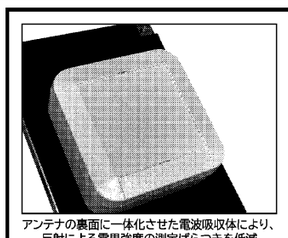
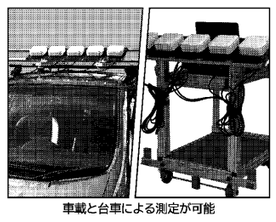
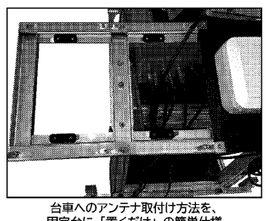
NEW
S-7740
食肉脂質測定装置
牛肉・豚肉の
脂肪酸組成（オレイン酸、一価不飽和脂肪酸、飽和脂肪酸）と
一般成分（水分、粗脂肪、粗タンパク質）を
冷蔵庫内で測定可能
食肉の脂肪酸組成と一般成分含有量がその場で分かる！

Soma 株式会社 相馬光学　〒190-0182 東京都西多摩郡日の出町平井23-6
TEL：042(597)3256　FAX：042(597)3208　E-mail：sales@somaopt.co.jp　https://somaopt.co.jp


アンテナの裏面に一体化させた電波吸収体により、反射による電界強度の測定ばらつきを低減

車載と台車による測定が可能

台車へのアンテナ取付け方法を、固定台に「置くだけ」の簡単仕様

ETC路側機・フリーフローアンテナ・ITSスポット　保守点検の決定版
ETC/ITSスポット電界強度測定システム ME9200D
本システムはETC/ITSスポットの電界強度分布を運用波またはCWで短時間で測定し、電界強度グラフや分布図を作成します。
製品の詳細はコチラ
MICRONIX マイクロニクス株式会社　〒193-0934 東京都八王子市小比企町2987-2 TEL. 042-637-3667　FAX. 042-637-0227
https://micronix-jp.com/　E-mail：micronix_j@micronix-jp.com

世界に誇る分析・測定・検査機器・校正サービス／サポート
in 東京都多摩地域
トップが語る 技術・製品・戦略

東京都多摩地域は分析機器、電気測定器、検査機器、校正サービス／サポートの企業が集まっている。自社技術や製品開発能力を磨き、顧客の高品質、信頼性、安全性を支えている。企業間の垣根を越えた取り組み、顧客の生産性向上につながる新しいサービスの提案、グローバル展開、新規市場を見据えた製品提案などを行い、世界に誇る企業としての地位を確立。そこには企業の自負があり、これらの分野の有力企業に事業展開や今後の経営戦略などについて聞いた。

［順 不 同］　企画・制作：日刊工業新聞社 多摩支局

京西テクノス

設計・開発―メンテナンスを支援

京西テクノスは計測器など産業用電子機器の修理・校正サービスを展開。医療・計測・情報通信分野を軸に「トータルマルチベンダーサービス」を進める。

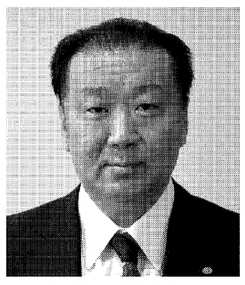
―前期（24年9月期）と今期前半は。

「グループ全体で売上高158億円、利益11億2千万円を達成。売上高・利益とも過去最高を更新した。システムインテグレーション関連で大口受注があったことに加え、サービス事業全般が堅調で、成長を持続することができた。今期も引き続き順調で、売上高200億円が視野に入り、増収増益を見込んでいる」

―今後、力を入れる取り組みは。

「昨年、半導体製造装置の設計・開発企業をM&Aで買収した。同社はミニマルファブも手がけており、これは半導体製造工程を学ぶ用途などでアカデミアを中心に必要とされてきた。半導体について理解を深めることができるため、今後こうした需要への期待は大きい。また、設計・開発を内製化したことで、従来のOEMがODMに発展した。さらに納品や据え付け、メンテナンスサービスといった当社の強みをプラスした『ODM+α』を打ち出していく。すでに医療機器、計測器などで実績が上がりつつあり、これを事業の柱として育てていきたい」

