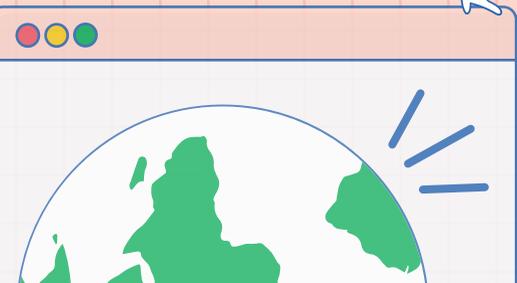


CO<sub>2</sub>

# 気候変動なんて私に関係ないでしょ？

と思っているあなたに  
10代~20代の私たちに伝えたいこと



地球温暖化？

CO<sub>2</sub>ネットゼロ？

気候変動？

聞いたことあるけど、難しそうでしょうわからへん。

そんなことより、新しい服が欲しい。

美味しいご飯食べて、遊びに行きたい。

だけどほんまは、気候変動って、

今着てる服や、今日食べたご飯、

あなたの毎日の生活のことなんやって。

知ってた？

このままいったら、

大変な未来になってしまうかもしれへんねんで。

あなたにも、知ってほしいことがあるねん。

## CONTENTS

p1	はじめに
p3	気候変動って？
p4	気候変動によって何が起ころの？
p5	私たちの暮らしが気候変動の原因？
p6	私たちにできること
	何を減らせばCO <sub>2</sub> を減らせるの？
	何を食べたらCO <sub>2</sub> を減らせるの？
	何で移動したらCO <sub>2</sub> を減らせるの？
	何を買ったらCO <sub>2</sub> を減らせるの？
p10	3.5%で社会は変わる
p11	「すでに行動している人」たち
p13	私たちも一歩を始めています
p14	もっと知りたい、何かしたいと思ったら
p15	できることリスト

# Create a Sustainable Tomorrow

～ワークショップの参加者・スタッフから、同世代の皆さんへ～



もっとたくさんの人に知ってほしい！  
私たちが学んだこと



気候変動についてほとんど知らない状態で参加した私たちが、この問題の深刻さと解決への道筋を学びました。このパンフレットは、自分たちの気づきをたくさんの人に知ってもらいたいと思い、作成しました。同世代のみんなに、私たちの想いが届くことを願っています。

## Create a Sustainable Tomorrow ユースサマーデイキャンプ 5-day

(滋賀県CO<sub>2</sub>ネットゼロを考える次世代ワークショップ) 2021年8月～9月オンライン開催

滋賀県在住または在学の高校～大学院生の年代の若者が集まり、5日にわたってエネルギーや森林、食、交通、まちづくりなどの多様な方面から持続可能な未来について考えました。企画運営もFridays For Future Shigaの若者によって行われました。

主催:滋賀県  
企画運営:  
NPO法人碧いびわ湖  
Fridays For Future Shiga

ワークショップのHPを見る→



# 気候変動って？

## 私たちの未来が危機的!?

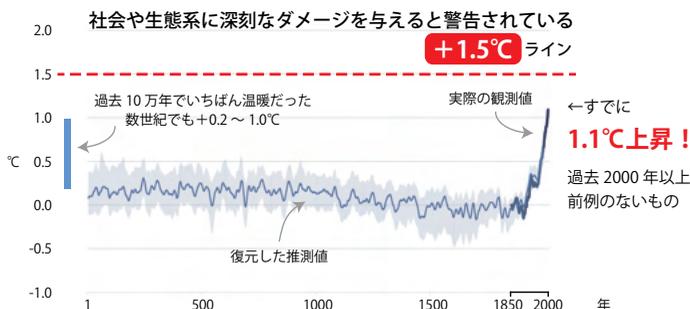
気候変動は、今、世界中で最も深刻にとらえられている問題です。**1万年**もの間安定していた地球の気温が、人類の活動によって**急激に上昇**し、甚大な自然災害を引き起こしています。

