参加者全員に
参加賞
プレゼント!

CO_2削減
エコライフチャレンジ 2026

エコライフチャレンジ 地球温暖化対策のため、家庭での電気使用量を減らし、CO2排出量を削減する取組です。電気使用量を報告いただいた方に参加賞をプレゼントします。

取組期間 令和8年11月1日（日）～12月31日（木）

締　　切 令和9年1月5日（火）まで

1 地球温暖化って何？

産業活動が活発になり、温室効果ガスが大気中に大量に排出され、気温が上昇することを指します。温室効果ガスの中でも温暖化の最大の原因は、石油や石炭などの化石燃料の燃焼によって排出される二酸化炭素です。

2 どんな影響があるの？

世界の平均気温は、産業革命前から現在にかけて1.09℃上昇し、海面水位の上昇や生態系の破壊を起こしています。日本では、最高気温30℃以上の年間日数が、現在の約46日から、21世紀末には約103日になると言われています（東日本太平洋側）。

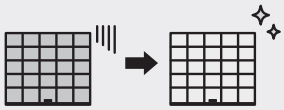
3 電気の使用量を減らすと、なぜCO2排出量が減るの？

日本では、家庭でのエネルギー消費の約半分が電気、そのうち約7割が火力発電により発電されるからです。

下の 二次元コードからご参加できます。
裏面の参加申込兼報告書に記入することで参加することも可能です。
参加申込兼報告書を提出する場合、お住まいの市町村担当課（裏面の問合せ先）にご提出ください。

電気使用量の削減のコツ

1 エアコンのフィルターをこまめに掃除する

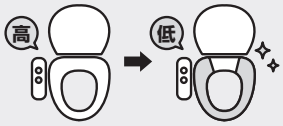


CO_2削減量（年間）15.6kg

2 暖房の室温は20℃を目安に設定する

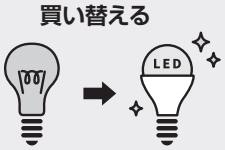
CO_2削減量（年間）25.9kg

3 暖房便座の温度を低めに設定する



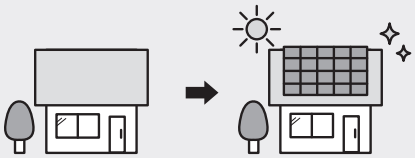
CO_2削減量（年間）12.9kg

4 省エネルギー性能が高い家電等に買い替える



CO_2削減量（年間）43.9kg
（LED照明の場合）

5 自宅に太陽光発電と蓄電池を導入する



CO_2削減量（年間）843.3kg

他にも…

- 複層ガラスなどの高断熱の窓に改修する。
- 長時間使用しないものはコンセントを抜く
- 早めに就寝し、消灯する。
- 電気のつけっぱなしなどの「ぱなし」をしないよう、家族で声をかけ合う。
- 冷蔵庫を節電モードに設定し、食品を詰め込まないようにする。

電気使用量は、明細書やインターネットから確認しましょう！

問合せ先

水戸市	**環境保全課** 水戸市中央1-4-1 029-232-9154（直通）
笠間市	**環境政策課** 笠間市中央3-2-1 0296-77-1101（内線/125）
ひたちなか市	**環境政策課** ひたちなか市東石川2-10-1 029-273-2963（直通）
那珂市	**環　境　課** 那珂市福田1819-5 029-298-1111（内線/447･448･449）
小美玉市	**環　境　課** 小美玉市堅倉835 0299-48-1111（内線/1141･1142）
茨城町	**みどり環境課** 茨城町小堤1080 029-240-7135（直通）
大洗町	**生活環境課** 大洗町磯浜町6881-275 029-267-5154（直通）
城里町	**町　民　課** 城里町石塚1428-25 029-288-3111（内線/113）
東海村	**環境政策課** 東海村東海3-7-1 029-282-1711（内線/1432）

参加申込兼報告書の提出やご質問等はお住まいの担当課にお問合せください。

キリトリ

参加申込兼報告書

●参加される方の情報を記入してください。

フリガナ	
参加者氏名	
電話番号	
住所	〒　　－
世帯人数	人

●電気使用量などの情報を記入してください。

	今年12月分	昨年12月分
電気使用量	kWh	kWh
使用日数	日	日

※昨年の電気使用量等が不明な場合は記入しなくても構いません。
（ただし、各市町村の集計には含まれなくなります。）