「拠点整備では第二本社と位置付ける京都事業所が来年末に完成予定だ。同事業所には本社と同等の計測器校正やメンテナンスサービス、修理体制を構築し、西日本の顧客開拓を進めたい。また、管理部門を置くことでBCP対策にもなる。京都は大学・研究機関が多く所在する地域だ。事業所の稼働後は、こうした機関と積極的に連携していきたい」


臼井　努 社長

横河計測

顧客ニーズ捉え新製品投入

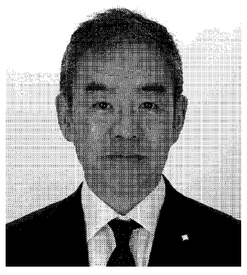
横河計測はYOKOGAWAグループの測定器事業を担う中核会社として、顧客の技術革新を支える事業を展開している。

―24年度は。

「24年度最大のトピックは、生成AIが急速に普及したことだ。このことはデータセンターを含めデータ通信市場の設備投資を刺激し、当社の光スペクトラムアナライザー販売に好影響を与えた。一方、EVは販売が低迷する地域があったものの、課題解決に向けた開発投資は継続的に行われた。電気エネルギー効率の計測に必要なAC／DCスプリットコア電流センサーなどの新製品投入が奏功し、当社の業績は堅調に推移した」

―25年度は。

「25年度は新中期経営計画〝GS2028〟で掲げた『サステナブルな社会への貢献』を目標に、脱炭素、通信、ウェルビーイングの分野で施策を実行する。脱炭素に関してはEVや産業機器市場で進む高電圧・大電流化のニーズに応える製品を提供。さらに、eAxleなど高度にモジュール化されたコンポーネントを総合評価する計測ソリューションや、韓国で開発したオンボードチャージャー評価システムといったソリューションビジネスの拡大を図る。通信分野では、大容量・低消費電力のデータ通信を可能にするシリコンフォトニクスの実用化が進んでおり、光と電気計測を融合した新たな価値を生むオンリーワン製品を追求する。ウエルビーイング分野では、ヘルスケア機器や環境計測、防災計測向け製品を展開、現場作業の効率化を支えるDXソリューション開発にも挑戦していく。世界経済の不透明感が増す中、これまで以上に顧客ニーズを的確に捉え、タイムリーな製品投入で中計の達成を確実に進めていく」


天川 善仁 常務執行役員

共和電業

計測データをクラウド化

共和電業はひずみゲージを中核とした応力計測の総合メーカー。自動車試験分野や運輸・交通インフラ分野、工業計測分野、環境・防災・エネルギー分野に向け事業展開する。計測に関わる幅広い製品・ソフトウエア・サービスをラインアップし、一貫した計測システムを提案する。

―24年は。

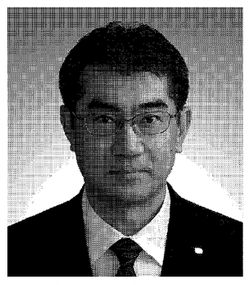
「2期連続で増収増益を達成できた。けん引したのは自動車分野で、衝突試験関係のシステムが売上高を押し上げた。受注は運輸・交通インフラ分野での高速道路の車両重量計や鉄道車両台車の熱検知システム、エネルギー分野での洋上風力発電設備の応力計測などにより堅調に推移した」

―25年の重点施策は。

「今春からクラウドサービスの提供を開始する予定だ。計測データをクラウド化し、当面は監視や管理、次の段階では分析・判断まで、将来的にはAIを使った新しい計測手法につなげていきたい。当社はセンサーから測定器、ソフトウエアまで一貫して手がけているのが強みだが、そこにクラウドを追加し、価値ある計測手法を提供していく」

「中計の重要なテーマである校正事業を強化していく。自動車分野を中心に、国際相互承認協定（MRA）対応のJCSS／ASNITE校正の依頼が増えている。グループ全体で考え、人員・設備に投資して対応する。生産面においてはメーン拠点の山形工場の生産対応力を強化する。工程の最適化を追求するため、プロジェクトを立ち上げ取り組んでいる」

