



中央区

令和8年(2026年)

環境カレンダー

● 2025年 環境作品コンクール優秀作品集 ●

発行

中央区環境土木部 環境課 環境啓発係

〒104-8404 中央区築地一丁目1番1号 TEL:03-6278-8243 FAX:03-3456-9550

区ホームページ <http://www.city.chuo.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。

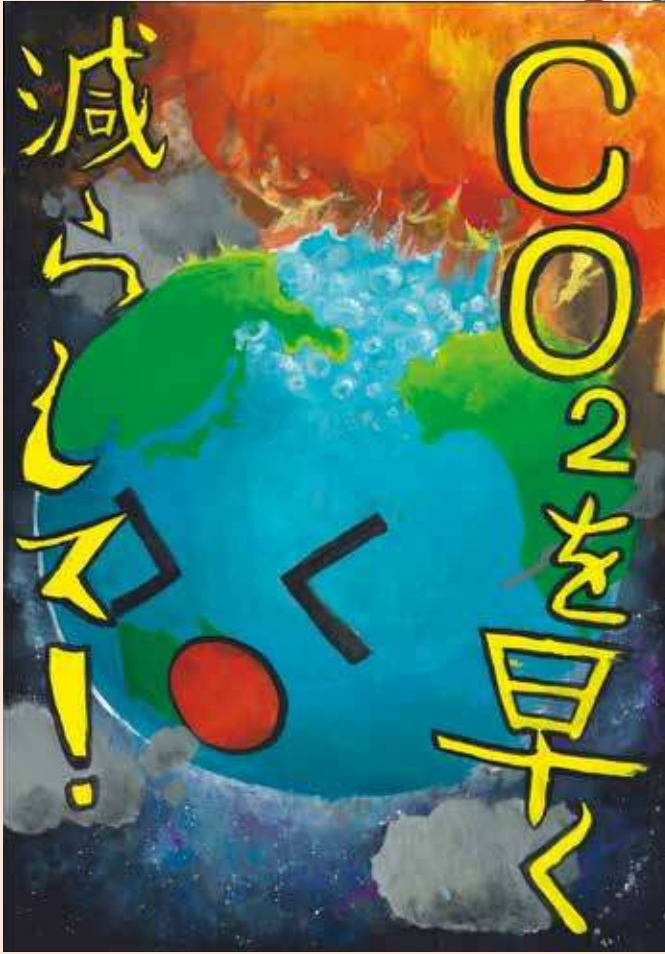


リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。





〈中学生の部 最優秀賞〉
佃中学校1年 大畠 千鶴さんの作品



〈中学生の部 最優秀賞〉
晴海中学校3年 向井 綾音さんの作品

電気を
「H：へらす」
「T：つくる」
「T：ためる」

「HTT」。それは、電気やエネルギーを使う量を「H：へらす」、「T：つくる」、「T：ためる」ということ。
これは、「わたしたちの住む地球や未来をまもるため、エネルギーを大事に使う世の中に変えていく」ことでもあるんだ。
世界では「電気がとっていない」地域もある。「電気がいつも十分に使える」というのは、本当は「当たり前」のことではない
んだよ。

出典：「エコアクションについての取り組み」環境局キッズページ | 東京都環境局

12 DECEMBER

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

2026

1

JANUARY

FEBRUARY 2

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	月	火	水	木	金	土
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



〈小学生の部 最優秀賞〉
中央小学校5年 堀 祐磨さんの作品



〈小学生の部 最優秀賞〉
月島第二小学校6年 猫島 実月さんの作品

けいこう灯から
LEDへ変えるだけで
電力消費量が約半分に。

みんなが集まるリビングの天井につける照明（シーリングライト）のおすすめはLED。その理由は、省エネだから電気代も安くなるし、長い時間使えるので取りかえの手間もはぶけるからだよ。LED照明にかえるメリットは他にもある。けいこう灯はオン・オフのたびに寿命が短くなるけれど、LED照明はオン・オフのくり返しに強く、寿命にえいきょうがないんだ。

出典：「エコアクションについての取り組み」環境局キッズページ | 東京都環境局

1 JANUARY

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

2026

2

FEBRUARY

省エネルギー月間

MARCH 3

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	月	火	水	木	金	土
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

