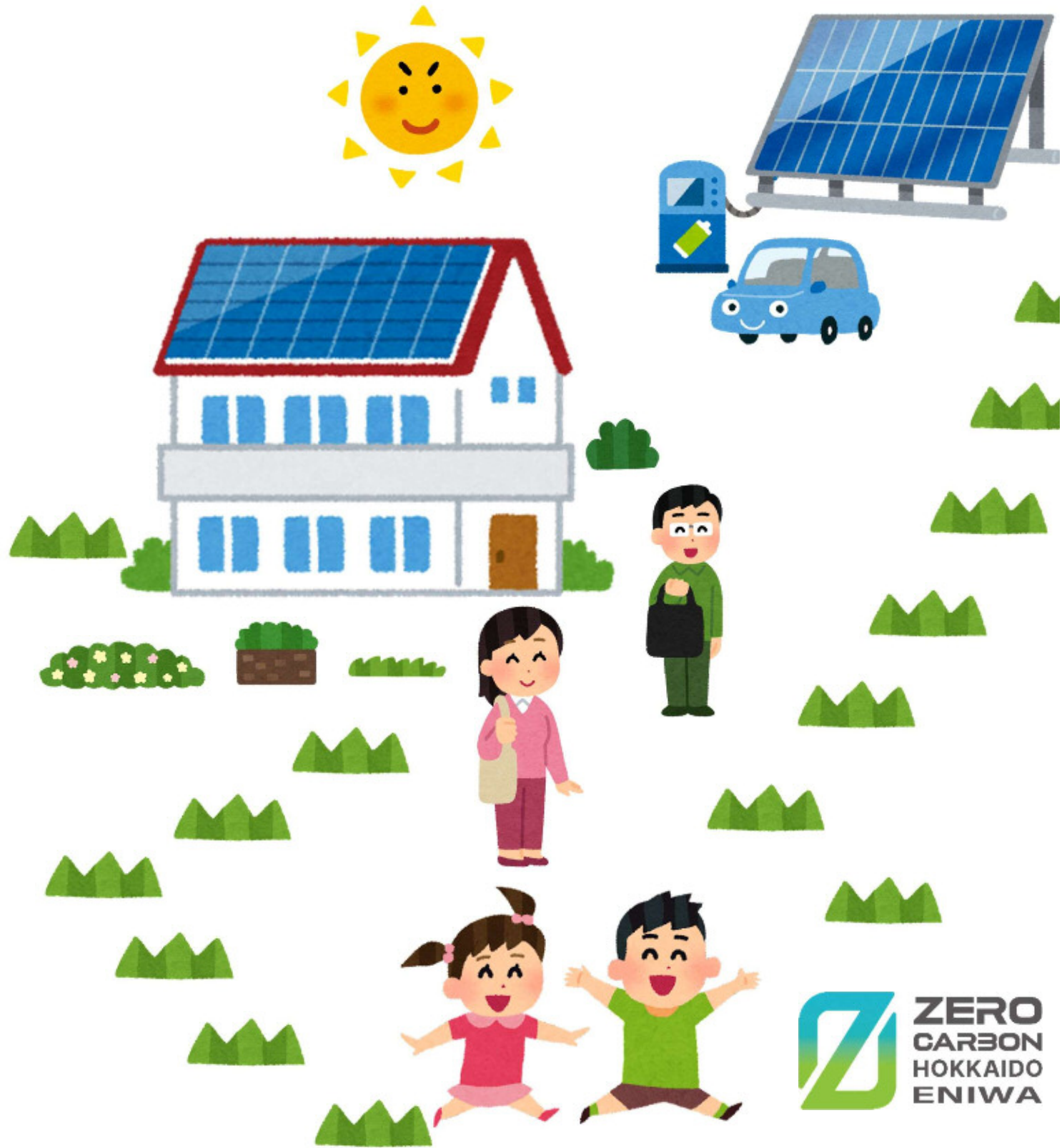




(案)