「計測はあらゆる場面で安全性を検証する重要な役割を担っており、当社の製品と技術により安心で持続可能な未来作りに貢献していきたい」


下住 晃平 次期社長

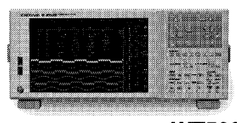
より広く、より深く、より円滑に
計測器の校正はJQAにお任せください
このシンボルは、国際MRA対応JCSS認定事業者であることを示すものです。JQA計量計測センター（JCSS 0029）、中部試験センター（JCSS 0064）、関西試験センター（JCSS 0071）および九州試験所（JCSS 0104）は、国際MRA対応JCSS認定事業者です。
このシンボルは、米国試験所認定協会（A2LA）から認定された校正機関であることを示すものです。JQA計量計測センター（1400.01）、中部試験センター（1400.04）、関西試験センター（1400.03）および九州試験所（1400.05）は、ISO/IEC 17025に基づきA2LAから認定された校正機関です。
一般財団法人日本品質保証機構 計量計測センター
〒192-0364　東京都八王子市南大沢4-4-4（JQA多摩テクノパーク）　TEL：042-679-0144　https://www.jqa.jp

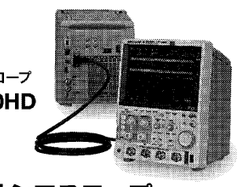
日刊工業新聞社のリクルート・次世代チャレンジ応援メニュー
一緒に新しいSTORYを作っていく人材開発を応援します
学生ビジネスプランコンテスト
キャンパスベンチャーグランプリ
全国8地域で展開！コンテスト出場をきっかけに、起業して活躍している若者も多く、“学生起業家の登竜門”として知られています。

学生を一緒に応援しませんか？協賛企業募集中
掲載企業募集中
表彰事業
理工系学生科学技術論文コンクール
理工系大学生・大学院生と高専生から応募！最優秀賞は文部科学大臣賞です。自由な発想と日本の明るい将来に寄与する独創的な論文をお待ちしております。

協賛企業募集中
高専出身先輩エンジニアが仕事を語る
生の声に特化した製造現場の求人情報サイト
「ホワイトメーカーズ」
製造業で働く先輩社員の“生の声”から現場の雰囲気を紹介。豊富な情報でミスマッチを防ぎ、理想とする職探しをお手伝いします！
White Makers
日刊工業新聞（第2部）
高専生の就職・進路応援特集
全国の国立、公立、私立58校の学生さんに届ける特集号。即戦力となる技術人材として注目される現役高専生に向けて、先輩が働く姿などを紹介。キャリア形成を応援します。
challengeを応援 高専 KOSEN
※お問い合わせは各2次元コードからご確認ください

Test&Measurement　YOKOGAWA


プレシジョンパワーアナライザ WT5000


ミックスドシグナルオシロスコープ DLM3000HD

スコープコーダ DL950

高精度パワーアナライザ
- 世界最高クラスの電力基本確度 ±0.03%
- 最大7入力の電力測定
- モジュラー構造による拡張性
- 最大4モーターを同時評価
- 10.1型 WXGAタッチパネルで直観操作
- 新製品スプリットコア電流センサーと組み合わせて300kHz/1000A測定

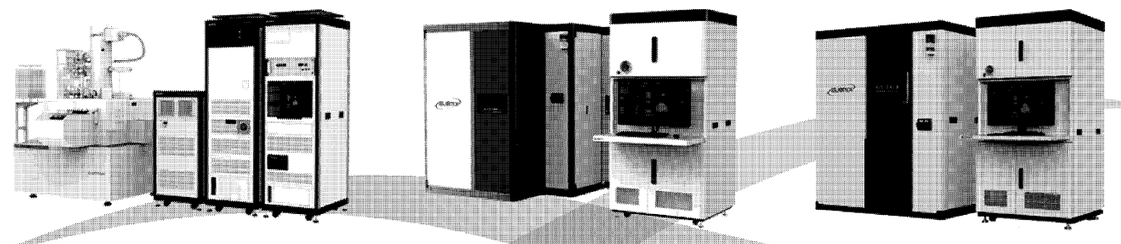
高分解能オシロスコープ
- 12bit、16bit（高分解能モード）
- 350MHz、500MHz帯域
- 最大2.5GS/s 4ch同時サンプリング
- 最大1Gポイントメモリー
- 2台同期測定で最大8chへ拡張
- 400MHz新差動プローブによる広帯域測定
- PCへの高速データ転送（USB3.0）

