

2020 年は、新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の感染拡大により、経済活動が落ち込むとともに、私たちの生活や働き方は大きな影響を受けました。感染症予防を講じながら活動することが求められ、それに伴い様々な変化が起きています。環境面では、例えば、衛生面への配慮による使い捨てプラスチック使用量の増加や、ネットショッピングの利用による輸送時の CO₂ 排出量の増加などの課題が生じています。

大阪府では 2050 年に府域における CO₂ 排出量の実質ゼロをめざすなど、環境の課題に対しては長期的な取組みが求められており、今後の社会・経済活動にあたっては、様々な環境への取組みも併せて実施していく必要があります。

本特集では、感染症に対応しつつ私たちが日々の生活の中で実践していく環境に配慮した新しい生活スタイルを紹介します。

第 1 章 新型コロナウイルス感染症拡大に伴う私たちの生活の変化

新型コロナウイルス感染症の概要

新型コロナウイルス感染症は、2019 年 12 月に中国湖北省武漢市における肺炎の発生が発端とされ、2020 年に入ると世界中で大流行となりました。2020 年 1 月には日本での初めての感染者が確認され、4 月には大阪府を含む 7 都道府県に緊急事態宣言が出されました。

2020 年 12 月時点で世界における感染者は 8 千万人を超え、今なお新たな感染者の発生が続いています。日本でも感染者は既に 20 万人を超え、大阪府内でも 3 万人を超えるなど、社会・経済に大きな影響を及ぼしています。

感染拡大により、社会・経済において以下に示すような様々な変化があり、私たちの日々の生活や行動も大きく変わりました。



図 1 大阪府内の感染者数の推移

経済の変化 ～実質 GDP が大幅に減少～

2020 年 10 月に公表された IMF の世界経済見通しでは、2020 年の世界の経済成長率は▲4.4%となっています。また、新型コロナウイルス感染症の感染拡大による経済的影響は、過去の感染症流行や自然災害、経済危機の影響と比べても大きいことがわかります。

にもかかわらず、2050 年の気温上昇に及ぼす影響はほとんどなく、地球温暖化の進行はほぼ止まらないと国連環境計画 (UNEP) の報告書では指摘されており、今後とも継続した対策が必要です。

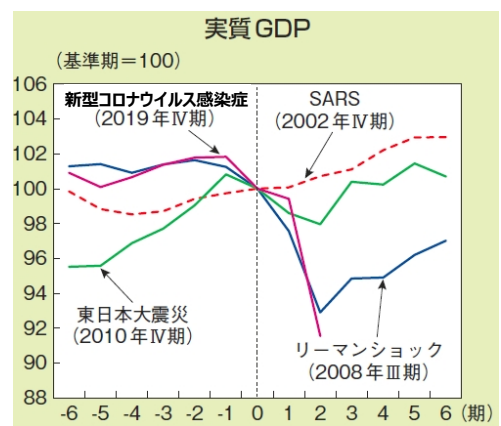


図 2 新型コロナウイルス感染症など各ショック前後の経済変動 (実質 GDP) (出典：内閣府 令和 2 年度年次経済財政報告)

社会活動の変化 ～テレワークの推進や移動の減少～

感染症の拡大を受けて、日本政府は2020年4月に緊急事態宣言し、**テレワーク（在宅勤務）の実施等を要請**しました。

その結果、5月のテレワークの実施率は全国平均で**25.7%**となり、**大阪府は26.9%**と**全国でも5番目のテレワーク実施率**となりました。

また、**人の移動も大きく減少**しました。NTTドコモの調査によると、梅田での人の移動は、**緊急事態宣言の期間中は感染拡大前と比較して、8割程度減少**しました。

表 4月及び5月のテレワークの実施率

調査実施期間 5月29日 - 6月2日		調査 サンプル数	5月 実施率 (%)	4月 実施率 (%)
実施率順	全体	(20000)	25.7	27.9
1	東京都	(3721)	48.1	49.1
2	神奈川県	(1609)	39.2	42.7
3	埼玉県	(1046)	29.6	34.2
4	千葉県	(857)	27.8	38.0
5	大阪府	(1791)	26.9	29.1

(出典：パーソル総合研究所「第三回・新型コロナウイルス対策によるテレワークへの影響に関する緊急調査」)

生活や環境意識の変化 ～社会的課題への関心が上昇～

感染症の拡大により生活や環境意識に変化がみられています。

生活面では、感染症防止対策を定着させる「新しい生活様式」が提唱され、例えば、マスクの着用、石けんによる手洗いや手指消毒用アルコールによる消毒をするとともに、「**3つの密**」(1. 密閉空間、2. 密集場所、3. 密接場面) を避ける行動が進んでいます。

