



あなたのアイデアで  
みんなの背中を“ナッジ”しよう！

CO2削減に関するアイデア実践コンテスト

ECOコン

AKITA 2023

秋田県生活環境部温暖化対策課





## 目的

地球温暖化は、気温の上昇のみならず、大型台風や豪雨をはじめとした異常気象など様々な気候変動や、自然災害をもたらす要因と考えられています。

本県においても、2023年度は、7月の記録的な大雨に始まり、その後は「災害級」とも言える猛暑に見舞われ、年が明けてからは記録的な暖冬少雪となるなど、気候変動や地球温暖化の影響が大きく現れ、私達の暮らしの現実の脅威としてその姿を現してきています。

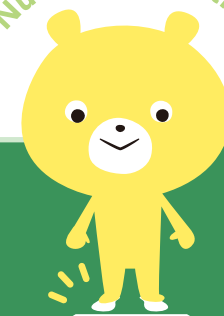
こうした中、2050年カーボンニュートラルの達成に向け、環境問題に関心が高い層のみならず多くの県民の環境配慮行動の実践につなげる手法を探るとともに、2050年の社会において中心となって活躍する若者の環境問題に対する意識を高めることを目的として、本事業を実施しました。

## 事業概要

ナッジ理論を活用するなどして効果的に人々の行動変容を促す手法について、若者の視点を活かした「CO<sub>2</sub>削減に関するアイデア実践コンテスト (ECOコン)」を実施しました。

参加者は、日常生活の様々な場面においてコストをかけずに温室効果ガスの排出削減につなげる仕掛けづくりについて自由にテーマを設定。そのアイデアを実践して効果を検証し、優れたアイデアを表彰しました。

"Nudge" is like this!



### ナッジ理論とはよりよい選択をするために小さなきっかけを作ること

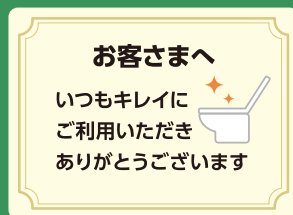
ナッジ(nudge)とは、「注意を引くためにそっと突く、そっと動かす」という意味の英単語です。

ナッジ理論は、強制されるよりもそれとなくしてほしいことを伝える方が、人間は動きやすいという性質に基づいています。



#### レジ前の「足跡」

縦と横で列が分かれることを防ぐのと同時に、距離の目安として効果を発揮しています。



#### トイレの「ありがとう」

「ありがとう」の張り紙は強制的な言葉を使うよりも効果的であることがわかっています。



#### ごみ捨てで「どっち派？」

タバコの吸殻で投票するアンケートボックスを設置することで、タバコのポイ捨てが減りました。



#### 自転車「捨て場」?

放置すると持っていかれてしまうと伝えることで、放置自転車問題を解決しました。



## 対象

### 県内の大学生、専門学校生等

- ※グループ・個人とも可
- ※25歳までの社会人も可

## アイデアの実践サポート

参加者が円滑にアイデアを実践・検証できるよう、次の支援を行います。

### ① アドバイザーによる伴走支援

### ② 物品の制作・印刷

アイデアの実践に当たり、必要となる物品の制作への支援や啓発物の印刷等を行います。

※上限額／1組15万円程度(単価3万円未満)

### ③ 必要経費の負担

活動施設の利用料等を負担します。

## 令和5年度のコンテストの流れ

参加者の募集 ..... 5~6月

事業説明会・研修会 ..... 7月26日

アイデアの提出 ..... 8月31日

アイデアの選考 ..... 9月7日

交流会 ..... 9月26日

アイデア実践 ..... 10月~12月

審査会・表彰式 ..... 2月5日



# 事業説明会・研修会 (令和5年7月26日)

応募者や自治体職員を対象に、ECOコン事業の説明会と、環境問題やナッジ理論について学ぶ研修会を行いました。


事業説明会・研修会

なぜ脱炭素・カーボンニュートラルが必要？

気候変動による影響を最小限にするために

- 地球温暖化や気候変動問題は世界共通の喫緊の課題
- 地球温暖化の原因は人間の活動によるものと断定  
(2021年 IPCC第6次報告書)
- 2050年までに温室効果ガス排出量を実質ゼロ  
＝カーボンニュートラルを表明  
(2020年10月26日に行われた国会で菅前総理大臣が宣言)
- カーボンニュートラル宣言 (2022年4月20日 秋田県)
- あきたゼロカーボンアクション宣言 (2023年5月22日 秋田県)

