

「できることから始めよう! 気候変動対策!」

# 「緩和」と「適応」で

## 子どもたちの未来を 守ろう!

### 「緩和」って?

地球温暖化が進まないように温室効果ガスの排出量を減らす取り組み

### 「適応」って?

猛暑や大雨、雪の降り方など変化してきている青森の気候に備える取り組み

地球温暖化は、洪水や土砂崩れ等の自然災害の原因となる激しい雨の増加や熱中症の多発など、さまざまな影響を及ぼします。

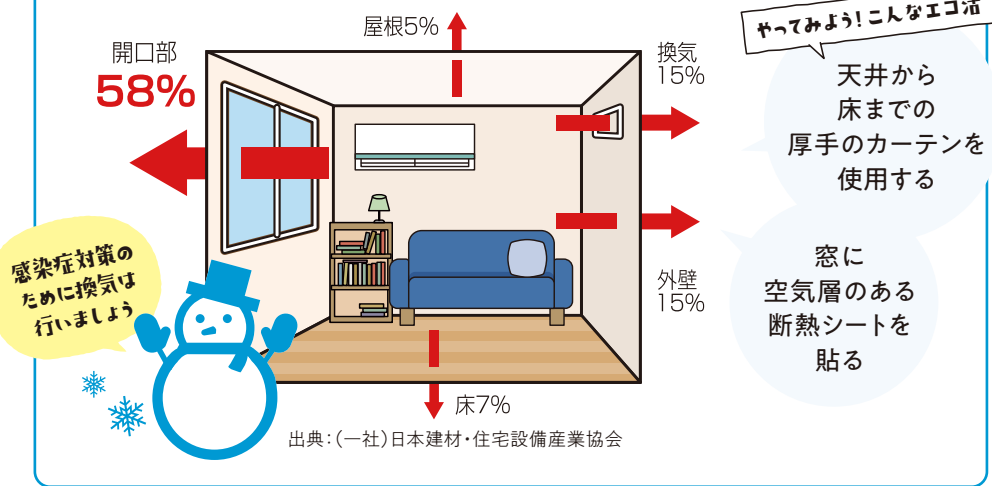
県が推進する「緩和」と「適応」の取り組みには、県民ひとりひとりの協力が欠かせません! 子どもたちの未来のために私たちが今できる行動をしましょう!

## 緩和 温室効果ガスを減らす取り組み、まずはここから始めよう!

### 家庭のエコ活 部屋の寒さには窓対策!

窓の断熱対策をすることで、部屋から熱を逃がさず、暖房を効率的に使うことができます。省エネでCO<sub>2</sub>の排出を減らして、地球温暖化対策!

◎冬の暖房時に外に熱が逃げる割合の例



### 環境に優しい移動方法 スマートムーブ

状況に応じて環境に優しい移動方法を選択しましょう。

- 1 感染症対策はしっかりしよう!  
電車やバスを利用しよう!
- 2 近い場所へは徒歩・自転車!
- 3 自動車の運転はエコドライブ!

冬のエアコンのお話

意外と知らないエコドライブ

車のエアコン(A/C)は車内を冷却・除湿する機能です。暖房のみ必要な時はエアコンスイッチをOFFにしましょう。燃費も良くなります!

スイッチはOFFに!

出典: エコドライブ普及連絡会「エコドライブ10のすすめ」

## 適応 大雨や猛暑など、気候変動の影響に備えよう!

### 気候の変化 備えのチェック

さまざまな場面で簡単にできる適応策をチェック!

**健康編** ~熱中症と感染症対策~

- ☑ こまめに水分補給をする。
- ☑ 暑い日はエアコンを上手に使う。
- ☑ 虫除け対策をする。

感染症と運ぶ虫が繁殖するかも

**災害編** ~避難が必要になった時のために~

- ☑ 近くの避難場所を確認する。
- ☑ 防災グッズを準備する。

防災も「適応策」のひとつ!

### りんごも「適応」!



気温が高くなると着色しにくくなるなど、生産現場への影響が予想されます。農家の方々は、「色がつきやすい品種に転換する」などの「適応策」で、りんご作りに取り組んでいます。



楽しく解説! 親子で学ぼう「適応」

すぐろくをしながら「適応」について学べるパンフレットです。

詳しくは県庁HP  
気候変動への適応

### interview



### 「青森の良さもつなぐために」

私はアースレンジャーとして、エコな取り組みや気候変動について小学校などで環境出前講座をしています。県民の方には、地球温暖化を進めないために、省エネ・節エネや3Rに沿った生活の大切さと心地よさをもっと知ってもらいたいです。また、地球温暖化が進む

あおもりアースレンジャー こん きょう こ  
(青森県地球温暖化防止活動推進員) 今京子さん



ことで感染症を運ぶ蚊が北上してくるなど、暑さだけではなくリスクがあることも共有したいです。エコなライフスタイルで「緩和」、気候変動によるリスクに備える「適応」を実践し、青森の良さを次世代につないでいきましょう。