

きょうと
京都サンガF.C.からのメッセージ

みなさん、エコパスポートをよんでみて、どうでしたか？

Jリーグでは気候変動対策への取り組みを「気候アクション」と呼んでいます。

いま、ちきゅう、なに、お、
今、地球で何が起きているのか、
どうしてそうなっているのかを知り、
なに、なに、か、
何ができるかを考えてみる
ひと、きこう、
これも一つの「気候アクション」です。

みなさん、それぞれにできることがあります。
みなさんにしかできないこともあります。

きょうと
京都サンガF.C.も
ひとり、ひとり、じぶん、みちか、
一人ひとりが自分のこととして身近なところから
いっしょ、かんが、こうどう、
みなさんと一緒に考え、行動していきます。

みらい、か、
ともに未来を変えていきましょう。

KYOTO SANGA F.C.



【発行・編集】株式会社京都パープルサンガ
【監修】特定非営利活動法人気候ネットワーク
【協力】京都府、京都市
2025年12月1日発行



KYOTO SANGA F.C.

エコパスポート

みんなでいっしょに考えよう



がっこう ねん くみ
学校 年 組

なまえ
名前

<https://www.sanga-fc.jp>



はじめに

パーサくんからみんなへ

みんなが未来でも安心して快適にらせるようにするためには
 今、行動を変えることが大切なんだ。
 このエコパスポートを使って、地球温暖化について学び、
 どんなことができるのかを考えてみよう。

今 地球温暖化で起きていること

けん こう 健康



熱中症など
健康への影響

き こう 気候



大雨の被害がふえる・
台風の影響が強くなる

た もの 食べ物



農作物がとれなくなる・
食べ物が少なくなる

い もの 生き物



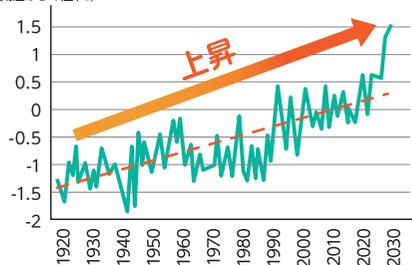
動植物の数がへる・
絶滅する生き物の
種類がふえる

地球の気温が上がってきているんだ
 このままだと未来はもっと暑くなるよ

過去100年間で
 これだけ平均気温が上がったよ

世界全体 0.77℃上昇
 日本 1.4℃上昇

1991-2000年の平均気温からの差(℃) 日本の年平均気温変化



※2025年現在
参照：A-PLAT 過去100年間の気温の変化

2025年の夏は観測史上最も暑かった
 京都では記録的な猛暑が長く続いたよ

京都市

猛暑日 61日 (最高気温35℃以上の日)
 熱帯夜 68日 (夜の最低気温が25℃以上)

※気象庁データより2025年10月31日時点

福知山市

最高気温 40.6℃

※2025年7月30日

子どもたちの暮らし方にも大きく影響があるよ

気温が高い日には、外で体育などをしない、外遊びをしないなど、
 危険な暑さから身を守るための行動が必要になりました。

地球温暖化はJリーグにも影響があるよ
 未来はサッカーができなくなるかもしれない…

2020～2023年
 中止になったJリーグの試合

雷雨・豪雨 15件
 台風 14件

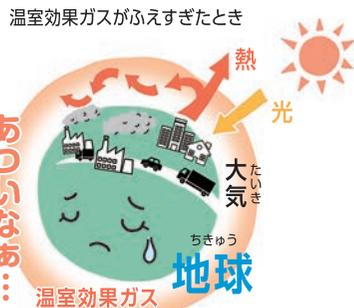
2017年以前と比べ
 2018年以降では
 試合中止数が4.7倍に



このままだと地球温暖化が進み、
 自然災害がさらに増えると考えられているんだ。

なぜ地球温暖化が起きているの?