県民、事業者、団体、行政



## 環境問題についての講義

環境カウンセラー  
朝倉 孝子 様

事業説明会・研修会

わかっている、それができない。

促進要因のバイアス

阻害要因のバイアス



## ナッジ理論についての講義

青森大学客員教授  
竹林 正樹 様

## 参加者の感想



身近にできる節電方法を知ることができてよかった！

何となく「ナッジ」という言葉を聞いていたが、研修会を通して理解することができた！

どちらも自分の生活に直結するもので非常に参考になった！



# アイデアの選考 (令和5年9月7日)

応募のあったアイデアを選考するため、大学教授や有識者ら4名の審査員による書類審査を行いました。

応募者  
一覧

- 1 秋田工業高等専門学校 園芸科学同好会【団体】**  
－ 人感センサーがついていない電灯のナッジ手法を利用した消し忘れ防止活動 －
- 2 秋田大学 西入 愛菜【個人】**  
－ ナッジ理論を用いた古着回収 －
- 3 秋田県立大学 システム科学技術学部 環境システム研究室【団体】**  
－ ナッジを用いてマイボトル持参を促進！ －



## 審査ポイント

- ・CO<sub>2</sub>削減効果が期待できるか
- ・費用対効果が大きく、実現可能なものであるか
- ・アイデアに独創性があるか
- ・ナッジ理論が効果的に活用されているか

など



審査の結果、応募のあった3組全てが基準点を満たし、採用されました！



# 交流会 (令和5年9月26日)

参加者同士が初対面。  
他の参加者のアイデアを聞き、  
アドバイザーからの助言をいただくことで、  
自分たちのアイデアを  
ブラッシュアップしました。

## ▼アドバイザーの方々



青森大学客員教授 竹林 正樹 様



東北環境パートナーシップオフィス・  
東北地方ESD活動支援センター 様



参加者同士で  
意見交換



1

## アイデア発表

- ① 秋田工業高等専門学校 園芸科学同好会の皆さん  
「校舎階段の電気の消し忘れを無くしたい!」
- ② 秋田大学 西入 愛菜さん  
「衣類廃棄を減らすために古着回収を行いたい!」
- ③ 秋田県立大学 環境システム研究室の皆さん  
「ペットボトルごみを減らすためにマイボトルの利用を促進したい!」



2

## アドバイザーからの講評

- ① 省エネ行動が実施されていない箇所を特定していて素晴らしい! 活用するナッジの内容を工夫してみては?
- ② ナッジを用いていて、一般的な古着回収とはひと味違って面白い! 効果検証の方法を模索してみては?
- ③ 湧水の飲み比べというアイデアが面白い! ターゲット層や実施場所をもう少し検討してみては?