絶縁オシロとレコーダの二刀流
- 最大200MS/s 高速サンプルレート
- 最大8Gポイントメモリー
- 多彩な20種類以上のプラグインモジュール
- 最大160CHの複数台同期計測
- 高速データ転送（10GbE）
- モーターdq解析機能搭載 リアルタイムにId、Iq、Vd、Vq測定

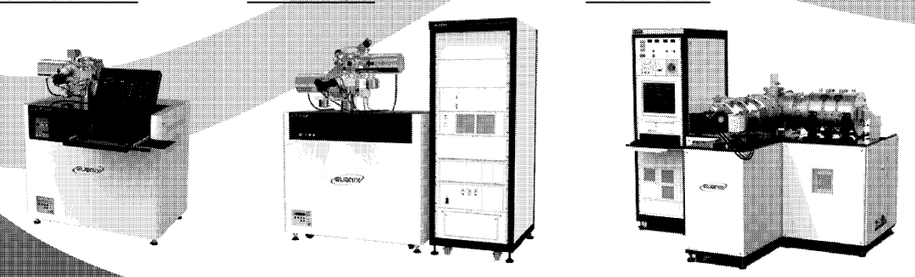
Precision Making　横河計測株式会社　0120-137-046　www.yokogawa.com/jp-ymi/

ELIONIX　Action for innovation
創造企業として、私たちエリオニクスは様々な分野の発展・進歩に貢献いたします。
50th Anniversary

■ 電子ビーム描画装置
ELS-BODEN　ELS-BODEN Σ　ELS-ORCA



■ ECRイオンビーム装置
EIS-200ERP　EIS-220P　EIS-1500



製品詳細はこちらから

株式会社 エリオニクス
【本社】〒192-0063 東京都八王子市元横山町 3-7-6 ☎ 042-626-0611（営業本部）☎ 042-626-0612（管理部）
【西日本営業所】〒532-0011 大阪市淀川区西中島4丁目11-27 花原第2ビル 1F ☎ 06-6711-4570
www.elionix.co.jp

日本電子

横断的連携さらに深化

日本電子は1949年設立の理科学・計測機器メーカー。電子顕微鏡や質量分析計などの理科学・計測機器事業をはじめ、半導体や電子部品向けの産業機器事業や、人々の健康を支える医用機器事業を展開している。創立70周年を機に、独自のコアテクノロジーを成長市場に積極展開するなど、新たな領域への参入を進めている。

―24年度を振り返って。

「中期経営計画『Evolving Growth Plan』（22―24年度）の最終年となる本年度は、同計画で掲げる重点戦略を強力に推進し、企業価値の向上および経営基盤の強化を図るとともに、受注・売上高の確保に努めた」

「24年4―12月の業績は各国政府の活発な科学技術投資や、主に半導体と電池関連の研究開発投資が追い風となり、電子顕微鏡を中心に受注・売上高が堅調に推移した。通期の見通しは昨年11月に上方修正を行い、売上高・利益ともに過去最高の数値を見込んでいる」

―今後の展開で注力していくことは。

「4月から新たな中期経営計画がスタートする。さらなる成長と収益力強化に向けた取り組みや目標を検討中だ。科学技術分野における競争激化や国際的な貿易問題など、予測困難かつ急速に変化する時代だからこそ、将来を見据えたビジョンを示していきたい」

「従前よりオープンイノベーションによる横断的連携『YOKO GUSHI』を掲げてきたが、これをさらに深化させる。課題解決型のソリューションを提供し、最先端テクノロジーに挑戦するお客さまとイノベーションを共創するグローバルリーダーとなれるよう、全社一丸となってまい進していく」

大井　泉 社長

リガク

半導体向け　ニーズに柔軟対応

リガクは1951年の創業以来、X線分析技術を中心とする先端分析装置をグローバル展開する。研究用途の分析装置から工業向けソリューションへの拡大を図り、世界でシェアを広げている。

