

生物多様性の
ための52の行動



本文書はGDF SUEZによる出版物です。

GDF SUEZ



はじめに

生物多様性保全のための52の行動

生物多様性は、この21世紀初頭に生きる私たちが直面する地球環境に関する最大争点のひとつに挙げられるものです。

GDF SUEZ は、エネルギーと環境への世界的な貢献者として、この問題に取り組んでいます。その取り組みの一環として、私たちのグループは、国際生物多様性の日に合わせ、ベルギーロイヤル自然科学博物館、ベルギー公衆衛生連邦公共サービス、健康と食物連鎖の安全環境連邦公共サービスと協力し、『生物多様性保全のための52の行動』をまとめました。

これらの52の行動は、ヨーロッパ委員会のキャンペーン「On est tous dans le même bateau(私たちはみな同じ運命を背負っている)」で選出され、名古屋で開催された生物多様性条約第10回締約国会議で発表されました。

本書を通して、みなさまは楽しく、創造的かつ教育的な方法で生物多様性についての知識を獲得し、また再認識することができ、これにより生物多様性保全に向けて積極的に行動することができるようになるでしょう。

生物多様性とは

生物多様性あるいは生物学的多様性は次のように定義されます。

- 地球に生存する種(動物、植物、菌類、藻類、細菌、ウイルスなど)の多様性
- 同種の個体間における多様性あるいは遺伝学的多様性(寸法、形状、色などの差異)
- 生態系における多様性、つまり、そこに生存し、相互作用を行う種の生態する場所(沼、森、サンゴ礁など)における多様性

言い換えると、生物多様性とは、私たちの周囲全体に存在し、かつ、私たちがその一部であるということになります。つまり、微小で、見えないところに生存しているため、発見すらされていない種が多くあるのです。実際、世界中で約190万種類もの生物種が目録に記載されているのですが、この数は、氷河の一角にしか過ぎないのです。

生物多様性はなぜ重要なのでしょうか

38億年の進化の結果である生物多様性は、人類が存続するためには必要不可欠な要素です。食物、断熱・防音および装飾などの建築材料、天然繊維、多数の薬品の有効成分、受粉、空気・水・土壌の汚染の除去、洪水防護など、生物多様性があるからこそ、多数の生産物とサービスが存在するのです。周知のとおり、多様性がなければ、地球上の生命の存続はあり得ないのです。

ただし、残念ながら、私たちは生物多様性における自らの責任を忘れがちです。生物多様性は、すでに獲得したものであり、無料で永遠のものだと私たちは考えがちです。そのため、生物多様性は、今日、人間の活動により脅威に曝されています。生息地の破壊や粉砕、積み重なる汚染、過度な狩猟、過度な漁獲、土地や森の過度な開発、温室効果につながるガスの過剰生産などは、気候の変化と熱帯種の伝播をもたらしています。

生物多様性の保全のための52の行動

生物多様性を保全するためには、全員参加が重要であり、全員の心がけが特に必要です。生き方を無理に根本から変えてしまうことなく、個人のレベルにおいて各人ができることがあります。それは、毎日の生活において、地元のもの、そして季節のものを食べ、節水し、生活ごみを堆肥にし、周囲に生きる動物や植物の種についての知識を高めるといったシンプルな行動を取り込むことです。

ここでは、1年間、1週間に1つずつ、52の日常における行動を提案しています。これらは現場での行為、市民の社会参加、園芸のアドバイスなど異なるカテゴリーに分類されています。

ぜひ、ご自身で実行したり、周囲の人と情報を交換したり、他の人に提案してみてください。

楽しくお読みください。

本書の原文は『366 gestes pour la biodiversité(生物多様性のための366の行動)』
と『366 tips voor de biodiversiteit (生物多様性のための366のヒント)』という題で
2009年に発行されました。本書は、生物多様性の国際年である2010年、IRScNB
(ベルギーロイヤル自然科学博物館)により考案されたものです。

Copyright © 2009 Institut royal des Sciences naturelles de Belgique.

第1週

自然保護団体を支援する。

これらの団体は、人間の生活を保持しながら生物多様性の破壊を抑制し、また保護地域の各ビオトープ(森、河川、沼、公園、都市庭園など)が問題を抱えている場合はその調和を保存し再生することを主要な目的に掲げています。

では、自然保護団体は実際にはどのような活動をしているのでしょうか。種の追跡調査、自然保護区域の設置や管理、特殊区域の保護、講演会の企画運営、自然探索旅行、意識改革のためのキャンペーンや、目的別活動(ヒキガエルの救助活動など)などを行っています。

団体の会員となる、寄付する、出版物や製品を購入する、ボランティアとして作業に参加することを通じて、これらの団体を支援することができます。



第2週

散策中に動物に迷惑をかけない。

自然散策中、特に冬は、決して動物の邪魔をしないようにしてください。隠れ家から動物を追い出したり、わずかな食物を求めて外出している動物を脅かしたり、冬眠中の動物を起こしてしまうと、逃げ場所や隠れ家の蓄えを消耗してしまう危険があります。これは、動物にとって致命的なことになります。

よって、道ではないところを歩いたりせずに、なるべく音をたてないようにし、私たちと同じように外の空気を吸いに来ている動物たちを遠くから観察するようにしてください。



第3週

パニエ・ビオ(有機野菜の共同購入)に参加する。

環境に優しい生産技術により、自生種を栽培し、化学肥料や化学殺虫剤を使用せずに有機農業を行うことで、土壌の疲弊を避け、自由地下水の汚染を食い止め、農業の補助者(ミツバチ、ミミズなど)や周囲のエコシステムを配慮することができます。

また、美味で栄養価が高いにもかかわらず忘れられてしまっている自生の生物多様性(キクイモ、古代穀物、おいしいリンゴなど)を活用できます。

パニエ・ビオ(有機野菜の共同購入)への参加を通して、地球のエコロジー哲学を固守することができます。地元産の旬の果物や野菜を買うようにします(保存添加物が少なく済み、運送費がかかりません)。また、包装も最低限に減らします。



第4週

職場でも生物多様性を心がける。

設備を(再)改造する場合は、できる限り周囲の自然に同化させるようにします(動物の通り道を予測し、動物相や植物相が雷雨によってできた貯水槽に集まるようにします)。木々や、多種の垣根、池、荒地などをできるだけ維持し、育てます。

建物の仕上げや設備品は、環境に優しく、自然で、耐久性が高く、リサイクル可能で、できる限り地元産の材料や製品を選択するようにします。更新不可能なエネルギーの消費を制限し、ゴミの生成を減らします。

仕事環境、ブランドイメージそしてサイトの市場価値を改善する一方で、企業のエコロジカルフットプリント(環境への負荷)を削減します!