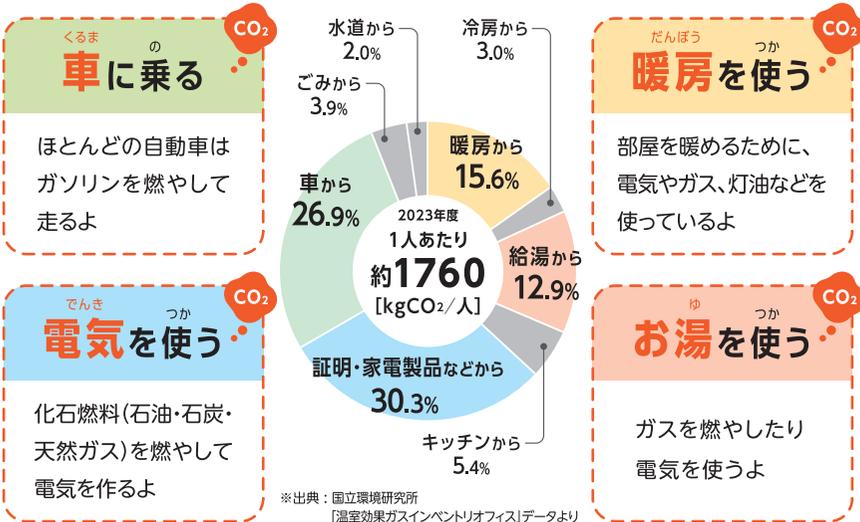
大気中の温室効果ガスがふえていることが地球温暖化の原因です。特にCO₂は大きく影響を与えています。



CO₂(二酸化炭素)はものを燃やしたときに出るよ。

地球温暖化と私たちの生活のつながり

どんな時にCO₂が出ているのかな?



車に乗る
ほとんどの自動車はガソリンを燃やして走るよ

電気を使う
化石燃料(石油・石炭・天然ガス)を燃やして電気を作るよ

暖房を使う
部屋を暖めるために、電気やガス、灯油などを使っているよ

お湯を使う
ガスを燃やしたり電気を使うよ

※出典：国立環境研究所「温室効果ガスインベントリオフィス」データより

私たちの暮らしの中でCO₂をたくさん出しているから、地球温暖化が起きているんだね。



未来に向けたJリーグの取り組み

Jリーグでは地球の環境を守るため、2030年までにJリーグ全体から出すCO₂を半分にへらすことを目指しています。

京都サンガF.C.はファン・サポーター、地域の人たちと共に活動をしているよ

SDGsの達成のため、社会課題の解決に取り組み“みんな輝く”社会づくりを目指しているんだ。



SDGsとは、世界中で取り組まれている「私たちの世界をよりよくするためのみんなの目標」だよ。



CO₂をへらすために、私たちができること

「へらす」・「えらぶ」・「きりかえる」に今日から取り組んで、CO₂をへらそう!

「へらす」	「えらぶ」	「きりかえる」
見えていないテレビは消す お湯は流しっぱなしにしない など	エコマークのついた文房具をえらぶ 近くでとれた旬の野菜や果物を買う など	電気をあまり使わない電化製品にきりかえる 車を買いかえるときには電気自動車にする など

意識するだけで、すぐにはじめられそうだね
 環境にいいものを選ぶとCO₂をへらせるね
 これからの10年くらいでできそうなことを考えるね





サッカーができる環境を未来に残したい
Jリーグの取り組みと目指していること

クイズ 1 Jリーグが地球の環境を守るために
取り組んでいることはどれでしょう？

- A 自然(太陽や水など)の力を利用した再生可能エネルギーを広める
- B 地域の人や会社、ファン・サポーターと協力する
- C 2030年までにJリーグが出すCO₂の量を50%へらす

こた
答え

ヒント 地域の人たちと一緒にJリーグやJクラブから出るCO₂ゼロを
目指して、再生可能エネルギーを使っています。



なぜCO₂をへらす必要があるの？

CO₂がふえたために地球温暖化が起こっているんだ。暑さのために熱中症になる人がふえたり、選手のプレーにも影響が出たりしているよ。また、豪雨でJリーグの試合が中止になることが以前よりもふえてきているんだ。



クイズ1◆正解 ABC全部

【解説】JリーグやJクラブから出るCO₂ゼロを目指して、再生可能エネルギーを使ったり、地域やファン・サポーターと一緒に自然環境を守る活動を行ったりしています。2024年のJリーグ公式試合では、全1200試合を再生可能エネルギーでまかないました。