「このままでは気温は上がり続け、私たちは人類が今まで経験したことがないような世界に住むことになる」と科学者たちが警告しています。

2050年までに、**12億人**もの人々が気候変動に関連して**移住**を余儀なくされると言われています。

### 世界平均気温（10年平均）の変化

※1850～1900年を基準として



出典：IPCC第6次評価報告書

## 声を上げる若者たち

世界中で、何百万人もの若者たちが、気候変動への対策を求めて声を上げています。彼らは気候変動の影響をはじめに受ける世代です。若者たちの声は、世界中の人々を動かし、世界が変わり始めています。



# 気候変動によって何が起ころの？

## 異常気象

地球温暖化は、**豪雨**や**巨大台風**の発生、**干ばつ**、**真夏日**・**猛暑日**の増加といったさまざまな異常気象を引き起こします。例えば、平成30年7月豪雨は、死者237人となるほどの被害をもたらしました。近年は世界中で大災害が頻発しています。



平成25年9月台風18号水害 高島市内

## 森林火災

2019～2020年のオーストラリアの森林火災。**数カ月燃え続けて多くの人が避難を余儀なくされ、死者も出ました**。野生動物への被害も重大で、3分の1ものコアラが死亡しました。過去に例を見ない大規模な森林火災は近年、ロシア・シベリアや米カリフォルニアなど世界中で起こっています。その背景には気候変動による高温や乾燥、異常少雨があるのです。



## 食糧危機

気候変動によって極端な大雨や干ばつが起これ、世界各地で農作物が被害を受けています。アフリカの島国、マダガスカルでは4年ほど前から降水量が激減し、**作物が育たず、多くの人が飢えによって苦しんでいます**。日本でも夏季の大雨によりお米の収穫量が減ったり畑が流されたり、強い日差しで果実の日焼けが起きたりと被害を受けています。今後は水や食糧の奪い合いで紛争が起きることが危惧されます。



## 琵琶湖も!?

琵琶湖では、毎年、秋から冬に湖面の水温が下がることで、水が混ざりあって、湖底まで酸素が運ばれる、「**全層循環**」という現象が起きます。しかし、温暖化の影響で水温が下がらないと、この全層循環は起きなくなり、**琵琶湖の底が酸欠状態**になります。このことによって、生き物が生きにくい環境になることが懸念されています。

熱波、海面上昇、伝染病なども、今後ますます増大していくかも.....

# 私たちの暮らしが 気候変動の原因??

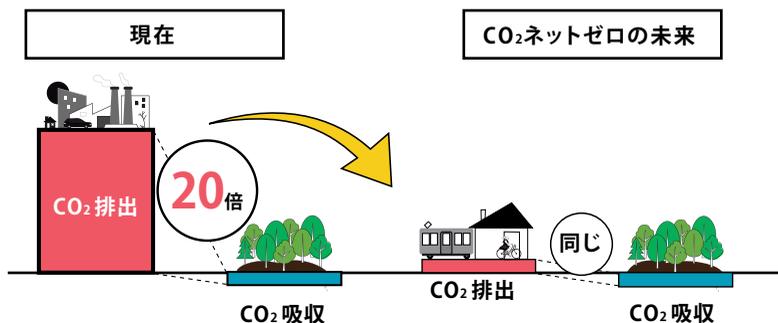
気候変動の原因は、

**温室効果ガス、特にCO<sub>2</sub>(二酸化炭素)**が

大気の中に急激に増えて、地球を温めていることです。

CO<sub>2</sub>が増えたのは、私たちが**化石燃料**を大量に使ったことと、CO<sub>2</sub>を吸収してくれる自然を破壊してしまったことが主な原因です。

このままCO<sub>2</sub>が増え続けると、気候変動はどんどん深刻化し、止めることができなくなります。CO<sub>2</sub>の排出量を減らし、吸収量とつりあう「**ネットゼロ**」を目指す必要があります。



