



Advancing Adaptation Actions for Citizens and Enhancing Science Communication

Midori Nemoto

Center for Climate Change Adaptation (CCCA)
National Institute for Environmental Studies, Japan (NIES)

National Institute for Environmental Studies, Japan (NIES)

Executives



Administration Department

- Planning Division
- Research Collaboration Division
- General Affairs Division
- Environmental Information Division

Research Department

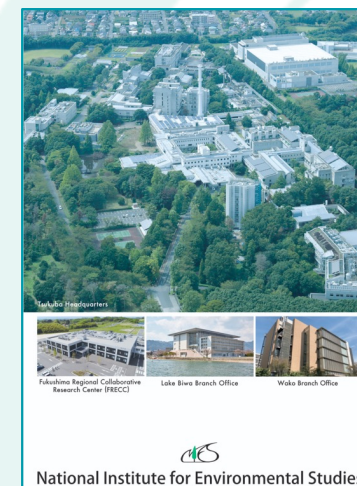
- Earth System Division
- Material Cycles Division
- Health and Environmental Risk Division
- Regional Environment Conservation Division
- Biodiversity Division
- Social Systems Division
- **Center for Climate Change Adaptation (CCCA)**
- Fukushima Regional Collaborative Research Center
- Lake Biwa Branch Office
- Wako Branch Office



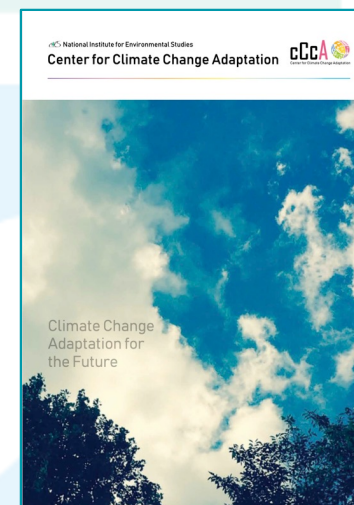
Center for Climate Change Adaptation (CCCA) – Since 2018



- Office for Climate Change Adaptation Coordination
- Climate Change Impacts Monitoring Research Section
- Climate Change Impacts Assessment Research Section
- Climate Change Adaptation Strategy Research Section
- Asia-Pacific Climate Change Adaptation Research Section

