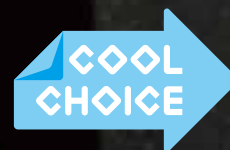




Vol.9

2016. 9月



未来の
ために、
いま選ぼう。

しまエコ

表紙の
1枚



●「くーるちょいす？」
なんだあ、そりゃ〜？ No.1

松江ゴーストツアー

●特集

あなたも今日から

COOL CHOICE

クール
チョイス

●どっちがクール？ 照明器具編

蛍光灯 vs LEDランプ

●エココラム vol.1

しまねがいいね

松江ゴーストツアーの舞台 (写真の解説)

怪談「月照寺の大亀」

松江をこよなく愛した小泉八雲は、妻のセツから聞いた怪談を多くの著書に残した。月照寺の池に住んでいた亀が、夜になると化けて大きくなり、寺を抜け出しては城下で大暴れした。寺の住職は大きな亀の石像を造らせて、かつての藩主の墓所に安置したところ、池の亀は悪さをすることが無くなったという。

私たちの日常は「選択」の連続。ですから、温暖化防止につながるCOOL CHOICEのチャンスがあちこちに
あるといえます。でも、実際に選ぶとなると、「これってどっちがエコなの??」と思うことも多いですね。
このコーナーでは、家電などを例に、どちらがエコ、COOLなのか、多様な視点で考えてみます。

どっちがクール!?
照明器具編

大相撲「おうちの照明」場所

今回は、毎日の生活に欠かすことのできない
「照明器具」のCOOL対決!

※ほぼ同じ明るさのランプで比較しました。メーカーや機種によって、例外もあります。
詳しくは店頭やメーカーのホームページでご確認ください。

東
電球型
蛍光灯ランプ

【得意技】

● 低価格
● 柔らかい光



両者、比較
しました!

〈価格〉

蛍

800円

L

2,000~3,000円

1,000円前後で購入できる蛍光ランプに比べ、LEDランプは倍近くの値段。ただ、ここ数年で一般的になり、また技術革新などにもない、価格も低くなってきている。

〈消費電力〉

蛍

7W

L

5W

※40W相当
LEDランプが若干優勢。白熱電球と比べると、どちらも約8割も省エネに!

〈寿命〉

蛍

1万3千時間

L

4万時間

LEDランプの圧勝! 白熱電球の寿命が1,000時間程なので、それに比べると蛍光ランプも10倍以上長持ち。

西
電球型
LEDランプ

【得意技】

● 長寿命
● 熱や紫外線を含まない光



【秘】

【弱点】熱に弱く、暑い場所や密閉式の照明器具に使用するときは要注意!

エコはなし 照明のエネルギー

おうちで使う家電のなかで、何がたくさん電気を使っているか知っていますか? 一番は冷蔵庫。24時間365日コンセントをつなぎっぱなしなので納得の結果かもしれませんね。二番目はというと、実は照明器具なんです。できるところから省エネ性能の高いタイプへ交換するのはもちろん、必要のないときはこまめに消灯する、ランプシェードやカバーの汚れを拭き取るなど、使い方の工夫も心がけたいですね。



判定結果!

購入する際少し高く感じるLEDランプですが、圧倒的な長寿命と省エネ性能でコストパフォーマンス(費用対効果)は抜群です。以前よりは価格も安くなってきて、光の色や光の出る方向などさまざまなタイプが出ているので、使う場面にあったものを選ぶと快適性もアップしますね。ただ、熱が苦手という弱点があるため、お風呂など熱がこもる場所を使うには不向き。その場合に活躍するのが蛍光灯ランプ。また、車庫や物置など、めったに使わない場所では、せっかくのLEDも寿命をまっとうできません使う時間や場所をよく考えて、それに合った照明器具を選ぶのが、本当のCOOL CHOICEといえますね!



【決まり手!】適材適所でクールに!