リサイクル
一人の力
つながって
未来の地球
笑顔あふれる



〈中学生の部 優秀賞〉
日本橋中学校1年 池田 亜依奈さんの作品



〈中学生の部 優秀賞〉
銀座中学校2年 原田 秀明さんの作品

冷蔵庫の上手な使い方

- ①冷蔵庫のなかには物をつめこみすぎない。
冷たい空気の流れが悪くなり、多くの電気が必要になるし、なかにある物を探すためドアを開ける時間が長くなると、冷たい空気が外ににげてしまう。
- ②夏は「中」、冬は「弱」に。
次に温度調整をするパネルやスイッチをみてみよう。どんな温度設定になっているかな。秋や冬は「弱」にしても十分に冷やすことが出来るよ。

出典：「エコアクションについての取り組み」環境局キッズページ | 東京都環境局

2 FEBRUARY

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

2026

3

MARCH

APRIL 4

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	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 春分の日	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

「中央区の森」ってなに？

「中央区の森」とは

森林は、二酸化炭素を吸収するという大切な役割を果たしています。しかし、東京の森林の一部は適切な管理が行われなまま荒廃が進んでいます。区では、二酸化炭素の吸収源となる森林を荒廃から守り、育てるため、東京都西多摩郡檜原村にある「中央区の森」で森林保全活動を行っています。



森林保全活動前



森林保全活動後

「中央区の森」について

詳しくは区ホームページをご覧ください。

区HP → トップページ → まちづくり・環境 → 環境 → 中央区の森



「中央区の森」を散策してみよう！

「中央区の森（数馬地区）」では、季節ごとにさまざまな植物を見ることができます。自由に散策することができますので、ぜひ足を運んでみてください。

※森林内の動植物は捕獲・採取禁止です。

春



ヤマツツジ



ヒナスミレ

夏



ツクサ



ヤマホタルブクロ

秋



イロハモミジ



ツリフネソウ

「中央区の森」へのアクセス

【バス】JR五日市線「武蔵五日市」駅から西東京バス「数馬」行き乗車

●「中央区の森（南郷地区）」▶「下川乗」下車 徒歩約10分

●「中央区の森（数馬地区）」▶「浅間尾根登山口」下車 すぐ

JR五日市線「武蔵五日市」駅から西東京バス「藤倉」行き乗車

●「中央区の森（本宿地区）」▶「檜原小前」下車 徒歩約5分

【車】「中央区の森（数馬地区）」入口の向かい側に駐車場があります。

※「中央区の森（南郷地区・本宿地区）」には駐車場がありません。



檜原村自然体験ツアーに参加してみよう！



散策の様子



ワークショップの様子

森林保全活動や動植物の観察などの自然体験を通し、地球温暖化の防止や生物多様性の保全など、森林が持つ多面的機能を楽しみながら学べる、環境学習事業「檜原村自然体験ツアー」を実施しています。

檜原村自然体験ツアーについて

詳しくは区ホームページをご覧ください。

区HP → トップページ → まちづくり・環境 →

環境 → 環境イベント（普及啓発）→

環境学習事業「檜原村自然体験ツアー」



「水」は「貴重な資源」。
大切に使おう。

蛇口をひねると、きれいなお水がでてくる。でもこれは「当たり前のこと」ではない。

きれいなお水を毎日使えていること、そのお水をおうちにとどけるために電気やエネルギーが使われていること、お水を当たり前につかえない人が世の中にはいることなども考えて、お水を大切に使いつこうね！

出典：「エコアクションについての取り組み」環境局キッズページ | 東京都環境局

3 MARCH

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

2026

4

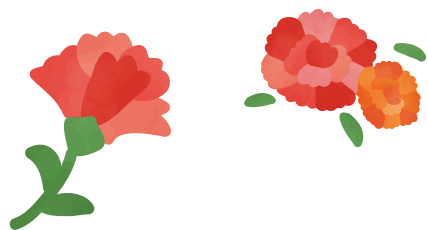
APRIL

MAY 5

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	月	火	水	木	金	土
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

