

※祝日法などの改正により、祝日・休日あるいは行事が一部変更になることがあります。

ちよだ 環境 カレンダー

2026

- 環境家計簿付き
- 毎月のエコアクション
- エコにゃレンジャーのエコクイズ

みんなで
減らそう CO₂



エコにゃ先生と
一緒に環境保全に
ついて考えてみよう！

ちよだ環境カレンダーの使い方



STEP ①

毎月の「エコアクション」を実践しよう

my エコアクションを決めよう！

これからここで紹介するアクションだけでなく、自分に合った活動をひとつでもいいので取り組みましょう。



STEP ②

エコにゃレンジャーのエコクイズに挑戦しよう



地球温暖化の原因となる気体をまとめて何という？

A 温室効果ガス

B 液体ガス

※当カレンダーに掲載されているエコクイズのデータはカレンダー作成時点のものです。

STEP ④

環境家計簿に取り組み、千代田区役所に提出しよう

The table is titled '1年間のエネルギー使用量 2026年ちよだ環境家計簿'. It has columns for '電量 (kWh)', 'ガス (m³)', and '水道 (m³)' for each month from January to December. There are also sections for '年間合計' and '備考'.

STEP ③

毎月のエネルギー使用量などを記録しよう

1月のエネルギー

電量	kWh	円
ガス	m³	円
水道	m³	円



「2050ゼロカーボンちよだ」について

千代田区は、2050年までに区内のCO₂排出量実質ゼロを目指す「2050ゼロカーボンちよだ」を掲げ、地球温暖化対策を推進しています。皆さんも省エネや再エネにつながる取組みを一緒に進めていきましょう。

兄のエコにゃ先生やレンジャーのみんなと学ぼう

自分にできることから始めてみよう！

地球温暖化をとめたいな



エコにゃレンジャー

プロフィール：
環境問題に熱心な3匹のネコ。

エコにゃ先生

プロフィール：
環境教育の専門家。エコにゃレンジャーのリーダーとは双子の兄弟。



自分たちがどれくらいのエネルギーを使っているかを知ること、地球温暖化をとめる行動につながるんだよ



※児童・生徒の絵画は「人と自然が調和した千代田区」をテーマに描いた作品です。

最優秀賞

生態環境を保護し、美しい千代田区を共に築こう 王 芸萌さん(九段小学校6年)

生態環境は千代田区の未来にえいきょうし、地球の微笑みが万物のこきょうをまもる。
環境保護は私たちから始めましょう。

【出典】環境省

エコ クイズ ①

地球温暖化の原因となる気体をまとめて何という？

A 温室効果ガス

B 液体ガス

※当カレンダーに掲載されているエコクイズのデータはカレンダー作成時点のものです。

エコにゃノート

温暖化配慮行動計画書制度



区内事業者が取り組む「環境活動」「環境教育」「地域貢献活動」などの温暖化配慮行動について報告していただき、その中から優良な取り組みを表彰する制度です。令和6年度は千代田区温暖化配慮賞 義務提出部門を「KDDI株式会社」、千代田区温暖化配慮賞 任意提出部門を「株式会社エービーシー商会」、地域貢献賞を「三井住友海上火災保険株式会社」、「学校法人大妻学院」、特別賞を「富士ソフト株式会社」が受賞しました。



1月の エネルギー



電気💡

kWh

円

ガス🔥

m³

円

水道💧

m³

円

my エコアクションを 決めよう！

これからここで紹介するアクションだけでなく、自分に合った活動をひとつでもいいので取り組みましょう。



エコアクション：12月

1

January

2026 令和8年

ちよだ
環境
カレンダー



12
2025

日 月 火 水 木 金 土
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

2
2026

日 月 火 水 木 金 土
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

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
28	29	30	31	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