あなたも今日から COOL CHOICE

クール
チョイス

「COOL」といっても、「涼しい」という意味ではありません。COOL CHOICEは地球温暖化対策のため、政府がみんなで「賢い選択」をしよう!と呼びかける国民運動の合い言葉です。
今回は、このCOOL CHOICEの背景と、私たちの生活との関係、そしてライフスタイルの中でCOOL CHOICEを実践している方々の取り組みを紹介します。

COOL CHOICE = 賢い選択

知ってますか? 今、地球の危機です!

「地球温暖化は疑う余地がない」。これは、温暖化に関する観測データ、調査や研究論文などを検討する国連の機関(IPCC)が2013~14年に公表した第5次報告書で明らかにされた事実です。また、この報告書では、地球温暖化の原因が人間活動であること、世界の平均気温は過去132年間に0.85℃上昇したこと、さらには、私たちがこのままの生活を続けた場合、21世紀末には最大で4.8℃上昇する(1850~1900年の平均に対して)だろうという予測も。まさに、地球の危機と言えるような、この状況を変えるには、私たちのライフスタイルの見直しが必要です。



温暖化がおよぼす影響 (一例)

気温の上昇にとどまらず、温暖化が原因と考えられる影響がすでに起こっています。また、今後状況がさらに悪化するのではないかと予測されているものもあります。

① 海面水位の上昇

1901~2010年の110年間で海面は19cm上昇しました。21世紀末には最大でさらに82cm上昇すると言われています。



② 極端な気象現象の増加

降水量が多いところではさらに増え、少ないところはより乾燥すると言われています。



③ 農業・漁業への影響

- 農作物の高温障害
- 灌漑用水の不足
- 魚等の分布の変化



④ 暮らし・健康・経済への影響

- インフラ機能の停止
- 熱中症、感染症等の増加



そして、世界が動き出しています!

昨年フランスのパリで、温暖化に関する世界的な会議「COP21(気候変動枠組条約第21回締約国会議)」が開催されました。1995年から毎年行われているこの会議、各国の利害関係が交錯し、なかなか決定的な合意にたどり着けない状況が続いていました。それが、今回すべての国が参加する形で「歴史的な合意」ともいわれる「パリ協定」の採択に至ったのは、世界中が最近の地球温暖化の影響を身をもって感じ、このままではいけない!という共通認識があったことが一因だといわれています。

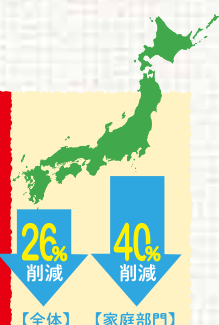
世界の目標

- 産業革命以降の世界の平均気温上昇を2℃以内に!
- 今世紀後半に人為起源の温室効果ガスの排出を0またはマイナスへ



日本の目標

- 温室効果ガス排出量を2030年度に2013年度比で26%削減へ!
- 家庭部門では40%削減へ!



そもそも「COOL CHOICE」って？

Q. いつから始まったの？

A. 2015年7月1日に「COOL CHOICE」はスタートしました。

Q. だれが作ったの？

A. 日本政府の政策です。ただ、実際に行動＝「選択」するのは私たち一人ひとりの国民です。平成28年の3月には、総理大臣から「クール・チョイス推進チーム」を軸として、さらに積極的にこの運動を進めていこう、という発表がありました。

Q. なぜするの？

A. 毎日の選択をちょっとクールに。私たちの生活は「選択」のくり返し。毎日の「選択」を、“地球にいいこと”を意識した「賢い選択」へとシフトすることで、CO₂などの温室効果ガスを排出しないライフスタイルが広がっていくだけでなく、生活コストが抑えられたり、快適で健康な暮らしにつながるというメリットもあるんです！