酸性雨 気温上昇
大気汚染
これらは全て
地球の悲鳴



〈中学生の部 優秀賞〉
佃中学校1年 佐藤 杏さんの作品



〈中学生の部 優秀賞〉
銀座中学校2年 齊藤 俐太さんの作品

地球のため、世界の人や
みんなのために、
食べ物を大切にしよう！

日本で発生している「食品ロス」の量は1年間に約523万トン（2023年度推計値）。毎日、せいそう車（2トン）で7164台分の食べ物が、食べられないまま捨てられているんだ。
お買い物に行くときに、ちょっとしたことを心がけるだけでも「食品ロス」が減らせるよ！

出典：「エコアクションについての取り組み」環境局キッズページ | 東京都環境局

4 APRIL

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

2026

5

MAY

JUNE 6

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	月	火	水	木	金	土
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

6月は環境月間です

6月5日は「世界環境デー・環境の日」です

「世界環境デー」は、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て定められました。日本では、環境基本法によってこの日を「環境の日」と定めています。



「エコまつり」に参加しよう

区では「知ろう!やろう!私たちにできるエコ」をテーマに、さまざまな環境問題について子どもから大人まで楽しみながら学べる環境イベント「**エコまつり**」を開催しています。詳しくは「区のおしらせ ちゅうおう」、区ホームページなどでお知らせします。



令和7年度エコまつりの様子



区ホームページはこちら → 区HP → トップページ → まちづくり・環境 → 環境 → 環境イベント(普及啓発) → 第22回エコまつりの開催

見直そう！
プラスチックとの
付き合い方

海ごみの大半は「プラスチック」。海の生き物たちがまちがえてそれを食べてしまうことが大きな問題になっているんだ。世界の海で問題になっている海ごみは、身近な取り組みの積み重ねでもへらしていくことができる。まずは、海ごみ問題について自分でもっと調べてみる、そして自分が何ができるのかを考えてみることから、いっしょに海ごみ対策をはじめよう！

出典：「エコアクションについての取り組み」環境局キッズページ | 東京都環境局

5 MAY

				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	

2026

6

JUNE

環境月間

JULY 7

			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	月	火	水	木	金	土
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	30	1	2	3	4

環境情報センター「エコノバ」に行ってみよう！

中央区立環境情報センター「エコノバ」は、地球温暖化などの環境問題に対する取組を広く発信するとともに、環境活動の場として利用することができる施設です。1年を通して、環境に関する展示やイベントなどを開催しています。

愛称名「エコノバ」について



エコを学ぶ場所、新しいエコを考える場所（ノバ（nova）はラテン語で「新しい」）、エコについて考える、みんなで集まれる場所という願いを込めた愛称です。
令和5年で開設10周年を迎えた施設に、より親しみを
もっていただけるよう、公募により決定しました。

アクセス

〒104-0031 中央区京橋3-1-1 東京スクエアガーデン6階 京橋環境ステーション内



- 地下鉄**
- 東京メトロ銀座線「京橋駅」3番出口すぐ
 - 東京メトロ有楽町線「銀座一丁目駅」7番出口より徒歩2分
 - 都営浅草線「宝町駅」A4番出口より徒歩2分
- J R**
- JR「東京駅」八重洲南口より徒歩6分
 - JR「有楽町駅」京橋口より徒歩6分
- 江戸バス**
- 北循環⑤「八重洲通り西」下車徒歩6分

講座の様子



講座・イベントなどの情報を発信しています！



ホームページ
<https://eic-chuo.jp/>



X (旧Twitter)
[@eic_chuo](https://twitter.com/eic_chuo)



Instagram
[@eic_chuo](https://www.instagram.com/eic_chuo)



YouTube
<https://www.youtube.com/channel/UCEIFBbgdNr6V8QUro2lVobQ>

「夏」も「冬」も、
エアコンのおそうじは、
いいことだらけ

「フィルターそうじ」と言って、ほこりを掃除機ですったり、そのあとでフィルターを水で洗ったりすると、冷たい空気がつくりやすくなって、お部屋が冷えやすくなるうえに、電気を使う量もへらすことができるんだ（冬に、暖房を使うときも一緒だよ！）。できれば「2週間に1度くらい」のおそうじがおすすめ。「夏」も「冬」も、ぜひおうちの人と一緒にやってみよう！

