



西東京市

2025年度
西東京

かんきょう

環境エコカレンダー



「いこーな」
©シンエイ／西東京市

地球を未来へつないでいくために、
西東京市は

ゼロカーボンシティ^{せんげん}宣言しているよ



かんきょうぶ かんきょうほぜんか
西東京市 みどり環境部 環境保全課

しよざいち いずみちよう
所在地：西東京市泉町三丁目12-35 エコプラザ西東京

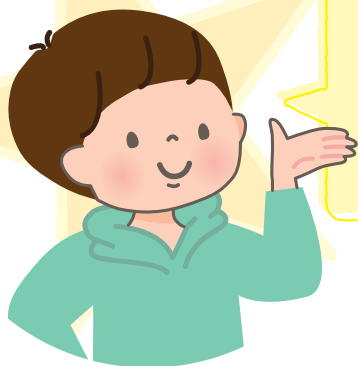
電話：042-438-4042 Mail：kankyou@city.nishitokyo.lg.jp



リサイクル適性[Ⓐ]

この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

おんだんか 地球温暖化とは？



おんだんか
地球温暖化とは、
こうか はいしゅつりょう
温室効果ガスの排出量が
ふ
増えたことにより
地球の温度が上がるんだよ。

地球から出ていく熱

ねつ
熱(赤外線)が地球から
うちゅう
宇宙ににげていきます。

にさんかたんそ のうど やく ビービーエム
二酸化炭素濃度は約278ppm

1750年頃の地球

太陽光の一部は
はんしゃ
大気や雲などに反射して
うちゅう
宇宙ににげます。

太陽の光

地球に吸収される熱

太陽の光のおよそ半分が
地面に吸収され、
地上をあたためます。

地球にとどまる熱

こうか
温室効果ガスが、熱(赤外線)を
大気中にとどめます。

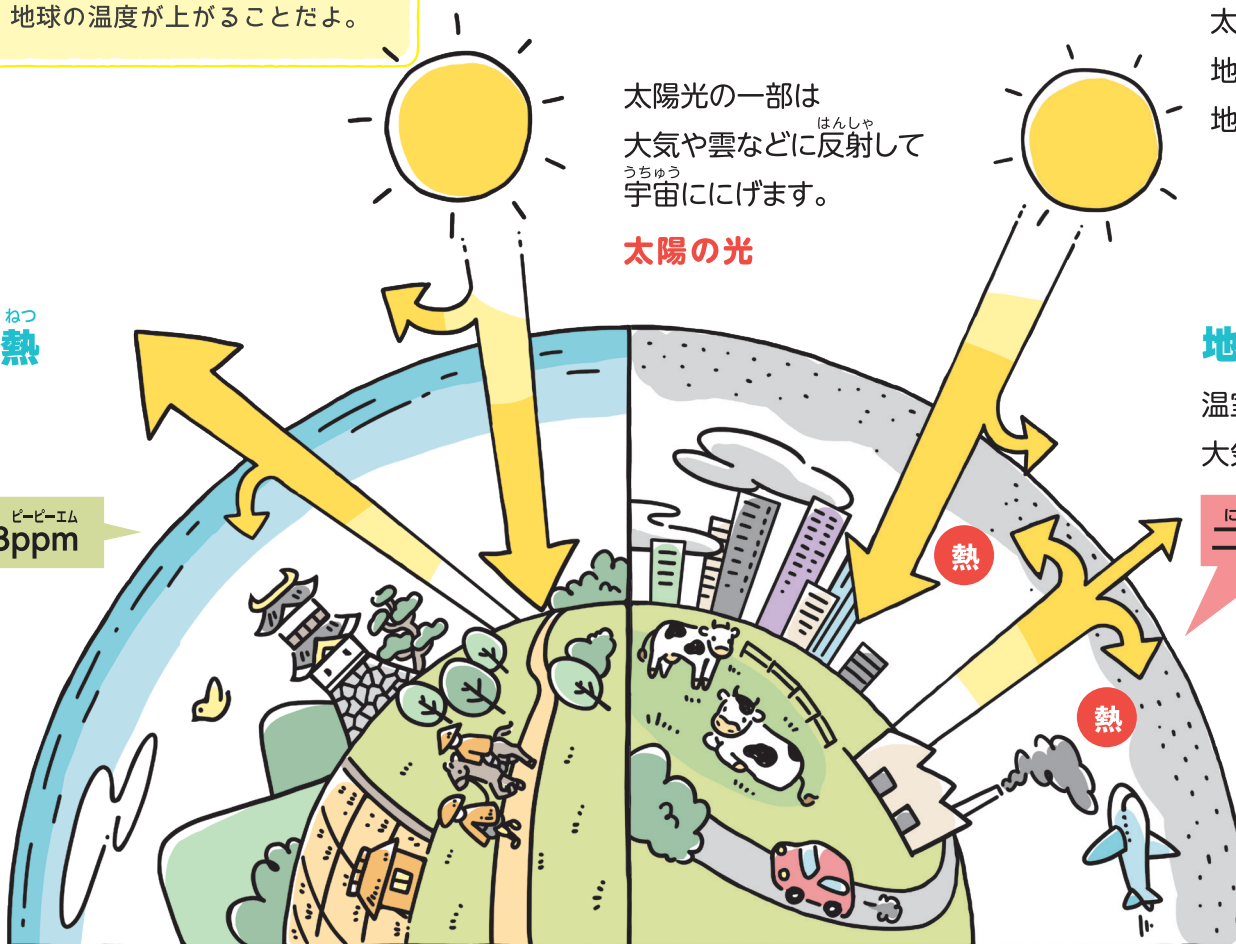
にさんかたんそ のうど やく ビービーエム
二酸化炭素濃度は約417.9ppm

※2022年 世界気象機関調べ

にさんかたんそ のうど
二酸化炭素濃度が
やく ぞうか
約50%も増加しているよ!



げんざい
現在の地球



1