サンガスタジアムから広げよう
再生可能エネルギー

クイズ 2 サンガスタジアムは再生可能エネルギーを使って
電気を作っているよ。どんな再生可能エネルギーを使っているでしょう？

- A 風力
- B 太陽光
- C 木

こた
答え

ヒント 右のサンガスタジアムの写真を
よく見てみよう！



なぜ再生可能エネルギーを使っているの？

再生可能エネルギーで電気を作ると、地球温暖化の原因となるCO₂が出ないんだよ。地球温暖化を防止するために、とても期待されているエネルギーなんだ。



クイズ2◆正解 B

【解説】屋根には1MW(メガワット)の太陽電池があるんだよ。300軒の家庭が1年間で使う電気と同じくらいの電力を作っているんだよ。蓄電システム(12kWh)もあり災害が起こった時などには電気を共有できる仕組みがあるよ。



移動するときに出るCO₂を考えよう

クイズ 3 CO₂を出す量がいちばん少ない移動方法はどれでしょう？(1人が1km移動するとき)

- A 車
- B 鉄道
- C バス



こたえ

ヒント

たくさんの人を運べる乗り物のほうが、1人が出すCO₂の量は少ないよ。



サンガスタジアムに行く時は、どんな乗り物を選ぶほうがいいの？

多くの人が車で移動すれば、その分CO₂がふえてしまうよ。
だから、サンガスタジアムへは、一人ひとりが気を付けて、CO₂をあまり出さない移動方法で来てくれたらうれしいな。



クイズ3 正解 B

【解説】少ない順にならべると鉄道、バス、車になります。ほとんどの車はガソリンを燃料にしているため、車からは多くのCO₂が出ています。また、車は街の渋滞や大気汚染の原因のひとつにもなっています。車から出るCO₂をへらすために何ができるかを考えて、必要な時だけ車を利用しましょう



ライフサイクルについて考えよう

※ライフサイクルとは物の一生のことだよ

クイズ 4 いちばんCO₂を出さないの飲み物容器はどれでしょう？

- A 紙パック
- B 水とう(マイボトル)
- C ペットボトル

こたえ

ヒント

長く繰り返しつかえるものはどれかな？
容器を作るとき、燃やすとき、リサイクルするときにもCO₂が出るよ。
重さや作られる時の熱の温度を考えてみよう。



リサイクル以外にもできそうなことがありますよね。

なるべくごみを出さない方法を考えてみんなでチャレンジしてみよう。



サンガスタジアムでのごみ回収の様子

- くり返し使えるもの
- 水とう(マイボトル)
 - エコバッグ
 - リユース食器



クイズ4 正解 B

【解説】紙パックは加工するとき110℃、ペットボトルは270~280℃くらいの熱が必要。リサイクルする時もCO₂を出すので、繰り返し使う水とうはCO₂を一番出さない飲み物容器と考えることができます。



おいしく食べて脱炭素

※脱炭素とは「CO₂を出さない」ということだよ



電気や熱の使い方を考えよう

クイズ

5

冬が旬の食べ物はどれでしょう？

- A さつまいも、かぼちゃ、さんま
- B きゅうり、トマト、あじ
- C みかん、はくさい、ぶり

こたえ

クイズ

6

次のうち、家庭で一番多く電気を使っている電化製品はどれでしょう？

- A 照明器具
- B 冷蔵庫
- C エアコン

こたえ

ヒント

旬とは野菜、果物、魚などがおいしくて、多くとれる時期のことだよ。

ヒント

1年間でどれくらい使っているかな？
台数はどれくらいかな？



旬の食べものはおいしい以外にもいいことがあるんだね。

旬のものは、育てるときや運ぶときのCO₂をへらすだけでなく、健康にもとてもいいんだよ。農業や化学肥料にできるだけ頼らず、環境に優しい方法で育てられたオーガニック野菜も注目されているんだ。