温室効果ガスの排出量を削減する。

暖房、照明、移動、さらには食事、服を着ることや、そして呼吸まで。これらのすべてが、地球を危機に曝す温室効果ガスを生成します。砂漠化、氷河の減少、海面の上昇など、つまりエコシステム全体の混乱につながるのです。

できる限り、地元のエコラベルのついた旬の生産物を消費し、移動は徒歩や自転車、公共交通機関などの使用を心がけたり、無駄をなくすことなどで、温室効果ガスの排出を減らすことができます。

自宅にある生物多様性を（沼、花の咲く草地、鳥の巣など）快く受け入れ、自然保護協会や森の再生プロジェクトをサポートすることで、埋め合わせするようにしてください。



第6週

携帯機器はできるだけ永く使用する。

需要増加が続くゲームのコンソール、コンピュータ、携帯電話の製造には、さまざまな鉱石（銅、コバルト、鉛など）が必要です。鉱石は地球の至る所で産出されていますが、その

開拓により周囲の環境は大きな影響を受けています。

有名なコルタンが採掘されているコンゴ民主共和国では、キブの貴重な生物多様性が危機に曝されています。鉱夫の食用として絶滅寸前のゴリラ、ゾウ、オカピなどの違法狩猟が行われています。また、武力衝突はもちろんのこと、建設用および暖房用の木材供給、採掘地の拡大、土壌・水・空気の浸食と汚染だけでなく、森の大規模な破壊が進んでいます！

電話やノート型パソコンを買い替える前に、まずは、このことを考えてください！



第7週

魚を買うときは分別を持って。

赤マグロ、生鱈、鮭、ヒラメ、アンコウなどの種の消費は特に控えてください。過度な漁獲、漁獲期間(繁殖期の最中の漁獲など)、あるいは(海底の破壊や稚魚の偶発的な漁獲を招くような)いくつかの漁

獲法は、魚群の減少につながります。

魚群の数が復元されるまで一定の期間を置く必要があります。また、危険に曝されていない魚類、甲殻類を食べるようにします。地元で漁獲されたもの、あるいはMSCラベルのついたものを買うようにしてください。

ラベルに関する詳しい情報は、次のサイトをご覧ください：
www.msc.org



第8週

地面に決してゴミを捨てない。

自然の中にゴミを捨てることは、環境に影響し、悲惨な結果をもたらします。

ゴミの中には、すぐに悪影響をもたらすものがあります。例えば、動物が摂取すると害を与え、窒息に至らしめるタバコの吸い殻やチューイングガム。小さな哺乳類動物や両性動物が入り込むと外に出られなくなってしまうボトル。大型の動物の怪我の原因となり、ルーペ作用で火事の原因にもなってしまうガラスの破片などがあります。

その他のゴミは、長期間にわたって影響を与えます。特にプラスチック類の分解には長い年月がかかる上、毒性成分の排出という問題もあります。重金属を含む乾電池は土壤に浸透し、自由地下水を汚染します。

よって、公共のゴミ箱を使用し、リサイクルできるものはリサイクルするようにしましょう！



第9週

動物相を軒下に快く迎える。

新築や改築の際は、地域の動物相のための避難場所を作るようにします。

ご自宅に巣作りをすることのできる種について調べてください。どんな種に住んでもらいたいですか。そして、そのために必要な環境を準備します。厚い壁に穴を開けたり、隙間を空けたり(単独性のミツバチなど)、コンクリートブロックに入り口を開けたり(コウモリ)、外部から屋根裏にアクセスできるようにしたり(猛禽類やコウモリ)、屋根やバルコニーに巣箱を設置したりします。

こちら側から働きかけて、機会を作ります。できる限り多様性を備えた庭を作り、招待する動物たちが餌を見つけやすいようにし、化学製品(殺虫剤、肥料、ペンキ、洗剤など)の使用を止めます。



第10週

『グリーンウォッシング』に気をつける。

自動車製造業に多く見られることですが、企業の中には、全くエコロジーではない製品も『エコロジー』という名を借りて、売りにしているものがあります。その他にも、事業活動が深刻な汚染の原因となり、生物多様性に有害であるため（温室効果ガスの生成、事業拡大のための建設に使用する土地の開拓、機械装置の冷却用に河川の水の使用など）に、商品イメージを『グリーン化』しようとしている企業があります。

事実に対してグリーン化の誇大表現を行う広告キャンペーンには気をつけます。必要があれば告発もします。エコカウンセラーのアドバイスを受け入れ、地球に対するマイナスの影響を実際に削減するべく取り組んでいる企業のためにも、これらの企業とは闘う必要があります。



第11週

汚染を招かない家庭用品を使用する。

河川に流される水には、浄水施設を通過した後も、使用洗剤の中に含まれるリン酸塩、溶剤、界面活性剤、その他化学製品が大量に残っています。これら含有物は汚染性が非常に高く、特に水辺の地域などの生物多様性と私たちの健康に対し、深刻な影響をもたらします！

私たちには何ができるでしょうか。エコロジーのラベルがついた洗剤を選ぶこと、洗濯には削ったマルセイユ石けん、床の掃除にはサボンワール（黒石鹼）、歯石除去には熱い酢、鍋や洗面所を磨くには重層（酢の有無に関わら

ず）を使うこと。特に、製品を過剰に使用して磨きあげるのではなく、むしろ家事の腕を磨くのがよいでしょう！



第12週

散歩のときは自然に敬意を払う。

自然の中を散歩するときは、控えめに行動してください。できる限り雑音を減らし、野生の動物を観察したい場合には、派手な色の洋服を避け、香水をつけないようにします。

通り道からはみ出さないよう、常に注意します。動物の邪魔にならないよう、また、植物や苔やキノコ類の上を歩かないように気をつけます。

犬を連れて歩く場合には、綱をつけ、通り道から出ないように気をつけます。また、犬が吠えないようにします。犬が吠えたと、近くの動物たちが逃げってしまうからです。(忠実なお供の犬は家に置いておくのが賢明です!)

