

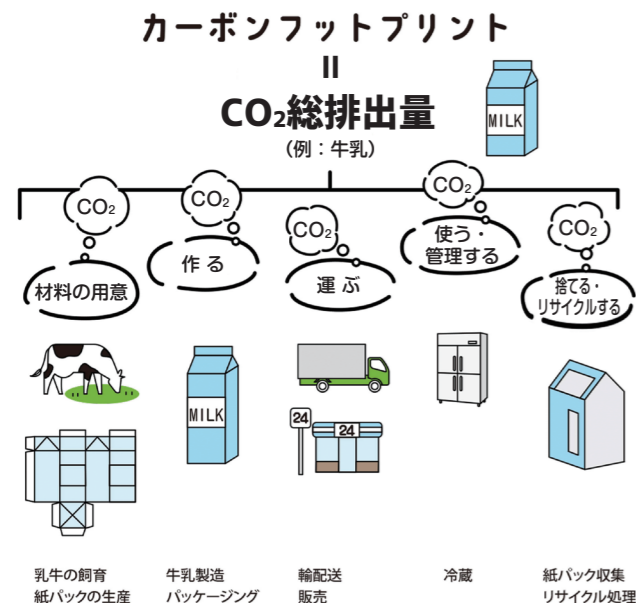
## コラム お買い物はカーボンフットプリントに注目しよう。

みなさんの生活に欠かせない衣服や食料品などのモノには、「作る」から「捨てる」までの過程があります。その過程の中では、地球温暖化の原因となる二酸化炭素（CO<sub>2</sub>）などの温室効果ガス（GHG：Greenhouse Gas）が発生します。

カーボンフットプリント（CFP：Carbon Footprint of Products）とは、モノが作られてから捨てられ、リサイクルされるまでの過程を通して排出される温室効果ガスの量を、二酸化炭素の量として換算して数字で示したものです。

カーボンフットプリントをみることで、同じモノでも、どれが二酸化炭素の量が多く、また少ないのかを比較することが可能となります。

わたしたちが、普段の生活の中で、二酸化炭素の量が少ないモノを選ぶことは、地球温暖化により気温が上がるのをふせぐことにつながります。



「カーボン」は英語で「炭素」のことですが、広い意味で二酸化炭素を指すことが多く、「フットプリント」は英語で「足あと」を意味します。

参考：グリーン・バリューチェーンプラットフォームGreen Value ChainPlatform「脱炭素経営」の総合情報プラットフォーム  
 環境省 経済産業省 農林水産省  
 「カーボンフットプリント全般」[https://www.env.go.jp/earth/ondanka/supply\\_chain/gvc/cfp\\_calculation.html](https://www.env.go.jp/earth/ondanka/supply_chain/gvc/cfp_calculation.html) 一部改変

和歌山県では、この夏、「わかやまCO<sub>2</sub>CO<sub>2</sub>ポイント+」という、二酸化炭素の量が少ないモノを買うときに、ポイントが上乗せされる取組を実施します。