また、感染症拡大前と比べると、食品ロスをなくすことや、食品や日用品の国内での自給率を高めるなど、**社会や環境に良い取組みを意識した行動や消費意識が高まっています。**

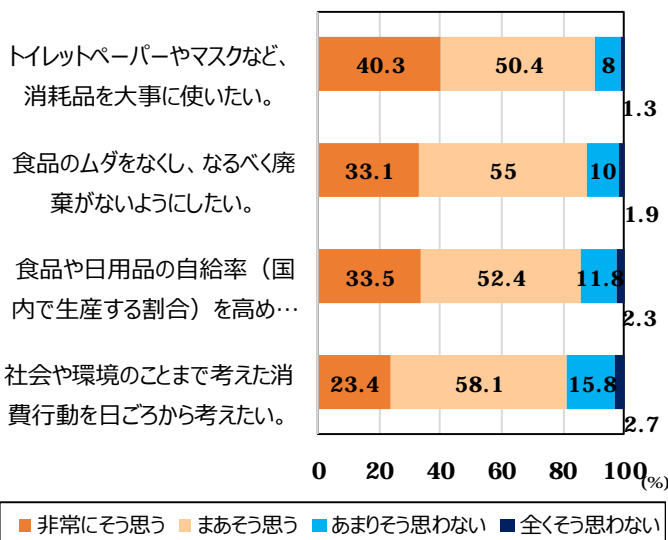
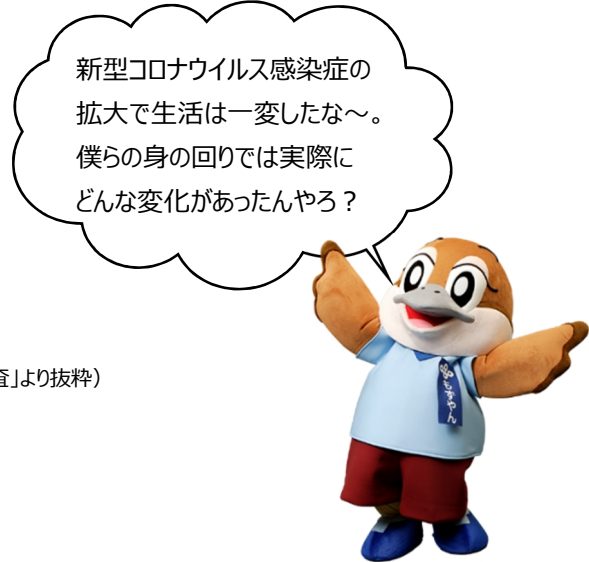


図4 感染拡大後に生じた意識変化

(出典：第一生命研究所「新型コロナウイルスによる生活と意識の変化に関する調査」より抜粋)