# アクションプラン



# もくじ

- ・ 1. 「アクションプラン」策定の目的について . . . . . P. 1
- ・ 2. 私たちの暮らしと地球温暖化 . . . . . P. 1
- ・ 3. 望ましい環境像の実現に向けて . . . . . P. 1
- ・ 4. 普段の暮らしの中で、どれくらい減らせばいいの? . . . . . P. 2
- ・ 5. 何をすればどれだけのCO<sub>2</sub>を減らせるの? . . . . . P. 3  
    ～ ゼロマスターへの道 ～
- ・ 「ゼロカーボン・アクション」チェックリスト . . . . . P. 4  
    あなたの「ゼロマスター」達成度は?
- ・ ゼロマスターへの道 Point 1&2 . . . . . P. 6
- ・ 省エネ住宅・再エネのお得な導入のススメ . . . . . P. 7  
    その1 ～ 補助金などの活用で「ZEH（ゼッチ）」を建てよう  
    その2 ～ まとめ買いでお得に「みんなのおうちに太陽光」  
    その3 ～ 初期費用負担ナシ「0円ソーラー」で太陽光発電導入
- ・ 付録. エネルギー使用量記録表 . . . . . P. 8

作成 : 恵庭市 生活環境部 生活環境課

令和5年3月

お問合せ先 : 0123-33-3131 (内線 1141)

seikatsukankyous@city.eniwa.hokkaido.jp

## 1. 「アクションプラン」策定の目的について

皆さんも一度は耳にしたことがある「地球温暖化」、これは私たちの生活やそれを支える産業の発展によって排出量が増加している「温室効果ガス」によって進行していると考えられています。

国内では2020年10月に、国全体の温室効果ガス排出量を2050年までに実質ゼロとする「カーボンニュートラル」が宣言され、恵庭市においても2022年6月に「ゼロカーボンシティ宣言」を行い、脱炭素社会に向けた取組を促進し、2050年までにゼロカーボンシティの実現を目指すこととしております。

そのためには、市民・事業者の皆様と市が一丸となって取り組み、行動する必要があることから、この「アクションプラン」を策定し、私たちの生活の中でどんな事を行えばどれだけの温室効果ガスが削減されるかについて皆様に広く知っていただき、実践に繋げるための具体的な例（アクション）と削減量についてまとめました。

## 2. 私たちの暮らしと地球温暖化

地球の大気中にある二酸化炭素やメタンなどの気体は「温室効果ガス」と呼ばれ、地球に届いた太陽の熱や私たちが生活の中で出す熱を逃がしにくい性質を持っています。

そのため、大気中に適度な割合で含まれている場合は地球の温度を保つ役割をしていますが、産業革命（18世紀頃）以降、温室効果ガスが急激に増えたことで、以前より多くの熱が蓄えられ、地球の気温が上がっています。これが「地球温暖化」です。



**現在、世界の平均気温は、19世紀後半と比べると、既に約1℃上昇しています**

「地球温暖化」が進むことによって、異常気象（高温、豪雨など）の発生が増加し、私たちが安全に生活できる環境が失われる危険が大きくなると言われており、世界各地でも地球温暖化の進行によって起こっていると考えられる異常気象が増加しています。

## 3. 望ましい環境像の実現に向けて

第3次恵庭市環境基本計画では「恵まれた自然と共に、安心して暮らし続けられるまち」として自然環境を次世代へ継承することを長期的目標となる環境像として定めています、その実現のためにも多様な環境問題に対して、市民・事業者・市が一丸となって適切に対応していくことが、我々の責務です。