3



# アイデア実践

階段灯スイッチ



## 1 秋田工業高等専門学校 園芸科学同好会

— 人感センサーがついていない電灯のナッジ手法を利用した消し忘れ防止活動 —

### 調査目的

校内において階段の電灯をつけたら消すという習慣づけを行うとともに、階段灯の電気使用量削減を図る

### 活動内容

ナッジ理論を活用した2種類の掲示物を貼ることによる行動変容を検証

### 検証方法

階段灯の手元に照度ロガーを置いて、点灯時間を測定

#### ナッジ無

階段灯をつけたら、必ず消灯してください。

掲示期間  
11月14日より  
11/31日まで

秋田工業高等専門学校 園芸科学同好会  
問合せ先：物質・生物系 西野智路（顧問）

掲示物A

#### ナッジ有

— 省エネ活動のお願い —

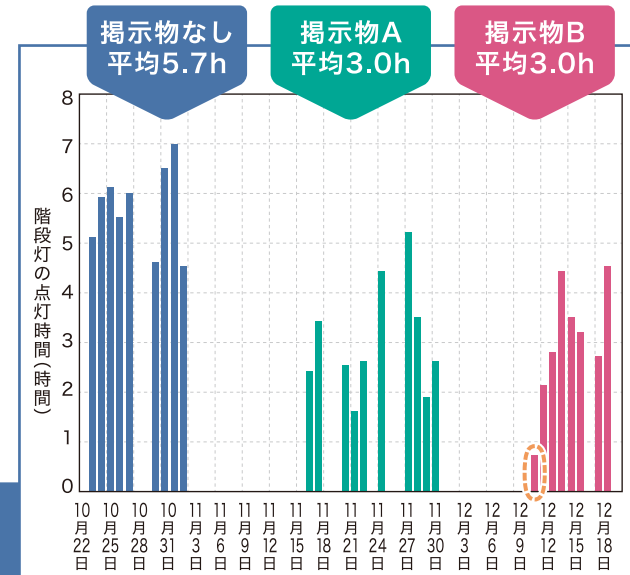
電灯スイッチはここだよ！  
消してくれて、ありがとう

※蓄光物を併用消灯すると輝く星が！

掲示期間  
12月10日より  
12月21日まで

秋田工業高等専門学校 園芸科学同好会  
問合せ先：物質・生物系 西野智路（顧問）

掲示物B



### 結果

- ・ 掲示物による周知で行動変容を促す効果があった。
- ・ 掲示物AとBの平均点灯時間は同じであったが、掲示物Bの初日が点灯時間が最も短かった。



# アイデア実践

## 2 秋田大学 西入 愛菜 — ナッジ理論を用いた古着回収 —



### 調査目的

古着をごみとして捨てるのではなく、回収場所への持参を促すことでCO<sub>2</sub>排出削減を目指す

### 活動内容

古着の有人回収、無人回収に際し、周知チラシのナッジの有無で行動変容を検証

### 検証方法

- 古着の回収量を測定
- アンケート調査の実施

### 有人回収

【対象】小学生とその保護者

【実施場所】市民サービスセンター（秋田市西部、北部）

【チラシ配布先】秋田市立日新小学校、土崎小学校、港北小学校

### 無人回収

【対象】秋田大学生

【実施場所】秋田大学

【チラシ配布先】大学内

※回収BOXを洗濯機型とする奇抜化や古着を貼り付けた全身鏡の設置も実施



### ナッジ無

#### 古着回収を行います

ご自宅にある古着を是非持ってきてください。回収された古着はマレーシアに輸出され、地域の子どもたちに寄付されます。

詳細は下記のとおりです。

・日 時：12月2日（土）  
9:30～11:30

・場 所：秋田市西部市民サービスセンター  
WESTER【ウェスター】

注意：洋服は多持参してください。それ以外は回収しません。袋に入れてご持参ください。

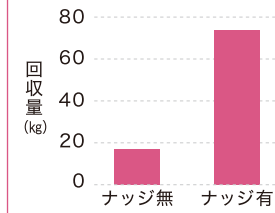
※今回の古着回収は県の事業に伴い、県内の大学生が企画・実施するものです。

主催：秋田県  
協賛：秋田大学、ECOコンシェルジュ（秋田大学内）  
TEL: 0182-863-6113（平日9:00-18:00）

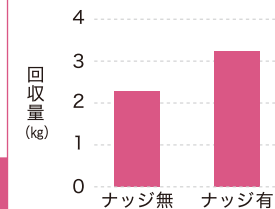
### ナッジ有



### 有人回収



### 無人回収



### 結果

ナッジ無と比較し、ナッジ有の古着回収量は有人回収では約4.0倍、無人回収では約1.5倍に増え、古着回収に来た人数は有人回収では2.5倍、無人回収では3.0倍に増えた。