※児童・生徒の絵画は「人と自然が調和した千代田区」をテーマに描いた作品です。

優秀賞

まもる未来とちよだの自然 炭本 さくらさん（麹町小学校 6年）

千代田の自然は、手でまもる宝物です。未来もこの花がさきつづけるように、わたしたちが守ります。

【出典】IPCC 報告



世界の平均気温は 100 年前と比べて何℃くらい上がった？

A 約 0.1℃

B 約 1.1℃

※当カレンダーに掲載されているエコクイズのデータはカレンダー作成時点のものです。

エコにゃノート

千代田エコシステム（CES）

千代田区は、2050ゼロカーボンちよだ、2050ゼロ・ウェイストちよだ、2030年ネイチャーポジティブを目標に掲げています。この実現に向けて、千代田区独自の行動の仕組みとして、「千代田エコシステム（CES=Chiyoda Eco Systemの略）」があります。CESには、クラス1・2・3の3つの仕組みがあり、個人向けと事業者向けに分かれています。



CESでは、千代田区に関わるすべての人々と一緒にCO₂を削減するために、いろいろと工夫をした活動を行っているよ



▲ 詳しくはこちら

2月のエネルギー



電気💡

kWh 円

ガス🔥

m³ 円

水道💧

m³ 円

水道はこまめに止めて使用しよう

水を作るとき、使われるときにも、CO₂が排出されます。歯みがき、シャワー、食器洗いなどの際は、こまめに水を止めるよう心掛けましょう。



エコクイズ2：答え

2

February
2026 令和8年

ちよだ
環境
カレンダー



1
2026

日	月	火	水	木	金	土
				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

3
2026

日	月	火	水	木	金	土
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				

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
1	2	3	4	5	6	7



※児童・生徒の絵画は「人と自然が調和した千代田区」をテーマに描いた作品です。

エコにゃノート



ちよだ生物多様性大賞

区内で生物多様性に関する優れた活動を表彰する制度です。令和6年度は4つの活動が表彰されました。

- 入賞 白井 孝 さん「目指せ！セミにもヒトにも優しい千代田区」
- 入賞 千代田区立お茶の水小学校「屋上 生物探検隊」
- 入賞 石田 晴基 さん「外ぼり公園で昆虫たんさく」
- 入賞 山崎 柊星 さん「北の丸公園のトンボ類分布調査」



優秀賞

千鳥ヶ淵 小川 真央さん（麹町中学校2年）

ビルと桜が舞い散る、都市と自然が融合した夜の千鳥ヶ淵をかきました。桜の木の色彩と水面の反射の様子を特に見てほしいです。

【出典】気象庁

エコクイズ

気候変動で増えている自然災害は？

- A** 豪雨・台風・熱波など
- B** 地震・津波など

※当カレンダーに掲載されているエコクイズのデータはカレンダー作成時点のものです。

3月のエネルギー



電気💡	kWh	円
ガス🔥	m³	円
水道💧	m³	円

食品を買うときは、手前に陳列されている賞味期限の近い商品を選ぼう

日本人は毎日1人当たりお茶碗一杯分のご飯を捨てています。本来食べられるのに捨てられる食品ロスを減らすことは、地球環境にやさしい行動ですね。



エコイズ3：答え

3

March

2026 令和8年

ちよだ環境カレンダー



2026

日 月 火 水 木 金 土
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

4026

日 月 火 水 木 金 土
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

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	1	2	3	4



※児童・生徒の絵画は「人と自然が調和した千代田区」をテーマに描いた作品です。

優秀賞

千鳥ヶ淵の春 小野寺 祐奈さん（和洋九段女子中学校 1 年）
自然と人間が調和するような絵を描いてみました。遠くから見てみると、本当に桜が咲いているかのような工夫をしました。

【出典】資源エネルギー庁

エコ
クイズ
4

太陽光・風力・水力のように何度でも使えるエネルギーを何という？

A 再生可能エネルギー B 化石エネルギー

※当カレンダーに掲載されているエコクイズのデータはカレンダー作成時点のものです。

エコにゃノート

千代田区生きもののさがし

千代田区では、生きもののネットワーク作りの一環として、「千代田区生きもののさがし」を実施しています。これは、区内に生息する生きものの現状確認と、区内に住み・働き・学ぶ人々が生物多様性への関心を高めることを目的とするものです。区内で見つけた生きものの情報をお寄せください。実施時期など詳しくは区ホームページをご覧ください。