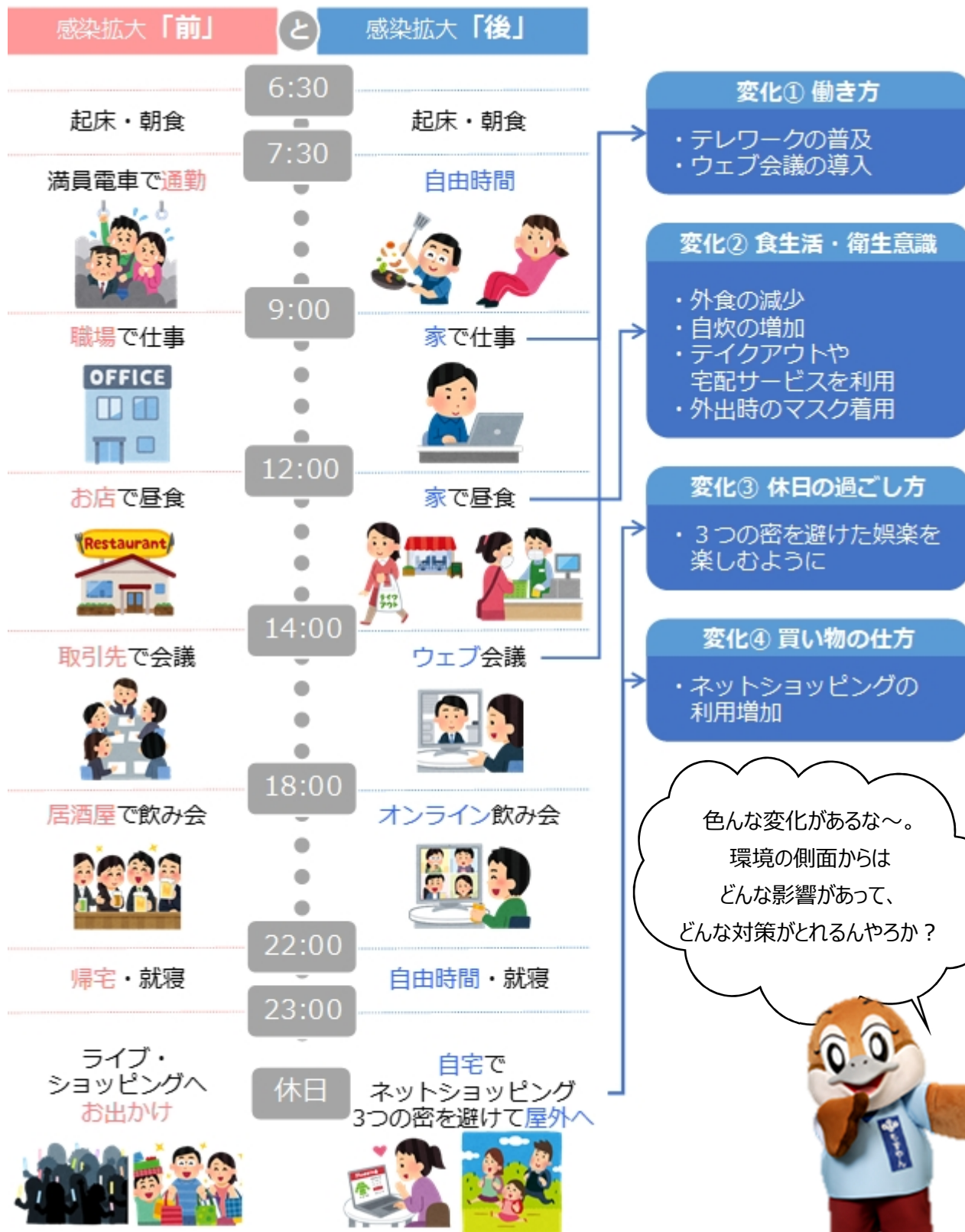
図3 3つの密を避ける呼びかけ
(出典：首相官邸ホームページ)



大阪府広報担当副知事もずやん

私たちの生活はどう変わったの？

新型コロナウイルス感染症の感染拡大が始まる前と後で私たちの生活がどう変わったのでしょうか。
ある1日の生活に着目して見てみましょう！



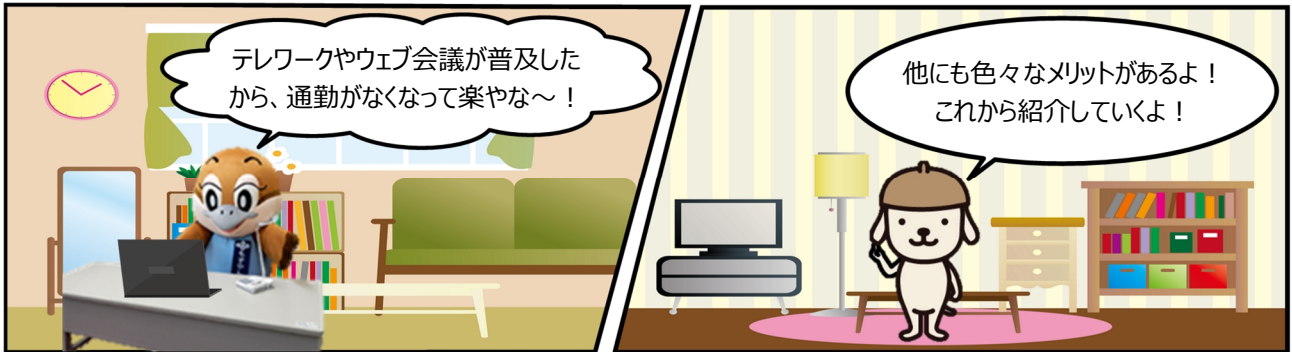
色んな変化があるな～。
環境の側面からは
どんな影響があって、
どんな対策がとれるんやろか？



第2章 環境に配慮した新しい生活スタイルの提案

生活の変化が環境にどんな影響を与えるのか、環境負荷を低減するためにどんな対策が取れるのかを考え、環境に配慮した新しい生活スタイルについて紹介します！

変化①：働き方 ～環境に配慮した新しい働き方を実践しよう！～



テレワークによるワーク・ライフ・バランスの実現

テレワークとは情報通信技術(ICT)を活用した、場所や時間にとらわれない柔軟な働き方のことで、会社に通勤せずに自宅などで働くことができます。通勤をしないことにより自家用車や電車を使用しなくなるためCO₂が削減されるなど環境面のメリットがあります。また、自宅でネットワークを活用して業務を行うことにより、ペーパーレス化も期待できます。