# アイデア実践

## 3 秋田県立大学 システム科学技術学部 環境システム研究室 — ナッジを用いてマイボトル持参を促進! —



オリジナルマイボトルも販売

### 調査目的

ペットボトルの使用量削減を図るため、マイボトル持参につながるような仕掛けを行う

### 活動内容

大学祭にて湧水の飲み比べができる給水所を設置

### 検証方法

提供した水量からペットボトル削減量・CO<sub>2</sub>削減量を推計

#### ナッジ無



水道水のみ提供

#### ナッジ有

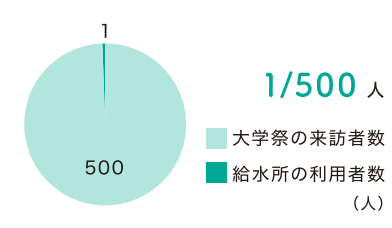


水道水・湧水を提供

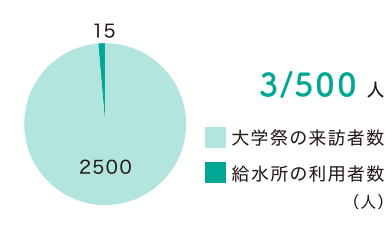
- ・ 湧水は、にかほ市本郷・中島台から採集  
※秋田県分析化学センターにて水質検査済
- ・ 導線上に足跡も設置



#### ナッジ無



#### ナッジ有



### 結果

- ・ 水道水のみ提供時と比較し、湧水の提供時には3倍の利用があった。
- ・ 給水所の利用一人あたりにつき、ペットボトル(500ml)0.1本分、CO<sub>2</sub> 9.4g分の削減効果があることが分かった。



# 審査会・表彰式 (令和6年2月5日)

これまでの取組の成果を発表！  
審査員が評価を行った後、表彰式を行いました。



- 発表時間 各組10分
- 質疑応答 各組10分
- 審査員 大学教授や有識者ら4名
- 審査基準 次の5つの項目を審査

課題設定	独創性	実践・分析	波及可能性	プレゼン能力
------	-----	-------	-------	--------

**最優秀賞 (1組)** Amazonギフト券(5万円分)  
**優秀賞 (2組)** Amazonギフト券(2万円分) を贈呈!!

## ▼発表の様子



審査の結果、  
**秋田工業高等専門学校  
 園芸科学同好会**  
 が最優秀賞に選ばれました!





# 学生インタビュー

今回の活動を通しての感想を参加した学生さんに聞いてみました。



## 秋田工業高等専門学校 園芸科学同好会

日常生活の中に取り入れることができるナッジ手法はたくさんあると思いました。  
これからもナッジを意識しつつ、環境問題に取り組んでいきたいと思います。



## 秋田大学 西入 愛菜さん

若年層へのアプローチが大変だと感じました。今後はNPO法人と協力しながら、  
ナッジを用いて若年層など多くの人に参加していただけるようにしていきたいと思いました。



## 秋田県立大学 システム科学技術学部 環境システム研究室

マイボトルの持参率が予想よりも高くて驚きました。  
自分自身も今までは飲み切ったペットボトルはすぐに捨てていましたが、すすいで再利用するなど  
環境への意識が変わりました。

# 本コンテンツに ご協力いただいた皆様 (敬称略)

## 参加者

- ・ 秋田工業高等専門学校 園芸科学同好会
- ・ 秋田大学 西入 愛菜
- ・ 秋田県立大学 システム科学技術学部 環境システム研究室

## 審査員

- ・ 秋田県立大学 生物資源科学部 生物環境科学科 教授 木口 倫
- ・ 秋田大学 教育文化学部 地域文化学科 助教 熊丸 博隆
- ・ 整理収納アカデミアマスター、秋田収納美人塾 代表 柳瀬 わかな

## 講師

- ・ 環境カウンセラー 朝倉 孝子
- ・ 青森大学 客員教授 竹林 正樹
- ・ 東北環境パートナーシップオフィス・東北地方ESD活動支援センター

## 秋田県生活環境部温暖化対策課

〒010-8570 秋田市山王四丁目1番1号  
TEL 018-860-1560 FAX 018-860-3881  
E-mail en-ondanka@pref.akita.lg.jp



コンテンツの様子は  
動画でも配信しています



令和6年3月発行