この機会に、それぞれのモノが、どれだけの温室効果ガスが発生しているのかを意識して、お買い物をしませんか。

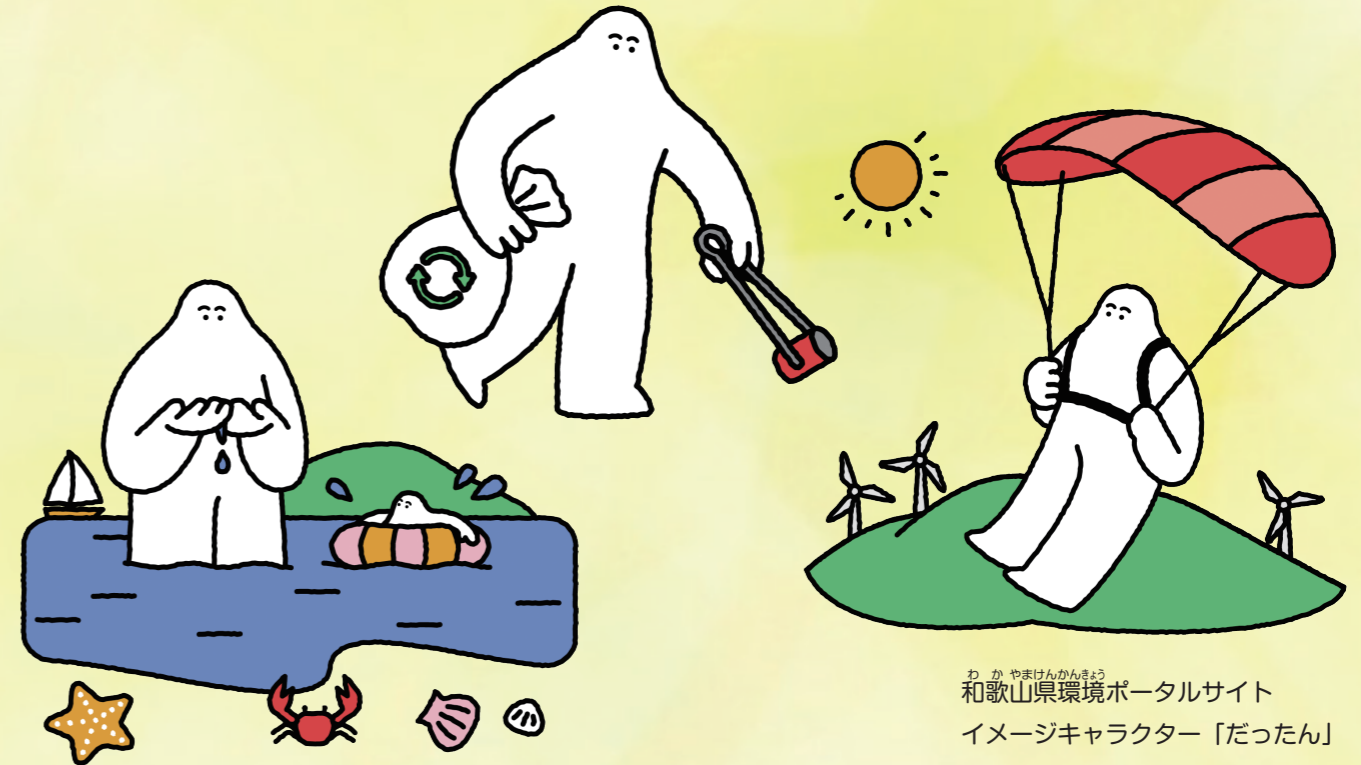
「わかやまCO<sub>2</sub>CO<sub>2</sub>ポイント+」については、こちらをご覧ください。  
 URL：<https://wakayama-kankyo-portal.com/>  
 ※令和8年度の公開は、8月上旬頃を予定しています。



※脱炭素チャレンジシートは、審査対象外です。

# 2026わかやま 子どもエコチャレンジ

## — 脱炭素チャレンジシート —



わかやまけんかんきょう  
和歌山県環境ポータルサイト  
イメージキャラクター「だつたん」

### はじめに

「地球温暖化」という言葉を知っていますか。人間の活動によって、空気中の二酸化炭素など温室効果ガスの濃度が高くなり、地球の気温が上がることを言います。人間の活動とは、物を作るために石炭や石油、天然ガスなど（化石燃料）を燃やす、森林伐採（森林などの植物は、二酸化炭素を吸収するしくみがあります。）などが挙げられます。

では、地球の気温が上がっていくと、私たちの身の回りでは、どういったことが起こると思いますか。例えば、県の特産物である梅やみかんの生育や品質が悪くなるなど農作物への影響が出てきます。他にも大雨の降る日が多くなる、熱中症患者が増えるなど、身近なところでも様々な影響が出てくると予想されています。

