

# A-PLAT BOOK

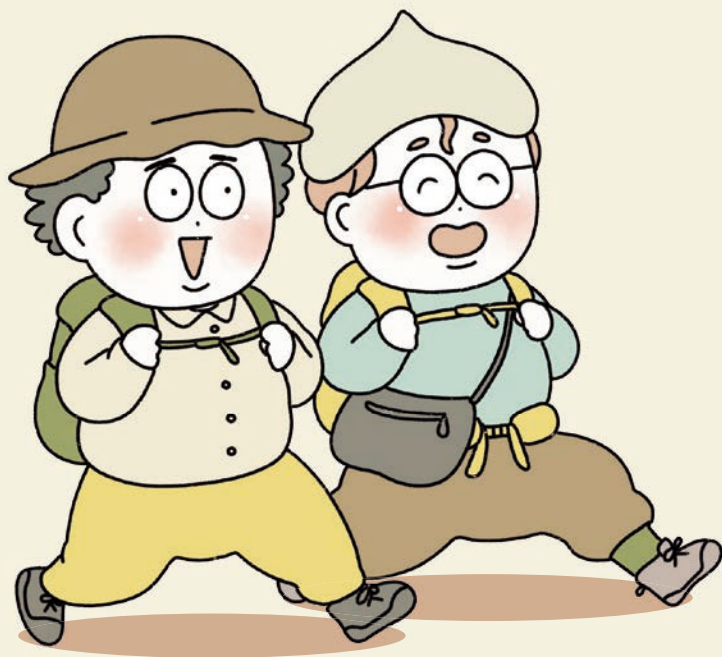
Climate Change

Adaptation Information

Platform



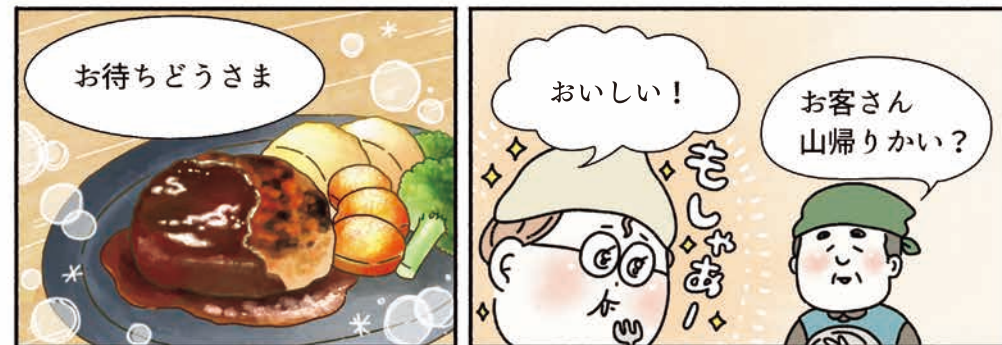
いまが、未来になる。  
— 適応 —





(※1) 気候変動: 気温や雨の降り方などが数十年を超える長期に渡って変化する現象のこと  
(※2) 森林が衰退すると土砂崩れや洪水などの災害が増えたり、生態系が崩れるなどの問題があります

(※3) ニホンジカやイノシシのように生息数が急増したり、生息域が拡大している鳥獣に対しては、捕獲をはじめとした「生息数や生息分布の適正管理」などの施策を地域の実情に応じて講じるのが求められます。 参考 → [https://www.env.go.jp/nature/choju/docs/docs5/imatora\\_fin.pdf](https://www.env.go.jp/nature/choju/docs/docs5/imatora_fin.pdf)





## 緩和とは? 2つの 気候変動対策 適応とは?

原因を少なく 影響に備える

### 緩和策の例

- 節電・省エネ (Energy saving)
- エコカーの普及 (Popularization of eco-cars)
- 再生可能エネルギーの活用 (Use of renewable energy)
- 森林を増やす (Increase forests)
- 温室効果ガスを減らす (Reduce greenhouse gases)

