

だれでもできる環境家計簿

本間 都

Written by
Miyako Honma

食わず嫌いにならないで！

「え、環境家計簿…。それ何やのん？」

これが一〇年前の大方の主婦の反応。今では「何や面倒くさそうで、やる気さえへん」と認知度はやや上がったものの、環境家計簿は、あまり評判がよくない。

一九九〇年代前半、日本で最初に環境家計簿を作ったのは、時の環境庁である。先駆者としての慧眼には敬意を表するが、いかにもお役所文書といったイメージが、以後の環境家計簿の普及を妨げた。環境庁は、まず市町村に試させたが、私は訪れる先々の市町村で「ノルマだから期間中はやりました。以後はもうやりません」との担当者の言葉や、市町村から委託された住民たちの「お役人て、主婦はよっぽどヒマやと思ってるんやろか。どれだけ時間と手間がかかるか」という声を、たびたび聞いた。

環境庁が、問題の多いたたき台を作ってくれたおかげで、後続者は、消費者に受け入れやすいものを工夫することができたが、同時に、定着した先入観の払拭にも苦労している。

環境家計簿は、分かりにくいものでもないし、付けにくくもない。人それぞれに簡単にも詳細にも工夫できるし、日記や家計簿よりかはるかに手間いらずだ。家計簿は収支の全てを毎日記帳するが、環境家計簿は、環境に関わる消費項目を一つでも二つでも選んでできる。

よく選ばれるのは、いちいち自分で計らなくても使用量を通知してもらえ「電気」「ガス」「水道」である。次に、単位で計れる「ごみ」「ガソリン」である。公共料金は月一回付ければすむし、ごみやガソリンは、出し入れの回数だけの記帳である。

環境家計簿とはなにか

一九九六年に、京都精華大学の山田國廣教授が作り、日本の一般的な環境家計簿の原型になっている山田式がある。今では中国や韓国でも使われているようだ。山田式は、国際環境規格（ISO14001）を母体とする。ISO14001が、行政や企業の環境マネジメントを促すのに対して、山田式環境家計簿はISOと同じ手法によって、家庭の環境マネジメントを促す。つまり、環境を守る手法は、役所も会社も個人も同じやり方である。かなり多くのISO認定企業が、社員とその家族のための環境家計簿講座を開いているが、これは日常生活と企業活動の両面から、社員の環境マネジメント能力を強化する目的で、手法が同じであるからこそ可能であり、相乗効果も高い。

表1は、私が山田式を初心者向けにアレンジした「電気」の環境家計簿である。初心者向けといっても、これを踏み台にして本格的な山田式に進む場合、同じ手順なので、苦もなく移

「エコライフ」という生活者価値

行できるはずである。

この雑誌は、大阪ガスの出版物なのに、例に「電気」の環境家計簿を挙げたのは理由がある。私が目を通した七〇〇世帯の環境家計簿から、環境配慮度が高いスローライフの家庭の方が、平均家族よりもガス使用量が多いという統計が出た。電気や水道とは全く逆の結果である。その理由は、環境に配慮する家庭では、手をかけずに食べられる加工食品よりも、生鮮食材を調理する食生活を重視し、外食も少ないことにあった。このようにガスは、他の項目と違って、生活全体と関連して眺める必要があるので、単独に取り上げるのは適切でないと考えた。

電気については、日本の炭酸ガス発生量の三分の一が火力発電による。環境家計簿は、環境負荷を生じるモノの使用量を減らすのが狙いだから、だれもがちよつとした配慮でできる節電は、温暖化を防止して環境を守るための身近な行動である。

初歩的な環境家計簿の付け方

環境家計簿をはじめめる前に、あらかじめ次の三つをやっておこう。

一つは、家族全員に話して、同意と協力を得ることである。節電、節ガス、節水、ごみ減らしと分別、どれをとつても家族全員で実践しな

れば効果は薄い。話し合いを怠ると、家族の無関心に苛立つて、つい当たり散らし、反感を買って逆効果になりかねない。また、話し合いによる理解と、その後の協力が、子どもの環境教育と家族の絆にとつて思いがけないほどのプラスになることを、多くの実践家庭が経験している。

二つ目は、次ページの表2のチェック表によって、家族の環境配慮度を把握する。浪費家庭が、急に大節約するのは難しい。ムリをすると長続きしない。環境家計簿は、二年、三年と続けるのが大切である。家族のエコ度に合ったマニュアルを、リラックスして実践する。

三つ目が、マニュアル作りである。チェック表の項目を採用してもよい。電力消費率、四天王は、エアコン、冷蔵庫、照明、テレビで、熱源利用は消費量が大きいことを踏まえて、効果的な節電マニュアルを考えよう。電化製品の省エネ化は、近年著しく、耐用年数がきたエアコンや冷蔵庫を買い換えて、電気代が月二〇〇〇円下がるのを実感した人は多い。蛍光灯は白熱灯の二五パーセントの電力で同じ明るさだし、寿命は六倍だ。暖房は冷房よりも約八パーセント多く電気を食う。保温便座のフタを開け放すと、ムダな電気代が年六〇〇〇円かかる。炊飯器は保温六時間分一回炊飯できる。スイッチをマメに切るだけで二〇パーセント節電した家庭もある。

