

2026年 西東京 環境エコカレンダー

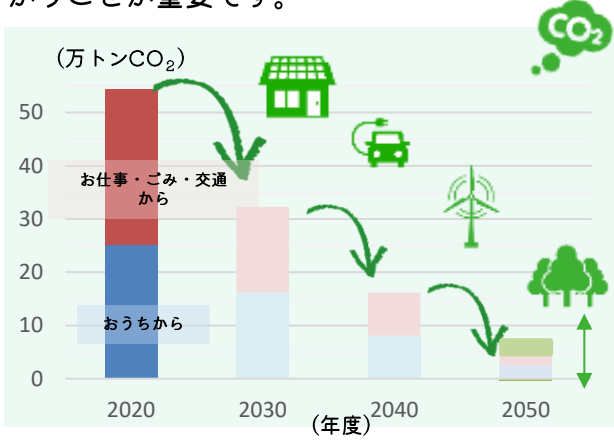


エコプラザ西東京公式キャラクター
ちきゅうくん

西東京市 みどり環境部 環境政策課
所在地 エコプラザ西東京 (西東京市泉町三丁目12番35号)
電話: 042-438-4042 Mail: kankyou@city.nishitokyo.lg.jp

① ゼロカーボンシティの実現に向けて取り組みます

地球の気温を上げてしまう二酸化炭素などは、電気やガスを作るときにたくさん出ています。一人ひとりが、電気・ガス・水道を大切に使うことが重要です。



西東京市は地球に出す二酸化炭素と、木が吸ってくれる二酸化炭素のバランスをゼロにする「2050年カーボンニュートラル」を目指す「ゼロカーボンシティ」宣言を行っています。



② 循環型社会の構築に向けて取り組みます

西東京市は、1人1日当たりのごみの量の少なさが全国で4位となっています。リサイクル率は全国で8位となっています。

※令和5年度実績
人口10万人以上50万人未満の市町村

でも、もっとごみをへらしたり、リサイクル率を高めるために、まだまだできることがあります。西東京市は、ごみをきちんと分けて出したり、できるだけ減らしたり、もう一度使ったりする、「循環型社会」を目指しています。

Reduce (リデュース)



Refuse (リフューズ)

Recycle (リサイクル)

Reuse (リユース)

③ 地域の環境を守ります

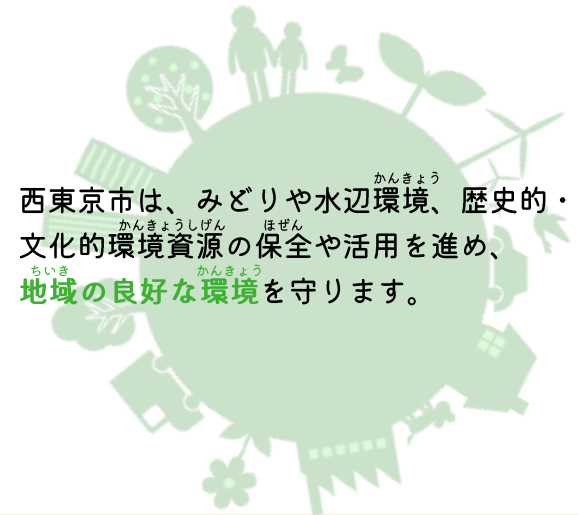
西東京市には、森や畑、公園や川があり、みどりと水がつながる自然がたくさんあります。近年では、家などが増えて、森や畑が少なくなっているため、残された自然を保全していく必要があります。



(写真：碧山森緑地保全地域)



(写真：保谷北町緑地保全地域)



西東京市は、みどりや水辺環境、歴史的・文化的環境資源の保全や活用を進め、地域の良好な環境を守ります。

生物多様性 (いろいろな生き物がすんでいること)



写真：ケヤキやクヌギ (西原自然公園)



写真：ヒヨドリ (西東京いこいの森公園)



写真：メジロ (西東京いこいの森公園)



写真：ツマグロヒョウモン (谷戸せせらぎ公園)