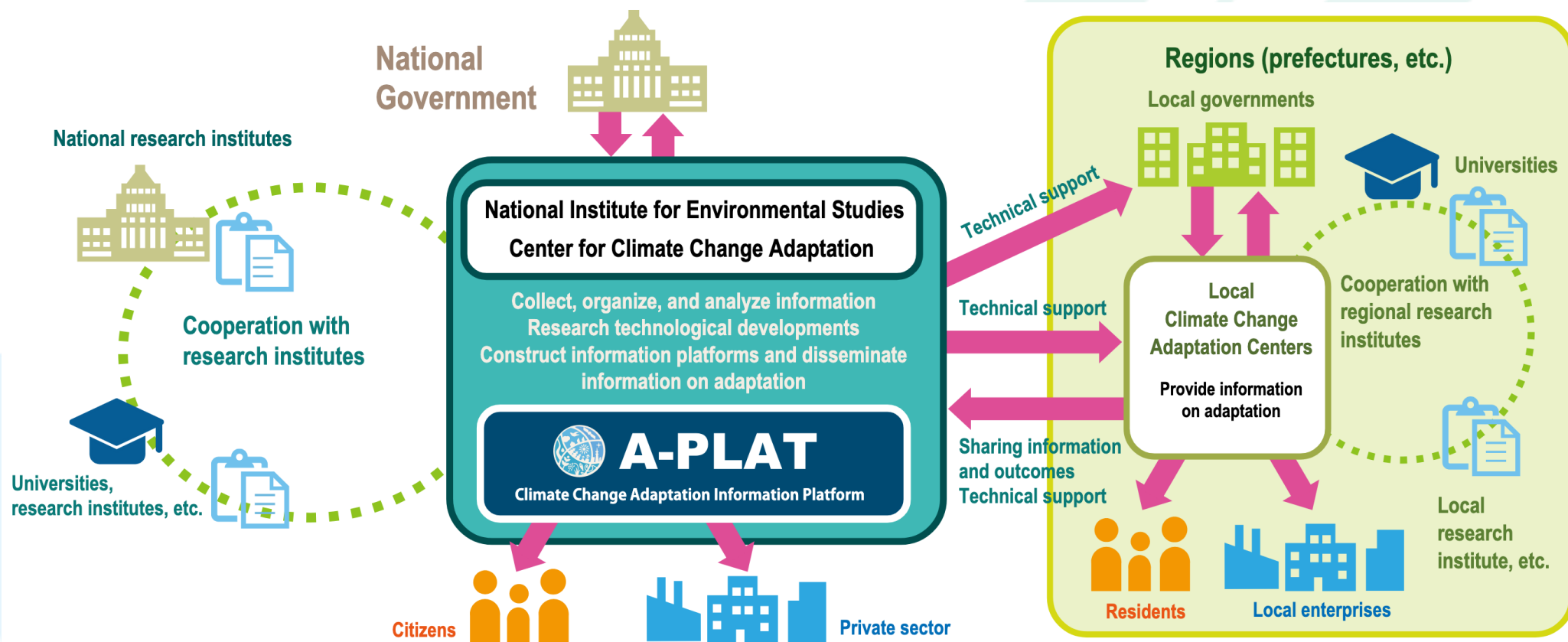


https://www.nies.go.jp/gaiyo/brochure_web_English.pdf



https://adaptation-platform.nies.go.jp/en/about/pamphlet/CCCA_Pamphlet_E_2025.pdf

Center for Climate Change Adaptation (CCCA) – Since 2018



①Field Interviews on Climate Adaptation Measures



J-League's climate change measures. To a world where many people can play sports safely and securely

Published September 24, 2025. **NEW**



A small acorn is a great way to prevent landslides. Anyone can participate in MODRINAE

Released July 30, 2025



Re-cultivate sea urchins, which are the cause of the seashore burn, and aim to restore the seaweed beds while making them a local specialty.

Published May 20, 2025



Instagram



In Shimonoseki, which boasts the largest amount of pufferfish handling in Japan, adapts to changes in the catch due to rising sea temperature

Published April 25, 2025



"Farm to Table" is embodied in crops grown on the Andersen Group's own farm while adapting to climate change

Published December 9, 2024.



A fun crayon that children can learn while keeping the colors of vegetables and fruits

Published November 28, 2024.