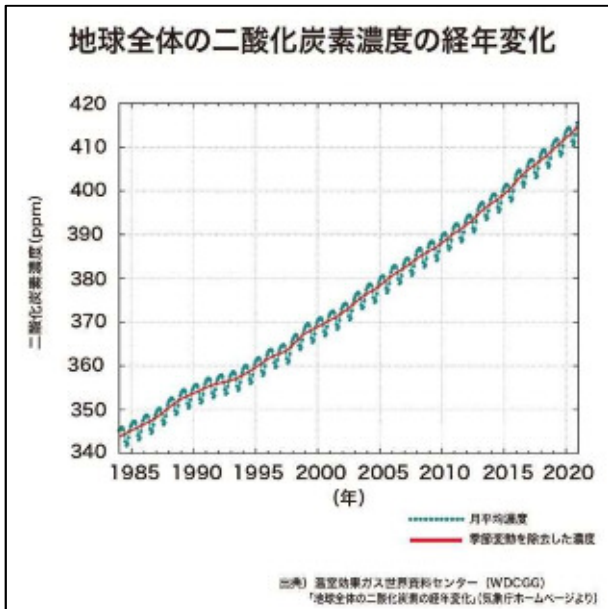
地球の気温を上げる代表的な温室効果ガスは二酸化炭素（CO<sub>2</sub>）だと言われています。

その多くは石油や石炭、天然ガスなどの「化石エネルギー」を使うことで排出されます。

地球温暖化を防止するために私たちが暮らしの中でできることは、「使うエネルギーを減らすこと（省エネ）」と「太陽光などの再生可能エネルギー（再エネ）を創ること」です。

私たちは今、将来的にCO<sub>2</sub>の排出を実質ゼロとする「ゼロカーボンシティ」の実現に向けて動き出しています。

**恵庭市は2050年までに温室効果ガスの排出を実質ゼロにすることを目指す「ゼロカーボンシティ宣言」をしました。（2022年6月22日）**



○「二酸化炭素濃度」ってなに？

二酸化炭素が大気中に含まれている割合を「二酸化炭素濃度」といいます。

産業革命以前の 1750 年と比べると、地球全体の二酸化炭素濃度はおよそ 49% 増加していると考えられています。

#### 4. 普段の暮らしの中で、どれくらい減らせばいいの？

恵庭市で排出される CO<sub>2</sub> は 76 万 3 千 t/年。

このうち、私たちの家庭からの排出が 16 万 4 千 t/年を占めています。つまり、約 21.5% が私たちの普段の暮らしの中から排出されています。

恵庭市では、2030 年度の排出量を 2013 年度比で 46% 削減することを目標としているため、2030 年度までに 7 万 4 千 t/年の CO<sub>2</sub> 削減が必要となり、これは 1 世帯あたり 2,185kg/年に相当します。



**2030 年までに 1 世帯あたり 2,185 kg の削減が必要です。 ※2013 年比・年間排出量**

○2030 年までの CO<sub>2</sub> 削減目標

	2013 (実績)	2019 (実績)	2030 (目標)	必要な削減量 (市内全家庭)	必要な削減量 (世帯あたり)
恵庭市の家庭部門での CO <sub>2</sub> 排出量	16 万 7 千 t/年	16 万 4 千 t/年	9 万 t/年	7 万 4 千 t/年	2,185 kg/年
削減率 (2013 比)		-1.8%	-46%		

世帯数は 2020 年 3 月末現在です (33,779 世帯)

◇約 273 kg/年の CO<sub>2</sub> 削減を積み上げる必要があります

○年間の積み上げ量を表にすると…

	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030
削減量 (kg/年) ※毎年約 273kg ずつ積み上げ	273	546	819	1,093	1,366	1,639	1,912	2,185

目標値

○積み上げる「アクション」の組み合わせ例

※ P. 4～5に掲載の「ゼロカーボン・アクション」チェックリストを参照してください

☆ 1年目

項目	削減量 (kg/年)
エコドライブの実施	117.3
間隔を空けずに入浴する	85.7
電気ポットはこまめにプラグを抜く	52.4
洗濯乾燥はまとめて回数を減らす	20.5
計	<b>275.9</b>

**目標達成!**

☆ 2年目 (1年目の項目を継続しながら…)