そして、自然の中では決してゴミを捨てないでください。自然にあるべきもの以外は、かき集めないでください。



第13週

食生活においても生物多様性を堪能する。

ファーストフードと悪い食事の発展に対する反動から生まれたスローフード協会によると、味覚の発達と食べ物に関する消費者の好奇心の促進は、生物多様性の保護に特に直接的な影響を与えます。

では、どのように影響するのでしょうか。答えは簡単です。あなたはパースニップのポタージュや、キクイモのチップス、エスカルゴのキャビアを食べたことがありますか。こうした食生活を通して、忘れられた種類（塊茎など）や脅威にさらされている種（チョウザメなど）の保護に寄与することができます。

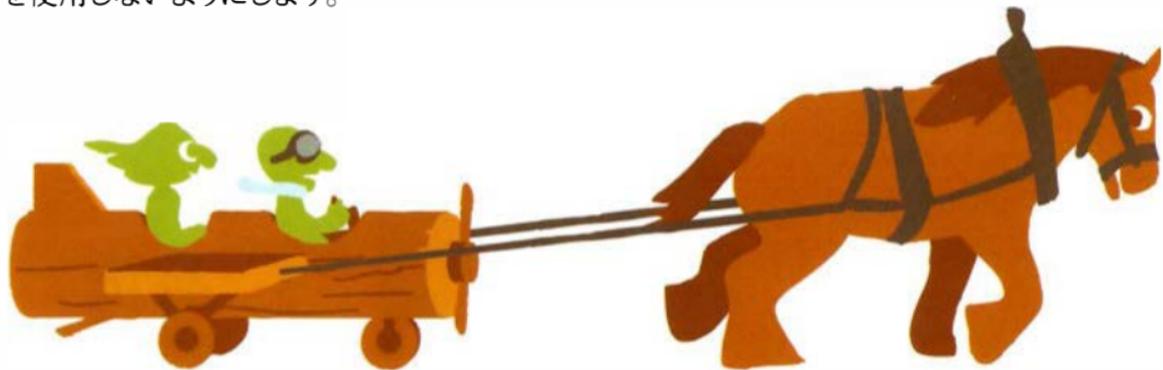
生物多様性におけるエコゲルメの意義や活動状況、スローフード協会についてさらに詳しい情報をお求めの場合は、次のサイトをご覧ください。
www.slowfood.com



旅行中には二酸化炭素の排出を抑える。

休暇中も温室効果ガス、つまり二酸化炭素の排出をできるだけ抑えるようにしてください。ハイキング、キャンプ(野生ではなく)、あるいはエコツーリズムを実施してください。近くの目的地に自転車、電車、あるいは、さらに馬に車輪を引っ張ってもらうなどして出かけてください。到着後は地元で採れる旬の食材を消費し、車両による移動を控え、空調設備を使用しないようにします。

飛行機での移動が避けられない場合には、直行便(離陸は、莫大なエンジン用燃料が必要です)を使います。二酸化炭素の排出を補うために、生物多様性の保護プロジェクトや自分の住んでいる地域や遠い国の森の再生事業に出資します。



生物多様性のためのチームを組織する。

職場において、チーム内の団結力の強化や、同僚間の和やかな雰囲気作りが必要だとお感じですか。それなら、生物多様性のためのグループアクティビティを提案してみたいかがでしょうか。

職場付近にある動物や植物の調査、生け垣や外の駐車場の養蜂植物の植え付け、建物正面の緑化、庭や屋上菜園作り、会社の建物に鳥の巣箱やさまざまなシェルター作りなどのさまざまなアクティビティを企画することができます。

また、新しい種や特殊なビオトープを発見する自然歩道、散歩道、ヒキガエル保護活動、有機農場の訪問などに参加することができます。



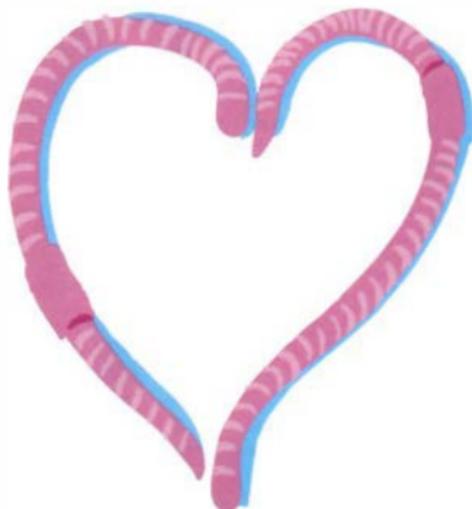
第16週

ミミズを保護する。

ミミズは、食物連鎖に不可欠なリンクの役割を果たしています。枯葉やその他の植物を分解し、有機物を絶えずリサイクルしています。このように、腐植質を生成しながら、私たちが消費する果物や野菜を育む豊かな土壌を作ります。

また、ミミズの通路は、土壌を軟らかくするため、植物の根の成長を促し、植物が吸収する水を地中深くまですばやく浸透させることができます。そのため、強雨の流水と浸食を防ぐことができます。