Q. 何をするの？

A. ①低炭素製品をCHOICE（エコ住宅・エコカー、エコ家電への買い替えなど）

②低炭素サービスをCHOICE（公共交通機関の利用スマートメーターによる「見える化」など）

③低炭素なライフスタイルをCHOICE（低炭素なアクションの実践クールビズなど）

※「低炭素」とは「CO₂の排出をできるだけ抑えた」という意味です。

これが
COOL CHOICE
のロゴマークです！

COOL
CHOICE

1

私は、エコライフを
選択しました。

清流日本一で名高い高津川が流れる津和野町で、田舎ならではのエコライフを実践。年代を問わず多くの方に普及するために活動されている上湯口さん。今回は特別にご自宅にお伺いして、素敵なエコアイデアをたくさん教えていただきました。



楽しくできる
エコライフを
ご紹介します！

かみがたくちことよ
【上湯口琴代さん】

●津和野町教育委員会勤務
●しまね環境アドバイザー
●しまねエコライフサポーター

COOL
CHOICE
県内の
取り組み

食

ゆで時間ゼロ？
水漬けパスタ

水に漬ける時間は最低2時間。水をきって具材と一緒に炒めれば出来上がり。お湯を沸かすエネルギーが省けます。

省エネのためにするんだ、と思うと続かない。
おいしい、楽しい、キレイになるなど、+αの
お得があると、人にも勧めやすいんです！



トレイに水をはって
水に漬けて
おくだけ♪



住

究極のエコライフ？
段ボールコンポスト

厚めの段ボール箱に朽殻薫炭とピートモスを混ぜて冷暗所に置くだけ。生ゴミを入れてよく混ぜます。家から出るゴミが減れば、自治体が焼却処理する際に出るCO₂も減ります。



できた肥料で
家庭菜園

解体する家屋の
瓦を再利用

庭木の周囲に敷かれているのは瓦を砕いた砂利。水はけがよく草抜きの手間も省けます。



楽

材料は
意外なところから
手作りキャンドル
& 消臭剤

好きな色をつけたオシャレなキャンドルの材料は、なんと法事で使われ残ったろうそく！ゼリー状の消臭剤は保冷剤の中身です（高吸水性ポリマーという物質で消臭効果あり）。



おしゃれな
インテリアに♪



飲む点滴？
甘酒スムージー

豆乳、甘酒、凍らせたバナナやブルーベリーなど旬の果物・野菜をミキサーにかけるだけ。



冷房に頼りすぎない
エコライフは
元気なカラダから！

あなたも今日から! いろいろな参加方法があります

「COOL CHOICE」に 賛同登録する

今すぐにできてオススメなのがこの方法。「COOL CHOICE」ホームページの登録フォームから簡単に賛同登録できます。登録すると、事務局から定期的にメールマガジンが届き最新の情報が得られる他、ロゴマークやポスター、映像などのツールをダウンロードして使うことができ、COOL CHOICEの呼びかけに一役買うこともできるかも!?

「うちエコ診断」を 受けてみる

本紙「しまエコ」を発行するエコサポしまねでは、うちエコ診断(家庭の省エネ診断)実施機関として県民の皆さんを対象に診断業務を行っています。診断には費用はかかりませんので、受けてみたい、どんなものが詳しく聞きたいという方はお気軽にお問い合わせください。
※問合せ先は裏面をご覧ください

「しまねエコライフサポーター」 になる

「しまねエコライフサポーター」は、島根県地球温暖化防止活動推進員の愛称です。その活動の様子は「エコサポしまね」のHPでも紹介しています。

詳しくは、環境省「COOL CHOICE」ホームページをご覧ください。賛同企業などの取り組みもたくさん紹介されています!

<https://ondankataisaku.env.go.jp/coolchoice/>

環境省 クールチョイス

検索

Facebookや
Instagramでも
お知らせしています。

2 私は、うちエコ診断を 選択しました。

様々な方法が知られているおうちの省エネ。
だからこそ、わが家に合う効果的な方法を選択するのはむずかしいもの。
おうちのエコ度をアップさせる、「うちエコ診断」を受診された方の声を紹介します。

診断画面はこのような感じでした!