項目	削減量 (kg/年)
1年目から継続しているアクション	275.9
近距離通勤 (5km未満) は自転車・徒歩通勤に	161.6
温水洗浄便座の設定温度は適切に	30.1
シャワーは不必要に流したままにしない	28.7
冷蔵庫にものを詰め込みすぎない	21.4
使わないときはデスクトップPCの電源を切る	15.4
テレビ画面の輝度を調整する	15.4
計	<b>548.5</b>

**目標達成!**

## 5. 何をすればどれだけのCO<sub>2</sub>を減らせるの? ～ ゼロマスターへの道 ～

地球温暖化が進んでいる、CO<sub>2</sub>が増えている、家庭からもかなりの量が出ている、たくさん減らさなければ… etc.

では、私たちの生活で何をすればどれだけのCO<sub>2</sub>を減らせるのか、その代表的な「ゼロカーボン・アクション」と「CO<sub>2</sub>削減効果」「節約額」をチェックリストにまとめました。

身の回りの生活習慣を少し変えるだけで取り組むことができる「アクション」から、費用がかかりますが効果が大きい「アクション」まで、CO<sub>2</sub>を削減する「アクション」はたくさんあります。

### 目指せゼロマスター!

#### あなたの暮らしのCO<sub>2</sub>削減量を測ってみよう

・暮らしの中で実践できる「ゼロカーボン・アクション」を次のページに記載しています。

①費用がかかるものからかからないものまでたくさんのアクションがあります

②『すでにやっている』、『これからやる予定』の項目の「A. 実施」欄に○をつけてみましょう

③「○」を付けた項目の「CO<sub>2</sub>削減効果」を合計して「B.あなたの削減状況」に記入しましょう

→「B. あなたの削減状況」の数値が、あなたの暮らしのCO<sub>2</sub>削減量です

**さあ、できる事から取り組んで「ゼロ (カーボン) マスター」を目指しましょう!**



# 「ゼロカーボン・アクション」 チェックリスト

○各アクションの出典元：環境省・資源エネルギー庁 Web サイト  
東京都「家庭の省エネハンドブック」等

	対策	対策内容	CO2削減効果	節約額	A.実施
消費・日常生活のアクション	間隔をあけずに入浴する	2時間の放置により4.5℃低下した湯（200L）を追い焚きする場合（1回/日）	85.7 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	6,190 円/年	
	電気ポットはこまめにプラグを抜く。	満タンの水2.2Lを入れ沸騰させ、1.2Lを使用後、6時間保温状態にした場合と、プラグを抜いて保温しないで再沸騰させて使用した場合の比較	52.4 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	3,330 円/年	
	石油ファンヒーターは必要な時だけつける	1日1時間運転を短縮した場合（設定温度：20℃）	41.5 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	1,470 円/年	
	ガスファンヒーターは必要な時だけつける	1日1時間運転を短縮した場合（設定温度：20℃）	30.3 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	2,150 円/年	
	温水洗浄便座の設定温度は適切に	設定温度を「強」から「中」にした場合（周囲温度22℃）	30.1 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	1,910 円/年	
	ごみの削減（分別収集・3R）	マイボトル、マイバッグの利用、分別などにより容器包装プラスチック等のごみを削減する	28.8 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	3,784 円/年	
	シャワーは不必要に流したままにしない。	45℃の湯を流す時間を1分間短縮した場合	28.7 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	3,210 円/年	
	石油ファンヒーターの設定温度を20℃に	外気温度6℃の時、暖房の設定温度を21℃から20℃にした場合（使用時間：9時間/日）	25.4 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	880 円/年	
	ウォームビズ（家庭）	冬期の暖かい服装等により暖房の設定を適切な室温にする	35.3 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	3,338 円/年	