January 2025



日本は世界で何番目に多く二酸化炭素を排出しているのでしょうか？

- ① 1番目 ② 3番目 ③ 5番目 ④ 8番目

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
29	30	31	1 元旦	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13 成人の日	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

2

February 2025

3	S	M	T	W	T	F	S	4	S	M	T	W	T	F	S
							1			1	2	3	4	5	
2	3	4	5	6	7	8			6	7	8	9	10	11	12
9	10	11	12	13	14	15			13	14	15	16	17	18	19
16	17	18	19	20	21	22			20	21	22	23	24	25	26
23	24	25	26	27	28	29			27	28	29	30			

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11 建国記念日の日	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 天皇誕生日	24 振替休日	25	26	27	28	1

法改正等にもとない祝日が変わる場合があります。

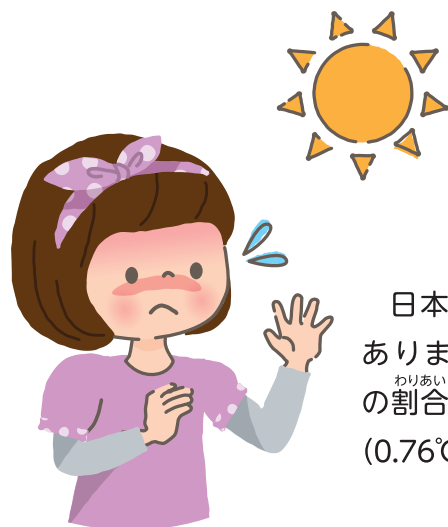


コラム

みなさんは冬が好きですか？特に雪が降ると気分が上がりますよね！しかし、このままでは雪が見れなくなるかも...。
地球温暖化の影響で2023年の日本の気温は、1990年代の日本に比べて1.29度上昇しています。
未来の冬の気温はどうなっているのかな？