千代田区には
どんな生きものが
いるかな？
探してみよう



スマートフォンアプリ「Biome」の投稿から一部抜粋



◀アプリのダウンロードはこちらから▶

「千代田区生きもののさがし」に参加して、身近な生きものを探してみよう！

区内に生息する生きものを知り、生きものがこれからも豊かに暮らしていくために必要な環境がどのようなものか考えてみましょう。



エコクイズ4：答えA

4

April
2026 令和 8 年

ちよだ
環境
カレンダー



3
2026

日	月	火	水	木	金	土
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				

5
2026

日	月	火	水	木	金	土
					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

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
29	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



※児童・生徒の絵画は「人と自然が調和した千代田区」をテーマに描いた作品です。

佳作

翔け 千代田の緑から 板橋 藍璃さん（番町小学校 6 年）

手前右上にいる鳥、ルリビタキや四つ葉のクローバーは豊かな自然を表し、左上の白鳥や中央の黒松と桜は千代田区を表しています。

【出典】資源エネルギー庁

エコ
クイズ

5

再生可能エネルギーの中で、日本で多く発電に使われているのは？

A

風力発電

B

太陽光発電

※当カレンダーに掲載されているエコクイズのデータはカレンダー作成時点のものです。

エコにゃノート

「ちよだ・つま恋の森づくり」植樹ツアー

- ① 千代田区は、姉妹提携を結ぶ群馬県嬭恋村と「ちよだ・つま恋の森づくり」植樹活動を共同で実施しています。
- ② 植樹して森が増えると、生きもののすみかが増えたり、災害から人々の生活を守ってくれたりします。



わたしたちの飲み水や生活用水は山や森の恵みだよ！森は水をたくさんたくわえて、きれいな水を川に流してくれます



5月のエネルギー



電気💡

kWh

円

ガス🔥

m³

円

水道💧

m³

円

リビングでできるエコアクションを実践しよう

照明をLEDにしてみるのはいかがでしょうか。視聴するテレビ番組を決めてテレビのつけっぱなしをやめてみましょう。



日 月 火 水 木 金 土

5

May

2026 令和 8 年

ちよだ
環境
カレンダー



4
2026

日 月 火 水 木 金 土
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

6
2026

日 月 火 水 木 金 土
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

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
26	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 31	25	26	27	28	29	30



※児童・生徒の絵画は「人と自然が調和した千代田区」をテーマに描いた作品です。

エコにゃノート

6月は環境月間

身近なところから、
環境問題について
考えてみよう



1972年6月5日からストックホルムで開催された国連人間環境会議を記念し、6月5日は「環境の日」と定められました。国連では、日本の提案を受けて6月5日を「世界環境デー」と定めています。日本では環境基本法が「環境の日」を定め、当時の環境庁の主唱により平成3年度から6月の1か月間を「環境月間」とし、全国的に様々な行事が行われています。



佳作

自然を守ろう 生嶋 紗貴さん（和泉小学校4年）

たくさんの人が野原から花をへらしたり、植物を石ですりつぶしてしまったりすることがなくなるように描きました。

【出典】環境省

エコクイズ

6

日本で1年間に出る食品ロス（まだ食べられるのに捨てられる食べ物）は何万トン？

A 約472万トン
（令和4年度）

B 約47万トン
（令和4年度）

※当カレンダーに掲載されているエコクイズのデータはカレンダー作成時点のものです。

6月のエネルギー



電気💡

kWh

円

ガス🔥

m³

円

水道💧

m³

円

ごみの分別を徹底しよう

家庭から出るゴミをしっかりと分別することで、温室効果ガスの排出を減らすことにつながります。また、焼却や埋め立てにかかる環境負荷低減に貢献できます。



エコイズ6月号

6

June

2026 令和8年

ちよだ
環境
カレンダー



5
2026

日	月	火	水	木	金	土
					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

7
2026

日	月	火	水	木	金	土
				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

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
31	1	2	3	4	5 環境の日	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