出典：「エコアクションについての取り組み」環境局キッズページ | 東京都環境局

6 JUNE

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

2026

7

JULY

AUGUST 8

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	月	火	水	木	金	土
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

ポチツとな
あなたの一手間
それだけで
少しずつでも
世界は変わる



〈中学生の部 優秀賞〉
晴海西中学校2年 瓜生 成美さんの作品



〈小学生の部 優秀賞〉
久松小学校3年 工藤 壮一郎さんの作品

毎年8月11日は「山の日」。
では、世界でいちばん
登られている山は？

答えは、八王子市にある「高尾山」。
世界一、日本一、登山者数がおおいといわれているよ。高尾山の高さは599メートルあるんだ。
高尾山には、みんなも山登りをしたことがあるかもしれないね。電車でも行ける、東京が誇る豊かな自然のひとつだよ。

出典：「エコアクションについての取り組み」環境局キッズページ | 東京都環境局

7 JULY

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

2026

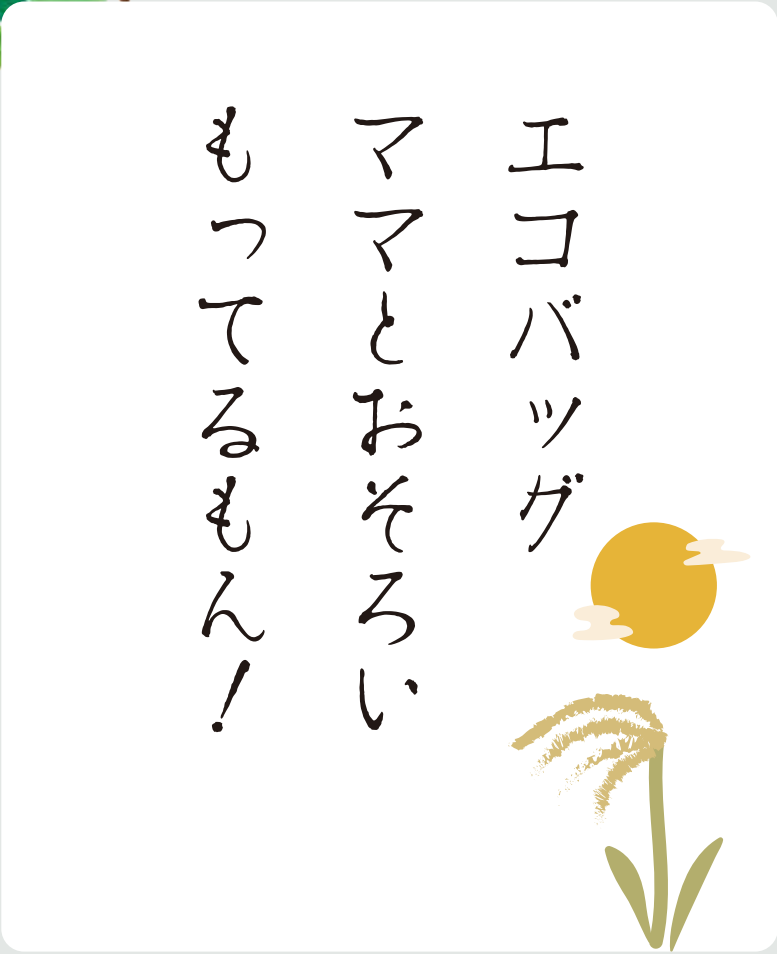
8

AUGUST

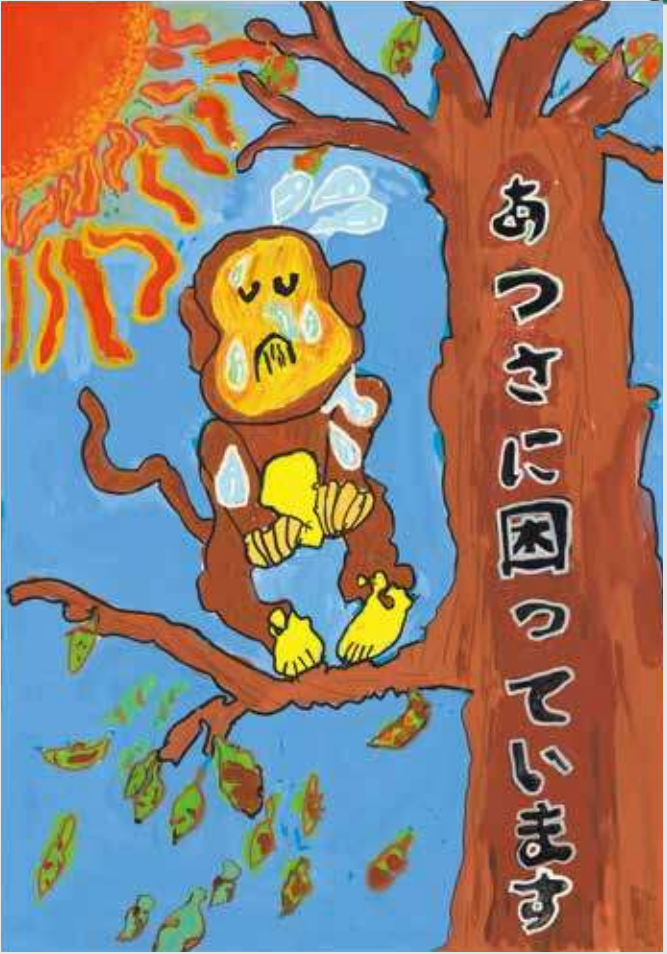
SEPTEMBER 9

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	月	火	水	木	金	土
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	24	25	26	27	28	29
30	31					



〈小学生の部 優秀賞〉
泰明小学校3年 田中 結唯さんの作品



〈小学生の部 優秀賞〉
佃島小学校3年 柳澤 広憲さんの作品

「消費期限」と「賞味期限」
のちがいを知ろう！

食べ物には、「消費期限」と「賞味期限」という言葉がついている。
消費期限は「食べても安全な期限」のこと。賞味期限は「おいしく食べられる期限」のこと。賞味期限は、すぎてもまだ食べられるんだ。すぐにすてず、食べられるかどうかを、おうちの人と一緒に判断することも大切だよ。

出典：「エコアクションについての取り組み」環境局キッズページ | 東京都環境局