生活面のメリットとしては、通勤による負担がなくなり、時間を有効に活用できるため社員のワーク・ライフ・バランスが実現しやすくなります。例えば、保育園に早めにお迎えに行けるようになったり、仕事後に家族と過ごす時間が増えるなどがあげられます。



テレワークってええことばかりなような気がするけど、環境面でもほんまにええん？

オフィスや自宅に対策を何もしないとエネルギー消費量が増える可能性があるんだ！対策事例を紹介するよ！



■ オフィス ～フリーアドレス制を活用した省エネ対策～

●フリーアドレス制ってなに??

社員に個人専用のデスクがなく、オフィス内で自由に席を選んで仕事をするスタイルのことです。カフェで席を選ぶように、好きな場所を選んで仕事ができます。

●オフィスの集約化による省エネ

従来は社員1人につき机や棚が必要で、テレワークを実施している社員がいても同じ量の照明や空調を使用していました。しかし、フリーアドレス制にすることで、執務スペースを集約化する事ができ、照明の節約など省エネにつながります。

他にも毎回、席が変わるため、整理整頓やペーパーレス化、コミュニケーションの活性化にもつながります。

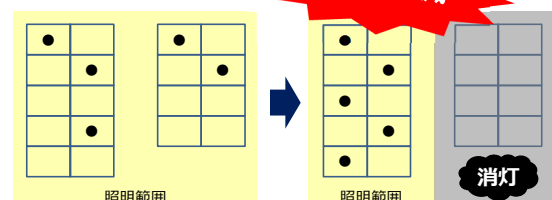


図5 執務スペースの集約化による照明範囲の適正化
※新型コロナウイルス感染症対策として互い違いに着席



フリーアドレスにしなくても、出勤人数が少ない時に、1つのスペースに集まることで消せる照明も出てくるで〜！

■ 自宅 ～滞在時間が長くなった自宅のできる省エネ対策～

● 2週間に1度エアコンフィルターを掃除しよう！

フィルターが目詰まりしていると消費電力に差が生じます。掃除をすることで年間約**32kWh**（エアコンの年間消費電力の約5%）の省エネ、約**860円**の節約になります。

年間約 32kWh
約 860円お得！

● 効率の良いエアコンに買い替えの検討を！

※エアコン（2.2kW）の場合

エアコンは家庭の電力消費のうち、夏の日中（14時頃）では約6割、冬の夕方（19時頃）では約3割を占めるとされています。古いエアコンを買い替えることで約**10%**またはそれ以上の省エネが期待されます。

● パソコンのスクリーンセーバーは省エネではない!? 低電力モードの活用を！

スクリーンセーバーは一定時間操作しないと自動的に画面の表示を変える機能で、画面の焼き付きを防止することを目的としており、省エネ効果はありません。低電力モードを活用して省エネしましょう。

コラム① 環境にも健康にも優しい『ZEH』とは

ZEH（ゼッチ：ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス）とは、高断熱化や高効率エアコン・照明等による省エネと太陽光発電等により、年間の消費エネルギーが実質ゼロとなる住宅のことです。家の中の温度差がなくなることで健康にも優しいと言われています。



ウェブ会議の活用

ウェブ会議とはインターネットを通して遠距離で行う会議のことです。「テレワーク」が普及したことで、特定の場所にとらわれずに会議ができる利便性が注目されています。

メリットとしては、交通費や移動時間が削減できる、会議室を使わないため会議室の費用が削減できる、人数制限がないため柔軟に会議規模の調整ができる、遠方の会社とも会議が行いやすいなどがあげられます。



時間調整がしやすいだけでなくこんなにメリットがあるんや！

そう！移動に伴うエネルギー消費量も削減できるし、どんどん活用していこう！



実践してみよう！

● 環境に配慮したテレワークをしよう！

オフィス：執務スペースの集約化により照明・空調の適正利用を！

自宅：①2週間に1度はエアコンフィルターを掃除しよう！

②パソコンは低電力モードを活用しよう！

● ウェブ会議を活用しよう！

自宅のできる省エネは他にもいろいろあるから調べてみてな！

家庭の省エネ対策を調べてみましょう⇒



コラム② リゾート地で仕事!? 『ワーケーション』とは

ワーク（仕事）とバケーション（休暇）を掛け合わせた造語で、リゾート地などでテレワークを行うことです。『いつもどおり』の仕事をしながら、『いつもと違う』場所で、『いつもと違う』経験や体験をすることができます。