### 適応策の例

- 感染症予防のため 虫刺されに注意 (Pay attention to insect bites for infection prevention)
- 熱中症予防 (Prevention of heatstroke)
- 高温でも育つ農作物の品種開発や栽培 (Development and cultivation of crop varieties that grow in high temperatures)
- 水利用の工夫 (Water-saving techniques)
- 災害に備える (Prepare for disasters)

気候変動による人間社会や自然への影響を回避するためには、温室効果ガスの排出を削減し、気候変動を極力抑制すること(緩和)が重要です。

緩和を最大限実施しても避けられない気候変動の影響に対しては、その被害を軽減し、よりよい生活ができるようにしていくこと(適応)が重要です。

## 「変わっていく環境で生きていく」それが適応

気候が変わっていく中で、私たちの生活も、少しずつ変わってきています。それは、森の風景や旅の楽しみ方など生活面だけでなくレジャーの面も含まれます。でも、その変化は、新しい観光の楽しさを見つけるきっかけにもなります。気候の変化とうまくつきあひながら、暮らしや旅を工夫して楽しんでいくこと——それが、地域の未来を守り、つないでいく「適応」への第一歩です。

気候変動の影響は、私たちの暮らしのさまざまなところに既に現れています。これまで広く知られてきた「緩和策」と呼ばれる、温室効果ガスの排出量を減らす努力などに加えて、これからの時代は既に起こりつつある気候変動影響に備える「適応」に取り組んでいくことが重要です。

# 適応しよう

←書き込んでチェック

気候の変化に合わせて、自分や大切な人を守りながら快適に過ごすための工夫や行動が「適応アクション」です。日常の暮らしの中で、どんな適応アクションがあるか、チェックしてシェアしよう！

※ここでは、毎日の生活にぜひ取り入れてみてほしい適応アクションをピックアップしています。

## 命を守る「適応」

自分や大切な人の命を守るために、できる工夫を暮らしに取り入れるのが「適応」です。日常的な暑さ対策や災害への備えは、特別なことではなく習慣にしていける時代です。



### 【暑さ】

- 暑さ指数(28以上がリスク高)を確認して行動時間を変える
- 水分・塩分をこまめに補給する
- 外出時は日傘を使う&日陰で休息するなど無理をしない
- エアコンを適切に使う

### 【備え】

- 防災グッズを準備する
- ハザードマップを活用する
- ローリングストックを活用する
- 避難訓練に参加し、避難場所や避難経路を確認しておく
- 家族と災害時のことについて話し合う

### 【情報】

- 天気予報を見る習慣をつける
- 家族や身近な人への声かけをする
- 災害情報アプリを活用する
- 環境、季節の変化を身近な人にシェアする

### 【食】

- 地域のもの、旬のものを楽しむ
- 新しい食材を使ったレシピを楽しむ
- 買いすぎず、食べ切る
- 外食時に残さない



## 生活の「適応」

身近な気候の変化に合わせて快適に暮らしていくことも「適応」です。毎日の暮らしで取り入れられる適応アクションをチェックしてみましょう。

### 【暮らし】

- 節電・節水家電を選ぶ
- ウォーターレスのアイテムを選ぶ
- つる性植物でグリーンカーテンを作る
- 気候に合わせてやすく、着回ししやすい服を選ぶ

### 【旅】

- グリーンシーズンのアクティビティなどを楽しむ
- 地域の新しい魅力を発見して、楽しむ
- ジビエや新たに採れる食物など地域の食材を楽しむ
- 旅行先での天気を確認し行動する

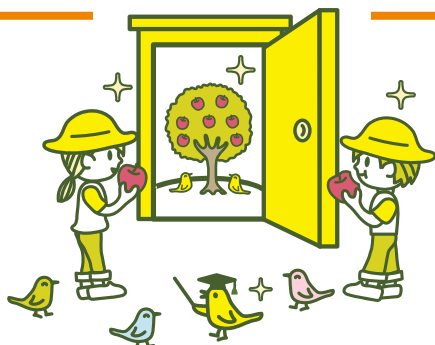
これら以外にも「適応アクション」は日常に隠れています。ひょっとしたら何気ないあなたのその行動が「適応アクション」になっているかも…!?