YouTube

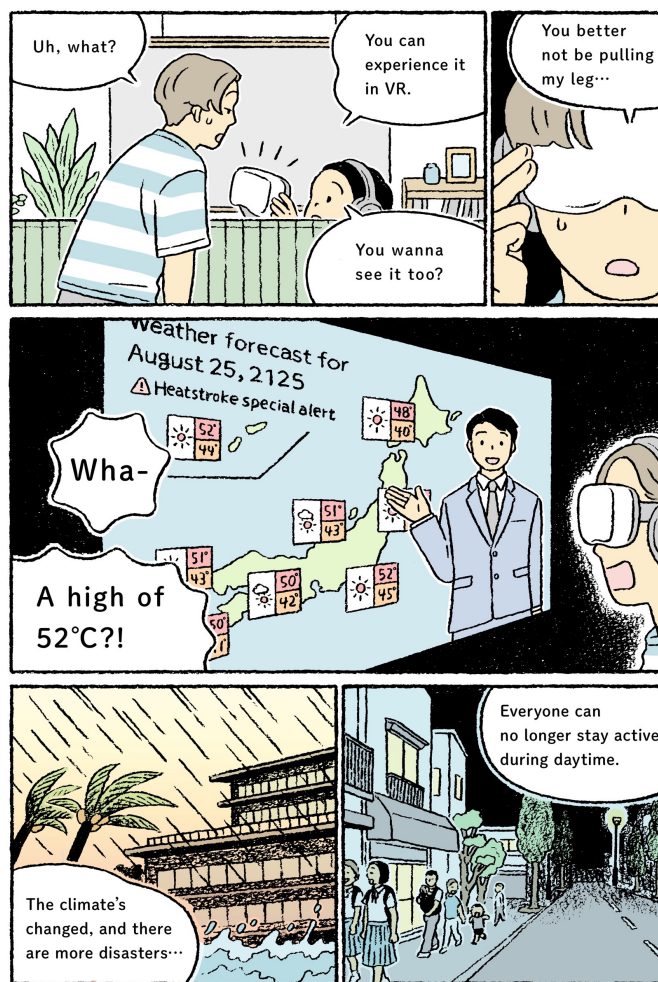


<https://adaptation-platform.nies.go.jp/data/interview/index.html>

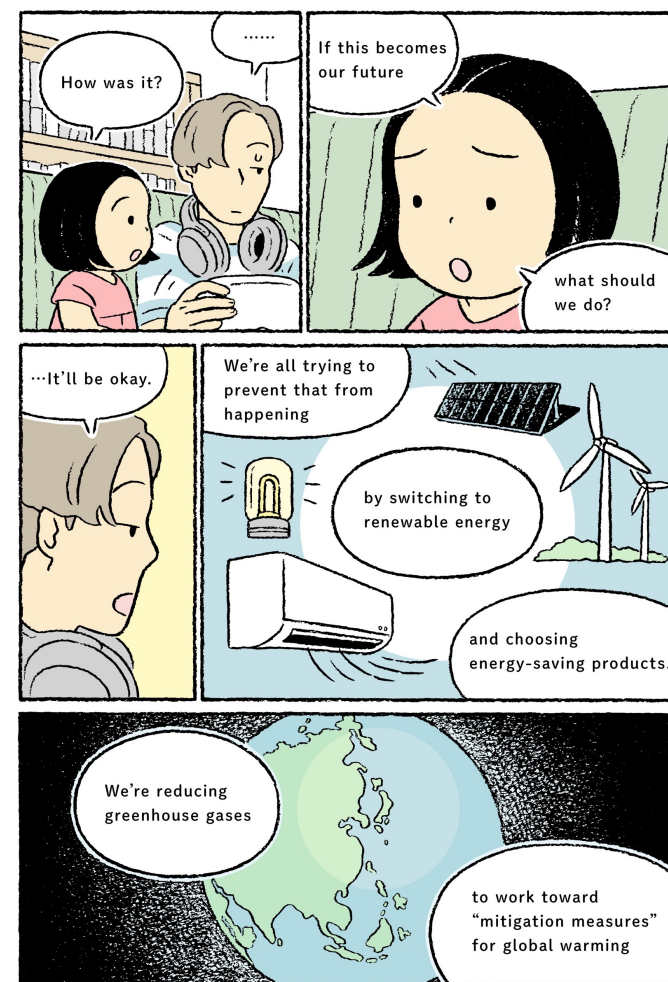
② Engaging the Public through Climate Adaptation Stories