自分と同じ地域、似ている世帯と比較してエネルギーや光熱費の使いすぎをチェックできます。



わが家のエネルギーは、どの用途にたくさん使っているのか、内訳を「見える化」することは、具体的な対策の参考になります。



診断士がご家庭の状況をふまえ、気になる分野の対策についてアドバイスします。選んだ対策によってどれくらいCO₂の排出が減り、光熱費が下がるのか、すぐにわかります。

うちエコ診断の
様子



【益田市在住・さん】

昨年度、受診された方々の声

VOICE 1

診断を受けて、どのような省エネを実践したらよい結果につながるのかなど、とても参考になった。

VOICE 2

毎日できる気軽なエコ対策があることがわかってよかった。家電などの買換についても家族に相談してみたい。

うちエコ診断とは?

- 環境省が2014年度から実施しています。
- これまでに、全国で約62,000件の診断が実施され、診断後のアンケートによると1世帯あたり平均で約1t/年のCO₂削減効果がありました。
- 資格をもった「うちエコ診断士」が、専用のソフトを使って診断を行います。
- 条件や暮らし方によって異なる家庭のエネルギー使用状況。うちエコ診断では、オーダーメイドで家庭にあった省エネ対策を提案します。



3 私たちは、「しまねエコライフ サポーター」を選択しました。

地球温暖化の現状を地域の方々にわかりやすく伝え、気づいてもらい、できることから行動してもらいたい!と活動するのが、「しまねエコライフサポーター」(島根県地球温暖化防止活動推進員)です。各地域の課題やニーズをふまえた様々な活動を、市町村や地域の団体と協力しながら行っています。



打ち水イベントで
昔ながらの
涼み方を披露



よりよい「伝え方」を
勉強したり
研究することも
ありません!



カラダにも
地球にもやさしい
エコクッキングを
伝授!



さあ、あなたはどんなCOOL CHOICE?

「く〜るちよいす？」
なんだあ、
そりゃ〜？ No.1

島根県ならではの
「COOL CHOICE」を発掘する
コーナーです！



今回、しまエコが目にしたのは、島根県が誇る小泉八雲（ラフカディオ・ハーン）の怪談をテーマにした「松江ゴーストツアー」。名前からして肝が冷えそうですが…。それだけではなく「COOL」なツボを紹介します！

松江ゴーストツアー

小泉八雲が再話した「怪談」ゆかりの地を訪ねるツアーです。地元の語り部が静かに想いを込めて皆様を怪談の世界にご案内します。松江の夜の魅力を再発見できます。（松江ツーリズム研究会HPより）

COOL CHOICEのツボ

1 ツアーの行程は、松江城を発着点として、市内の怪談の舞台を巡る約5kmのコース。ツアー中、5回の移動のうち3回（約1km）が徒歩移動。距離がある区間はタクシーを利用しますが、歩いている間もガイドさんや他の参加者と会話しながら、ゆっくりと懐中電灯を頼りに歩いていると、あっという間に次のスポットに到着。

COOL CHOICEのツボ

2 ツアーのスタートは日没時刻の10分前。出発してしばらくすると、月や星の明かりが空に輝き、街もひっそりと静かに。ここが島根県の県庁所在地・松江だということを忘れてしまいそうです。街灯も最低限で、車の通りも多くない（いわゆる田舎。）地方の良さを最大限に活かしたツアーといえます。エネルギーを使わないことで得られる「豊かさ」を再確認できる、そこがとってもCOOLだと感じましたしまエコ取材班なのでした。

国宝に指定された松江城の
魅力を伝えています！



ゴーストツアーのお申し込み・お問合せは、下記連絡先、または松江ツーリズム研究会のHPをご確認ください。
【松江ツーリズム研究会HP】 <http://www.matsue-tourism.or.jp/>