8 AUGUST

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

2026

9

SEPTEMBER

OCTOBER 10

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	月	火	水	木	金	土
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



〈小学生の部 優秀賞〉
京橋築地小学校6年 赤塚 智行さんの作品



〈小学生の部 優秀賞〉
月島第二小学校3年 猫島 京花さんの作品

どうして「リユース容器」の
利用が必要なの？

テイクアウトやデリバリーサービス（はいたつてくれるサービス）がふえてきたことにより、一度の利用ですてられるプラスチックがふえているよ。限りある資源を大切につかっていくためには、製品や容器を、なんどもくりかえしてつかう「リユース」が重要なんだ。つかいすてをする資源のつかいかたを見直し、ワンウェイ（1way. 一度だけつかう）のプラスチックの使用をへらして、「くりかえしつかえる」ものを利用していこう。

出典：「エコアクションについての取り組み」環境局キッズページ | 東京都環境局

9 SEPTEMBER

- 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

2026
10
OCTOBER

リサイクル推進月間

NOVEMBER 11

- 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	月	火	水	木	金	土
2278	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12 <small>スポーツの日</small>	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

わたしから
中央区から
みんなではじめよう
ごみひろい



〈小学生の部 優秀賞〉
月島第三小学校2年 小越 柚月さんの作品



〈小学生の部 優秀賞〉
月島第三小学校5年 多田 千紘さんの作品

お風呂で「節エネ」にトライ！

- ①浴槽にはふたをする。 それだけでお湯が冷めにくくなるよ。
②お風呂に入るときは、家族みんなで次々にお風呂に入る。
お湯が温かいうちに次の人が入る方が効率的。お湯が冷めてしまうと、温めなおすために、もういちどエネルギーを使ってしまいうからね。