1年を通して使っている時間が長くて台数が多いほど電気を多く使うんだね。

使い方も大切だけれど、買い替えるときは省エネ性能が高い家電製品を選ぶと効果が高まりそうだね。



クイズ5 正解 C

【解説】野菜や魚には旬があります。

旬以外の時期に野菜を育てるためには、ハウスの中で電気や熱を使うため、エネルギーを多く使うことになります。

旬の食べ物はその時期の気温や天候に合わせて育てるためエネルギーをあまり使いません。

クイズ6 正解 C

【解説】最近では夏がとても暑くて、使う機会が増えているのと、日本では暖房として使う期間が長いよ。

エアコンの省エネをどうしたらよいか工夫できると効果が大きいね。



かいてき す かんきょう かんが
快適な住まいの環境について考えよう

クイズ
7

いえ なか ふゆ さむ ひ あたた くうき
**家の中で、冬の寒い日に暖かい空気が
 一番逃げやすい場所はどこ？**

- A** まど **B** ゆか **C** かべ

こた
答え

ヒント

ふゆ へや ねつ でい ばしょ かんが
 冬の部屋の熱が出入りしやすい場所を考えてみよう。



だんぼう
**暖房のエネルギーをへらしながら
 冬に暖かく過ごせる方法はあるの？**

ねつ でい おお ばしょ だんねつ かつよう ねつ に
 熱の出入りが多い場所に、カーテンや断熱シートなどを活用して熱が逃げ
 ないようにすれば、快適に過ごすことができます。
 いえぜんたい だんねつせいろう たか
 家全体の断熱性能を高めることでエネルギーをへらすだけでなく、ヒート
 ショックなどの病気を予防することができます。



クイズ7正解 A

【解説】冬の暖房時には、逃げていく熱の58%は窓からだと言われています。夏の冷房時だと、外の熱は73%が窓から入っています(出典:一般社団法人日本建材・受託設備産業協会)。夏も冬も快適に過ごすためには、窓から出入りする熱を少なくすることが重要です。

せいぶつたようせい
「生物多様性」ってなに？

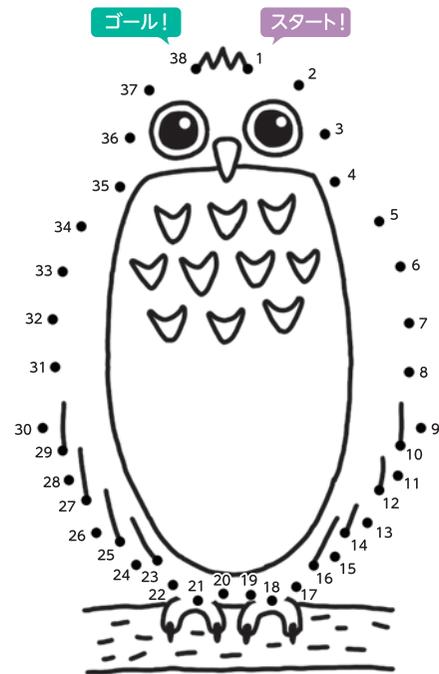
わたしたちが暮らす地球には3000万種類もの生き物がいると言われてい
 ます。これらの生き物が、豊かな自然環境のもと、支えあって生き、バランスを
 保っています。これを「生物多様性」と言います。



すうじ てん じゅんばん
**数字の点を順番につないで、
 イラストを完成させよう!**

ヒント

あおば きせつ
**「青葉」の季節に
 南の国から京都に
 渡ってくる鳥だよ**



こた
答え

- ○
 ○
ズ
ク

イラストの動物はなんでしょう?



正解 アオバ(ズク)

【解説】渡り鳥のアオバズクは、4月から7月に東南アジアから京都府にもやって来て子育てをするフクロウの仲間です。「青葉(あおば)」が茂る時期から名前がつけられました。近年大型化した台風により、木が倒れるなど住む場所がへってきています。また、食べ物であるセミや甲虫類なども暑さや水不足の影響でへってきていて、子育てが困難になってきています。京都府の準絶滅危惧種に指定されています。

未来に向けた
わたしたちのアクション

学んだことを実践していくことが大事だよ。

みんなができそうなこと、やってみたいことはあったかな？

これからやってみたいことを宣言しよう。



CO₂ゼロの未来にむけて
地域とつながろう、京都から広げよう



祇園祭

祇園祭の長刀鉾、油天神山、鷹山の提灯は再生可能エネルギーの電気です。



長慶院(京都市)

京都には多くのお寺や神社があり、総本山もあります。お寺や神社は再生可能エネルギーで電気を作り、広める取組をしています。



福知山城(福知山市)

福知山市にある電力会社は、福知山市や南丹市の小中学校、福知山城などへ再生可能エネルギー100%の電気を届けています。



亀岡カルベジファーマーズ

亀岡カルベジファーマーズでは、竹やもみ殻を炭にして畑にまき、野菜やお米を育てています。炭を使うことで土が元気になり、二酸化炭素もへらせます。



他にも様々な取組があるんだ。自分が住んでいる地域にはどのような取組があるか、さがしてみよう。