―24年度は。

「最も大きな出来事は10月に東証プライム市場へ上場したことだ。上場の意思決定には成長への新たなステージに入るという決意があり、そのため二つの重点戦略を実行した。ひとつはX線技術をベースにした研究開発用の分析装置だけでなく、同じ原理・原則を使い産業用プロセスコントロールに本格的に参入したことだ。『LabからFab』に大きくかじを切った」

「もうひとつはグローバル市場でのシェア拡大だ。当社は7割ほどを海外で売り上げている。世界にある各拠点が同じ戦略に従い、グローバル市場でシェア拡大を加速した。その結果、売上高・利益ともに2ケタ成長を遂げ、最高益を更新。中計の予定通り業績が推移した」

―25年度は。

「本年度も基本的に2ケタ成長を目指す。前年度好調だった半導体プロセスコントロール向けは中身が変わるが、引き続き成長すると見込む。半導体の微細化・積層化が進むとX線計測には追い風になる。これが底流にあり、ロジック、メモリーと機動的に販売先を変えていくことが必要だ。チップメーカーに加え、半導体製造装置メーカーへの販売も継続する」

「研究開発向けの多目的分析装置は、新材料開発には不可欠だ。パワー半導体や電池分野などが有望で、ライフサイエンスにも力を入れている。当社の強みはX線の要素技術。要素技術の研究開発には投資を行い、強みを維持していく」

川上　潤 社長

相馬光学

医療分野の製品開発に挑戦

2026年に創業50周年を迎える相馬光学は光分析装置メーカー。光分析と分光技術をベースに、世界の〝マザーツール〟を作り出している。光分析のベストパートナーとして、顧客のニーズにマッチしたモノづくりに励んでいる。

―24年度は。

「ハンディタイプの食肉脂質測定装置を75台出荷した。全国和牛登録協会が行っている和牛の育種価評価に、同装置シリーズで測った数値を採用することが決まった。5年に1度開く『和牛の五輪』に出場するためには、牛が生まれてからのデータを保管しなければならない。そのため、次年度も装置購入の引き合いが相当数ある。開発に着手してから約20年が経過し、開発当初蓄積したビッグデータが強みとなっている」

「光分析に関わる特注品の受注は底堅く推移。JAXAからは宇宙用太陽電池の分光感度測定に関する装置入れ替えを受注した。OEM（相手先ブランド）生産で手がけている製品も順調だった」

―今後の取り組みは。

「これまで手がけてこなかった医療分野の製品開発に挑戦している。医療用の光評価装置で、産学連携の取り組みだ。光に関する分析装置を長年手がけてきたことで、大学や研究機関から連携の要請が来るようになった。また、しっかりとした技術力を持つ協力企業とのつながりを大切にしていきたい」

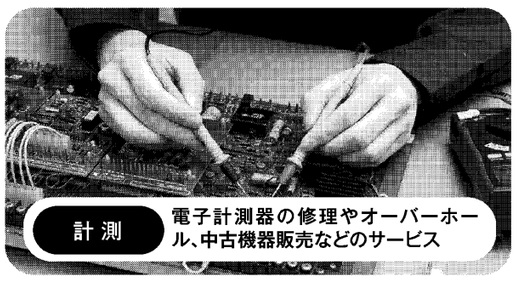
「社内においては現状の製品作りに合った工場に変えていく必要があり、生産現場への設備投資を積極化していきたい。また、働き方改革の一環で、定年年齢の引き上げや就業規則の見直しを検討している。人員面では引き続き、技術開発部門を増強する」

浦　明子 社長

グローバルな視点から明日を創造する、電子機器サービスのパイオニア
高い技術力を持つエンジニアリングサービス企業です

京西テクノスは「医療」「計測」「情報・通信」「環境・エネルギー」「分析・ライフサイエンス」の分野で最先端の技術と豊富な実績を持ち、CTスキャナー・ロボット・3Dプリンターをはじめ、あらゆる電子機器製品の修理・延命サービスやシステムのサポートを確立したプロフェッショナル集団です。