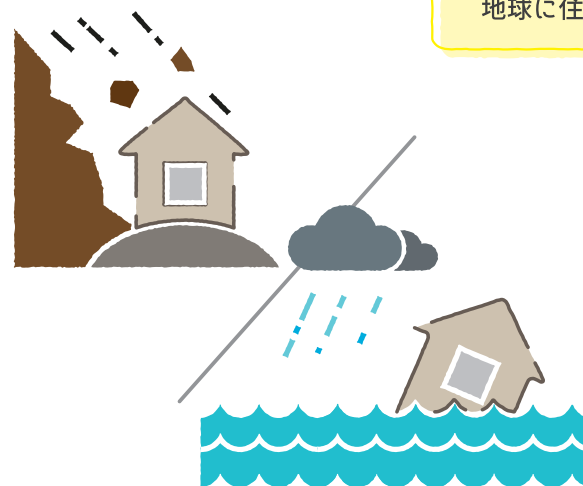


おんだんか えいきょう 地球温暖化による悪影響



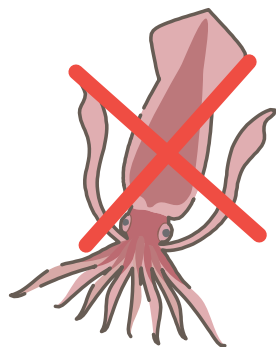
じょうしょう 気温上昇

日本の平均気温は上昇傾向にあります。100年あたり1.35℃の割合で上昇しており、世界平均(0.76℃/100年)を上回っています。



いじょう きしょう 異常気象

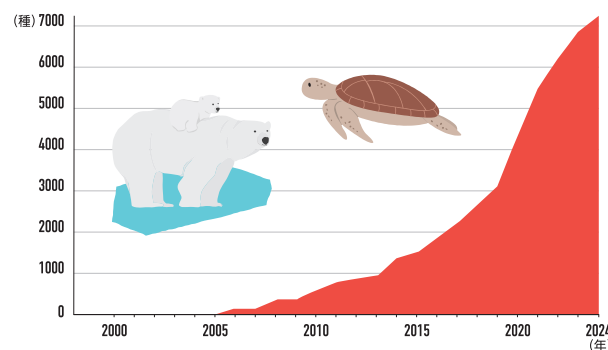
地球温暖化により突然の大雨による土砂崩れや川の氾濫・洪水被害などが多発しています。



食べ物が少なくなる

気温上昇により海の水の温度が高くなっています。その結果、冷たい水でしか生きられない魚は減っています。(スルメイカなど)

おんだんか ぜつめつ きき
地球温暖化が、絶滅危機の要因の一つとなっている絶滅危機種の種類



きき 動物の危機と変化

2000年の時点で絶滅危機種の数は10種類でしたが、気候変動により2024年には7,040種までに増加しています。

3

March
2025かんきょう
環境クイズ

たなしちょう たなし りゅうじん
田無町にある田無神社には龍神池という池があります。

そこに住んでいる生き物はなんでしょう？

- ① やご ② シヤジクモ ③ トウキョウドルマガエル ④ すべて

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
23	24	25	26	27	28	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20 春分の日	21	22
23 30	24 31	25	26	27	28	29

4

April
2025

5 S M T W T F S
 4 5 6 7 8 9 10
 11 12 13 14 15 16 17
 18 19 20 21 22 23 24
 25 26 27 28 29 30 31

6 S M T W T F S
 1 2 3 4 5 6 7
 8 9 10 11 12 13 14
 15 16 17 18 19 20 21
 22 23 24 25 26 28 28
 29 30

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29 昭和の日	30	1	2	3

法改正等にもない祝日がかかる場合があります。

コラム

春は新しい出会いの季節です。新学期はどうですか？さて、春の悩みといえば花粉症しょうですね。
 なぜこの時期に花粉が増えるのでしょうか？それは年を越して暖あたたくなると花粉の雄花おぼなが開花して花粉が一気に飛び始めるからなのです。
 それに加え、自動車の排気ガスはいきや工場から出る煙けむりなどの汚染物質おせんぶっつが花粉のパワーを強めています。

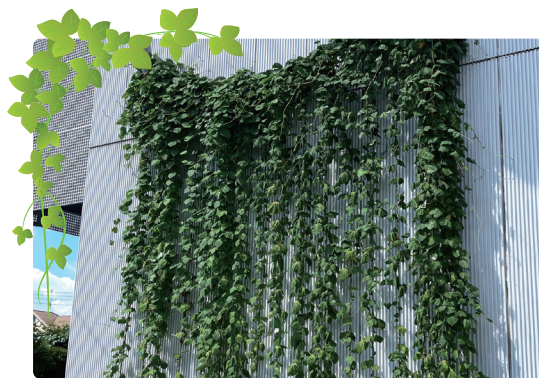
西東京市の取り組み(暑さへの^{たいおう}対応)