さて、マニュアルを参考に節電を心

【表1】簡単な環境家計簿

●記録表

家族で相談しながらマニュアルを作り、実行する。1ヶ月実行し、電力会社の通知票を見て、「電力消費量」「前年同月の電気消費量」「電気料金」を記録表に記入する。「CO₂発生量」も計算して記入する。

$$\text{CO}_2\text{発生量 (kg)} = \text{電力消費量 (kWh)} \times 0.69^*$$

- ・前年に比べてどうだったか。
- ・1年間続けたらどうなるだろう。

*火力平均係数：「中央環境審議会地球環境部会目標達成シナリオ小委員会中間とりまとめ」より

	電力消費量 kWh	前年同月消費量 kWh	電気料金 円	CO ₂ 発生量 kg
1月				
2月				
3月				
4月				
5月				
6月				
7月				
8月				
9月				
10月				
11月				
12月				
合計				

がけよう。電力会社から「電気ご使用量のお知らせ」が届いたら、その数字を表1の記録表の各欄に記し、説明にしたがって炭酸ガス排出量を出す。これで今月の記帳は終わりである。一二月経ったら家族で結果を評価する。各国の炭酸ガス削減量を策定した京都議定書に沿って、家庭でも炭酸ガス排出量を六〜一三パーセント減らしたい。高齢者、受験生、乳児など家庭構成はさまざまだから、状況に応じて幅があつて当然だ。昨年より電力消費量が減っていれば成功。要は毎年続けることにある。

環境家計簿は、大方の自治体で作成して配付しているから、入手するには、まず市町村に

問い合わせる。大阪市は市民のための環境家計簿講座を区ごとに、毎年開いている。

何のために付けるか、 何に役立つか

「私は節電も節水もしているから、環境家計簿を付ける必要はない」という人がいる。その人は、環境家計簿が持つ片面を見ているが、別の側面は見過している。

その前に、自分は節約派だと思っている人に、意外な思い込みがあることを指摘したい。四人家族で月二万円を超える電気代は普通だと思っている人は、案外多い。地域にもよるが、その家族数では電力消費量四〇〇〜四五〇キロワット時、料金一万〜一万二千元が全国平均である。それでも京都議定書に照ら

すと使い過ぎだ。「うちの電気代は、どうしても月三万円はかかるのよ」といつていた家庭が、環境家計簿を付けたら三〇パーセント減った例がある。初年度はとりあえず、家族全員が使わない電源をマメに切るようにしただけだった。

日本の消費者のウィークポイントの一つは、科学性に乏しいことである。最近では、若い消費者代表が、国際会議の場で堂々と理論闘争を展開しているようだが、なお国内の消費者運

【表2】あなたの節電配慮度チェック表

	よくできている (10点)	時々できている (5点)	できていない (0点)
不在の時、電気器具のスイッチをこまめに消す			
電化製品はカタログを見て省エネ型を選ぶ			
冷暖房は控えめにしている			
待機電力をできるだけ減らす			
熱源には、かならずガスや灯油を使い、電気を使わない			
冷蔵庫に食品を詰め過ぎず、開閉も時間と回数を減らす			
炊飯器は食べる分だけ炊き、保温をやめる			
テレビは番組と時間を決めて見る			
洗濯は洗濯機の容量にあわせまとめ洗いのする			
エアコン、電灯、冷蔵庫など、いつもさっぱり掃除しておく			
小計			
総合評価点(合計)			

- 70〜100点…環境について認識し環境配慮型です。目標はやや低めに5%節電程度にたてて下さい。
- 30〜69点…環境配慮についてまあまあ平均的です。努力しだいで目標10〜20%節電も可能でしょう。
- 0〜29点…環境汚染、資源浪費型です。家族の協力と自覚があれば高い目標も達成できますが。

動の主要な担い手は主婦であり、どちらかといえば感性的な取り組みを主体とし、数字や理論武装は苦手である。ここに日本の消費者運動の強さと共に弱さもあると思う。

行動し、結果を記録し、数字に慣れ、統計を出し、情報を分析し、自己を客観視する。この環境家計簿の一連の作業から、すでに感性の強さを備えている日本の消費者が、新たに何を学習するのかを期待したい。確かに、数年間、地道に環境家計簿を実践している人々の中には、少なからぬ意識変革が現れている。

参考文献

- 「1億人の環境家計簿：リサイクル時代の生活革命」山田國廣 藤原書店 一九九六
- 「だれでもできる環境家計簿：これだ、あなたも環境名人」本間都 藤原書店 二〇〇一

◆本間 都(ほんま・みやこ)

関西水系連絡会事務局長 京都精華大学環境社会学科講師。一九三五年香川生まれ。主婦の立場から市民運動に参加。八〇年に飲み水の発ガン性物質による汚染を知り、水問題の市民運動に進む。専門は、環境に関わる水問題、環境家計簿、生活環境管理。著書に、『だれにもわかるやさしい飲み水の話』、『だれにもわかるやさしい下水道の話』、『グリーンコンシューマー入門』(全て北斗出版社)、『だれでもできる環境家計簿』(藤原書店)など。