」を意識し、一歩進んだ対策を進めることが大切です。

これらの取り組みは長期的に見れば、エネルギー使用が減ることでランニングコストの削減に繋がります。

- ・太陽光発電や太陽熱利用などの再生可能エネルギーの設備や、蓄電池等の自立分散型エネルギーを導入する。
- ・業務用自動車を買う際は、二酸化炭素排出量の少ない電気自動車やプラグインハイブリッド車を選ぶ。
- ・事業所や工場等の遮熱・断熱性能を高める。
- ・BEMS や FEMS を導入し、エネルギーの適切な管理を行う。
- ・屋上緑化や壁面緑化、生垣設置等、事業所敷地内の緑化を進める。



■製品・サービスの提供にあたって取り組んでいただきたいこと

企業活動の結果生み出される製品やサービスを提供する上で環境への負荷を減らすことは、消費者の行動とも相まって連鎖的な環境改善が推進されます。

ここに示す例に加えて、業種ごとにサプライチェーン及び商品のライフサイクル全体を意識して取り組みましょう。

- ・消費者が必要な量だけ買うことができるよう、ばら売りや量り売りを進める。
- ・消費期限が近づいたものは割引販売にするなどして、食品ロスの削減に努める。
- ・買い物客のマイバック持参を促すような、レジ袋の使用削減に向けた取り組みを進める。
- ・梱包材の量は最小限にし、リサイクルできる梱包材を用いる。
- ・環境に配慮した製品の開発など、技術革新にチャレンジする。
- ・商品の受け取り場所についてはコンビニや郵便局も可能とすることや、共同住宅等への宅配ボックスの設置の促進等により、再配達による温室効果ガスの排出を抑制する。



■働き方に関して取り組んでいただきたいこと

労働生産性を向上させ長時間労働を是正することで、エネルギーや資源の使用量の減少に繋がります。事業所での「働き方改革」に積極的に取り組みましょう。

- 在宅勤務の導入により、業務に伴う移動を減らす。
- コンビニエンスストア等の長時間営業を見直す。
- ペーパーレス化を進める等、資源の消費を抑える。



■その他

企業が持続的に成長していくためには、自社の利益を追求するだけでなく、社会的責任（CSR）に係る取り組みを継続的に推進して地域社会へ貢献し、その活動を周知することで、賛同する企業を増やしていくことも大切です。環境分野においては、例えば下記のような活動が考えられます。

- 事業活動に伴う環境負荷の状況や、環境保全活動等の実施状況について、積極的に情報公開する。
- 従業員研修の実施による環境意識の向上や、社会貢献活動の一環としての地域での環境学習の機会を提供する。
- 地域の環境保全活動に積極的に参加し、環境学習の活動を支援する。



第3節 環境に関連する支援制度・補助金

本市では、環境に配慮した行動の推進のために、以下の支援制度・補助金等を設けています。本章第2節の「近い将来実践していただきたいこと」に掲載している行動は、その実施にあたり費用を要するの也多いため、これらの活用もご検討下さい。