どうやってら
暑さと仲良くできるかな



打ち水活動^{ほいく} (市内の保育園)

西東京市の^{ほいく}保育園で打ち水
を行っています。



グリーンカーテン

植物を使って部屋を^{へや}涼しく^{すず}
することができます。



クールシェアスポットの^{せっち} 設置

西東京市内の公民館やエコ
プラザを^{すず}涼しくし、暑い時の^{すず} ^{どころ}
涼み処として使ってもらって
います。



給水スポット

市役所に給水機を^{せっち}設置する
ことで、おいしくて冷たい水を
たくさん飲むことができます。



5

May
2025かんきょう
環境クイズ

じょうしょう
海面上昇によって、なくなってしまう国は
どこでしょうか？

- ① ツバル ② モルディブ ③ 日本 ④ 全て

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
27	28	29	30	1	2	3 憲法記念日
4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

6

June
2025

7	S	M	T	W	T	F	S	8	S	M	T	W	T	F	S
6	7	8	9	10	11	12		3	4	5	6	7	8	9	
13	14	15	16	17	18	19		10	11	12	13	14	15	16	
20	21	22	23	24	25	26		17	18	19	20	21	22	23	
27	28	29	30	31				24	25	26	27	28	29	30	

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5

法改正等にもとない祝日がかわる場合があります。

コラム



みな 皆さん新しい仲間との生活は楽しいですか？さて、5・6月は何を思い浮かべますか？じめじめした季節...そう！梅雨です。
つゆ 梅雨って何で起こるか知ってますか？実は暖かい空気と冷たい空気がぶつかって梅雨前線が発生し、その梅雨前線がたくさん雨を降らせ
つゆ 梅雨は起こります。最近では地球温暖化の影響で雨の勢いが増しています。気をつけましょう！

西東京市の取り組みおんだんか（温暖化を食い止める）

どうやったら
地球を
助けられるかな？



かんきょう 環境学習

やまなし
友好都市の山梨県
ほくとし かんきょう
北杜市で環境学習を
おこないます。森林
ほぜん
保全の大切さを学ん
だり、木を使ってもの
づくりを行います。



かんきょう 環境フェスティバル

地球を守るための取り
組^{しょうかい}を紹介する場所^{せっち}を設置
し、環境^{かんきょう}について考えても
らう機会をつくりました。

わが家の環境家計簿
CO2削減チェックシート

項目	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
① エアコンの温度設定は26℃以上にする。													
② エアコンのフィルターは定期的に掃除する。													
③ エアコンの電源は使わないときは切る。													
④ エアコンの室外機は定期的に掃除する。													
⑤ エアコンの室外機は定期的に塗装する。													
⑥ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
⑦ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
⑧ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
⑨ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
⑩ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
⑪ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
⑫ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
⑬ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
⑭ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
⑮ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
⑯ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
⑰ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
⑱ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
⑲ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
⑳ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
㉑ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
㉒ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
㉓ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
㉔ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
㉕ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
㉖ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
㉗ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
㉘ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
㉙ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
㉚ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
㉛ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
㉜ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
㉝ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
㉞ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
㉟ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
㊱ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
㊲ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
㊳ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
㊴ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
㊵ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
㊶ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
㊷ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
㊸ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													
㊹ エアコンの室外機は定期的に点検する。													
㊺ エアコンの室外機は定期的に清掃する。													

かんきょう かけいぼ 環境家計簿

ふだん
普段使っている電気
や水の量を^{かいぜん}知り、改善
に役立てることができ
ます。



こうざ 保育園出前講座

子どもたちが楽しんで
環境^{かんきょう}について学べるよう
に工夫^{くふう}しました。



7

July
2025かんきょう
環境クイズ

おんだんか げんいん いりよく
地球温暖化が原因で台風の威力が強まっています。3秒間で吹く風の
強さが40mの時、どんな被害が出るでしょう。 ① 看板が落下する
② 車の運転が難しくなる ③ 人が自分で立てなくなる ④ 全て