肥料や化学殺虫剤を使用せず、グルリネットを使って土を耕すことにより、ミミズなど土壌作りに欠かせないサポーターたちの保護に取り組んでください。



第17週

休暇はエコホテルで過ごす。

エコマークにはいろいろな種類があります。このうちのひとつ、ヨーロッパのエコロジーマークは、ホテル、キャンプ地、民宿、宿泊部屋に使用されています。

このマークは、施設の配置および建築(自然環境への配慮)、建設材料(エコロジー、耐久性、再生可能性、リサイクル可)、水および再生不可能なエネルギーの消費制限、生産上のゴミ削減と運営方針を評価基準としています。



このエコマークのある施設は、自然環境や産地特有の生産物の発見、地元農業に配慮したレジャーを通じて生物多様性の保護に力を注いでいる施設です。

詳しい内容は次のサイトをご覧ください。

www.ecolabel-tourism.eu



第18週

飲料水の消費を減らす。

水は、地球、そしてそこに住む生物、動物や植物のバランスに必要な不可欠な要素です。全員に十分な水があるものの、残念ながら、正しく分配されておらず、有効に使用されていません。私たちの地域では、蛇口をひねるだけで飲料水を飲むことができます。そのため、洗車など何にでも水を使ってしまいがちです。

飲料水を節水するためには、まず、(蒸発を防ぐために)一日の終わりに雨水を使って植物に水やりを行い、汚水(食器洗い、お風呂、シャワーの

水)は水洗トイレの水として、あるいは床の掃除に再利用します。また、この水は浄水すれば水撒きに使用することもできます。



第19週

自治体にオーガニック園芸を勧める。

生物多様性を奨励するため、植樹や道路端・花壇の管理に励んでいる自治体があります。

あなたの自治体がこれらの事業にまだ取り組んでいない場合には、自治体の管轄部署に対して、簡単に実行できる次の原理を提案してみてください。土地特有の種(1年生の花ではなく手のかからない多年生の花)だけを植える、化学殺虫剤や化学肥料ではなく有機殺虫剤や有機肥料を使う、雑草の繁茂を抑え、水撒きを減らすためにマルチングと被覆植物を使用する、植物系のゴミを堆肥にし、秋の土壌の肥沃化に使用する、避難場所を保護するため遅めの刈り取りを行うなど、手軽に取り組めることは多くあります。



生物多様性の日に参加する。

国連は一般大衆や政界人が生物多様性やその現況、争点、危険性、そしてその保全についての意識を高めることを目的として、5月22日を『国際生物多様性の日』に認定しました。

毎年、異なるテーマが設定され、2008年は、生物多様性と農業について、2009年は外来種の侵略について、2010年は生物多様性と開発につ

いて、2011年には生物多様性と森林について取り上げられます。

予定されているイベント(展示、講演会など)に参加して、この日をぜひ祝ってください。あるいは、ご自分でバイオ・ピクニックや、地元の動物相・植物相を探索する散歩、グリーンな音楽コンサートなどを企画してみてもはいかがでしょうか。

詳しい内容は次のサイトをご覧ください：www.cbd.int/ldb



エコボランティアになる。

海外旅行のチャンスを、生物多様性の保存にも役立てたいとお考えですか。ぜひエコボランティアになってください。

一般の旅行客には訪れることのできない場所を発見しながら、自然保護協会の研究事業や保護活動の促進を積極的にサポートする機会を持つことができます。生物科学や環境科学の専門知識は必要なく、すべての人が参加できる活動が提案されています。

地中海で鯨目の調査、ルーマニアで熊の保護、南アフリカ沖で大きな白ザメの生育調査、タイでテナガザル、マカク、ロリスのリハビリテーション、あるいはインドで有機農業の促進などはいかがでしょうか。



生物多様性のための自然な隠れ家を作る。

ご自宅の庭、お子さんの学校の庭、会社の庭などを、生物多様性のための自然の隠れ家にするには何が必要でしょうか。

まず、化学殺虫剤や化学肥料の使用を止めます。

庭の端に自然発生する植物を繁殖させておきます。そして、刈り取りを遅目に行います。そうすることで植物種の繁殖と多様化が可能となり、多数の動物を保護することができます。

洞窟動物が入る穴を作るために沼を作り、枯れ木を置きます。小さなほ乳類動物や両生類、無脊椎動物のためには、薪や石を山積みしておきます。

また、生け垣にはさまざまな種類の自生種を使います。多くの昆虫が集まるよう、養蜂植物を用意します。



オーガニックの化粧品を選ぶ。

洗剤と同じように、現在使われている化粧品の大部分には化学薬品(保存料、人工香料、表面活性剤など)が含まれています。これらは、生分解できないため、生物多様性にとって非常に有害です。特に水辺の地域には、使用水によってこれらの成分が流れ着くため大きな被害が引き起こされます。

化粧品はオーガニックのものを使うようにしてください。マルセイユ石鹸で手を洗い、ラベンダーのエッセンシャルオイルを数滴お風呂に入れて香りを楽しみます。また、煎じたカモミールやブルーベリーを洗顔に使ったり、小麦ふすまでゴマージュしたりします。お手入れにはひまわりやオリーブなどの植物オイルを使いま

す。歯磨き粉を自分で作ることもできます。子供の遊びのようにとっても簡単ですよ!