①

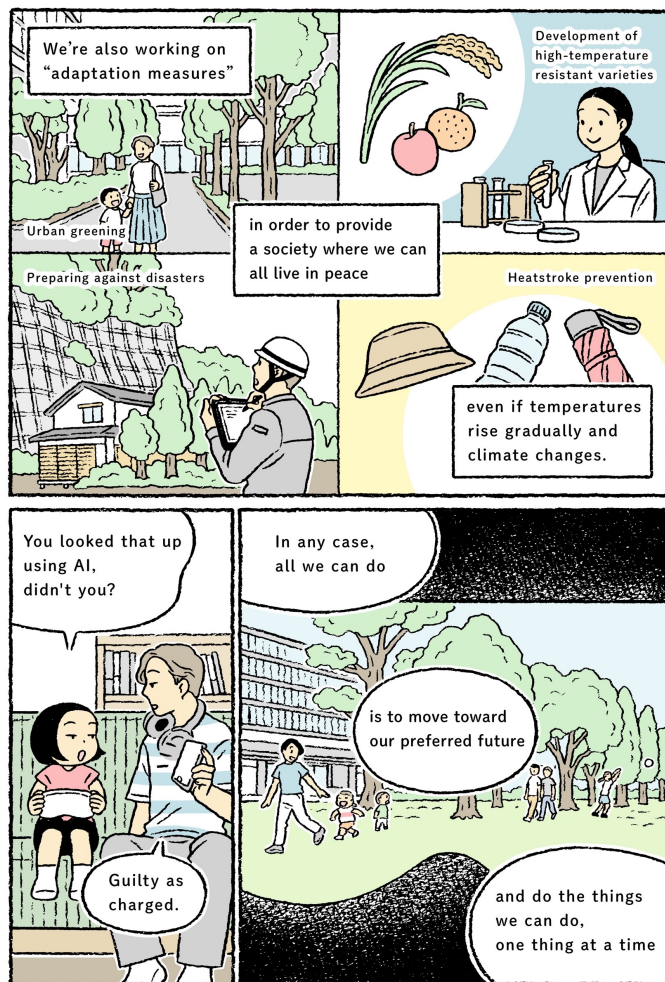


②

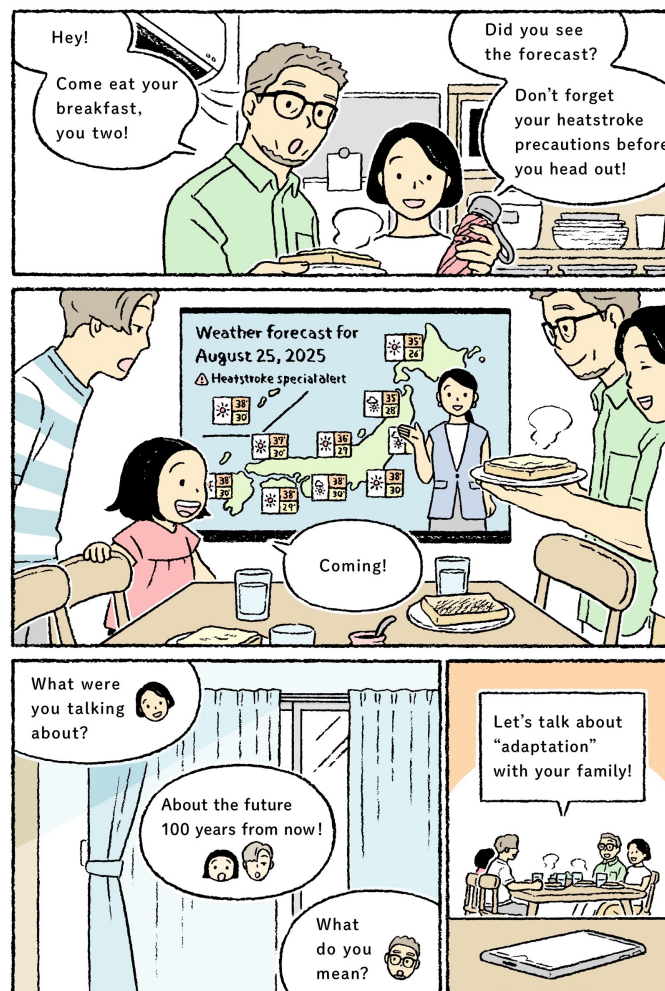


③

②Engaging the Public through Climate Adaptation Stories



④



⑤

Let's make climate adaptation mainstream!



③New Campaign “#Let’s Adapt!” for Youth



Objective: Raising public awareness and understanding of climate change adaptation, and promoting behavioral change

Approach: Organize 15 adaptation actions based on the National Impact Assessment Report, and develop original PR tools

Collaboration: With local governments, businesses, and media to share information and promote adaptation actions

<https://adaptation-platform.nies.go.jp/everyone/campaign/index.html>



#TEKIOU SHIYO 15 ACTIONS FOR A COMFORTABLE LIFE

気候変動で変わるくらし
スマートに生きるための
15の適応アクション

「#適応しよう」キャンペーンでは、快適に生きるための行動の知恵として

- ライフスタイルの適応
- 食の適応
- 住まいの適応
- スポーツ・レジャーの適応
- その他の適応

の5つのカテゴリーからなる15の適応アクションをまとめています。

「#適応しよう」キャンペーンとは

現在および将来の気候変動の影響にそなえ、快適に暮らしていくための【適応アクション】を私たち一人ひとりに広げていくキャンペーン。主に2点の活動を行います。

- ① PRツールを活用した情報発信
- ② 「適応アクション」に繋がる取り組みの推進

併せて「適応アクション」に関連するサービスやプロダクト等を持っている自治体・企業・団体・個人を対象に、情報発信や普及啓発に協力いただける「賛同パートナー」を募集!