## しがCO<sub>2</sub>ネットゼロムーブメント



しがCO<sub>2</sub>ネットゼロ  
ムーブメント

滋賀県では、2050年までに県内のCO<sub>2</sub>などの温室効果ガスの排出量を実質ゼロ(ネットゼロ)にすることを目指して、「しがCO<sub>2</sub>ネットゼロムーブメント」のキックオフを宣言し、仲間を募集しています。

琵琶湖をはじめとする滋賀の豊かな自然を守り、サステナブルな社会をつくるため、気候変動を自分の問題として、CO<sub>2</sub>ネットゼロを目指し、一緒に取り組みましょう。

減らす

食べる

移動する

買う

何を減らせばCO<sub>2</sub>を減らせるの？



## 私たち使いすぎ!?

日本のエネルギー使用量は世界で**5番目**に多いです(2020年)。

それって使いすぎだと思いませんか？

日本ではCO<sub>2</sub>の92%はエネルギー(電気、ガソリン、ガス、灯油など)を使うことによって排出されています。だからCO<sub>2</sub>排出量を減らすには、エネルギーを使う量を減らすことが大事です。

## その服、本当に必要？

私たちの身の周りにある、ありとあらゆるものが、『作られ』『運ばれ』『使われ』『廃棄される』時に、たくさんのCO<sub>2</sub>を排出しています。例えば、世界のCO<sub>2</sub>のうち、**8%**がファッション関係から排出されています。

物を長く使ったり、中古のものを使うことで、新しく買うものを減らすことができます。何か買うときは「本当に必要？なぜ買うの？」って少し立ち止まって考えてほしいです。

ペットボトル  
255本作るのと同じ量

1着で  
**25.5 kg**  
のCO<sub>2</sub>が排出される



大型トラック  
130台分

毎日  
**1,300 t**  
が捨てられる



なんで買いたいんだっけ？

それって本当に必要だっけ？

1

びっくり事例

ごみを出さない町がある



徳島県の上勝町は日本で初めてゼロ・ウェイスト\* (廃棄物ゼロ)を宣言したまちです。上勝町では、ごみは13種類45分別され、80%のごみ資源化されます(2017年)。これにより町のごみ処理費用も大幅に節約されています。日本では毎年東京ドーム約115個分ものごみが出ていますが、上勝町は出たごみをどう処理するかではなく、ごみ自体を出さない社会を目指しています。

\*無駄や浪費を最小限にして、ごみを出さないようにする取り組み。  
サンフランシスコやバンクーバーなど宣言しているまちが世界中にある。

くるくるショップ  
住民がいらないものを持ってきて、だれでも自由に持ち帰れる

減らす

食べる

移動する

買う

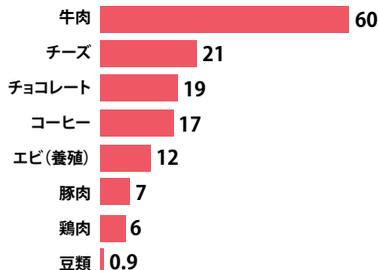
## 何を食べたらCO<sub>2</sub>を減らせるの？



### 植物性の食品が環境に良い？

世界の温室効果ガスの3分の1は「食」に関係します。特に肉類は温室効果ガスの排出が多く、牛肉は豆類の66倍になります。タンパク質として、豆腐やお揚げ、豆、ソイミートなどを積極的に日々のメニューに採り入れてはどうでしょう？

#### 食品1キロ当たりの温室効果ガス排出



(kg-CO<sub>2</sub>換算)  
出典:Our World in Data

輸送時に排出されるCO<sub>2</sub>は  
**400倍**



埼玉県小川町の事例より

### 地元のものを選ぶ

日本の食べ物の輸送距離は世界で1番長いと言われるほど、私たちの身の周りには遠くから運ばれてきた輸入の食べ物が多いです。しかしその輸送のために、私たちがコツコツと節電などをして削減できる排出量をはるかに上回るCO<sub>2</sub>が排出されています。近くでとれたものを食べることは、新鮮でおいしい上に環境にも健康にもいいですね。