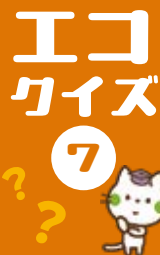
※児童・生徒の絵画は「人と自然が調和した千代田区」をテーマに描いた作品です。

佳作

明るい自然 五十嵐 灯さん（昌平小学校 4 年）

この作品は、人と自然がきがるにふれあえる『未来』をイメージしました。人と自然のつながりになるべく大きくあらわすために紙をすこしとびだすようにしました。

【出典】 環境省



日本で家庭ごみの中で一番多いのは？

A プラスチックごみ **B** 生ごみ

※当カレンダーに掲載されているエコクイズのデータはカレンダー作成時点のものです。

エコにゃノート

セミ羽化観察会

セミが時間をかけて羽化する様子は神秘的だよ！みんなも見てみてね



日比谷公園で、セミの羽化の観察を行っています。都心である千代田区にも、たくさんのセミが生息していることが実感できます。



7月のエネルギー



電気💡	kWh	円
ガス🔥	m ³	円
水道💧	m ³	円

小学生は夏休みを利用して「地球環境学習のチャレンジ集」に取り組もう

3つの課題の中からチャレンジしてみましょう。取り組みシートを提出すると参加賞がもらえます。



問い合わせ先
環境政策課事業推進担当
☎03-5211-4253

日 月 火 水 木 金 土

7

July

2026 令和 8 年

ちよだ
環境
カレンダー



6
2026

日	月	火	水	木	金	土
	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				

8
2026

日	月	火	水	木	金	土
						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

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
28	29	30	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	1



※児童・生徒の絵画は「人と自然が調和した千代田区」をテーマに描いた作品です。

エコにゃノート

打ち水・ドライ型ミストで
涼しさを体感しよう

打ち水は日本の暮らしの知恵として、古くから行われています。朝夕の涼しい時間に家のまわりやベランダに水をまいてみましょう。また、千代田区はヒートアイランド対策および夏季の暑熱対策として、クールスポットの創出を推進しています。区もドライ型ミストの設置をするなど対策を実施していますので、体感してみてくださいね。



打ち水には、お風呂の残り湯や貯めた雨水などを使おうね



優秀賞

取り戻したい きれいな海 木村 乙葉さん（神田一橋中学校2年）

海をのぞけば見えていたのはゴミ一つない海だった。しかし、今は海をのぞけばゴミが見える。環境破壊を止めたい思いを込めた。

【出典】国連環境計画

エコ
クイズ

8

サンゴ礁が白くなって死んでしまう「白化現象」は何が原因？

A 海水温が
上がること

B 海の水が冷たく
なりすぎること

8月の
エネルギー



電気💡

kWh

円

ガス🔥

m³

円

水道💧

m³

円

エアコンを上手に使おう

熱中症対策のため、風量や風向きを調整しながら、エアコンを適切に使用しましょう。また、屋外だけでなく屋内にいるときも、こまめに水分補給を行いましょう。



エアコン：8月

8

August

2026 令和8年

ちよだ
環境
カレンダー



7
2026

日 月 火 水 木 金 土
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

9
2026

日 月 火 水 木 金 土
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

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
26	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 30	24 31	25	26	27	28	29



※児童・生徒の絵画は「人と自然が調和した千代田区」をテーマに描いた作品です。

エコにゃノート



高山市との森づくり・森林体験ツアー

千代田区は、岐阜県高山市と「2050年脱炭素社会実現に向けた連携協定」を結び、飛騨高山で共に森づくりをしています。森は手入れによってCO₂の吸収力が増加するので、区内で発生するCO₂を埋め合わせてくれます。また、森林体験ツアーでは、自然散策や「ちよだ・たかやまの森」における林業体験、木工体験を通じて生物多様性や森林の役割・大切さを学ぶことができます。



優秀賞

ふしぎな川のおく 大湯 晴日さん（お茶の水小学校 4年）

私の知らないふしぎな川のおくには、花や木の自然の中で動物たちが楽しくすごしています。

【出典】日本製紙連合会



牛乳パックの紙は何回リサイクルできる？

A だいたい4～5回 **B** だいたい1～3回

※当カレンダーに掲載されているエコクイズのデータはカレンダー作成時点のものです。

9月のエネルギー



電気💡	kWh	円
ガス🔥	m ³	円
水道💧	m ³	円

冷蔵庫にものを詰め込みすぎないようにしよう

スペースを空けて冷蔵庫にものを入れることで、効率よく冷蔵庫全体を冷やすことができ、必要以上の電力消費を防ぐことができます。



エコイズ9：省エネ

9

September
2026 令和8年

ちよだ
環境
カレンダー



8
2026

日	月	火	水	木	金	土
						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

10
2026

日	月	火	水	木	金	土
					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						

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
30	31	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	1	2	3