医療　医療機器の修理や点検・コール受付、リモート対応などのサービス


計測　電子計測器の修理やオーバーホール、中古機器販売などのサービス

情報・通信　ネットワーク、サーバー、システムの構築や運用支援などのサービス

環境・エネルギー　インバーター、メガソーラーなどの受け入れ検査や設置などのサービス

京西テクノスを知ること…　それだけで私たちの未来が大きく変わる

当社では意欲溢れる多くのエンジニアが活躍しています!
KYOSAI　京西テクノス株式会社
〒206-0041 東京都多摩市愛宕4-25-2
☎042-303-0888（代表）www.kyosaitec.co.jp

KYOWA

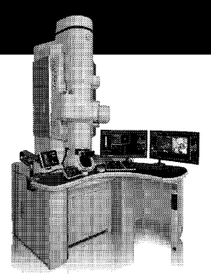
共にはかる

1949年、共和電業創業。その翌年、当社は日本初のひずみゲージの開発に成功します。「応力」によって素材や部品に生じる僅かな変形（ひずみ）を検知・計測するひずみゲージは、以来70余年にわたり、実験研究、製造現場はもちろん、インフラ、航空宇宙など多岐にわたるお客様の成長と技術進化を支え続けてきました。
これからも、共和電業は「はかる」技術でお客様と共に歩んでまいります。

株式会社 共和電業
〒182-8520　東京都調布市調布ヶ丘3-5-1
TEL.042-488-1111（大代表）FAX.042-481-3258
コーポレートサイト　www.kyowa-ei.com
製品サイト　product.kyowa-ei.com

視るチカラで、世界を変える

Rigaku
POWERING NEW PERSPECTIVES



電子顕微鏡

光のかわりに電子を用いて、物質を観察する装置です。数万倍から数千万倍の高い倍率で、肉眼では見えないウイルスや、原子一つ一つの並びを識別することだって可能です。想像もできない極微の世界を追求できる人類の発明した画期的な装置として世界中で活躍しています。

核磁気共鳴装置

MRIの10倍以上の高磁場での磁気共鳴現象により、原子レベルで物質の化学構造を分析します。一回の測定で多くの構造情報を得られるため、化学、製薬、バイオや電子材料、全固体電池の開発など、最先端の科学技術分野に欠かせない分析装置です。

この他 JEOL は、半導体描画装置や生化学分析装置、金属３D プリンターなど、高い技術力をコアに、幅広い分野に貢献しています。

世界の科学技術を支える
ニッチ・トップ企業を目指して

JEOL 日本電子株式会社

マイクロニクス

電波暗箱　短納期で差別化

マイクロニクスはマイクロ波技術に強みを持つ電子計測器・高周波関連機器メーカー。製品は公的機関に導入されるなど、顧客からの信頼は厚い。無線通信・自動車業界で、さらなる市場拡大を目指す。

―24年9月期を振り返って。

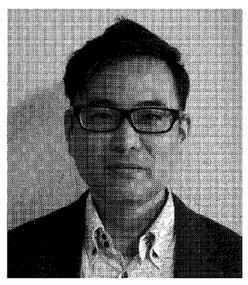
「売上高・利益とも過去最高を達成した。数年前から取りかかっていた案件が実を結んだことに加え、電波暗箱と料金自動収受システム（ETC）向け製品が特に好調だった。スペクトラムアナライザーは横ばいに推移した」

「製品開発を加速させるため、人員を補強した。産学連携での取り組みも含め、開発案件は複数あり、常にチャレンジは忘れないようにしたい。現在進めている開発品は、当社が扱うような工業製品でもデザインにこだわった仕様を検討している」

―今期の現時点での状況や今後力を入れていく取り組みは。

「想定していた範囲内だが、前期の反動があることは否めない。ただ、電波暗箱の需要は底堅いため、顧客の望む納期になるべく応えていくことがカギだといえる。また、5月頃には新製品投入を見据えている。ETC向けの製品・システムは変わらず順調だ」