変化②：食生活・衛生意識 ～身近なことからコツコツと！～



使い捨てプラスチック容器の増加

外食を自粛することが増え、テイクアウトやデリバリーなどを活用する人が増えました。それに加えて、新型コロナウイルス感染防止対策として、主に衛生面での使い捨てプラスチック需要が高まりました。

その結果、テイクアウトやお惣菜用の容器がたくさん使われるようになり、大阪市では生活系プラスチック容器包装ごみが昨年と比較して約1割増加しました。

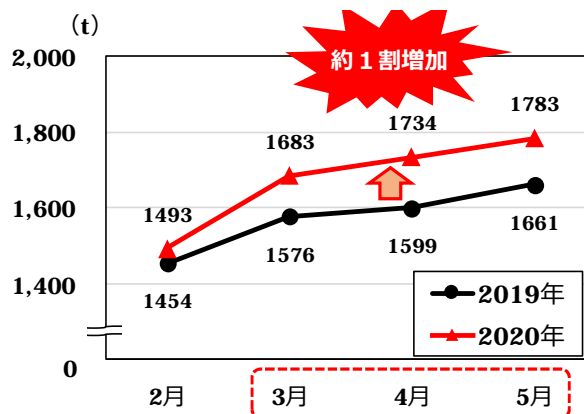
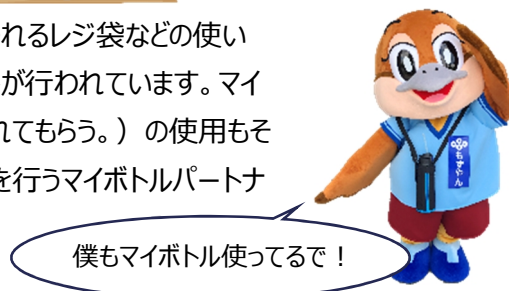


図6 生活系プラスチック容器包装ごみ（大阪市）

（出典：大阪市ホームページ）

使い捨てプラスチックの利用を減らす様々な取組み

テイクアウトやお惣菜などで使われる容器や、持ち帰りの時に使われるレジ袋などの使い捨てプラスチックを減らすために、企業や行政において様々な取組みが行われています。マイバッグやマイボトル、マイ容器（お惣菜を自分で持参した容器に入れてもらう。）の使用もそのひとつで、大阪府でも様々な主体と連携して情報共有や取組みを行うマイボトルパートナーズを立ち上げ、マイボトルの普及に取り組んでいます。



環境に配慮した容器の開発

植物由来または生分解性のプラスチックの他にも、紙製や木製のお弁当容器やカトラリー、ストローなどが増えてきています。



レジ袋有料化

2020年7月からレジ袋有料化が法律で義務付けられました。

その結果、レジ袋の辞退率は大手コンビニ3社で70%以上となり、有料化前の25%と比べて大幅に増加していることがわかりました。

2018年のレジ袋ごみが25tであったことを考えると、マイバッグに変えるだけで年間15t以上も削減できると推計されます。

（出典：NHKニュース）

食べ残しや手つかず食品の廃棄を減らす工夫をしよう！

外出自粛の影響により、自宅で調理・食事する人や、テイクアウト・デリバリーの利用が増えました。手軽に取り組める食品ロスを減らす工夫を紹介します。

- 1 食べられる分だけ買おう・作ろう！
- 2 買いすぎた場合、作りすぎた場合は、冷凍や冷蔵で上手に保存！
- 3 テイクアウトなどでは食べられる分だけ頼もう！小盛りメニューを活用しよう！



コラム③ フードシェアリングアプリ『TABETE』

不要となる食べ物を分け合う「フードシェアリング」という考え方があります。

TABETE アプリを用いると、賞味期限間近の食材など、そのままでは廃棄となる食品をより安く「食べ手」に渡すことができます。お店は食品ロスを削減でき、「食べ手」はお得に食品を買えるため、双方にメリットがあります。みなさんもぜひ活用してみてくださいね！



(出典：消費者庁ホームページ)

長く使える衣服を選ぼう！着なくなった衣服はリユースを！

衣服の大量廃棄と環境への負荷が問題となっています。衣服関連産業からは世界の廃水の **20%**、**CO₂** の **10%** が排出されていると言われています。感染症の影響で外出を控えたことにより衣服の購入量が減っています。この機会に、衣服の廃棄削減に向けて行動を見直しましょう。