※児童・生徒の絵画は「人と自然が調和した千代田区」をテーマに描いた作品です。

エコにゃノート

環境絵画展

環境をテーマに区内在住・在学の小学生（4年生以上）・中学生に作成してもらった絵画を展示しています。



絵画を描いたり鑑賞することをきっかけとして、環境問題について考えてみよう



佳作

千代田区の未来の自然 田中 真珠さん（富士見小学校 5年）
春夏秋冬すてきな自然がこのさきも、続いたらうれしい気持ちをえがきました。

【出典】林野庁

エコクイズ

10

日本の森林は国土の何割くらいをしめている？

A 約3分の2
(約67%)

B 約4分の1
(約25%)

※当カレンダーに掲載されているエコクイズのデータはカレンダー作成時点のものです。

10月のエネルギー



電気💡

kWh

円

ガス🔥

m³

円

水道💧

m³

円

マイボトルやマイ箸を持ち歩き、マイエコバックを大切に使い続けよう

リユース（再使用）を心掛けてゴミを減らしましょう。プラスチックごみによる海洋汚染の防止や森林保護に役立ちます。さらに、今持っているエコバックを使い続けることでエコバック製造で排出されるCO₂も削減できるのです。



エコライフ10月号

10 October
2026 令和8年

ちよだ
環境
カレンダー



9
2026

日 月 火 水 木 金 土
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

11
2026

日 月 火 水 木 金 土
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

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
27	28	29	30	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



※児童・生徒の絵画は「人と自然が調和した千代田区」をテーマに描いた作品です。

エコにゃノート



ちよだ環境フェア

一般社団法人千代田エコシステム推進協議会と共催で、「ちよだ環境フェア」を開催しています。講演会やワークショップなど、環境問題について楽しく学び、理解を深めることができます。



佳作

千代田区の環境を守ろう 渡辺 直幸さん（麹町小学校 5 年）

ぼくはいま環境問題の勉強をしているので、木は地球にとって必要だと思って大きくかいてみました。

【出典】環境省

エコ
クイズ

11

森林が減ると地球温暖化が進むのはなぜ？

- A** 木がなくなると水不足になるから **B** CO₂ を吸収する木が減るから

※当カレンダーに掲載されているエコクイズのデータはカレンダー作成時点のものです。

11月の
エネルギー



電気💡

kWh 円

ガス🔥

m³ 円

水道💧

m³ 円

再生可能エネルギーの
電気に切り替えよう

お家の電気を太陽光発電や風力発電などの再生可能エネルギーに切り替えると、CO₂排出量が実質ゼロになります。日常の生活から環境への負荷を軽減していきましょう。



日 月 火 水 木 金 土

11

November

2026 令和 8 年

ちよだ
環境
カレンダー



10
2026

日 月 火 水 木 金 土
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

12
2026

日 月 火 水 木 金 土
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

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	1	2	3	4	5



※児童・生徒の絵画は「人と自然が調和した千代田区」をテーマに描いた作品です。

エコにゃノート



秋の観察会

秋の観察会では、北の丸公園での自然観察や秋の植物を使った工作（クリスマスリース作りなど）を行っています。拾ったどんぐりや松ぼっくりを使って工作をすることで、秋の自然を身近に感じることができます。