A-PLAT「適応しよう」でさらに詳しく確認しよう! →



環境学習や自由研究に活用してね!

# 適応を知ろう、学ぼう



## A-PLAT KIDS

### こんにちは、適応策

気候変動適応に関する子ども向けサイト。豊富な図版とわかりやすい解説で楽しく学べます。



### ① デジタル紙芝居

#### 「こんにちは、適応策」

「食」「気象災害」「健康」に関する気候変動による影響と、私たちにもできる「適応策」を分かりやすく紹介する動画を配信しています。

資料名	概要	対象	制作機関	閲覧ページ
気候変動適応情報ポスター	気候変動の脅威や適応策について、子ども向けに分かりやすくまとめたポスターです。イラストや写真を使い、視覚的に理解しやすいように制作されています。	小学生～中学生	環境省	1～10ページ
気候変動適応情報ポスター	気候変動の脅威や適応策について、子ども向けに分かりやすくまとめたポスターです。イラストや写真を使い、視覚的に理解しやすいように制作されています。	小学生～中学生	環境省	1～10ページ
気候変動適応情報ポスター	気候変動の脅威や適応策について、子ども向けに分かりやすくまとめたポスターです。イラストや写真を使い、視覚的に理解しやすいように制作されています。	小学生～中学生	環境省	1～10ページ

### ② 研究しよう

#### 環境学習・自由研究素材

地球温暖化や適応に関する自由研究の題材やワークシートなどを提供しているウェブサイトを紹介しています。

### ③ 気候変動適応クイズ

#### eラーニング教材

小学生向け、中学生向け、高校生向けのクイズとeラーニング教材を作成しました。学校での環境教育や地域でのイベントなどでも活用いただけます。



鳥の声が聞こえたら、花が咲いたら、教えて!

# 生物季節モニタリング

調査員募集

## 生物季節ってなに?

桜が咲く、セミが鳴く、山が紅葉する…。私たちは季節の変化を、身近にある植物や動物の反応や行動で感じています。『生物季節』とは、季節とともに生き物の活動が変わっていく現象のことです。

## 【モニタリングってなににするの?】

生物の季節ごとの反応は、「日が長くなった」「気温が高くなった」など、気象の変化により生じます。たとえば例年より気温が高いと、タンポポが早く咲いたり、モンシロチョウがいつもより早く見られたりするかもしれません。生物季節モニタリングで、「ツバメを今年初めて見たのはいつか」「ツツジは何月何日に咲いたか」など、決められた項目を観察し、記録することで気候変動が生態系に与える影響を理解することにつながります。



## 生物季節モニタリング市民調査員になろう!

気候変動適応センターでは、生物季節と一緒に調べてくれる人を募集しています。

- 初めてでも参加OK。
- 植物32種目、動物34種目を対象としていますが、観察できる種目だけがかまいません。
- 自宅の周辺や職場、学校、近所の公園など、通いやすくて、なるべく長期間データを取れそうな場所を選び、できれば毎日、少なくとも週1回は調査してください。
- 期間は種目により異なります。

### 【調査対象例】

開花日	初鳴日
・サルズベリ	・ウグイス
・タンポポ	・ヒバリ
・ツバキ	・モズ
・ヤマツツジ	・アブラゼミ
など	など

初見日
・ツバメ
・トカゲ
・キアゲハ
・モンシロチョウ
・ホタル
・シオカラトンボなど

## データは何に使われるの?

市民調査員のみなさんに観測いただいたデータは、過去の気象庁観測データも含めて、生物季節に関する研究や気候変動による影響の評価に活用されます。また、これらのデータは順次公開され、自分で生物季節について調べたり、分析したりすることもできます。

一緒にやってみよう!

A-PLATをチェック!

