

## 地球温暖化を防ぐには、何ができる？

生活やスポーツに様々な影響を及ぼしている地球温暖化。  
いつまでもスポーツを楽しめる環境を守るためには、私たち一人ひとりの行動が大切です。  
普段の生活の中での、ちょっとした心がけや行動が、地球温暖化の原因となるCO2排出量の削減につながります。

## スポーツを楽しむような感覚で 「ゼロカーボンアクション30」に取り組んでみよう！

CO2排出量削減につながる「ゼロカーボンアクション30」は、スポーツと同じで、楽しみながら実践することが大切です。

以下は、スポーツをする人・観る人として取り組むことができるアクション例です。  
みなさんも、スポーツを楽しむ感覚で取り組んでみてはいかがでしょうか。



スポーツウェアを長く大切に着る



スポーツ用品の修理・補修をしてより長く使用する



フリーマーケット・シェアリングの利用



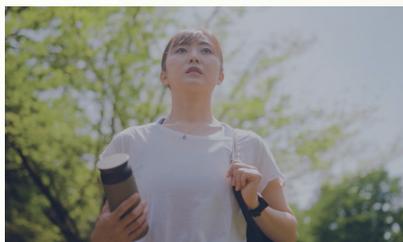
環境に配慮された素材で作られた製品の選択



食事を食べ残さない



旬の食材、地元の食材でつくった新鮮でバランスのよい健康的な食生活を心がける



マイボトル等の利用  
(使い捨てプラスチックの使用削減)



公共交通機関や徒歩・自転車を利用  
(スマートムーブ)



運動によって過度な暖房使用を抑える  
(クールビズ・ウォームビズ)

「ゼロカーボンアクション30」についてより詳しく知りたい方はコチラ

環境省「COOL CHOICEサイト」<http://ondankataisaku.env.go.jp/coolchoice/>

## 「ONE EARTH, ONE TEAM」

私たち人類は、この地球を守る一つのチーム。  
まずは一緒に、身の回りのことから、楽しく取り組みましょう！