「生産拠点の新設は引き続き調査・検討している。より大きな工場を構え、生産体制を強固にしたい。特に電波暗箱は短納期を強調している製品もあり、短納期を追求することで、他社との差別化を図る。また、製品販売においてソフトウエアの次世代化に対応することも必要だ。社内においてはDX推進を継続している。人事管理なども含めた業務ワークフローの、さらなるデジタル化に取り組みたい」



近藤　弘 社長

日本品質保証機構

開発力高め「総合計測管理サービス」体制強化

日本品質保証機構（JQA）はISO／IEC17025に基づき、製品評価技術基盤機構認定センターと米国試験所認定協会から認定された校正機関。校正品目と認定範囲は国内最大級であり、幅広い分野で計測器の校正、特定計量器の検定を実施している。

―24年度を振り返ってください。

「計量トレーサビリティーに関する講演会を関係機関とともに継続実施してきた結果、産業界にも認定校正の重要性が浸透してきた。顧客からの校正依頼数も増えており、今では年間15万枚以上の証明書を発行している」

「6月よりデジタル校正証明書発行サービスを開始し、半年で1万枚以上を発行した。校正結果が電子データに転記可能になるなど利便性が向上し、かつ、改ざん防止などのセキュリティー対策も施したため、信頼性をより高めることもできた」

―25年度は。

「自動車の電動化の流れに対応し、直流電流の校正において3000Aまで範囲を拡大するなど、引き続き産業界のニーズに沿った認定品目・範囲の拡大を推進する」

「また、顧客の製造工程や品質評価に適した計測器管理体制の提案を行うことも考えている。例えば、社内標準や重要工程で使用する計測器は信頼できる外部校正機関へ、製造現場などの末端で使用するものは自社で校正するなど。それに必要な知識・技術の習得については、カスタマイズセミナーやeラーニングサービスなどを通じてサポートする。今後も計測にかかわる悩みを一手に引き受ける体制を作りたいと考えている」

小林 善男 理事　計量計測部門長

エリオニクス

既存ライン効率化　生産能力を向上

エリオニクスは2025年3月、設立50周年を迎えたナノテクノロジー研究開発用装置メーカー。電子ビーム描画装置を主力とし、最先端技術と最高性能を追求してきた。さらなる顧客満足の向上を目指し、新たな一歩を踏み出す。

―24年を振り返って。

「業績は前期と同水準で推移した。私は24年から社長に就任し、特に力を入れたのは社内の働き方改革だ。例えば、人材教育の一環として従来の研修制度を見直し、社員が幅広い分野の知識を習得できるようにした。これにより、各社員の業務範囲が広がることを期待する。また、社長室を廃止した。私自身が営業・開発・生産の各部門で数日ごとに席を変えることで、会社の状況をより把握しやすくなった。社長就任から2年目を迎え、今後はさらに利益を上げられる体質へと変革していきたい」

―注力する取り組みは。

「設立50年を迎え、次の100年に向けてさらなる技術革新に挑戦していく。現在、電子ビーム描画装置は多くの引き合いがある。こうした需要の高まりに対応するため、今後は生産面積の拡張を進めるとともに、既存ラインの効率化を図り、生産能力のさらなる向上を目指す。これまで当社は最先端技術や装置の提供を優先してきたが、今後は製品の品質向上に加え、サービスの充実にも一層力を注ぐ。そのため、サポート体制を強化し、顧客に寄り添った迅速かつ的確な対応に取り組む。また、新製品については微細加工装置や計測・分析装置の各分野で次世代機の開発を進めていく。創業当時の基本を忘れず、技術者の研究に寄り添った装置づくりや、ニーズに応える技術開発に取り組んでいきたい」

菊地 洋介 社長

止まらない世界の気温上昇。
このままでは確実に「産業革命以前に比べて 1.5℃」を超えてしまう。
とりかえしのつかないところまで温暖化は加速し、
人間のあらゆる営みが脅かされてしまう。

でも、そんな危機を訴えるだけの時間は、もう終わりました。
気候変動は、もはや「世界の問題」ではなく「あなたの危機」だから。
あなたがそれを「知る」だけではなく、
そのくらしや行動を本気で「変える」ことが必要だから。

そのために、メディアはこれまで以上に自社の枠を超えて、一丸となります。
その情報力で、コンテンツ制作力で、ネットワーク力で、
どれだけ多くのあなたを巻き込めるか、挑戦していきます。