	クールビズ（家庭）	夏期の軽装等により冷房の設定を適切な室温にする	5.3 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	566 円/年	
	冷蔵庫は壁から離して設置	上と両側が壁に接している場合と片側が壁に接している場合の比較	22.0 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	1,400 円/年	
	冷蔵庫にものを詰め込みすぎない	詰め込んだ場合と、半分にした場合の比較	21.4 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	1,360 円/年	
	洗濯乾燥はまとめて回数を減らす	定格容量(5kg)の8割を入れて2日に1回使用した場合と、4割ずつに分けて毎日使用した場合の比較	20.5 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	1,300 円/年	
	食器を洗うときは給湯器の設定温度を低温に	65Lの水道水（水温20℃）を使い、給湯器の設定温度を40℃から38℃に下げ、2回/日手洗いした場合（使用期間：冷房期間を除く253日）	19.7 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	1,430 円/年	
	バイオマスプラスチック製品の購入	従来のプラスチックに代わり、環境に配慮したバイオマスプラスチックを使った製品を購入する	19.2 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	— 円/年	
	使わないときは温水便座のフタを閉める	フタを開めた場合と、開けっぱなしの場合の比較（貯湯式）	17.0 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	1,080 円/年	
	エアコンのフィルターを月に1回か2回清掃	フィルターが目詰りしているエアコン（2.2kW）とフィルターを清掃した場合の比較	15.6 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	990 円/年	
	使わないときはデスクトップPCの電源を切る	使用時間を1日1時間減らした場合	15.4 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	980 円/年	
	テレビを見ないときは消す（視聴時間を短くする）	液晶テレビ（32V型）を見る時間を1日1時間減らした場合	8.2 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	520 円/年	
	テレビ画面の輝度を調整する	液晶テレビ（32V型）の画面の輝度を最適（最大→中間）にした場合	15.4 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	980 円/年	
野菜の下ごしらえに電子レンジを活用	●果菜(ブロッコリー、カボチャ)の場合 【ガスコンロから電子レンジに変えた場合】	13.0 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	1,000 円/年		
	●葉菜(ほうれん草、キャベツ)の場合 【ガスコンロから電子レンジに変えた場合】	12.2 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	940 円/年		
	●根菜(ジャガイモ、里芋)の場合 【ガスコンロから電子レンジに変えた場合】	10.5 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	860 円/年		
暖房便座の温度は低めに	便座の設定温度を一段下げた（中→弱）場合（貯湯式）（冷房期間はオフ）	12.9 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	820 円/年		
食品ロス削減		5.4 kg-CO <sub>2</sub> /世帯	8,900 円/年		
アクション移動の	エコドライブの実施	ふんわりアクセル、加減速の少ない運転などのエコドライブを実施する	117.3 kg-CO <sub>2</sub> /台	9,365 円/年	
	近距離通勤（5km未満）は自転車・徒歩通勤に	近距離通勤の場合、通勤手段を自動車から自転車・徒歩通勤に見直す	161.6 kg-CO <sub>2</sub> /人	11,782 円/年	
	5km以上の通勤も月1回は公共交通機関に	通勤手段を自動車から公共交通機関に見直す	35.1 kg-CO <sub>2</sub> /人	— 円/年	

