

めざせ!カーボンニュートラル!

in 日本全体



2022年度現在の日本全体のCO₂排出量

排出区分		排出量
家庭	エアコン、家電の利用など	17万770 kt-CO ₂
運輸	旅客/貨物 自動車 鉄道・国内船舶・国内航空	18万2049 kt-CO ₂
産業	農林水産業・鉱業・建設業 製造業	39万8319 kt-CO ₂
業務	情報通信・郵便・電気ガス水道・サービス業 教育・医療・保健衛生・社会福祉 など	18万1031 kt-CO ₂
その他	化石燃料利用以外の排出 (ごみ焼却、牛のげっぷなど)	1万4652 kt-CO ₂

合計

94万6821 kt-CO₂

(出典) 環境省 部門別CO₂排出量の現況推計

https://www.env.go.jp/policy/local_keikaku/tools/suikai.html

日本全体アクションリスト

(最大限アクションを実行した場合のCO₂削減ポテンシャル、コスト、がんばり度)

ばんごう 番号	はいしゅつ くぶん 排出 区分	ないよう アクションの内容	CO ₂ 削減 ポテンシャル (kt-CO ₂)	コスト (億円)	がんばり度
1	かてい 家庭	いえ しょうめい け 家の照明をこまめに消す	-200	-200	100
2	かてい 家庭	いえ しょうめい 家の照明をLEDにかえる	-6200	-3300	0
3	かてい 家庭	シャワーを不必要に流したままにしない	-2500	-2800	100
4	かてい 家庭	シャワーのせってい おんど 設定温度を1度下げる	-1500	-1100	100
5	かてい 家庭	いえ れいだんぼう つか 家で冷暖房を使うのをやめる	-8000	-5100	10000
6	かてい 家庭	へや 部屋のエアコンフィルターを毎月掃除する	-700	-400	150
7	かてい 家庭	クールビス・ウォームビズをして部屋の冷暖房の設定温度を1度弱める	-1600	-1100	100
8	かてい 家庭	にゅうよく じかん 入浴は時間をあけずにする	-3400	-2500	50
9	かてい 家庭	だんぼう べんざ おんど せってい だんかい トイレの暖房便座の温度設定を1段階弱める	-600	-400	50
10	かてい 家庭	れいぞうこ せってい おんど きょう ちゅう 冷蔵庫の設定温度を強から中にかえる	-500	-300	50
11	かてい 家庭	ぶんべつ く かま りよう せいひん かつよう 分別や繰り返し利用できる製品を活用してゴミを少なくする	-1200	-1500	50
12	かてい 家庭	なま みずき 生ごみは水切りをして焼却しやすいようにする	-800	0	50
13	かてい 家庭	ふく 服をできるだけフリマでも買うようにする	-3500	-900	0
14	かてい 家庭	しょくひん 食品ロスをなくす	-200	-3000	50
15	かてい 家庭	スマホやゲーム機器などのデジタル機器を使う時間を短くする	-1100	-800	200
16	かてい 家庭	いえ やね たいようこうはつでん 家の屋根に太陽光発電パネルをつける	-32100	1800	0
17	かてい 家庭	いえ だんねつ 家の断熱リフォームをする	-28400	-7000	0
18	かてい 家庭	いえ でんき さい 家の電気プランを再エネプランにかえる	-55500	7300	0
19	うんゆ 運輸	おうふく ていど いどう ねんかん かい じてんしゃ 往復10km程度の移動を年間100回自転車にかえる	-12800	-11700	100
20	うんゆ 運輸	ねんかん いどう じかようしゃ てつどう 年間1000kmの移動を自家用車から鉄道にかえる	-8000	-7300	150
21	うんゆ 運輸	じかようしゃ すいそねんりようしゃ 自家用車を水素燃料車にかえる	-23800	52900	-100
22	うんゆ 運輸	じかようしゃ さい でんきじどうしゃ 自家用車を再エネの電気自動車にかえる	-55600	58300	-150
23	うんゆ 運輸	くるま てつどう つか 車と鉄道を使うのをやめる	-9700	-3800	10000
24	うんゆ 運輸	ねんかん かいお はい 1年間に10回置き配にかえる	-500	-400	-100
25	うんゆ 運輸	こくさん しょくひん こうにゅう ちさんちしょう こころ 国産食品の購入や地産地消を心がける	-13200	26900	100
26	うんゆ 運輸	ひこうき ねんりよう しょくぶつ どうぶつ ゆらい ねんりよう 飛行機燃料をSAF(植物や動物由来の燃料)にかえる	-4800	0	0
27	さんぎょう 産業	いなさく なかぼ しかん しゅうかんえんちよう 稲作で中干し期間を1週間延長する	-6600	-200	0
28	さんぎょう 産業	のうぎよう たん こくたん りよう 農業でバイオ炭(黒炭)を利用する	-13300	600	0
29	さんぎょう 産業	のうぎよう のうぎようきかい つか 農作業で農業機械を使うのをやめる	-1900	21500	10000
30	さんぎょう 産業	こがた ぎよせん すいそねんりようでんちせん 小型漁船を水素燃料電池船にかえる	-2200	800	-50