写真：ギンブナ、モツゴ、メダカなど
(谷戸せせらぎ公園)



写真：ヒメジャノメ (西東京いこいの森公園)



わたしたちのくらす西東京市には、^{むさしの}武蔵野の昔ながらの風景が残り、豊かな自然の中でたくさんの種類の生き物がくらしています。さまざまな生き物がそれぞれの場所で、たがい^{えいきょう}に影響し合いながらくらしていくことで、自然のバランスは、^{たも}保たれています。このバランスを守ることは、わたしたちのくらしやすい^{かんきょう}環境を守ることもつながります。

今月のとりくみ

- ・公園や近所で、どんな生き物がいるかさがしてみよう。
- ・メジロやヒヨドリをさがしてみよう。

できたらチェック!



1月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
			1 元日	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12 成人の日	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2月

2月は「省エネルギー月間」だよ!

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11 建国記念の日	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23 天皇誕生日	24	25	26	27	28

4Rをはじめよう！



写真：ハンカチの木（西東京いこいの森公園）



写真：桜（ひばりが丘さくらの道公園）

春休みは、「Reduce（リデュース）：ごみの量をへらすこと」と
「Reuse（リユース）：物をくりかえし使うこと」、「Recycle（リサイクル）：ごみをべつものにするこど」で整理整頓しよう！
新しい学年で使うものを買わなければいけない時、今持っているもので代わりになるものがあれば、買わないという選択もできるよ。
これが「Refuse（リフューズ）：いらぬものをこどわるこど」です。



ぶんぼうぐ てんけん
文房具の点検を
してみよう



不要になった教科書は
東ねて資源ごみへ

今月のとりくみ

- ・春休みに4Rをやってみよう。
- ・不要になった教科書は資源しげんごみに出そう。
(名前や学校名は消しておこう。)



できたらチェック!



3月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
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	24	25	26	27	28
29	30	31				

4月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
			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		

マイクロプラスチック（小さなプラスチックのかけら）

わたしたちのくらす西東京市には、石神井川や千川上水せんがわいずいなどが流れています。川に落ちたごみはそのまま流れていき、海をよごす原因になります。ペットボトルやビニール袋ぶくろなどのプラスチックごみは、川の流れや波などの水の力や太陽光によって、だんだん小さくくだかれていきます。中でも、とても小さくなったプラスチックごみ（マイクロプラスチック）は大きな問題です。

魚などがエサとまちがえて食べてしまうと、体に悪い影響えいきょうが出てしまいます。



図：マイクロプラスチックを食べる魚



写真：石神井川
「高校生による石神井川のごみ清掃活動の様子」



写真：石神井川



写真：千川上水遊歩道

川や海をきれいに保つために、**「ごみをポイ捨てしない。」** **「ごみは、決められた場所に正しく捨てる。」**
「プラスチックの袋や容器を、なるべく使わないようにする。」など、気を付けて取り組んでみましょう。

今月のとりくみ

- ・ペットボトルのかわりにマイボトルを使おう。
- ・ごみをすてるときは分別しよう。



できたらチェック!



5月

5/30は「ごみゼロの日」だよ!

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
					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
24/31	25	26	27	28	29	30

6月

6/5は「^{かんきょう}環境の日」、6月は「^{かんきょう}環境月間」だよ!

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
	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				

夏の省エネチャレンジ（すずしくすこす工夫^{くふう}をしてみよう）



木はなぜ大切なの？

森の木は、そのままにしておくと、古くなって元気がなくなることもあります。そこで大切なのが、「木を育てて→つかって→また新しい木を植えて育てる」という森のサイクル。これを森林循環^{じゅんかん}といいます。

また、木は空気の中にある二酸化炭素^{にきんかたんそ}をすいとってくれるので、地球温暖化^{おんだんか}をふせぐのに役にたちます。

だから、わたしたちは木や森を大切にしていけることが重要です。



エアコンを使い始める前にフィルター清掃^{せいそう}をしてみよう。エアコンがよく効く^{きく}ようになるよ。



おふろの残り水などを打ち水に使ってみよう。朝や夕方のすずしい時間に水をまくと、よりすずしく感じるよ。



外の気温が高い日はカーテンやブラインドをしめて、太陽の光をさえぎってみよう。グリーンカーテンもあるとさらに効果^{こうか}が大きいよ。



今月のとりくみ

- ・おうちの人といっしょにエアコンフィルターのそうじをしよう。
- ・打ち水をやってみよう。

できたらチェック!