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
29	30	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21 海の日	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

8

August
2025

9	S	M	T	W	T	F	S	10	S	M	T	W	T	F	S
		1	2	3	4	5	6					1	2	3	4
7	8	9	10	11	12	13		5	6	7	8	9	10	11	
14	15	16	17	18	19	20		12	13	14	15	16	17	18	
21	22	23	24	25	26	27		19	20	21	22	23	24	25	
28	29	30						26	27	28	29	30	31		

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11 山の日	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30

法改正等にもない祝日が変わる場合があります。



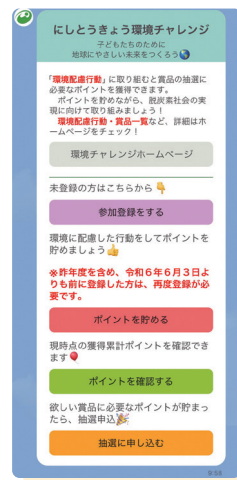
コラム

待ちにまった夏休みですね！夏といえばプール・海・川・バーベキューなど皆さんはどのように過ごしますか？気を付けたいのが熱中症です。
そこで熱中症に有効な食べ物を紹介します。①味噌汁は塩分と水分を同時にとることができるので熱中症を防ぐことができます。
②甘酒を飲むことでたくさんの栄養素が取れて、熱中症を防ぐことができます。

かんきょう にしとうきょう環境チャレンジとにしとうきょう環境アワード

かんきょう にしとうきょう環境チャレンジ

かんきょう やさ
地球と環境に優しい行動をし、
ポイントを集めます！
そのポイントをためて景品を
ゲットする取り組みです。



食べきれない
きふ
食品の寄付



ぶくろ
レジ袋を
受け取らない



マイボトルの
利用



2024はこんな取り組みを行い、
ポイントをゲットしたよ。

かんきょう にしとうきょう環境アワード

地球を守るために、
すぐ かんきょう
優れた環境活動を行った
こじん だんたい
個人や団体を
ひょうしょう
表彰しています。



9

September
2025

国民1人あたりが無駄^{むだ}にしている食品の量は1ヶ月あたりで
約お茶碗^{ちやわん}何杯分でしょうか？

- ① 5杯^{はい} ② 14杯^{はい} ③ 23杯^{はい} ④ 31杯^{はい}

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15 敬老の日	16	17	18	19	20
21	22	23 秋分の日	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4

10

October
2025

11	S	M	T	W	T	F	S	12	S	M	T	W	T	F	S
							1			1	2	3	4	5	6
2	3	4	5	6	7	8		7	8	9	10	11	12	13	
9	10	11	12	13	14	15		14	15	16	17	18	19	20	
16	17	18	19	20	21	22		21	22	23	24	25	26	27	
23 ₃₀	24	25	26	27	28	29		28	29	30	31				

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13 スポーツの日	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

法改正等にもとない祝日がかわる場合があります。

コラム

秋といえば何を思い浮かべますか？スポーツの秋・読書の秋・食欲^{しょくよく}の秋などがあります。
今回は紅葉^{こうよう}についてのお話です。紅葉は気温が10度未満になると色づくそうです。
しかし、皆さんが大人になる頃^{みな おとな ころ}には、地球温暖化が原因で秋に紅葉^{おんだんか げんいん こうよう}を見れなくなるかも。



みんなでやろう!

おんだんか たいさく
地球温暖化対策



お水の出しっぱなしは
やめましょう



きれいな水を家庭まで運ぶために
たくさん電気が使われています。

ゲームやスマートフォンを
触らない時間を作ろう



電気のつけっぱなしは
やめましょう



電気を
つくる際には、
多くの二酸化炭素が
排出されます。

ゴミの分別を
しっかりとしよう



ゴミの分別をしないと燃やすゴミの量が増え、
二酸化炭素が増えます。

エアコンの温度設定は
適切に



夏 28度 冬 20度

冷蔵庫は
すぐに閉めよう



みんなは何個
守れるかな?