出典：「エコアクションについての取り組み」環境局キッズページ | 東京都環境局

10 OCTOBER

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

2026

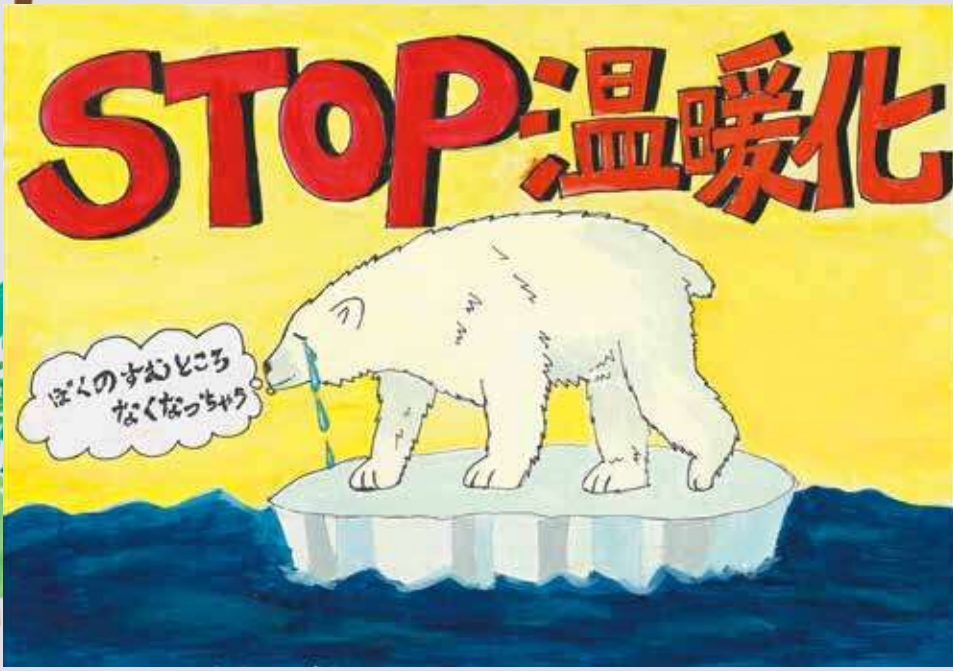
11

NOVEMBER

DECEMBER 12

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	月	火	水	木	金	土
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



〈小学生の部 優秀賞〉
豊海小学校6年 西村 怜香さんの作品



〈小学生の部 優秀賞〉
豊海小学校6年 本田 依愛さんの作品

気候の危機をみんなで
救おう！

世界ではいま、地球温暖化による危険な気候の変化をより少なくするため、2030年までに、CO2を出す量を半分にしようと取り組んでいる。省エネや節電にとりくむことはCO2を出す量をへらすことにつながるよ。ひとりひとりのアクションをつみかさねる努力をこれからも続けていこう！

出典：「エコアクションについての取り組み」環境局キッズページ | 東京都環境局

11 NOVEMBER

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

2026
12
DECEMBER

地球温暖化防止月間

JANUARY 1

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	月	火	水	木	金	土
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

毎月10日は まちかど クリーンデー

参加者募集中



Chuo-City Clean day

清掃場所

自宅や事業所等の周辺清掃（区からの指定はありません。）
▶毎月10日、午前9時から30分程度を目安に実施してください。
ご都合のよい日時に実施していただくこともできます。
▶公園での清掃をご希望の場合は別途ご相談ください。

対 象

区内にお住まいの方、お勤めの方、町会・自治会、
商店会、事業所の方々など、どなたでも

たすきの 貸出し

希望者には、1団体につき上限10本で貸し出しています。
ご希望の方は本庁舎7階環境課窓口までお越しください。
なお、たすきは清掃活動をやめるときや、
区外へ事務所等が転出するときは返却をお願いしています。

ホームページ への掲載

区ホームページ上に団体名及び活動の様子の写真（1団体1枚まで）を
掲載することができます。別途ご相談ください。

その他

清掃用具の用意やごみの処理は各自で行っていただいております。
あらかじめご了承ください。

その他

中央区役所 環境課 環境啓発係 ☎03-6278-8243

標準服等リユース事業

「りゅぽ〜と」

中央区では、卒業や成長などにより着られなくなった標準服・園服を回収し、クリーニング
や補修を行ったうえで、譲渡会でクリーニング相当の価格でお譲りしています。
ご家庭で不要になった標準服・園服がありましたら、ぜひご寄附ください。