## 2

### びっくり事例

### 私たちの声でメニューが変わった！



ヴィーガン・フェアを実現した学生団体「LINK」のメンバー等

滋賀県の立命館大学でも学生たちが食堂と掛け合い、学食でヴィーガン\*・フェアを実施し、動物性食材不使用のメニューを提供しました。メニューはソイミートの唐揚げやマーボー丼などで、利用した学生からはおいしいと評判でした。最近では、植物性のメニューを提供するレストランやお店が増えています。気軽に、1食からでも、植物性の食事の選択肢が増えるといいですね。

\*ヴィーガン＝動物性のものを食べない食生活

減らす

食べる

移動する

買う

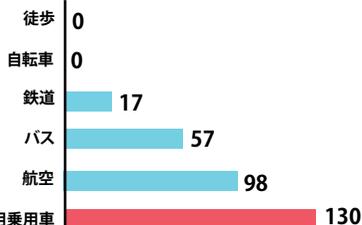
何で移動したらCO<sub>2</sub>を減らせるの？



## 車はCO<sub>2</sub>排出量が一番大きい移動方法！

とても便利な車は、電車に比べて7倍ものCO<sub>2</sub>を排出します。実は、家庭から排出されるCO<sub>2</sub>のうち4分の1は車から排出されています。どこかに出かけるときには、「何で行くのが環境にいいかな？」って考えてみてほしいです。

1人が1km移動する際に排出されるCO<sub>2</sub>



(g-CO<sub>2</sub>/人・km)  
出典:国土交通省



## 学生が一番エコ

学生はみんな、自転車や電車、バスで移動していますよね？大人になってもそのまま車に乗らないですませる働き方ってないのかな？  
また、これからは、一人1台車を持つのではなく、必要な人が必要な時に、共有の車を使う、カーシェアの時代になるかもしれません。アプリで簡単に登録して、必要な時だけに車を使えば、お財布にも優しいです！

3

びっくり事例

## 車を減らすまちづくり



街中に張り巡らされた路面電車

ドイツ・フライブルクのヴォーバン団地は世界有数のエコ団地です。車は1000人当たり約170台しか所有されておらず、多くの人が路面電車や自転車で移動しています。カーシェアリングも盛んです。背景には、車の利用を面倒にさせたことがあります。おのずと人々が車に乗らなくなるというまちづくりの工夫です。例えば、家の前には駐車場がなく、集合駐車場に車を取りに行くよりも、路面電車の駅が近くにあるため、みんなつい路面電車で移動してしまいます。

減らす

食べる

移動する

買う

何を買ったらCO<sub>2</sub>を減らせるの？

## 買い物は投票

私たちが、買い物のときに、環境に配慮したものを選ぶと、お店にはもっとエコな商品が増えます。私たちが車でなく、自転車や公共交通で移動すると、自転車道路がもっと整備され、公共交通はもっと安く便利になるはず。なぜなら、企業は、『みんなが買うもの、使うもの』を作ったり、売ったりするから。そう考えると、毎日の買い物って、私たちの未来を選ぶ「投票」みたいです。



## 実は電気も選べる

もし家で使う電気がすべて再生可能エネルギーで発電されたものだったら、家庭から出るCO<sub>2</sub>の45%も削減できます。今はとても簡単な手続きで、**パワーシフト**する(再エネの電気に切り替える)ことができます。しかも電気代も安くなることが多いんです。切り替え方を紹介したサイトを参考に、「うちも再エネにしない？」と家族と相談してみませんか？