Action 01 猛暑でも快適に暮らそう

適応セレクト

- 暑さ指数(28以上がリスク高)を確認して行動時間を減らす
- 水分・塩分をこまめに補給する
- 家族や身近な人への声かけをする
- 衣類やアイテムで体感温度を下げる

Action 02 サステナブルファッションを取り入れよう

適応セレクト

- リペア、リメイクを楽しむ
- 古着、リユースを楽しむ
- 服の原料やトレーサビリティを確認する
- 気候に合わせてやすく、洗濯しやすい服を選ぶ

Action 03 防災ノウハウを身につけよう

適応セレクト

- 天気予報を見る習慣をつける
- 家族と災害時のことについて話し合う
- 避難場所や避難経路を確認しておく
- ハザードマップを活用する

Action 04 防災グッズを揃えよう

適応セレクト

- 防災グッズを準備する
- 定期的に期間や機能するかを確認する
- ローリングストックを活用する
- ポータブル電源を用意する

Action 05 食の選択肢を増やそう

適応セレクト

- 地域の新しい産品、新ブランド米を食べる
- 地域のもの、旬のものを食べる
- 規格外の野菜・果物を食べ取り入れる
- 新しい食材を使った新たなレシピを楽しむ

Action 06 食品ロスを減らそう

適応セレクト

- ストックや賞味期限をこまめに確認する
- 規格外の野菜・果物を食べ取り入れる
- 買いすぎず、食べ切る
- 外食時に残さない

Action 07 エネルギーを効率よく使おう

適応セレクト

- 遮光・遮熱カーテンを取り入れる
- 熱の出入りが大きい窓に断熱材をはる
- エアコンと合わせて、サーキュレーターを使う
- 節電や停電時のためにポータブル電源などを取り入れる

Action 08 限りある水を大切に使う

適応セレクト

- シャワーヘッドや蛇口などに節水アイテムを使う
- お風呂のお湯の残り湯に注意する
- ウォーターレスのアイテムを選ぶ
- 洗濯物や食器などのまとめ洗いをする

Action 09 おうち緑化しよう

適応セレクト

- つる性植物でグリーンカーテンを作る
- ガーデニング、庭の緑化をする
- 調湿のために窓際やベランダに観葉植物を置く
- 雨上緑化、壁面緑化をする

Action 10 災害に強い家で暮らしを守ろう

適応セレクト

- 引越しの前にハザードマップを確認する
- 太陽光発電や蓄電池(家庭用蓄電池・電気自動車など)を取り入れる
- 倒壊や崩壊の恐れがある場合は、水はけをよくしておく
- 屋根や窓の損傷、水害に強い構造を確認する

Action 11 運動に最適な環境を選ぼう

適応セレクト

- スポーツをする時刻を変える
- 冷却設備のある体育館など、スポーツをする場所を変える
- 運動内容、休憩頻度を変える
- 暑、干ばつ期間、台風など気象の変化に注意する

Action 12 運動時にクーリングをしよう

適応セレクト

- 涼しいウェアを身につける
- アイスラシャーや体を冷やす飲料の摂取
- 運動前、休憩時、運動後などに手洗いや、顔・足を冷やす
- 暑さ指数によって、冷却のタイミングと頻度を調整する

Action 13 感染症予防のために虫除け対策をしよう

適応セレクト

- 長袖・長ズボンを着用する
- 虫が寄ってこない色合いの服を選ぶ
- 虫除けスプレーなどのアイテムを利用する
- 防虫加工されたウェアを活用する

Action 14 新しい旅の魅力に出会おう

適応セレクト

- グリーンシーズンのアクティビティを楽しむ
- サステナブルな取り組みをしている観光地、施設を選ぶ
- ジビエや新たな産品の食材など地域の食材を楽しむ
- EVカーシェア・タクシー・バスで移動する

Action 15 適応しよう・参加しよう・シェアしよう

適応セレクト

- 気候、季節の変化を身近な人にシェアする
- 身近に取り組む企業、自治体、団体を応援する
- 季節ごとの気候の経験活動に参加する
- 将来の気候について調べる

Scan the QR code for more information!



<https://adaptation-platform.nies.go.jp/everyone/campaign/index.html>



Thank you for your attention!

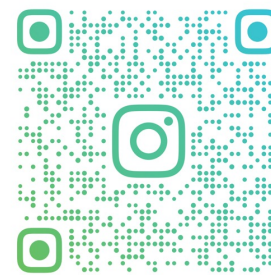
For further information, please feel free to contact us:

[Contact details]

nemoto.midori@nies.go.jp

Center for Climate Change Adaptation (CCCCA)

National Institute for Environmental Studies, Japan (NIES)



APLAT.JP

<https://www.instagram.com/aplat.jp/>