「りゅぽ〜と」とは、リユースされる標準服などが子どもたちの間を渡っていく際に
立ち寄る「港（ポート）」をイメージしてつけられた、事業の愛称です。

寄附の方法

- ①衣類を袋に入れて、どの学校・幼稚園
のものか袋に書いてください。
- ②対象となる園・校に設置の回収BOXに
入れてください。
 - 対象外の衣服は入れないでください。
 - 回収ボックスに入れられた衣服はお返
しできません。
 - クリーニングと補修をし、必要とする
人に、クリーニング等相当額で譲渡い
たします。

回収ボックス設置場所

対象幼稚園・学校内

譲渡会について

月に1回、譲渡会を開催しています。譲
渡を受ける際には次の書類をご提示くだ
さい。

- ①本人確認書類
運転免許証、マイナンバーカード、パス
ポートなど、顔写真付きの公的書類
- ②お子さまの参加園・校の在籍又は入
園・入学予定であることの確認書類等
【在籍中】
ルクミー、tetoru 画面確認 又は学生証
【入園・入学・転入予定】
教育委員会による入園・入学・転入の
通知書

対象となる学校・幼稚園、衣服の種類など詳しくは
りゅぽ〜と専用ウェブサイトをご覧ください



在庫確認が
可能！

問い合わせ先

- 譲渡に関するお問い合わせ

りゅぽ〜と

TEL.03-6280-3121

※木・金曜日のみ

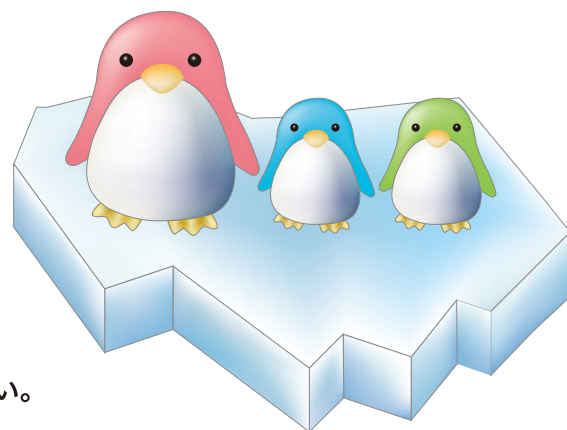
回収作業での外出などで出られない
場合があります

- 本事業に関するお問い合わせ

環境土木部環境課環境啓発係

TEL.03-6278-8243

中央エコアクト（家庭用）に参加し、 ポイントを貯めて商品をGETしよう！



中央エコアクト 参加者募集中！！

中央エコアクトは家庭でできる簡単な省エネ活動に取り組むことでポイントを獲得し、
貯まったポイントに応じて様々なメリットを受けることができるシステムです。
アプリケーションまたはWEBサイトから簡単に始めることができます。是非ご参加ください。
詳しくはお問い合わせください。

取り組みの流れ

1 登録する

WEBサイトまたは
アプリにアクセスし
プロフィール等を入力して登録

WEBサイトURL

<https://www.chuo-ecoact.jp/home>



WEBサイト



アプリケーション

スマホ・パソコンから
簡単にご参加いただけます！

2 省エネ活動等を実施し、ポイントを獲得する

デイリーチェック

- 照明の使用時間を1日1時間減らす
- 冷蔵庫にはものを詰め込まない 等（1日5項目）

1項目
1pt

エネルギー 消費量等の記録

1項目 10pt + 削減率 (%) × 5pt

コミュニティサイクル

登録 1人 300pt
利用 1回 30pt

環境イベントへの参加

1回 100pt

省エネ家電への買い替え

最大 3000pt

この他にも様々な活動に
応じてポイントを獲得！

3 ポイントを交換する



区や連携自治体の食品



区内共通買物・食事券



江戸バス回数券



区立保養施設宿泊補助券

この他にも、様々な特典や区の省エネ助成の
上乗せなどのメリットがございます。

お問い合わせ先

中央区環境土木部環境課ゼロカーボン推進係
☎ 03-3546-5654