パワーシフト

4

びっくり事例

### 再生可能エネルギーで地域が豊かになる！



写真 Fechner Media提供

ドイツのライン＝フンスリュック郡では、1990年代から市民と自治体が主体になり、再生可能エネルギーの発電所を造ってきました。今では郡で使う約3倍にもなる電力を風力により生み出しています。その収益は市民のために使われ、化石燃料の購入で域外に流出していたお金が地域内で回ることにより、地域がとても豊かになりました。滋賀県内でも、湖南市で「こなんウルトラパワー」という電力会社が、太陽光発電などによるエネルギーの地産地消に取り組んでいます。



「

3.5%

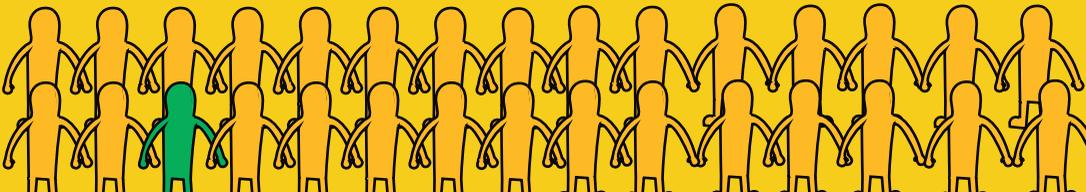
「私ひとりぐらい努力したって無駄やん!」って思う?

そんなことないよ。世の中は、いつだって少数の人が変えてきたんだ。

3.5%の人が行動すれば社会は変わると言われているよ。

あなたも、3.5%の一人になってみない?

”



# ワークショップで出会った「すでに行動している人」たち

気候変動は、  
私たちが便利な生活を  
求めたことの代償



ワークショップ講師  
村上真平さん

自然農家(自然農園なな色の空)  
全国愛農会会長  
家族農林漁業プラットフォーム・ジャパン 代表

## 便利な生き方に疑問を持って

気候変動問題の原因は何だと思いますか? 「利便性、省力、効率性を追求する現代の科学技術が気候変動の主要因である」と僕は思っているんです。

人間は簡単に楽な方に流れます。僕はパソコンを使い出したら漢字が書けなくなった。利便性を求めることは、人が本来持っていた生きる力を失くすことです。

僕は20年間、アジアの国々で自然農業、有機農業を含めた農業と持続可能な開発やまちづくりに関わっていました。そこで、貧しさは豊かな国によって作られていると感じました。グローバル経済は貧しいところから豊かるところに富が流れるシステムです。この方向性を大転換しない限り人間は生きていけないと思う。便利な生き方に対する疑問を持たなければいけないんです。

## 循環を考える

今、世界がめざすカーボン・ニュートラル(CO<sub>2</sub>ネットゼロ)は、炭素が空気中に増えないシステムで行こうということ。

それは本来の自然のあり方そのものです。「生産者」である植物が光合成で炭酸ガスを取り入れて酸素を出す。虫や草食動物等の「消費者」が植物を食べ、また肉食生物がそれを食べる。その排泄物や死骸を菌類や微生物の「分解者」が食べる。分解されたミネラルを栄養に植物が育つ。そうして炭素は循環しており、人間が自然のままに生きていた頃は、大気中に炭素が増えることはありませんでした。現代の私たちは自然から循環を学ばなければなりません。

## 自分で自分の暮らしを支えよう

僕の農園では研修生は薪で煮炊きしています。自然が与えてくれるもので生きる技術を学べ、農業をしなくてもいいから、自分で衣食住をまかなえる人間になれ、生きるのが楽になるよと伝えています。生きるために必要な技術は1、2年あれば身につく。会社など頼っているものがつぶれたら、それなしでも生きていけるようにね。

※この記事はワークショップでのお話を元に編集部でまとめたものです。村上さんの寄稿文をウェブサイトに掲載しています。

[寄稿文を見る](#)