- 団体名/NPO法人松江ツーリズム研究会
- 活動地域/松江市 ●連絡先/〒690-0887 松江市殿町428 TEL.0852-23-5470
- 活動内容/松江市の歴史、文化を、県内外の皆さんに伝え、親しんでもらい、またそれをとおして地元・松江を活性化することを目的に、観光施設の運営やツアーやガイドの企画、実施、また人材の育成などを行う団体です。

※松江ゴーストツアーは、主に3〜12月の土曜日に実施

「ゴーストツアー」 ツアーはこんな感じ！

スタート前に渡される小袋には、お清めの塩が…。怪談中は懐中電灯を消すなどの説明を聞いてスタート！



松江城



月照寺



ギャー!!

移動中は、怪談以外にも、地元の名産品や隠れた穴場スポットなど、楽しい会話で盛り上がるが…。

エコ
コラム
vol.1

しまねがいいね！

見直された離島の可能性 学びの場として田舎を“選ぶ”こと

温暖化問題だけでなく、さまざまな課題を抱えている地方都市、いわゆる“田舎”。いま、それらの解決に新しいアプローチから挑み、自ら未来を切り拓こうとしている人たちがいる。「ローカルジャーナリスト」として、県内だけでなく全国各地のそんなチャレンジャーを取材、応援してきた筆者に、島根・田舎の再生と、島根を選ぶ意味「しまねがいいね！」を伝えてもらおう。

隠岐
はココ！



島根県に限らず、今、全国各地で地域から多くのものが流れ出し、それが地域の疲弊につながっています。温暖化と関係が深いエネルギーについても、地域に必要なエネルギーを地域の再生可能エネルギー資源によってまかなう「エネルギーの地産地消」が目ざされ、自然エネルギーを活かした持続可能な地域づくりを“選ぶ”自治体が次々に現れています。

もうひとつ、重要な「地域の宝」といえるものが「人」。特に若者の流出もまた、深刻な問題となっています。この問題にいち早く対応し、全国のモデルとなっている取り組みがあります。

それは「学校魅力化」。小さな離島、海士町にある県立隠岐島前高校の挑戦から始まりました。背景にあったのが統廃合の危機。地域の持続可能性に直結する問題でもありました。島前高校がなくなれば、島の子どもたちは高校進学のために島を出て行きます。家族ごと引っ越してしまう可能性もあります。さらに、95%以上の生徒が進学や就職で島を離れ、将来戻るとは約3割程度と低いこともわかりました。若者の流出によって地域全体の経済が縮小し、活力が低下。それがさらに若者の流出を招くという悪循環になり、地域の持続可能性が失われていることが浮き彫りになったのです。



そこで、教育が果たすべき役割は「地域のつくり手」を育てることだと再定義。カリキュラムを変え、地域の課題解決やキャリア教

育を充実させる一方、公設の塾を設けて希望の進路が実現できる仕組みを整えました。刺激や競争が少ないという少人数ゆえの環境を改善しようと全国から意欲の高い入学生を募る「島留学」もスタート。最初こそ「集まるわけがない」と言われましたが、今では全校生徒の3割が島留学生。生徒数もクラス数も増えました。島前高校の成果を踏まえ、島根で県外中学から生徒を募集する高校は19校に増え、16年度は計184人を受け入れて26年ぶりに高校在校生が増えています。

何より「地域の人に恩返しをしたい」「仕事をつくりに帰ってきたい」など、卒業後も島根を“選ぶ”、まさに「地域のつくり手」となる人材が育っているという実感があります。



島前高校ヒトツナギ部（提供：島前高校魅力化プロジェクト）



田中輝美（たなか てるみ）

【プロフィール】1976年浜田市生まれ。大阪大学文学部卒。新聞社に勤めた後2014年に独立。自らを「ローカルジャーナリスト」として、全国にネットワークを広めている。隠岐での取材内容は、著書『未来を変えた島の学校』のなかで詳しく。