第24週

都市部で自然を発見する。

私たちが信じがちなこととは裏腹に、生物多様性は、畑や森林の単作が大きく占めている田舎よりもむしろ、都市部で多く見られることがあります。

驚くことに、都市部には非常に変化に富んだビオトープが見られます。公共庭園、個人の庭、沼、公園、森、街路、木の茂った並木道、空き地、荒地、線路の周辺、小川の土手、緑化した屋上やテラス、花のある玄関やバルコニーなど。歩道の隅や建物の下、壁にある小さな割れ目でさえ、多彩な野生の花が繁殖しています！

ただし、これらの生物多様性は、脆いものです。コンクリートや圧縮ロールなどで瞬間に壊されてしまいます。



第25週

オーガニックコットンの栽培について調べる。

世界の耕作可能面積の3%を使用するに過ぎない伝統的な綿花の集約農法には、全世界で売られている殺虫剤の25%が使用されています。土壌の疲弊、森林破壊、大規模な灌漑、自由地下水の汚染、毒性物質による農業従事者と自生種へ危険性など、化学殺虫剤が環境と人間にもたらす害は非常に深刻です。

その一方で、オーガニックコットンの粗放農法では、天然の肥料と殺虫剤を使い、水量も少なく済むほか、(他の農法を交互に取り入れるため)豊かな土壌を維持することができます。また、より柔らかく強い繊維のコットンを栽培することができます。

さらに、衣服の生産や加工に至るまで化学処理を一切行わないオーガニックコットンは、肌への刺激も少なく済みます。



第26週

旅先では地元産の食材を味わう。

旅先でその土地で採れる食品生産物を食べると、地方固有の種を栽培・生育する農家を支援しながら、輸送に関わる汚染を制限することになります。つまり、地域の経済および生物多様性のどちらにも貢献することになるのです！

ただし、危機に瀕している種を使ったメニュー（亀のステーキ、赤マグロのすし、ナマコ、奥地で採れた肉など）や地域の生物多様性にマイナスの影響を与える生産物（最低寸法や割当量を考慮しない漁業、重要なゾーンの森林破壊が必要な農法など）を使ったメニューは避けましょう。

サイの角や象の牙、虎の骨臓物、鹿の麝香囊などを使った伝統治療薬や化粧品の使用も避けてください。

危機に瀕している種の一覧は、こちらのサイトをご覧ください。

www.cites.org

www.iucnredlist.org



第27週

携帯電話に動物の鳴き声をダウンロードする。

米国の生物多様性センターは、多くの人に生物多様性への意識向上を呼びかけるため、独自の方法を提案しています。今後、携帯電話の呼出し音として、珍しい動物や絶滅の危機に瀕している動物の鳴き声を無料でダウンロードできるようになったのです。

ハヤブサの鳴き声、ジャイアントパンダの鳴き声、白イルカの歌など、どの音を選んで、周囲の人をびっくりさせることができるでしょう。そのときは、その呼出し音の主である、脅威にさらされている動物について説明してあげてください。

呼出し音のダウンロード、またそれぞれの動物の説明書カード(英語版)は次のサイトにてご覧ください。

www.rareearthtones.org



鉱物質の日焼け止めクリームを使う。

多くの日焼け止めクリームに含まれるUV化学スクリーンは、アレルギーの原因となることがよくあります。この物質は海、湖、川で発見されており、人間を含む動物のホルモンバランスの乱れの原因となっています。また、珊瑚の白色化の原因にもなっています。

これは、メキシコのシェルハ海浜公園などの観光地において深刻な問題となっています。これらの地域では今後、ミネラル成分による日焼け止め

クリーム以外の使用は禁止されるでしょう。ミネラル成分による日焼け止めクリームは、若干塗りにくく、成分が肌に白く残りがちではありますが、効果は高く、肌に対しても自然に対しても低毒性です。

これ以外にも解決法はあります。Tシャツを着用し、遊泳時にはサーファー用のウェットスーツを着たりすることです。



第29週

庭に動物たちが通り抜けできる小道を作る。

都市部のグリーンスペースの大部分は、個人の庭となっています。通常、個人の庭には家の脚部に緑の木立が点々と植えられ、その周りをブロック塀が囲んでいます。近所の人々と協力して各ブロック塀のブロックを1、2個取り除き、小動物が庭にアクセスするための小さなトンネルを設

けましょう。これはハリネズミ、トガリネズミ、カエル、ヒキガエルなどが通り抜ける小道になります。

自治体には次のような内容を提案してみましょう：点在する緑の木立同士を結ぶように街路に植林を行う（リスが渡れるように木と木の間をロープ

で結び橋を作る）、道路の減速バンプの下に地下道（小動物が通り抜けるトンネル）を設けるなど。



庭の家具は、認証林の木材でできたものを。

木材には2つの利点があります：耐久性がプラスチックより優れていること、そして石油を原料としていないことです。FSCあるいはFEFCの森林認証を受けた木材で作られた家具は、持続可能な方法で管理された森林の木材を使用しており、生態系の減少が問題となっている温帯・寒帯の森林および不法伐採が進む熱帯雨林の木材を一切使用していないので、安心して購入することができます。

認証木材の中でも、耐久性は外来種と同等でありながら、輸送時のエネルギー消費量と排気ガス排出量がより少ない在来種を選んでください。これらの木材の処理には、天然の亜麻仁油、蜜蝋、植物性ワックスなどを使用するとよいでしょう。

森林認証についての詳しい情報は、下記をご覧ください：

www.fsc.org

www.pefc.org



肉の消費量を減らす。

なぜ肉の消費量を減らすとよいのでしょうか。家畜の飼育には、牧草地の確保や飼料の生産(大豆、ビート、トウモロコシ、アブラナ)が必要です。つまり大規模な農地が必要となり、このために多くの場合には、農地拡大のための森林伐採が行われます。さらに飼料生産には膨大な量の水と農薬が使用されるため、地下水の枯渇や汚染の原因になります。

それだけではありません!反芻動物が飼料を消化する際、温室効果ガスの中でも最も悪質なガスに数えられるメタンガスが大量に発生します。メタンガスは反芻動物が大豆などのタンパク質性の飼料を消化する時に特に発生します。

さらに、肉の食べ過ぎは健康にも悪影響です(高コレステロール血症、ガン、糖尿病…)。レンズ豆、卵、チーズ、野菜、果物などを取り入れた食生活を心がけ肉の消費量を減らし、肉は週に数回食べる程度にしましょう。



旅の思い出の品は、責任を持って買う。

旅行の思い出となる土産品が、絶滅の危機にある動植物から作られていないものを選びましょう。サンゴ、象牙、ウミガメ、ブラジリアン・ローズウッド(学名: *Dalbergia nigra*)などを使って作られた土産品はすべてボイコットしましょう。