# ワークショップで出会った「すでに行動している人」たち

平凡な夢の実現には  
気候変動に  
向き合わなければと気づいた



ワークショップ運営メンバー

玉崎 蒔さん

Fridays For Future Shiga メンバー

フリースクール スタッフ



## ドイツで見た声を上げる若者たち

私は、高校を卒業してから2年間ほど旅やボランティアをして過ごしました。その中でドイツに行ったとき、私と同世代かもっと若い人たちが、気候変動問題をとても深刻な問題として受け止め、自分事として声をあげているのを目の当たりにしました。数えきれないほどの人々が学校を休み、プラカードをもって、街を埋め尽くしていたのです。それだけではなく、ベジタリアンだったり、車に乗らないようにしていたり、自分の選択に責任感を持って環境に配慮して生活している人がとても多いことにも気づきました。

## 私の夢と気候変動

私は、いつか自然に囲まれたところで、のんびり暮らしたいです。しかし、「このままいくと、50年後には世界の多くの場所がサハラ砂漠並みに熱くなる」と科学者たちが予想するほど気候変動は深刻です。私たちが待ち受けているのは、毎日暑さをしのぎ、自然災害に備え、食糧危機に怯える、想像以上に過酷な未来かもしれま

せん。私は、「私の平凡な夢をかなえるためには、まず気候変動というとても大きな問題に向き合わないといけないんだ」と気づきました。今は、滋賀県でも気候変動への関心を高め、対策をとってほしいと、学校などで環境の授業をしたり、路上でマーチをしたり、行政の方や政治家の方々とお話をしたりして活動しています。

## 持続可能な未来をつくりたい!

私は、今の社会には気候変動だけではなく他にもたくさん問題があると思います。例えば、海洋プラスチックごみの問題(2050年までに魚の重量を超えると予想されている)、格差の拡大(世界トップ8人のお金持ちが世界の半分の人と同じ資産を持つ)、忙しすぎる働き方(2019年過労死174人)、地方の衰退.....気候変動の解決に取り組むことで、こういった様々な問題を同時に解決していくことができると思います。私たちが限りある資源を循環させ、みんながもっとゆとりをもって生活できる、これが私の描く持続可能な社会です。

# 私たちも一歩を始めています!

～ ワークショップの参加者とスタッフから ～



かのこ (高校2年生)

私はできるだけ、ゴミを出さないようにしています。

[ツイート](#)

[メディア](#)

[いいね](#)



こんにちは。私はできるだけ、ゴミを出さないようにしています。水筒とエコバッグはいつも持ち歩いています。少し前には木でコンポストを作りました。生ゴミを焼却した時のようにCO<sub>2</sub>は出ないし堆肥ができてめっちゃ良くないですか!?! 一人の少しの行動が大きな変化につながると私は思っています。

♡♡



りこ (大学4年生)

できるだけ植物性の食生活をするようにしています。

[ツイート](#)

[メディア](#)

[いいね](#)



環境のためにできるだけ植物性の食生活をするようにしています。家畜からの温室効果ガス排出量は運輸部門からの排出に匹敵すると言われています。これを減らすための方法の一つが、植物性の食生活です。肉食をすべてなくすことは難しいですが、まずは一食分、お肉をお麩や豆腐に変えてみるのはどうでしょうか。

♡♡



まな (大学3年生)

服が好きなので、服を捨てないようにしています。

[ツイート](#)

[メディア](#)

[いいね](#)



ファッションが好きな私は、服を捨てないようにしています。少し手間はかかりますが、衣服を回収してくれるお店に持って行ったり、古着交換会を開いたりしています。もしゴミ箱に捨ててしまったら、そこでその服の一生は終わってしまいます。捨てようとしているその服に「第二の人生」を与えてみませんか?