いますぐ動こう、気温上昇を止めるために。

1.5℃の約束　SDG MEDIA COMPACT

日刊工業新聞社は「SDGメディア・コンパクト」加盟メディアとして、
気候アクションを推進する国連のACT NOWキャンペーンを支援しています。

日刊工業新聞社　ACT NOW

国連のAct Nowより「個人でできる10の行動」

家庭で節電する
私たちが使用する電力や熱の大部分は、石炭や石油、ガスを燃料としています。
冷暖房の使用を控え、LED電球や省エネタイプの電化製品に取り替え、冷水で洗濯し、乾燥機を使わずに干して乾燥させてエネルギー消費量を減らしましょう。

徒歩や自転車で移動する、
または公共交通機関を利用する
世界中の道路が車であふれ返り、そのほとんどが軽油やガソリンを燃焼させています。自動車に乗る代わりに徒歩や自転車で移動すれば、温室効果ガスの排出が削減され、健康と体力の増進に役立ちます。移動距離が長いときは列車やバスの利用を検討してください。また、自動車は可能な限り相乗りで利用しましょう。

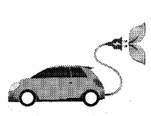
野菜をもっと多く食べる
野菜や果物、全粒穀物、豆類、ナッツ類、種子の摂取量を増やし、肉や乳製品を減らすと環境への影響を大幅に軽減できます。一般に、植物性食品の生産による温室効果ガスの排出はより少なく、必要なエネルギーや土地、水の量も少なくなります。

長距離の移動手段を考える
飛行機は大量の化石燃料を燃やし、相当量の温室効果ガスを排出します。つまり、飛行機の利用を減らすことは、環境への影響を軽減する最も手っ取り早い方法の一つです。可能な限りオンラインで会ったり、列車を利用したり、長距離移動そのものを止めたりしましょう。

廃棄食品を減らす
食料を廃棄すると、食料の生産、加工、梱包、輸送のために使った資源やエネルギーも無駄になります。また、埋め立て地で食品が腐敗すると、強力な温室効果ガスの一種であるメタンガスが発生します。購入した食品は使い切り、食べ残しはすべて堆肥にしましょう。

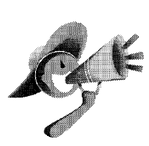
リデュース、リユース、リペア、リサイクル
私たちが購入する電子機器や衣類などは、原材料の抽出から製品の製造、市場への輸送まで、生産の各時点で炭素を排出します。買う物を減らし、中古品を購入し、修理できるものは修理し、リサイクルして地球の気候を守りましょう。

家庭のエネルギー源をかえる
自宅のエネルギー源が石油、石炭、ガスのどれなのかを電力会社に確認しましょう。可能なら、風力や太陽光などの再生可能エネルギー源への切り替えができるかどうかも確かめてください。あるいは、自宅の屋根にソーラーパネルを設置して家庭で使用する電力を賄いましょう。



電気自動車にのりかえる
自動車の購入を予定しているなら、電気自動車を検討してください。より安価なモデルが市場にますます多く出回っています。化石燃料から作られた電力で走行するにしても、電気自動車はガソリン車やディーゼル車より大気汚染の軽減に役立ち、温室効果ガスの排出量が大幅に削減されます。

環境に配慮した製品を選ぶ
私たちが購入するあらゆるものが地球に影響を及ぼします。あなたには、どのような商品やサービスを支持するかを選択する力があります。自身が環境に及ぼす影響を軽減するために、地元の食品や旬の食材を購入し、責任を持って資源を使ったり、温室効果ガス排出や廃棄物の削減に力を入れていたりしている企業の製品を選びましょう。



声を上げる
声を上げて、他の人たちにも行動に参加してもらいましょう。声を上げることが、変化をもたらす最も手っ取り早く、最も効果的な方法の一つです。あなたの隣人や同僚、友人、家族と話してください。経営者には、あなたが大胆な変革を支持することを伝えましょう。地域や世界のリーダーたちに、今こそ行動を起こすように訴えましょう。

イラスト：Niccolo Canova