※各データは、環境省 や 経済産業省、自治体の統計データなどを参考に、学習しやすいようにアレンジしています。

番号	排出区分	アクションの内容	CO ₂ 削減 ポテンシャル (kt-CO ₂)	コスト (億円)	がんばり度
31	産業	工場の空調システムを高効率なものにかえる	-27300	-15300	0
32	産業	工場や倉庫の水銀灯を LED にかえる	-9400	-3800	0
33	産業	工場で CO ₂ を回収して地下に埋める	-206400	12400	0
34	産業	工場内の運搬を効率化する	-200	-100	-50
35	産業	工場で機械を使うのをやめる	-105300	0	10000
36	産業	工場や倉庫で 1 工場あたり 100 本の木を追加で植える	-100	100	50
37	産業	工場の屋根に太陽光発電パネルをつける	-34600	-17700	0
38	産業	工場に蓄電池を導入する	-4400	1200	0
39	産業	道路に利用するコンクリートを CO ₂ 吸収型 コンクリートにかえる	-65200	4000	0
40	産業	製鉄で利用する高炉を大型電炉にかえる	-7500	9300	0
41	業務	学校でこまめに照明を消す	-100	-100	50
42	業務	学校で紙などをリサイクルに出す	-100	0	50
43	業務	学校で水の出しっぱなしをやめる	-100	-100	50
44	業務	学校で冷暖房を使うのをやめる	-200	-200	10000
45	業務	オフィスで昼休みに消灯する	-100	-100	50
46	業務	オフィスビルの照明を蛍光灯から LED にかえる	-100	-100	0
47	業務	オフィスで使う電気を再生可能エネルギーにかえる	-7600	1400	0
48	業務	オフィスビルで下水道の熱を利用する	-200	200	0
49	業務	オフィスでパソコンを使うのをやめる	-800	-500	10000
50	業務	スーパーマーケットで使う電気を再生可能エネルギーにかえる	-140200	19300	0
51	業務	飲食店の冷蔵庫を高効率なものにかえる	-4300	600	0
52	業務	病院で使う電気を再生可能エネルギーにかえる	-9800	1600	0
53	業務	下水汚泥をエネルギー化して下水処理場で使う	-3300	-200	0
54	業務	温泉施設で温泉由来のエネルギーを使う	-600	-100	0
55	業務	データセンターで使う電気を再生可能エネルギーにかえる	-6200	1300	0
56	業務	ごみ焼却施設でごみ発電を行う	-2400	1500	0
57	その他	牛のげっぶを全部回収して捨てる	-7300	3700	0
58	炭素固定	環境保全活動として雑木林再生活動に参加する	-183600	2100	2050
59	炭素固定	環境保全活動として空気中の CO ₂ を回収する	-50000	1000	0
60	炭素固定	環境保全活動としてアマモ場を再生・育成する	-77100	100	0

1番のアクションを 60%実行したときの変化を計算してみよう

STEP1 1番のアクションデータを確認する

変化する排出区分

(a)

項目	100%実行時の変化量	1%あたりの変化量
CO2削減ポテンシャル (kt-CO ₂)	(b)	(e)
コスト(億円)	(c)	(f)
がんばり度	(d)	(g)

STEP2 排出区分ごとの CO₂排出量を計算する

① 実行量が 60%の時の変化量

1%あたりの変化量 (kt-CO₂)

(e)

×

実行量 (%)

(h)

=

変化量 (kt-CO₂)

(i)

② アクション実行後の「家庭」の CO₂排出量

※ アクション実行後 = 実行前 + 変化量

排出区分	実行前	変化量	アクション実行後
家庭	170770	(i)	(j)

STEP3 項目ごとの合計を計算する

※ 変化量=1%あたりの変化量×実行量 (60)

※ アクション実行後 = 実行前 + 変化量

項目	実行前	変化量	アクション実行後
CO ₂ 排出量合計 (kt-CO ₂)	946821	(i)	(k)
コスト合計 (億円)	0	(l)	(m)
がんばり度合計	0	(n)	(o)