♡♡



しょうたろう (中学2年生)

スタンディングアクションや気候マーチをしています。

[ツイート](#)

[メディア](#)

[いいね](#)



世界気候アクションの日などにスタンディングアクションや気候マーチをしています。同世代で同じような活動をしている人は少ないように感じますが、アクションで少しずつ知識を広めることで大きなムーブメントが生まれ、社会としてサステナブルなシステムを整えられるようになればいいなと思います。

♡♡

## もっと何かしたいと思ったら



気候変動が危機的だと、世界中でここまで注目されるようになったのは、当時15歳のスウェーデンの女の子、グレタが、たった一人で学校をストライキして国会前で座り込みを始めたことがきっかけでした。一人の子どもにも世界を変えることができます。

まずはあなたの小さな行動を変えてみる。次に誰かに知っていることを話してみる。そういう小さなことの積み重ねで、社会は確実に変わっていきます。10年後に後悔しないためにきっと今できることがたくさんあります。

## もっと知りたいと思ったら (リンク集)



**サステナブルファッション**  
(環境省)

**立命館大学生協でのヴィーガンメニュー導入**  
(立命館大学)



**ゼロ・ウェイストタウン上勝**  
(上勝町)

**未来をつくる“でんき”のえらび方**  
(パワーシフトキャンペーン運営委員会)

**こなんウルトラパワー**  
(こなんウルトラパワー株式会社)

**サステナブルで健康な食生活の提案**  
(環境省)

**ヴォーバン住宅地**  
(クラブヴォーバン)

**村上真平さんの農園**  
(自然農園なな色の空)



## このパンフレットは 私たちが作成しました!

### Fridays For Future Shiga

気候変動の解決のために行動する中学生から大学生世代の若者たちの集まりです。未来のためにできることを、やりたいと思う方法でやっいてこうと、マーチや学習会など様々な活動をしています。今回はワークショップの企画運営とこのパンフレットの作成に取り組みました。



### CONTACT

Instagram @fff\_shiga\_japan

気候変動なんて私に関係ないでしょ?  
と思っているあなたに10代~20代の私たちから伝えたいこと

令和4年(2022年)3月

発行 滋賀県

お問い合わせ CO2ネットゼロ推進課

制作 Fridays For Future Shiga  
特定非営利活動法人 碧いびわ湖

編集長 玉崎 露

ライター 上野 桂 桐山 兼乃 林 樟太郎  
村木 伽野子 細野 真愛

デザイナー 松本 愛梨

you can do it !

# できることリスト

1

通勤・通学は  
できるだけ自転車で



自動車はCO<sub>2</sub>をたくさん排出します。自転車や電車・バスに乗り換えるとCO<sub>2</sub>を減らせる上に、健康にもよいです。

2

地元の食材を買おう



食べ物の輸送も大変な量のCO<sub>2</sub>を排出します。産地を見て買い物しましょう。オーガニックを選ばなら、さらに環境によいです。

3

植物性の食べもの  
を選ぼう



家畜は温室効果ガスの大きな発生源です。さらに餌はほぼ輸入で、輸送時にCO<sub>2</sub>を排出しています。豆などを食事に取り入れてみよう。

4

自然エネルギーの  
電気に切り替えよう



日本のCO<sub>2</sub>の92%はエネルギーから出ています。再エネの電気へ切り替えることでとても大きな気候変動対策ができます！

5

マイ箸、マイタンブラー  
エコバッグを持ち歩こう



これらを持ち歩くことで使い捨てのゴミを減らすことができます。マイボトルを持っていれば飲み物を買うのも減らせて節約にも。

6

物を大切に使う



日本人は地球3個分の暮らしをしていると言われるほどたくさんの物を消費しています。本当に必要なものを長く大切に使いましょう。

7

SNSでサステナブルな  
アカウントをフォロー



SNS上で「環境」「サステナブル」などで検索！気に入ったアカウントをフォローして、まずは知識を蓄えましょう。

8

家族や友達と  
気候変動のことを話そう



もっとたくさんの人に知ってもらわなくてと未来は変わるはず。勇気を出して話してみよう。SNSで発信するのも効果的です。

9

気候アクションに  
参加しよう



滋賀県でも気候変動に対してのアクションが行われています。しがCO<sub>2</sub>ネットゼロムーブメントにも参加して大きな変化を起こそう。