- 1 ワンシーズンしか着ないファストファッションではなく、流行に左右されず長く使える服を選ぼう！
- 2 着なくなった服は、フリマアプリやリユースショップなどでリユースしよう！
- 3 シェアリング（レンタルなど）サービスを利用しよう！



コラム④ 『マスクのポイ捨てに注意！』

新型コロナウイルス感染防止対策として、アルコールボトルや個包装、マスクなど主に衛生面でのプラスチック需要が高まりました。特にマスクは生活の必需品になりました。マスクは紙製と思われがちですが、実はほとんどの使い捨て不織布マスクは、**PE**(ポリエチレン)や**PP**(ポリプロピレン)といったプラスチックを材料にしています。

ポイ捨てされたマスクは、海洋プラスチックごみになるなど環境に悪影響を与えるだけでなく、その清掃は衛生上の問題もあることから、マスクの捨て方には十分注意しましょう！



道路などでポイ捨てされたマスクが川を通じて海まで流され、海の生き物が誤って飲み込んでしまうことがあります。

実はマスクはプラスチックからできているんだよ！



実践してみよう！

- マイバッグを持ち歩いて、レジ袋を辞退しよう！
- 環境に配慮した容器を利用しよう！
- マイボトル・マイ容器を使おう！
- 食べ残しや手つかず食品の廃棄を減らす工夫をしよう！
- 長く使える衣服を選ぼう！着なくなった衣服はリユースを！

できることから
はじめてみよう！



変化③：休日の過ごし方 ～3つの密を避けた新しい娯楽を楽しもう！～



緊急事態宣言が解除された後でも、3つの密を避けた新しい娯楽の楽しみ方、例えば、近場の河川敷や海浜、山間部などの自然の中でのアウトドア活動が注目を集めています。

身近な自然を楽しもう！

自然を楽しむと同時に、環境学習や自然保護の意識向上も図るエコツアーなど、身近な自然を楽しむ方法があります。エコツアーは全国でも様々なスポットが紹介されており、大都市である大阪府でも北摂から泉州に至るまで様々な自然や歴史を楽しめるスポットがあります。

府内のスポットについては大阪府 HP にて公開していますので、自然の中でリフレッシュできるエコツアーを、皆さんもぜひ一度楽しんでみてください！



図7 大阪府内のエコツアースポット
(●エコツアースポット★なるかわ・ひらおか生駒パノラマコース)

(大阪府内エコツアースポット)
大阪府環境情報ポータルサイト

エコあらかると

検索

「なるかわ・ひらおか生駒パノラマコース」現地写真

エコツアースポットの写真だよ～



枚岡神社



コース途中



パノラマコース頂上



自然を楽しみつつ、いい運動になったよ～

へえ～楽しそうやな～。今度行ってみよ！



キャンプ・グランピング

少人数かつ屋外で非日常体験ができて、3つの密を回避できるとして、キャンプやグランピングの人気も高まっています。



一方、キャンプ需要が増加したことにより、利用者によるごみのポイ捨て、洗剤による環境汚染などが発生する可能性もあります。ごみの持ち帰りや、食器についた汚れのふき取り、主成分が植物由来の洗剤を使うなど、1人1人の意識と行動が大切です。



アウトドアは3つの密が避けられて、自然を楽しむこともできるから、今の状況下でも注目が集まるのはうなずけるわ。
じゃあ、従来のいわゆる密な娯楽はどうなったんやろ？何か変化はあったんやろうか。

ライブやコンサートでも3つの密を避けるよう工夫して開催をしているものもあるよ。



屋内の娯楽の変化（ライブ・コンサートなど）

3つの密となるライブやコンサート、スポーツイベントなどについては、開催の延期や中止が相次いでいますが、オンライン配信サービスを用いた無観客開催も広まりはじめています。