佳作

千代田区の自然の姿 荒川 由衣さん（千代田小学校 5 年）

千代田区にきれいなアオスジアゲハが飛んでいるのを見て、千代田区にも美しい自然がたくさんあると感じ、その風景を書きました。

【出典】国連環境計画

エコクイズ

12

世界で問題になっている「海洋プラスチックごみ」は 1 年間にどれくらい海に流れ出ている？

A 約 50 万トン

B 約 800 万トン

※当カレンダーに掲載されているエコクイズのデータはカレンダー作成時点のものです。

12月のエネルギー



電気💡

kWh

円

ガス🔥

m³

円

水道💧

m³

円

家族や友人と環境問題について話をしよう

1 年間、このカレンダーを通して環境保全について考えてきました。そのなかで気付いたことや学んだことを身近な人と話し合い、お互いの気付きを共有しましょう。



エコクイズ12: 答え B

12 December
2026 令和 8 年

ちよだ
環境
カレンダー



11
2026

日	月	火	水	木	金	土
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
2027

日	月	火	水	木	金	土
					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

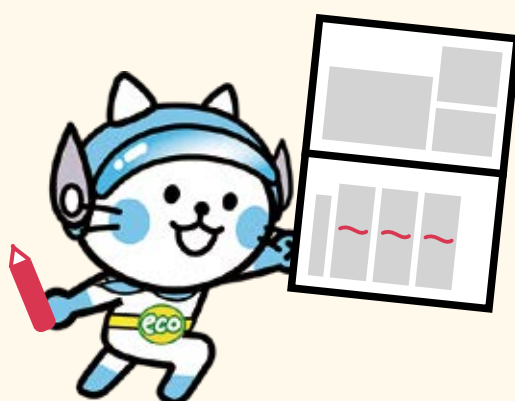
日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
29	30	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

環境家計簿を作成して エコグッズをもらおう！

その1 「身近な省エネ」
に取り組む。



その2 電気・ガス・水道の
使用量を記録する。



その3 環境カレンダーを
1年間活用して、
環境家計簿を
千代田区役所に提出する。



対象 区内在住・在勤・在学の方

締切り

令和9年2月末

※郵送またはFAX・E-mailでも受け付けます。
提出先は「ちよだ環境家計簿」をご覧ください。
※環境政策課の窓口までお持ちいただく場合は、
2月26日（金）17時までにお願ひします。

提出方法 千代田区役所5階 環境まちづくり部
環境政策課の窓口までお持ちください。

個人情報

記入していただいた個人情報は千代田区が
適切に管理し、目的以外の利用および第三
者への開示・提供はいたしません。

12ヶ月取り組んで
提出すると
素敵なグッズを
差し上げます

エネルギーチェック



※検針票は、カレンダー作成時点のものです。※検針票がない場合は、ホームページから過去の使用量を確認できる場合があります。

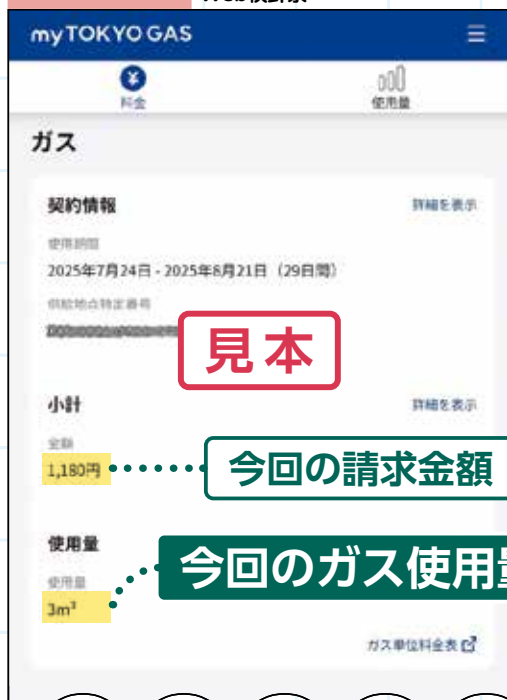
電気

東京電力エナジーパートナー株式会社の
Web検針票



ガス

東京ガス株式会社の
Web検針票



水道

東京都水道局アプリ



必要な数値は
各月の記入欄に
記入しよう



マイ東京ガスは、東京ガスをご利用の家庭用のお客さ
まを対象とした無料の Web 会員サービスです。ご登
録いただくと、過去2年間の使用量等が確認できます。



マイ東京ガスへのアクセス
◀二次元コードを読み込んでください

マイ東京ガス



水道局アプリはこちらから！

iPhone版



App Store
からダウンロード

Android版



Google Play
からインストール

水道局アプリは、
スマートフォンのほか
パソコン等のWeb
からも
ご利用いただけます。



環境家計簿 記入例

環境家計簿を上手に使う

評価基準

◎→よくできました

使用量が昨年より削減できたら
◎を記入しましょう。

○→がんばりました

使用量が昨年と同じであれば
○を記入しましょう。

×→もう少しがんばりましょう

使用量が昨年より増えてしまったら
×を記入しましょう。

CO₂排出量の計算方法

※
[使用量] × [CO₂ 排出係数]