土産品の中には、捕獲飼育した野生動物や人工的に繁殖させた野生植物から作られたものもあります(ワニ皮のカバン、蝶の羽を飾った額など)。

ワシントン条約(CITES)の許可証がない製品は購入してはいけません。ワシントン条約は絶滅の恐れのある生物多様性を保護する目的で、それらの国際取引を規制するものです。

ワシントン条約(CITES)は、絶滅の恐れがある野生動植物の種の商業取引に関する国際条約です。

詳しくはこちらをご覧ください：
www.cites.org



第35週

屋外の照明による危害を減らす。

都会だけではなく田舎でも、道路、街路、公園に夜間照明が点灯しているおかげで、特定の動物たち(人間やキツネをはじめ)は夜でも活動することができます。

しかし人工的な照明は、多くの夜行性動物に危害を与えます。夜行性動物(フクロウやネズミ)の目は夜間行動に適応しているため、人工の光のもとでは障害物、エサ、天敵などが見えにくくなります。渡り鳥も人工の照明のために方角を見失います。夜行性の蛾も、衰弱するまで電球の周りを飛び続けます。オスのホタルは、メスのホタルからの光のシグナルを受け取ることができず、繁殖活動ができません。

庭、テラス、ポーチに照明を取り付ける際は、まぶしくない下向きの照明を選びましょう。そして家の中に入る時には必ず電気を消しましょう。



第34週

森林再生プロジェクトを支援する。

毎日、地球上から何百ヘクタールもの森林が消えています。これらの森林は、農地や住宅地を拡大するために伐採されたり、建築や家具製造のための木材調達を目的として不正伐採されたりします。

多数のNGOが、伐採で大きな被害を受けた地域を対象にさまざまな森林再生プロジェクトに取り組んでいます。その中から環境にポジティブなインパクトを与えるもの(砂漠化や土砂崩れの減少)、その地域の生態多様性を改善するもの(絶滅の恐れのある植物を植える、住居地の分散を抑える)、もしくは地元住人のサポートを得ているプロジェクトを選んで寄付を行ってはどうでしょ

う。またエコ・ボランティアとして現地を訪ねるという支援の仕方もあります。



『地球のためにみんなで植林』キャンペーンに参加する。

森は私たちに食物、燃料、建築材料、繊維、薬を提供してくれる貴重な存在です。さらに森は、たくさんの哺乳類、鳥類、無脊椎動物、コケ類、キノコ類を育む場所でもあります。樹木は二酸化炭素を吸収し、酸素を放出します。風化が抑えられ、湿気が保たれるので、気温が数度下がります。その結果、大気中の湿気が増加して気候のバランスが保たれる仕組みになっています。

しかし森林破壊が進み、森は危機にさらされています。森林破壊を食い止める方法として、国連が取り組む環境保護プログラム『地球のためにみんなで植林』キャンペーンに参加しましょう。

詳しくはこちらをご覧ください：
www.unep.org/billiontreecampaign



第36週

食堂にエコな食べ物を。

軍隊員食堂、社員食堂、学校、保育所、病院、介護施設の食堂など、公共のキッチンでは多くの人を対象に食事が提供されます。

食堂の責任者に次のような内容を提案してみましょう：食材は地元の有機栽培者から仕入れる、季節の果物や野菜を使う、肉や魚の使用量を減らし穀物・野菜・卵・チーズをより多く取り入れる、懐かしい味を紹介する（キクイモやルタバガ）、未調理の食材ゴミ（野菜の皮や卵の殻）を減らしコンポストで有機肥料を作るなど…

提案を実現するには調理担当者の協力が必要ですが、これらの努力の積み重ねが、生物多様性の保護につながります。そしてあなたの健康の改善にもなります！



生体多様性に適切な道路作りを。

より環境に優しい道路作りを行うために、地方自治体に働きかけましょう。その具体的な方法は？

まず、環境インパクトを最小限にするための道路図面を提供します。

再生材料から作られ、騒音を抑える効果のある舗装材を選択します。

適切な照明を取り付けます(まぶしすぎない、下向きに設置可能、太陽パネル付きなど)。動物(ヒキガエル、リス、シカなど)が通る小道を作り、あるいは作ることを推進します。

道路わきに沿って密度の高い生垣を植えます。動物相をエコトンネルに導くことができるほか、大気汚染・騒音・人工の光を吸収する効果も出ます。

適切な時期に道路わきのメンテナンスを行います(樹木や植え込みを切るのは巢作りの時期を外す、刈り込み時期を遅らせるなど)。



ドライクリーニングが必要な服は買わない。

ほとんどのドライクリーニング店で、パークロロエチレン(テトラクロロエチレン)が使用されています。この溶液には毒性があり、使用する作業員にとっては危険です。皮膚や粘膜の炎症、吐き気、頭痛、意識を失うなどの症状を引き起こすほか、体内に蓄積されて癌の原因となる危険もあります。

この溶液は通常は閉鎖された排水回路で使用されますが、それにも関わらず地下水や河川で検出されています。しかも、この物質は水中生物のエコシステムにとって特に悪質な環境インパクトを与えます。

現在、生分解の可能な溶液(特に水)を使ったエコロジカーなクリーニング方法はまだ普及が徹底されていません。対策は?ドライクリーニングを必要とする洋服やリネンを買わないことです。



自宅にグリーン・ルーフ(屋上緑化)を取り入れる。

グリーン・ルーフ(屋上緑化)は、都市部の多くの昆虫類や鳥類に安全なすみかを提供します。効果はこれだけではありません!グリーン・ルーフは、雨水を保持するため大気質を改善します。また大幅な温度変動から建物を保護するだけでなく、一種の防音材の役割も果たします。

