

2026

取組シート



強化
期間

7/ 1 水

9/ 30 水

緩和

とは？
原因を
少なく

緩和策の例

気候変動対応 アクションプラン

適応

とは？
影響に
備える

適応策の例

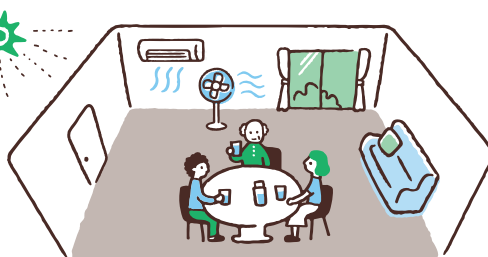


気候変動

とは？

日本の年平均気温は、100年前より約1.44℃上がっています。このような長い時間をかけた気温の変化を「気候変動」といいます。主な原因は、石油などの化石燃料を使うことで出る温室効果ガスです。大雨による災害や猛暑による熱中症など、私たちの生活にも影響しています。気候変動の対策には、温室効果ガスを減らす「緩和」と、すでに起きている影響に備える「適応」があり、その両方が大切です。

熱中症に 気を付けよう！



エアコンや扇風機を
適切に使用しましょう。
こまめに
水分・塩分を補給しましょう。
熱中症のリスクが高い日は
不要不急の外出を控えましょう。

STEP 1

裏面から取組項目を
選んで1か月間
チャレンジ！

対象期間

8月の1か月間



STEP 2

石川県電子申請
システムから取組報告
& エコファミリー申込

石川県電子申請システム
はコチラ→

※または取組シートを受け取った団体へ提出

提出
期限

9/30
水まで



特典

気候変動対応アクション
プランに取り組まれた方
の中から抽選で

エコチケットを プレゼント!!

エコチケット事業は
企業からの協賛金で
運営しています

AEON
イオンリテール株式会社

【エコチケットとは】 県内のスーパーやコンビニ、農産物直売所、飲食店などで使うことができるチケットです。

お問合せ

石川県生活環境部
カーボンニュートラル
推進課

〒920-8580 石川県金沢市鞍月1丁目1番地
Tel: 076-225-1469 Fax: 076-225-1479
Mail: cn2@pref.ishikawa.lg.jp



「取組報告書」兼「エコファミリー申込書」



気候変動対応 アクションプラン

緩和策と適応策からそれぞれ5項目以上を目指そう！

- ① 取組項目を選択して選んだ項目にチャレンジ！
- ② 8月のチャレンジ期間終了後、9/30※までに県電子申請システムから報告してください。

緩和策

〔気候変動の
原因を減らす〕

デカボスコアとは
…商品やサービスの
排出CO2相当量の
“削減率”を、「デカボスコア」
として可視化
しています。

01		20% off	02		33% off	人のいない部屋の照明やテレビを見ないときはこまめに消す			
03	手洗い時に使用する水の量を減らす	50% off	04	濃縮洗剤を購入して洗濯する(すすぎ1回でOKかつ環境にやさしい)	37% off	05	エコドライブを実施する	9% off	
06		57% off	07		68% off	公共交通機関や徒歩で移動する	08	宅配便を1回目の配送で受け取る	12% off
09	旬の野菜や果物を食べる	67% off	10	規格外の野菜を食べる	89% off	残さず食べて食ロス削減			
11		59% off	12		88% off	繰り返し使えるマイバッグ・マイボトルを利用する			
13		40% off	14		40% off	使用済みの食品トレイやペットボトルを資源ごみとしてリサイクルに出す			
15	食品廃棄物をコンポストで堆肥化する	91% off	16	いしかわエコハウスへ行き、省エネ・創エネ技術等を体感する		17	「デコ活」HPをチェックし、デコ活アクションを調べる		

適応策

〔気候変動の
影響に備える〕

18	エアコンや扇風機を適切に使用する	19	こまめに水分・塩分などを補給する	20	保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす
21	遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用する	22	グリーンカーテンなどで日差しを和らげる	23	断熱性能の高い窓ガラスやサッシへの交換等の断熱リフォームを実施する
24	熱中症警戒アラートの情報を確認し、熱中症のリスクが高い日は不要不急の外出を控える	25	吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用する	26	外出時には日傘や帽子を着用する
27	天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩をとる	28	自分が住んでいる地域のハザードマップを見て、危険なエリアと避難場所を確認しておく		
29	家族や知人と災害時の連絡手段を確認しておく	30	非常時に持ち出すべきものをあらかじめリュックサックに詰めておく		



8月の電気使用量を記入してください
(検針日が8月中の電気使用量。不明の場合は空欄でも可。)

前年の使用量(a)	本年の使用量(b)	前年と本年の差(a-b)
kWh	kWh	kWh

学校・企業・団体名

(取組シートを受け取った団体名等を記入してください。)

--

提出期限

9/30

※ 必着

県電子申請システムから報告
または取組シートを受け取った団体へ提出
提出先がわからない場合は下記へ

お問合せ先

石川県カーボンニュートラル推進課
〒920-8580 石川県金沢市数月1丁目1番地 Tel:076-225-1469

世帯主のお名前、ご住所等を記入してください

(この欄に記入がない場合は
エコチケットの交付はできません)

〈取組宣言〉エコファミリーとして、これからも気候変動対応
アクションプランに継続的に取り組みます。

フリガナ	フリガナ	電話番号	世帯主	記入者
世帯主のお名前	(姓) (名)	記入者のお名前	(姓) (名)	

※番地・建物名・部屋番号まで正確にご記入ください。

ご住所	〒	石川県	市・町
-----	---	-----	-----