A-PLAT(気候変動適応情報プラットフォーム)について、くわしくはP19へ

# あなたの街にも! 知ってる?



気候変動の影響は地域によって異なるため、それぞれの場所で何が起きているのかを把握し、どう「適応」していくかを個別に考える必要があります。  
そこで、各地域には気候変動の研究や対策を推進する拠点として、「地域気候変動適応センター(LCCAC)」が公的機関などに設置されています。

## 🔍 LCCACの主な役割

- 情報の収集と分析 …… 地域の観測データや具体的な影響事例を集める。
- 対策の検討 …… 地域の特性を考慮し、今後どのように対応すべきかを議論する。
- 情報発信 …… 整理した知見や具体的な対策を分かりやすく伝える。

LCCACは、こうした活動を通じて、誰もが安心して暮らせる持続可能な地域づくりを目指しています。



## LCCACって何しているの?

### 1 やまなしLCCACはどんなことをしていますか?

やまなしLCCACは2021年に設置された拠点です。地域における気候変動の影響や、その対策に関する情報を集めたり、発信したりしています。

### 2 漫画制作に至る経緯は?

気候変動対策はすぐに成果が出るものではありません。長い時間と多くの人の協力が必要であり、一人ひとりが意識してライフスタイルを見直すことがとても大切です。そこで、将来を担う子どもたちが、この問題を考えられるように、現状と対策をわかりやすく伝える方法として作りました。



山梨県  
新価値・地域創造推進局  
地域エネルギー推進課  
横森 浩誌さんに  
教わりました!

### 3 制作にあたり、工夫した点はありますか?

子どもたちが「おもしろそう!」と思って最後まで読めるようなストーリーです。主人公たちがタイムワープをしながら、100年後の2つの未来を見比べていきます。特に最初の見開きページでは「このままだと100年後はこうなっちゃうよ!」という、インパクトのある未来のイメージを描いています。

### 4 漫画をどのように活用していますか?

山梨県内の小中学校に電子版を送付し、学校での活用をお願いします。また、県のホームページに掲載するとともに、県庁や県内のイベントでも配布しています。



100年後の山梨県  
~地球温暖化で異常気象!?わたしたちにできること!~

### 5 子どもたちにどのようなことを期待しますか?

まずは今の地球の状況を知ってもらいたいですね。そして、「より良い未来」にするために、節電や節水、ゴミの削減など「自分にもできることがある!」と意識してほしいですね。

### 6 読者へのメッセージ

毎日の生活の中で、「できることを・できる範囲で・少しずつ続けること」が大切です。ぜひ、「100年後の山梨県」をご覧いただき、行動のきっかけにいただければ幸いです。



# LCCAC いちおし適応策

みんなの住んでいる  
地域の取組は？

LCCACがどこにあるか確認してみよう→



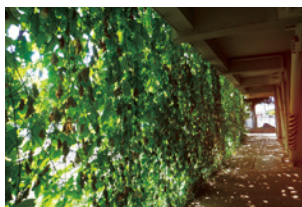
## 三郷市気候変動適応センター

地球温暖化対策として緑のカーテンを普及。公共施設や家庭で夏の暑さ緩和と省エネを進め、コンテストも実施しています。



## 新潟県気候変動適応センター

環境イベントで暑熱や適応について、普及啓発しました。今後、多くのイベントに参加していきます。



## 鶴ヶ島市気候変動適応センター

市全体でゼロカーボンに取り組むために、『ヘチマ・プロジェクト』として、緑のカーテン用のヘチマを育てる啓発活動を行っています。



## 滋賀県気候変動適応センター

滋賀県気候変動適応ハンドブックを作成しました。



## 京都気候変動適応センター

行政と研究機関が相互に連携協力し、最新の社会情報と気象データの分析を、熱中症対策などに活用する取り組みを進めています。



設置済地方公共団体数

センター合計

都道府県 政令市 市区町村

46 3 21 69

※センター数は、複数の地方公共団体が共同で設置した場合は1件としてカウント(2026年2月現在)