グリーン・ルーフに取り入れる植物については、ルーフの種類(平らであるか、ゆるやかなカーブであることが重要です!)ルーフの耐久重量、植物の手入れに余裕がある時期などを考慮して選択します(コケ、多肉植物、芝生などは年に一度のメンテナンスで大丈夫です)。専門の業者に相談し、最適な品種や方法を選んでください。



外来種生物を買わない、自然環境に放さない。

熱帯魚、プレーリードッグ、オウム、ボア、タランチュラ:これらのほとんどは、生態多様性を無視して自然環境から採取された動物です(なかには絶滅の危機に瀕する動物もいます)。

輸送中の動物の管理はずさんなものです(これらの動物の大半は自然界以外では生き残ることができません)。

さらに、これらの動物は購入価格も高く、世話にも高額のお金がかかります。そのほか、病気の感染源となったり、凶暴性をもち、大きな怪我や損傷を引き起こしたりといったリスクもあります。

これらの動物を自然環境に放すことは解決策ではありません:放され、あるいは逃げ出した動物のなかには、その地に適応するために本来地元にある生態系を危険にさらすものもいます(インコ、水ガメ、灰色リスなど)。

ですからこのような動物を飼う時は、一度ではなく二(千)回くらい考え直してからにしましょう。



第42週

生物多様性の『ホットスポット』について知る。

地球上の植物、鳥類、哺乳類、爬虫類、両生類のおよそ60%が集まり、さらにその約半分が固有種(地域特有の)であるホットスポットは、生物多様性が非常に高い地域である一方、同時に破壊の危機にも瀕しています。ホットスポットではすでに、70%以上の固有植物の本来の生育地が失われており、絶滅の危機が最も深刻な動物種の75%がなおホットスポットに生育しています。

現在地上では25カ所がホットポイントとして特定され、9カ所がホットスポット化の過程にあります。海洋におけるホットスポットはまだ特定されていません。今後これらの地域を優先的に対象にして活動する必要があります。これらの地域で活動する自然保護団体をサポートしていきましょう。

詳しくはこちらをご覧ください：
www.biodiversityhotspots.org

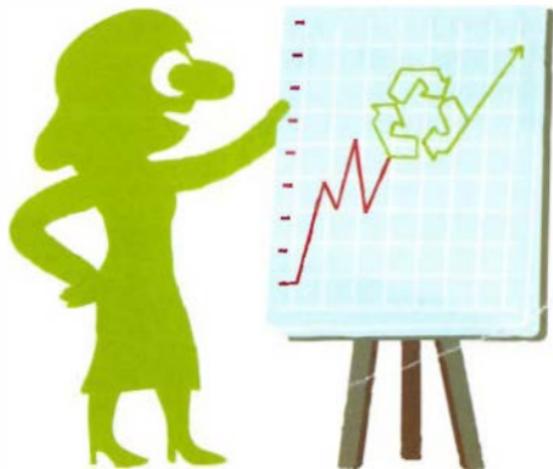


第43週

職場で生物多様性の保全を推進する。

職場でも、企業としての環境保護に対する取り組み(CO₂排出量、河川沿いの工場建設など)や、生物多様性を保全するためのコミットメントの強化を図りましょう。

具体的にどうすればよいのでしょうか?自然保護団体(特定のエコシステムを保護する、絶滅危惧にある生物を保護するなど)に補助金を出す、調査・保全を目的とする科学プログラムを資金援助する、原材料や遺伝資源を供給する発展途上国と利益を分配する、生物多様性の保護を目的とした基金を設立する、これらの活動に社員を参加させる、現地に社員を派遣するなど、方法はいくつもあります。



生態系サービスへの支払(PES)制度を理解する。

農地拡大のために森林を伐採せずに、利幅の縮小があるとしても、雨水の浸透する土壌を維持し、CO₂吸収とO₂放出のバランスを保ち、また多くの生物の住まいや食料を確保するべく森林の保全に同意する農家に対して、見返りとして支払いを行うというのが、『生態系サービスへの支払(PES)』原則の一例です。

特定の生態系サービスの金銭的価値を特定するのは困難ですが、この画期的な原則はすでに一定の成果をもたらしています。みなさんは、この原則を支持しますか？周囲の人と議論してみてください。理解しようと耳を傾けてくれる人がいるはずですよ。



第45週

居住区域の清掃作業を企画する。

近所の人たちと協力し、自治体のサポートを得て、樹木や草木の手入れを含めた居住区域の清掃作業を行います。

木にかかったビニール袋を取り除き、道路わきや河川沿いに捨てられた廃棄物(ジュース缶、ペットボトル、ゴミ、タイヤ、テレビ、ペンキ缶など)を収集し、自然界のゴミ捨て場と化した茂みの中も清掃しましょう。収集したゴミは分別して、ゴミ捨て場に持っていきましょう。

このような作業により河川や空き地のエコシステムの汚染を低減することができます。さらに動物が割れたガラス破片でケガをする、エサと間違えてプラスチックの断片を飲み込むなどの危害も防ぐことができます。



第46週

紙や段ボールの使用を減らす。

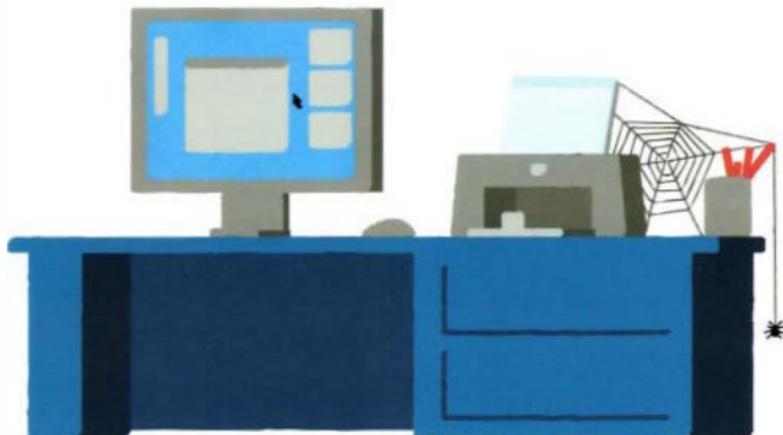
紙や段ボールの消費を減らすことは、森林保護だけではなく、紙の生産に使われるエネルギーと水の量、さらにゴミの量の低減につながります。