① 地球環境（地球温暖化の防止）

番号	制度名称	所管課
	補助内容	
1	スマートハウス関連設備導入費補助金	総合環境課
	住宅用太陽光発電設備や家庭用燃料電池（エネファーム）等のスマートハウス関連設備を設置した者に、その費用の一部を補助するもの。	
2	住宅断熱改修促進事業補助金	街づくり整備課
	住宅の断熱性能（窓、ドア、壁・床・天井）が向上する改修工事をした者に、工事費の一部を助成するもの。	
3	電気自動車等導入費補助金	総合環境課
	電気自動車、電動バイク及びV2H充放電設備を導入した市民、事業者に対し、その費用の一部を補助するもの。	
4	省エネ・創エネ設備設置費等補助金	総合環境課
	事業所等の省エネ改修や太陽光発電設備等の創エネ・省エネ設備を設置した中小事業者等に、その費用の一部を補助するもの。	
5	低炭素建築物認定制度	建築指導課
	「都市の低炭素化の促進に関する法律（エコまち法）で定める低炭素建築物の認定を受けると、税制優遇などの措置を受けることができるもの	
6	住宅の省エネ改修に伴う固定資産税の減額措置	固定資産税課
	一定の省エネ改修工事（窓の改修工事、床・天井・壁の断熱改修工事）を行った住宅について、固定資産税を軽減するもの。	
7	生垣助成制度	公園緑地課
	市街地における緑化と災害に強い街づくりの一環として、生垣を設置する者にその費用の一部を助成するもの。	
8	屋上等緑化助成制度	公園緑地課
	ヒートアイランド現象の緩和及び良好な自然環境の創出を図るため、建築物の屋上や壁面などを緑化する者に、その費用の一部を助成するもの。	
9	駐車場緑化助成制度	公園緑地課
	ヒートアイランド現象の緩和及び良好な自然環境の創出を図るため、駐車場を緑化する者に、その費用の一部を助成するもの。	

② 地球環境（地球温暖化への備え）

番号	制度名称	所管課
	補助内容	
1	農業用灌漑用水設備設置事業補助金	農政課
	灌漑用井戸及びその付帯設備を設置する事業にかかる経費に対し、補助を行うもの。	
2	防鳥網等設置事業補助金	農政課
	鳥等の食害及び降ひょうなどの気象災害から農産物を保護するための防鳥網または防災網を設置する事業にかかる経費に対し、補助を行うもの。	

③ 資源循環・廃棄物

番号	制度名称	所管課
	補助内容	
1	コンポスト容器等購入費補助金	清掃事業課
	家庭から出る生ごみの減量・資源化を促進するため、コンポスト容器等（生ごみたい肥化容器、ミニ・キエーロ）を購入する者を対象に、購入費の一部を補助するもの。	
2	園芸用廃プラスチック処理事業補助金	農政課
	農業生産に伴い廃棄される園芸用廃プラスチックを適正に処理する事業にかかる経費に対し、補助を行うもの。	

④ 自然環境

番号	制度名称	所管課
	補助内容	
1	減農薬栽培推進事業補助金	農政課
	殺虫剤の散布回数を減らすための減農薬資材を導入する事業にかかる経費に対し、補助するもの。	
2	市民農園開設等支援事業補助金	農政課
	農地の所有者が市民農園を開設する場合に、その整備事業、市民農園に設備を設置する事業及び市民農園の利用者の交流の促進を図るための事業に係る経費に対し、助成するもの。	
3	浅海養殖事業補助金	臨海整備課
	ハマグリ の安定した生産量を確保するため、ハマグリ の稚貝を放流し、生産性の向上を図る事業に対し、補助するもの。	
4	ノリ漁場油濁監視事業補助金	臨海整備課
	ノリ漁場における油濁被害を防止・軽減する事業に対し、補助するもの。	

⑤ 生活環境

番号	制度名称	所管課
	補助内容	
1	雨水浸透・小型貯留施設等助成制度	河川・下水道管理課
	都市型水害の軽減や雨水の有効活用、地下水の涵養のため、住宅等に雨水貯留施設や雨水浸透施設を設置する者に、設置に要する費用の一部を助成するもの。	
2	高度処理型浄化槽設置費補助金制度	河川・下水道管理課
	下水道の整備が当分の間（7年以上）見込まれない地域で、自己が居住するための住宅に既存の単独浄化槽、またはくみ取り便所から転換して、10人槽以下の高度処理浄化槽を設置する者に、その設置や撤去に係る費用を補助するもの。	
3	私道下水道管渠敷設工事助成	河川・下水道管理課
	一定の要件に該当した私道に対して、下水道敷設工事費の全額を予算の範囲内で助成するもの。	

※ 掲載している助成制度・補助金は令和8年3月時点のものです。詳細については、市公式Webサイトをご覧ください。