7月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20 海の日	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

8月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
						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
23/30	24/31	25	26	27	28	29

地産地消（地元で作られたものを、地元でたべること）



写真：西東京市でとれる農作物



遠くから食べ物を運んでくると、車やトラックなどたくさんのエネルギーを使って二酸化炭素を多く出してしまうよ。

でも、西東京市の近くでとれた野菜やくだものを食べると、運ぶ距離も短くなって、地球に優しいんだ。地元でとれた食べ物を食べる「**地産地消**」をやってみてね。



西東京市に「めぐみちゃん直売所」という場所があるのを知っているかな？ここは、近くの畑でとれたばかりの、とっても、新鮮な野菜や果物が並んでいるよ。



西東京市農産物キャラクター「めぐみちゃん」

今月のとりくみ

- ・地産商品を見つけてみよう。
- ・地産商品こうにゅうを購入して、食べてみよう。

できたらチェック!



9月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24	25	26
27	28	29	30			

10月

10/30は「食品ロス削減さくげんの日」だよ!

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12 スポーツの日	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

冬の省エネチャレンジ（あたたかくすごす工夫をしてみよう）

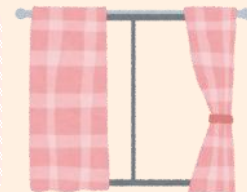


写真：西東京いこいの森公園

エアコンを使い始める前に
フィルター清掃せいそうをしてみよう。
エアコンがよく効くようにな
るよ。



ウォームビズ（ふくそうを工夫くふうしてあたた
かくすごすこと）をやってみよう。お家の中
で少し厚着あつぎをしたりひざかけを使ったり
するといよ。



まどからの冷氣ふせを防ごう。カーテ
ンをしめたり、窓に断熱だんねつシートを
はると、へやのあたたかい空気が
外ににげるのを防ふせげるよ。

今月のとりくみ

- ・おうちの人といっしょにエアコンフィルターのそうじをしよう。
- ・ウォームビズですごしてみよう。

できたらチェック!



11月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
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	24	25	26	27	28
29	30					

12月

日 Sun	月 Mon	火 Tue	水 Wed	木 Thu	金 Fri	土 Sat
		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 大みそか		



西東京市のイベント

環境フェスティバル:11月頃（行ってみよう・考えてみよう）



たくさんの楽しい体験コーナーやお店が集まる、環境^{かんきょう}について学べるお祭りだよ。身近な自然を観察したり、リサイクル工作をしたりして、遊びながら地球にやさしい暮らしを考えてみよう！

にしとうきょう環境チャレンジ:6月～12月頃（参加してみよう・行動してみよう）



お家の人と一緒に、マイボトルにお水を入れたり、車などに乗るかわりに歩いたりして、環境^{かんきょう}に良いことをするチャレンジだよ。このカレンダーに記録して、環境^{かんきょう}を守る行動の第一歩をふみ出してみよう！
例えば、環境^{かんきょう}家^ほ計簿を使って家族みんなで目標を立ててみましょう！

にしとうきょう環境アワード：応募 6月～9月頃（挑戦してみよう・学んでみよう）



西東京市の中で、環境^{かんきょう}を守るためにがんばっている人たちを表彰^{ひょうしょう}する制度^{せいど}だよ。
どんな人たちがどんな工夫^{くふう}をしているのか、たくさんのヒントをもらおう！
環境^{かんきょう}活動にチャレンジして、にしとうきょう環境^{かんきょう}アワードに応募してみよう！