## 奈良県気候変動適応センター

県内の適応事例について情報収集しました。農業分野ではアボカドや中晩柑類などの新規品種の栽培試験が実施されています。



## 鳥取県気候変動適応センター

熱中症患者の多い中山間地域への備えとして、その地域の事業者と見守り活動(広報や異常時の連絡など)の構築を進めています。



## 島根県気候変動適応センター

みなさまが、いつでも気軽に涼や暖を取ることができる県内の公共施設や商業施設などを「しまエコスポット」として設定し、紹介しています。



## 香川県気候変動適応センター

登下校中の暑熱環境から子どもたちを守るため、伝統的な竹笠を参考に、断熱・遮光・通気性に優れた帽子を開発しています。



## 愛媛県気候変動適応センター

熱中症のリスクを評価する指標である「暑さ指数」について、県内のさまざまな場所や状況を想定した測定・調査を行っています。



# 事業者の適応

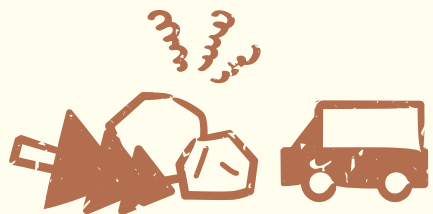
A-PLAT事業者  
ページはこちら→



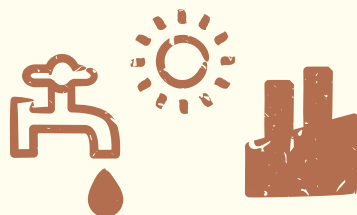
気候変動の影響は、事業活動にもすでに現れており、自然災害リスクや熱中症リスクの増加など、さまざまな影響が生じています。こうした状況に対応するため、気候変動の影響を低減させる「気候リスク管理」や、適応を促進する製品やサービスを展開する「適応ビジネス」などに取り組むことで、事業の継続性や強靭性を高めることができます。



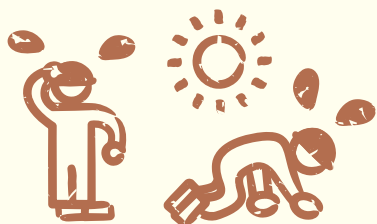
豪雨、台風、洪水、強風などによる  
建物・インフラの損傷



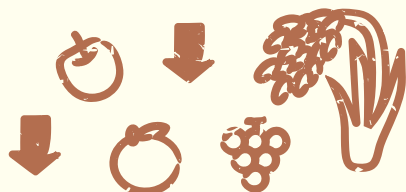
交通網遮断による  
物流停止



降水量の減少などによる工場での  
水使用可能量減少



従業員の熱中症、あるいは休憩時間  
確保などの防止対策による  
労働生産性低下



気温上昇による農作物の生産性減少、  
農作物の栽培適地の変化

出典：環境省(2019)「民間企業の気候変動適応ガイド-気候リスクに備え、勝ち残るために-」を基に国立環境研究所が作成

## 事業者にとっての 気候変動適応の ベネフィット

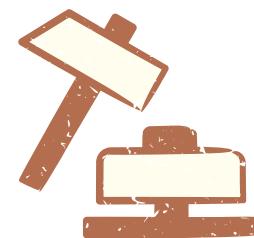
### 事業持続性を高める

気候変動による影響を想定したBCP(事業継続計画)の策定により、激甚化する気象災害に備えることができます。また、中長期的な事業継続に関わる課題に備えることで、**経済的で持続可能な事業活動**につながります。



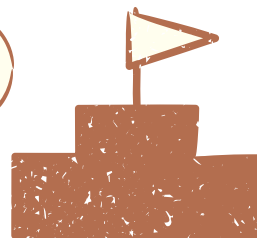
### 柔軟で強靭な 経営基盤を築く

日々の業務の意思決定で、気候変動影響を想定し、それに備えていくことで、気候変動影響に対し**柔軟で強靭な経営の基盤**を築くことができます。



### ステークホルダーからの 信頼を競争力拡大に

従業員や取引先、顧客との良好な関係を構築することが可能となり、新たなビジネスチャンスにつながるなどの効果が期待できるほか、**投資家の信頼を得て競争力を拡大**することができます。