こうした地球温暖化の影響は、和歌山県、日本だけでなく世界中に及ぶため、世界各地で、二酸化炭素の量を減らすための取組が行われています。

私たちも、普段の生活の中で、意識はしないものの二酸化炭素を出していることから、この量を減らすよう努力することが求められています。

ぜひ、この「脱炭素チャレンジシート」の裏面に書いている取組を普段の生活の中で意識して行動してみてください。



リサイクル適性 (A)  
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

お問い合わせ先 和歌山県 脱炭素政策課 ☎ 073-441-2674

# 脱炭素チャレンジシート

年 組 番 名前

## <やり方>

1. 表に書いてあるエコ活動に取り組みよう！
2. 今日できたエコ活動の取組のマスに色をぬろう！
3. エコ活動の取組が7日間終わって、まだがんばれそうな場合は、さらに7日間続けよう。
4. 最後に、エコ活動の取組で減らした二酸化炭素の量を計算しよう。

「だったん」とは・・・

和歌山県環境ポータルサイト イメージキャラクター

詳細は、下記サイトをご覧ください。  
<https://wakayama-kankyo-portal.com/>



エコ活動の取組	①	1日目	2	3	4	5	6	7日目	8	9	10	11	12	13	14日目	②	①×②	備考	
		/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/				/
		まずは、7日間がんばってみよう！							さらに7日間がんばってみよう！										
	減らした二酸化炭素の量 (g) / 日	エコチャレンジの取組ができた場所の「だったん」を好きな色でぬろう！														ぬった数	減らした二酸化炭素の量 (g)		
1. テレビをみる時間を減らした。	18																/252	テレビをみる時間を1日3時間から2時間に短縮した場合	
2. 家で照明を使う時間を減らした。	4																/56	家で照明(7.5W LED電球ランプ)を使用する時間を5時間から4時間に短縮した場合	
3. 入浴の際に、シャワーで使用する水をこまめに止めた。	95																/1,330	シャワーを使用する時間を8分間から7分間に短縮した場合	
4. 手洗いの水をこまめに止めた。	2																/28	手洗いをする1分間のうち、手を洗う30秒は水を止めた場合	
5. まとめて洗たくすることで、洗たくの回数を減らした。	65																/910	3kgの洗たく物を2回から1回にまとめて行う場合	
6. ペットボトルを使わずに、マイボトルを利用した。	105																/1,470	ペットボトル500mLを購入する代わりにマイボトル(ステンレス製)を100回使用した場合の1回分	
7. 買い物はレジ袋を使わずに、マイバッグを持って行った。	23																/322	レジ袋を使用する代わりにマイバッグ50回使用した場合の1回分	
8. ごみをまとめて捨てず、リサイクルするために分別した。	500																/7,000	1日あたり890gのごみを分別して捨てた場合	
9. 袋に入っていない野菜や果物を買って食べた。	16																/224	包装されていない野菜を1袋買って食べた場合	
10. 地元近くで生産された旬な野菜や果物を食べた。	102																/1,428	旬な野菜を1個食べた場合	
11. 冷暖房の設定温度を控えめにした。(室温の目安28℃、暖房の目安20℃)	244																/3,416	冷暖房の設定温度を1℃緩和し、6時間使用した場合	
12. 歩ける距離の移動は、自動車をかわずに歩いた。	476																/6,664	2kmの移動距離の場合	
13. 宅配便を1回目で受け取った。	180																/2,520	個人向けの宅配便1個を1回目で受け取る場合	
合計	/1,830	減らした二酸化炭素の量は、どのくらいになったかな！？														/25,620			

使用している数値はすべて目安です。

このチャレンジシートは、県へ提出する必要はありません。

参考：環境省ホームページ デコ活データベース  
[https://ondankataisaku.env.go.jp/decokatsu/decokatsu\\_db/](https://ondankataisaku.env.go.jp/decokatsu/decokatsu_db/)