※再エネ100%メニューをご利用の場合は[CO₂排出係数]は0です。

① 合計 × ② CO₂ 排出係数 = ③ CO₂ 排出量 (kg)

電気💡 電気使用量 (kWh) × 0.431

ガス🔥 ガス使用量 (m³) × 2.05

水道💧 水道使用量 (m³) × 0.257

電気のCO₂排出係数は、環境省が公表した電気事業者別排出係数における東京電力エナジーパートナー(株)の調整後の数値です。ガスのCO₂排出係数は、環境省が公表したガス事業者別排出係数における東京ガス(株)の数値です。水道のCO₂排出係数は、東京都水道局が公表した水道事業ガイドラインの数値です。

1年間のエネルギー使用量 2026年ちよだ環境家計簿



	電気 (kWh)			ガス (m ³)			水道 (m ³)		
	2025年	2026年	評価	2025年	2026年	評価	2025年	2026年	評価
1月	100	100	○	10	10	○	50	50	○
2月	80	100	×	8	10	×			
3月	100	80	◎	10	8	◎	58	60	×
4月	100	100	○	10	10	○			
5月	80	100	×	8	10	×	50	48	◎
6月	100	80	◎	10	8	◎			
7月	100	100	○	10	10	○	60	60	○
8月	80	90	×	9	9	○			
9月	100	90	◎	10	9	◎	59	60	×
10月	100	100	○	10	10	○			
11月	90	100	×	10	10	○	50	48	◎
12月	90	100	×	9	10	×			
① 合計	1120	1140	×	114	114	○	327	326	◎
② CO ₂ 排出係数	×0.431 (再エネ100%メニューをご利用の場合は[CO ₂ 排出係数]は0です)			×2.05			×0.257		
③ CO ₂ 排出量 (kg)	482.72	491.34	×	233.7	233.7	○	84.039	83.782	◎

反省点と来年の抱負

部屋の灯りのつけっぱなしが多かったように思います。クーラーを適正温度に調整していませんでした。来年は、こまめな消灯に気を付けて、クーラーなどの適正温度を保っていきます。

「ちよだ環境家計簿」を記入して、エコグッズをもらいましょう！連絡先をご記入の上、下記の窓口までお持ちください。また郵送やFAX・E-mailでも受け付けます。

郵送の場合

〒102-8688
千代田区九段南一丁目2番1号
千代田区 環境まちづくり部
環境政策課

FAXの場合

03 (3264) 8956

E-mailの場合

kankyouseisaku@city.chiyoda.lg.jp

1年間のエネルギー使用量 2026年ちよだ環境家計簿

お名前		TEL	
ご住所			



	電気 (kWh)			ガス (m ³)			水道 (m ³)		
	2025年	2026年	評価	2025年	2026年	評価	2025年	2026年	評価
1月									
2月									
3月									
4月									
5月									
6月									
7月									
8月									
9月									
10月									
11月									
12月									
① 合計									
② CO ₂ 排出係数	×0.431 (再エネ100%メニューをご利用の場合は[CO ₂ 排出係数]は0です)			×2.05			×0.257		
③ CO ₂ 排出量 (kg)									

反省点と来年の抱負

「ちよだ環境家計簿」を記入して、エコグッズをもらいましょう！連絡先をご記入の上、下記の窓口までお持ちください。また郵送やFAX・E-mailでも受け付けます。

郵送の場合

〒102-8688
千代田区九段南一丁目2番1号
千代田区 環境まちづくり部
環境政策課

FAXの場合

03 (3264) 8956

E-mailの場合

kankyouseisaku@city.chiyoda.lg.jp

【発行】

千代田区 環境まちづくり部 環境政策課

〒102-8688 千代田区九段南一丁目2番1号

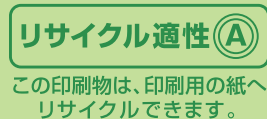
TEL : 03(5211)4253〈直通〉

FAX : 03(3264)8956

E-mail : kankyouseisaku@city.chiyoda.lg.jp

ホームページ : <http://www.city.chiyoda.lg.jp>

※当カレンダーに使用している写真、イラストの無断転載及び複製は禁じます。



このカレンダーは環境に配慮し、[®]認証材及び管理材料からつくられています。印刷に植物油インキを使用し、廃液の排出を少なくした水なし印刷方式を採用しています。