大阪府でも、「大阪府文化芸術活動(無観客ライブ配信)支援事業」として、無観客ライブの配信事業の立ち上げを支援しました。



また、ソーシャルディスタンスを確保し、声援等を抑えるなど3つの密を避けた上で開催する事例もあります。



これまでの娯楽の形は残しつつも、3つの密を避けた新しい娯楽の形へ変わってきたな。
アウトドアの人気も高まってきているし、より環境に配慮したいなあ

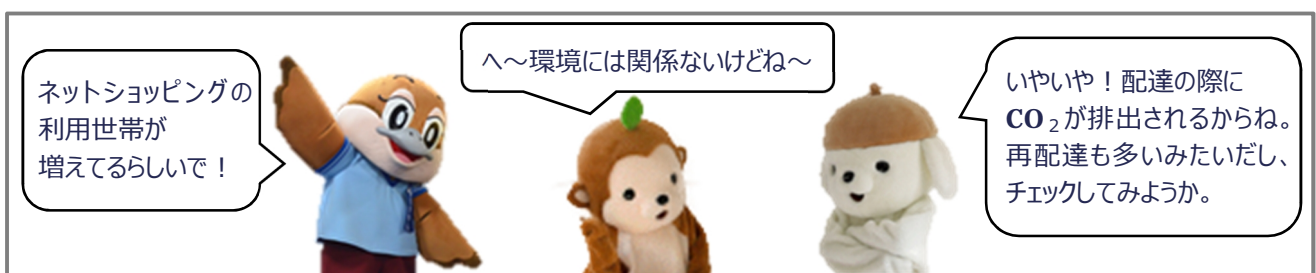
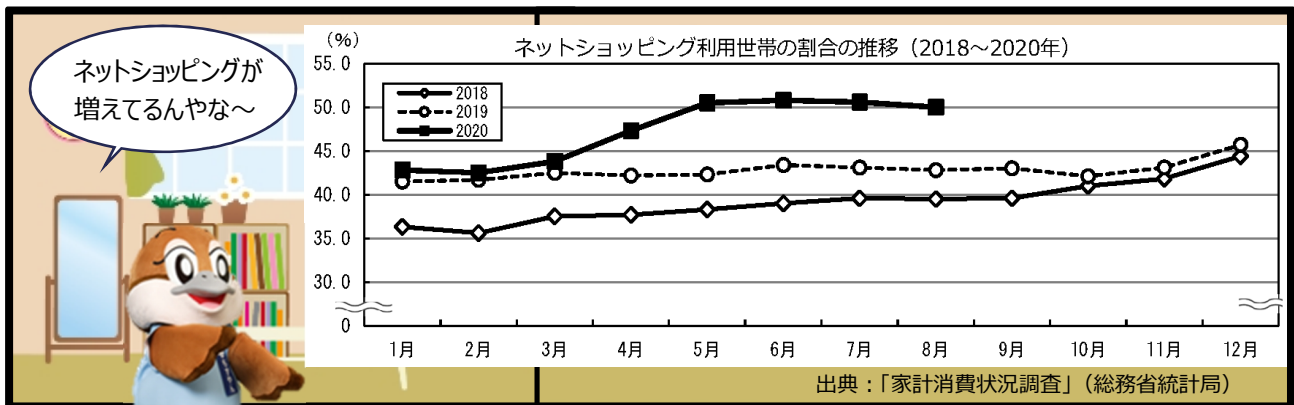
実践してみよう！

- 身近な自然を楽しもう！
- レジャーで出たごみは持ち帰って捨てよう！
- 食器についた汚れは洗う前にふき取って洗剤の使用量を減らそう！
- 主成分が植物由来の洗剤を使おう！

外出時のマスク着用や、
手指などの消毒も
忘れずに！



変化④：買い物の仕方 ～環境に優しいショッピングとは！？～



再配達の削減に向けて

まず、私たちが心がけることは次の2つです。

- 自分が受け取れる時間帯を確認し、時間指定をする。
- 不在の場合も自宅で配達物を受け取れるように宅配ボックスを設置する。

八尾市グリーン交通・配送推進協議会は Yper(株)と協働して、市内の家庭 724 世帯へ簡易型宅配ボックス「OKIPPA」を無償配布し、約 1 か月間の再配達防止による効果を調査しました。

その結果、再配達率は 12.6%と、全国平均である 16%を大きく下回りました！

簡易型宅配ボックス「OKIPPA（オキッパ）」

待機時

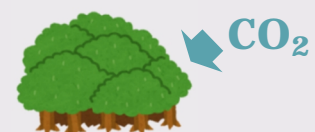
受取時



大阪府域全体で宅配ボックスを使うとどれくらいの効果がある？

八尾市グリーン交通・配送推進協議会の調査結果を基に大阪府の全世帯に宅配ボックスを導入し、大阪府域全体の再配達率が 12.6%と想定し、CO₂ 削減効果を推計すると、配送トラックから排出される CO₂ を年間約 4,000 トン削減できる試算となります。(※1)

これは約 460 ヘクタール（京セラドーム約 136 面分）のスギの人工林が 1 年間で吸収できる CO₂ と同量です！(※2)



(※1) 国土交通省「宅配の再配達の削減に向けた受取方法の多様化の促進等に関する検討会報告書」の計算方法及び大阪府 HP（2020 年 9 月 1 日時点の大阪府の世帯数：4,128,752）から算出