文書は両面印刷にし、未使用の面は下書き用紙として使いましょう。封筒は捨てずに保管し、空白部分を買取り物リストや伝言に使いましょう。

可能な限り、再生紙またはFSCおよびPEFCの認証ラベルの付いた紙製品(ノート、トイレットペーパー、壁紙など)、フアブリック(タオル、ハンカチ、カバンなど)、インターネット(辞書、振込みなど)などを使いましょう。

読み終わった本、新聞、雑誌は他の人に貸してあげましょう。

もちろん、不要になった紙類や段ボールは忘れずにリサイクルしてください。



第47週

インターネットを使って生物多様性の保全に取り組む。

インターネットを活用すれば、生物多様性の保護活動に簡単に参加することができます。毎日使う検索エンジンの中には、毎日、環境を守るための行動を一つずつ表示するものがあります。訪問者数をカウントし、検索が100件あるいは500件に達するごとに木を一本植林するものもあります。このほかに画面の背景を黒くしたもの(白よりも使用エネルギーが少ない)、や広告収入の全額あるいは一部を環境保護団体に寄付するものもあります。

あなた自身の環境フットプリントを概算してみましょう。飛行機で移動する際にCO₂排出量のフットプリントを相殺するための金額を自然保護プログラムに寄付する、エコラベルについて学ぶ、ブログ、フォ

ーラム、オンラインのソーシャル・ネットワークで生物多様性の保護について自分の経験をシェアするなど、様々な取り組み方があります。



第48週

『地産地消』する。

『地産地消』とは、地域で生産された新鮮な食べ物を選んで消費することです。輸送距離が短縮されるため、大気中のCO₂排出量が低減されます(温室効果ガスの増加による気候変動が原因で多くの動植物が姿を消しています)。さ

らに地産地消は、在来種の野菜や家畜を栽培・飼育する地域の生産者の支援にもつながります。

もちろん、旬の果物や野菜を消費できるというメリットもあります。地産の食物、特に有機

栽培されたものは海外からの輸入食品より味も優れています(輸入食品には大量の化学肥料や農薬が使用され、輸送中に大気を汚染します)。地産地消に切り替えることは良いことづくめなのです。



第49週

自然界に薬を捨てない。

私たちが飲む薬の大部分はトイレに排出されます。下水処理場で廃水処理された後も、これらの薬の成分が河川や海で検出され、海洋動植物に危害を加えています。

薬によるその効果はまだあまり知られていません。しかし経口避妊ピルに含まれる合成エストロゲンにさらされた魚に雌雄同体が発生するという例が見られています。

対策はあるのでしょうか？まず、本当に必要でない限り、薬を使わないようにします（ウイルス性の病気には、抗生物質は効果がありません）。また未使用の薬や使用期限の切れた薬は、薬局に持って行きましょう（ゴミ箱やトイレに捨ててはいけません）。



第50週

生物多様性の大切さを伝えるプレゼントを選ぶ。

プレゼント選びにお困りですか？生物多様性について話をするきっかけとなるプレゼントや、自然保護の重要性を教えてくれるサービスをプレゼントにするのはどうでしょう？プレゼント選びを通して、地球のために重要なトピックに楽しく取り組むことができます。

手作業が好きな人にはナチュラルペイントの入門書、グルメな人には食用花の本、旅行好きにはエコツーリズムのガイドブック、草木を愛するナチュラルリストには双眼鏡など、アイデアは尽きません。

アレppo石鹸をプレゼントして、自然素材を使うことの大切さを伝えることができます。有機栽培カカオを使ったチョコレート箱詰めプレゼントの前に、インドネシアやマレーシアのパーム栽培に関する問題(大型サル類への危害を含む)について話し合みましょう。



第51週

新種の動植物の名付け親になる。

BIOPAT(生物多様性保全のためのパトロン制度)は、ドイツの様々な自然科学の調査機関や博物館が支援するイニシアチブで、寄付と引き替えに、動植物(カエル、蝶、クモ、シダ、蘭など)の新種が見つかった場合に自分や家族の名前を付ける権利を付与しています。

この制度を通して、あなたの生物多様性保護へのコミットメントを永久的に残すことができます。寄付は、分類学的な研究(すなわち、新種に関する情報提供)だけではなく、新種が見つかった国を中心に自然保護のための研究や活動にも役立てられます。

このイニシアチブに関する詳しい情報は次をご覧ください：

www.biopat.de



第52週

NATURA 2000プログラムについて理解する。

農業、林業、産業、観光業…これらのすべてが、湿原、常緑地帯、ブナ林、オーク林など自然生息地の破壊につながっている可能性があります。この結果、多くの動植物が生存の危機に瀕しています。

欧州で展開される Natura 2000は、自然環境に生息する動植物と人間との共存を図りながら自然保護を目的とするプログラムです。これまで、ビオトープ(生物生息空間)による自然修復、在来種の復活、研究・教育活動の開発などの活動が実施されてきました。

Natura 2000に関する詳しい情報はこちらをご覧ください：
ec.europa.eu/environment/nature



個人の使用および／または教育を目的とする場合、文書や画像の複製が許可・奨励されていますが、商業目的での使用は、原文を引用する場合を除いて、厳しく禁止されています。フランス及びその他の国において、いかなる目的にせよ、本書の複製、別の言語への翻訳、編集を行う権利は上記に記載した者に属するものとします。

文責: Charlotte Deguelle

翻訳: Bowne Translation Services

イラスト: Claude Desmedt

編集・レイアウト: Agence Hickory

本文書はNovatech ISO 99.5用紙に印刷したものです
(表紙: 250g、本文: 93.5g)。印刷: Druco



本文書はGDF SUEZIによる出版物です。 **GDF SUEZ**