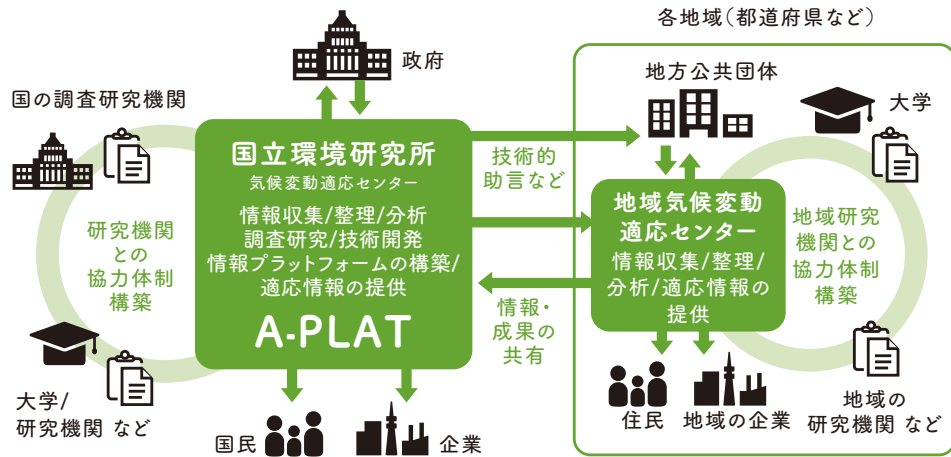


### 自社の製品・サービスを 適応ビジネスとして展開

適応を自社のビジネス機会として捉え、市民や他社の適応に役立つ製品やサービスを提供する**新たな市場(適応ビジネス)**への展開も可能です。



# 国立環境研究所(NIES)の役割



## 気候変動適応センター(CCCA)とは

2018年6月に公布された気候変動適応法(平成30年法律第50号)によって定められた役割を担っています。

### 01 情報基盤

気候変動に関する科学的知見や取組の事例などの情報を収集・整理・分析し「気候変動適応情報プラットフォーム(A-PLAT)」や「アジア太平洋気候変動適応情報プラットフォーム(AP-PLAT)」を通じて発信しています。

### 02 地方公共団体や地域気候変動適応センターの支援

A-PLATによる情報提供や気候変動に関する調査研究を行う機関との連携などとして、地方公共団体や地域気候変動適応センターの活動を支援しています。

### 03 気候変動適応研究プロジェクト

気候変動適応の社会実装を推進するため、①適応策の効果も組み込んだ気候変動影響予測、②気候変動適応戦略の統合化・深化、③地域における適応の社会実装、の3つを柱とした研究を行っています。



一般公開の様子



来所見学者対応

## 情報発信について



# A-PLAT

気候変動適応情報プラットフォーム  
CLIMATE CHANGE ADAPTATION INFORMATION PLATFORM



A-PLATでは、変化する気候と上手に向き合い、誰もが安心して暮らせる社会の実現に役立つ情報をわかりやすく発信しています。気候変動に関する学習から、将来の暮らしを守る「適応策」まで、幅広い疑問や関心にお答えします。ぜひ、A-PLATをご活用ください。



# AP-PLAT

Asia-Pacific Climate Change Adaptation Information Platform



## アジア太平洋気候変動適応情報プラットフォーム

AP-PLATは、アジア太平洋地域の気候変動適応を推進する英語の情報プラットフォームです。気候予測ツールや影響の可視化による科学的知見の提供、世界の適応事例を集めたAdaptation Databaseなどを通じ、各国政府や関係機関などの適応に向けた取り組みを総合的に支援します。



### イベント一覧

地域でおこなわれる適応に関するイベント情報を掲載しています。



持続可能な未来のために  
今必要なこと



気候変動適応情報プラットフォーム

# A-PLAT



 [adaptation-platform.nies.go.jp](https://adaptation-platform.nies.go.jp)

 [a-plat@nies.go.jp](mailto:a-plat@nies.go.jp)