

## 限りある水を大切に使うために

地球には、14億㎥の水があると言われていますが、そのうち約97.5%は海水等で、淡水（真水）は約2.5%です。そして、この淡水の多くが北極や南極の水です。

私たちが身近に利用できる水は地球上の水の僅か0.01%にすぎません。私たちが日常使用している水は、限りある貴重な資源なのです。

そんな水を大切に使うために、私たちは何ができるのでしょうか。

### 川や湖を汚さないための工夫


川や湖などの汚れは、家庭から出る排水が大きな原因になっています。一人一人が家庭から汚れた水を流さないための工夫をすることが、川や湖をきれいにして、安全でおいしい水をつくることにつながるのです。


#### 家庭でできる一工夫

- 生ごみ受けに水切り袋を付ける。
- 鍋や皿の汚れはキッチンペーパーなどで拭き取ってから洗う。
- 天ぷら油などを排水口に流さない。
- 洗剤は必要な量だけ使う。必要以上に使わない。







#### これだけの汚れの元を水に流したら？





魚が住める水質（BOD<sup>(注)</sup> 5mg/L）にするために必要な水の量は…お風呂何杯分？  =300L

 **しょう油**（濃い口）  
大さじ1杯（15mL）  **1.7** 杯

 **みそ汁**（具なし）  
お椀1杯（200mL）  **2.5** 杯

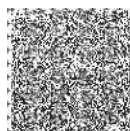
 **牛乳**  
コップ1杯（180mL）  **13** 杯

 **マヨネーズ**  
大さじ1杯（15mL）  **13** 杯

 **天ぷら油**  
（使った油 500mL）  **500**  **50**  **10** **560** 杯

資料 『とりもどそうわたしたちの川を海を』（東京都環境局）から引用

（注） BODとは、水質汚濁の度合いを表す指標です。



# 水を大切に使う工夫

日頃のちょっとした心掛けで、大きな節水・節約になります。

## 水量の目安

用途	使用目的	状態	水量の目安	
一般家庭	洗面	蛇口	1分間流しっ放し	約12L
		歯磨き	30秒間流しっ放し コップにくむ。	約6L
	炊事	蛇口	食器洗いなどで5分間流しっ放し	約60L
		洗濯	流しっ放し バケツにくむ。	約90L
	風呂	蛇口	浴槽の残り湯の半分を洗濯・清掃などに利用	約90L
	シャワー	蛇口	3分間流しっ放し	約36L

### 風呂水

一般家庭では  
約180リットル



残り湯の半分以上を再利用すると  
約90リットル節水！

### 歯磨き

30秒間流しっ放し  
だと6リットル



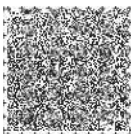
コップにくむと  
約5リットル節水！

### 洗濯

流しっ放しで洗うと  
90リットル



バケツにくむと  
約60リットル節水！



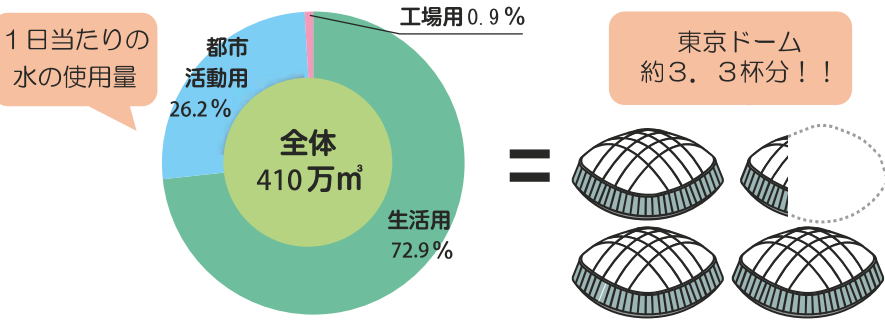
ちょっとしたことが  
節水になるんだね。



# 水の使われ方

## 東京では、水はどれくらい使われているの？

1日に使われる水の量は、平均410万 $\text{m}^3$ (令和6年度)。東京ドーム(約124万 $\text{m}^3$ )の約3.3杯分にもなります。そのうち、約7割が家庭で使われています。1年で使う水の量は、約15億 $\text{m}^3$ で、東京ドームの約1,200杯分にもなります。



令和6年度 区部及び多摩地区29市町

## 家庭での水の使われ方は？

### 家庭で一人が1日に使う水の量

平均  
211 L

(令和6年度)

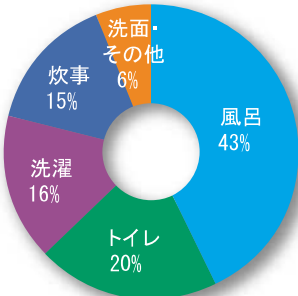


### 世帯人員別の1か月当たりの平均使用水量

世帯人員	使用水量
1人	8.1 $\text{m}^3$
2人	14.9 $\text{m}^3$
3人	19.9 $\text{m}^3$
4人	23.1 $\text{m}^3$
5人	27.8 $\text{m}^3$
6人以上	34.1 $\text{m}^3$

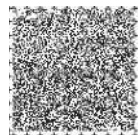
(令和2年度 生活用水実態調査)

### 家庭での水の使われ方



(令和3年度 一般家庭水使用目的別実態調査)

※あくまでも平均であり、御使用状況によって使用量は異なります。



限りある水を大切に使うために