(※2) 林野庁 HP（スギ人工林吸収量：8.8 t-CO₂/ha/年）、京セラドーム HP（面積 33,800 m²）から算出

でも宅配ボックスを置けない家庭もあるやん？
他にはどんな受け取り方があるんやろか？

コンビニ受取りは昔からあるよね～。



新型コロナウイルス感染症に対する予防として、対面せずに受け取れる「置き配」や再配達を削減するために駅やスーパーに大型の宅配ロッカーを設置するなど、新たな取組みが増えてきているよ。

コインロッカー？いいえ、宅配ロッカーです！

一見するとコインロッカーのようにも見えますが、実はこれ、宅配ロッカーです。最近、駅やスーパーなどへの設置が増えています。

商品購入時などに受取場所を設定することで、通勤・通学のついでなど自分の都合に合わせて受け取ることができます。そのため、配達時間がわからない荷物を待ち続けることや、再配達の手間もなくなります。

意識してみると意外と近くで宅配ロッカーが見つかるかもしれません。ぜひ活用してみてくださいね！

ヤマト運輸(株)など複数社で利用可能！



PUDO (Packcity Japan(株))



Amazon Hub (Amazon)

コラム⑤ 『エシカル消費』

「エシカル消費」とは、環境や人、社会・地域に配慮したものやサービスを選んで消費することです。

大量生産・大量消費・大量廃棄の暮らしによって、地球温暖化や海洋汚染、生態系の破壊などが問題視されているため、近年、エシカル消費の実践が求められています。

◆今すぐできるエシカル消費

以下のような環境ラベルを参考に商品を選択することも、エシカル消費の一つの方法です。

地産地消は、輸送に伴う CO₂ 排出削減につながります。



エコマーク

環境への負荷が少なく、環境保全に役立つと認められた商品につけられるラベル



FSC®

森の動植物、地域の人々に配慮し、将来も豊かな森を維持できるように管理された森の木材が使われていることを証明



◆海外の先進事例

購入した商品の CO₂ 排出量が記録され、その累計が一定量を超えると利用制限がかかるクレジットカードが登場しました！身の回りにある“もの”ほぼすべてのものは生産過程や輸送の際などに CO₂ を排出しています。

しかし、CO₂ は目に見えないため、私たちが日々購入するものがどれくらいの CO₂ を排出しているのか把握できませんでした。そこで、このカードを使用することで CO₂ 排出量が見えるようになるため、環境への意識を高める効果が期待されます。



ダイエットの時に食品のカロリーや運動でのカロリー消費量の数字は気になるし、モチベーションにつながるやんな！CO₂ を見える化することで、CO₂ 削減のモチベーションにつながりそうやな！！

実践してみよう！

- 配達物を受け取れる時間に時間指定しよう！
- 宅配ボックスや宅配ロッカーも活用しよう！
- 「エコマーク」等の環境ラベルが付いている商品を選択しよう！

ちょっとした心がけで
人にも環境にも
優しい買い物をしてな！



まとめ

新型コロナウイルス感染症をきっかけとした社会変化を機に、私たち一人一人が環境のためにできる新しい生活スタイルを紹介しました。

変わっていく生活スタイルにあわせて、今後も、環境に配慮した新しい生活スタイルを実践していきましょう！

変化① 働き方



- 環境に配慮したテレワークをしよう！
オフィス：執務スペースの集約化により照明・空調の適正利用を！
自宅：①2週間に1度はエアコンフィルターを掃除しよう！
②パソコンは低電力モードを活用しよう！
- ウェブ会議を活用しよう！

変化② 食生活・衛生意識



- マイバッグを持ち歩いて、レジ袋を辞退しよう！
- 環境に配慮した容器を利用しよう！
- マイボトル・マイ容器を使おう！
- 食べ残しや手つかず食品の廃棄を減らす工夫をしよう！
- 長く使える衣服を選ぼう！ 着なくなった衣服はリユースを！

変化③ 休日の過ごし方



- 身近な自然を楽しもう！
- レジャーで出たごみは持ち帰って捨てよう！
- 食器についた汚れは洗う前にふき取って洗剤の使用量を減らそう！
- 主成分が植物由来の洗剤を使おう！

変化④ 買い物の仕方



- 配達物を受け取れる時間に時間指定しよう！
- 宅配ボックスや宅配ロッカーも活用しよう！
- 「エコマーク」等の環境ラベルが付いている商品を選択しよう！

新しい気づきがあったら
ぜひ実践してみてな！