11

November
2025

かんきょう
環境クイズ

ゴミを減らすことをリデュース・ものを再利用することをリサイクル
↑
といいますが、ものをくり返し使うことを何というでしょう。

- ① リペア ② リマインド ③ リムーブ ④ リユース

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
26	27	28	29	30	31	1
2	3 文化の日	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 勤労感謝の日 30	24 振替休日	25	26	27	28	29

12

December
2025

1	S	M	T	W	T	F	S	2	S	M	T	W	T	F	S
2026					1	2	3		1	2	3	4	5	6	7
4	5	6	7	8	9	10		8	9	10	11	12	13	14	
11	12	13	14	15	16	17		15	16	17	18	19	20	21	
18	19	20	21	22	23	24		22	23	24	25	26	27	28	
25	26	27	28	29	30	31									

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
30	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3

コラム

12月といえばクリスマスやお掃除などの行事がありますよね。さて、今回は電力を使わない防寒方法をご紹介します。
今回の主役は首・手首・足首の3つの「首」です。これら3つにはそれぞれツボがあり、そこを温めることで体温が上昇します。
マフラーや手袋・もこもこ靴下などを着用して寒さを乗り越えましょう。



やってみよう!

みんなも作って
遊んでみよう

エコプラザ西東京

かんきょう ぼぜん
環境保全やリサイクルなどの活動を広げていくために、2008年
(平成20年)にオープンしました。かんきょう こうざ かいさい しみん だんたい
環境講座を開催したり、市民団体の
活動の場として利用されたりしています。

また、かんきょう かん
環境に関する本や絵本がおいてある「かんきょう
環境学習コーナー」があります。



エコプラザ西東京

かんきょう
環境学習コーナー



不用になった白色トレイを使って「おどる
がいこつちゃん」を作しましょう。白色トレイ
1つを全て使い切りゴミが出ません。エコな
作品です。

ぎゅうにゅう
牛乳パックを使用して紙トンボ
を作しましょう。竹とんぼと同じ
ように、飛ばして遊べます。



くわ
詳しい作り方は、
市のホームページから
見られるよ。



おどるがいこつちゃん



紙トンボ

あなたの未来と地球を守るために「環境カルタ」を書いてみよう!



かんきょう 環境クイズ の答え

1.2月 日本は世界で何番目に多く二酸化炭素を排出しているのでしょうか?

③5番目

ちなみに1位は中国、2位はアメリカだよ。

3.4月 たなしちょう たなし りゅうじん
田無町にある田無神社には龍神池という池があります。そこに住んでいる生き物はなんでしょう?

④全て

その他にもトンボやアメンボなどがいるよ。

5.6月 しょうりょう
海面上昇によって、なくなってしまうような国はどこでしょうか?

①ツバル

ツバルはオーストラリアの横に位置し、人口は約1万1000人程の小さな国だよ。



7.8月 おんだんか げんいん いりよく ふ メートル ひがい
地球温暖化が原因で台風の威力が強まっています。3秒間で吹く風の強さが40mの時、どんな被害が出るでしょう?

④全て

3秒間で吹く風の強さが60mの時は、電柱・樹木が倒れ木造住宅も壊れることがあるよ。

9.10月 国民1人あたりが無駄にしている食品の量は1ヶ月あたりで約お茶碗何杯分でしょうか?

③23杯

食べ残しをゴミとして燃やすと二酸化炭素がたくさんでるので残さずに食べよう。

11.12月 ゴミを減らすことをリデュース・ものを再利用することをリサイクルといいますが、ものをくり返し使うことを何というでしょう?

④リユース

リペアは修理する、リマインドは気づかせる、リムーブは移動させる、という意味があるよ。ぜひ使ってみてね。



かんきょう
「環境カルタ」を
書いてみよう



食

食品ロス

ちゃんと食べてね

買った分

み

みらいのために

今からがんばる
脱炭素
だつたんそ

つ

つかわない

部屋の電気は

消しましょう！

かんきょう
環境カルタ

いつまでも元気な地球を守りたい
自然を増やしきれいな地球を未来の人へ



お

おでかけに

持っていこうよ

マイボトル

み

みどり色

市内にあふれる

グリーンカーテン

プ

プラはプラ

みんなで分別

頑張ろう
がんば

小学校

年