費用がかからず手軽に取り組めるもの

住宅・設備のアクション	家庭エコ診断の実施	家庭のエコの専門家からアドバイスをもらい省エネに取り組む。恵庭市では市内のイベント等で「省エネ診断会」を実施しています。	31.5 <small>kg-CO<sub>2</sub>/年</small>	4,185 <small>円/年</small>
	LED等高効率照明の導入	おうちの電球をLEDなどの高効率照明に切り替える	27.2 <small>kg-CO<sub>2</sub>/年</small>	2,876 <small>円/年</small>
	電力排出係数の改善	再生電力に切り替える	777.0 <small>kg-CO<sub>2</sub>/年</small>	— <small>円/年</small>
	節水設備の導入（ガス使用量削減）	節水シャワーヘッド、節水型のトイレへの交換、蛇口への節水アダプタの設置、節水効果の高いドラム式洗濯機の導入等を行う	104.7 <small>kg-CO<sub>2</sub>/年</small>	13,977 <small>円/年</small>
	冷蔵庫の買い替え	省エネ性能の高い冷蔵庫に買い替える	107.8 <small>kg-CO<sub>2</sub>/年</small>	11,413 <small>円/年</small>
	エアコンの買い替え	省エネ性能の高いエアコンに買い替える	69.8 <small>kg-CO<sub>2</sub>/年</small>	7,388 <small>円/年</small>
	高効率給湯器の導入	ヒートポンプ式給湯器を導入する	525.6 <small>kg-CO<sub>2</sub>/年</small>	35,394 <small>円/年</small>
	太陽光発電システムの設置	家庭用燃料電池を導入する	163.8 <small>kg-CO<sub>2</sub>/年</small>	13,977 <small>円/年</small>
		潜熱回収型給湯器を導入する	70.9 <small>kg-CO<sub>2</sub>/年</small>	6,161 <small>円/年</small>
	スマート節電（HEMS導入）	おうちに太陽光発電設備を設置する エネルギー使用量の表示・管理システム（HEMS）やIoT家電を使って節電する	87.5 <small>kg-CO<sub>2</sub>/年</small>	9,268 <small>円/年</small>
	次世代自動車の購入	自動車購入時に、次世代自動車（FCV、EV、PHEV、HV）を選択する	610.3 <small>kg-CO<sub>2</sub>/年</small>	75,152 <small>円/年</small>
	省エネ住宅への引っ越し・断熱リフォーム	・省エネルギー基準を満たした住宅に引っ越す ・断熱性能の高い窓ガラスやサッシへの交換等の断熱リフォームを実施する	1130.7 <small>kg-CO<sub>2</sub>/年</small>	94,475 <small>円/年</small>
	ZEHに住む	『高断熱』×『創エネ（太陽光発電など）』でエネルギー消費量を実質ゼロにする住宅「ZEH（ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス）」に住む	2551.0 <small>kg-CO<sub>2</sub>/年</small>	152,280 <small>円/年</small>



B.あなたの削減状況	<small>kg-CO<sub>2</sub>/年</small>	<small>円/年</small>
目標まであと	2185.4	

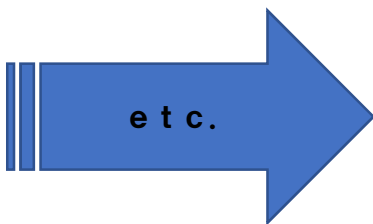
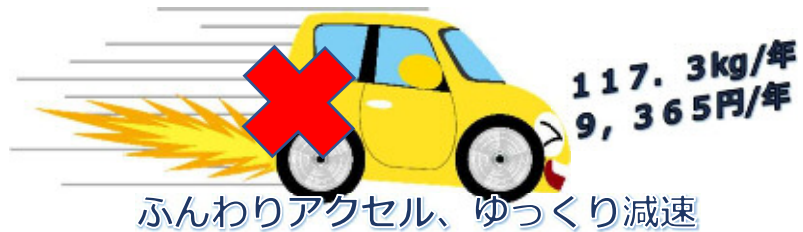
★★★ あなたの「ゼロマスター」達成度は… ★★★

0～500	ゼロビギナー	まだまだできることがあります、頑張りましょう
501～2,000	ゼロレギュラー	あと一歩、きっと達成できますよ
2,001～	ゼロマスター	（ほぼ）目標達成！すごい削減です！

## ゼロマスターへの道

### Point 1. お金をかけなくてもできることから 行動だけでも目標の80%程度（※）達成可能

薄い色で示している項目は、設備等も不要でお金がかからずにすぐ  
にできるものです。これらをすべて実施した場合、1,741kg-CO<sub>2</sub>（目  
標比 79%）の削減が見込まれます。



お金をかけずに 1,741kg  
削減！（目標の約80%）

## ゼロマスターへの道

### Point 2. 再エネや次世代車の導入は効果が高い

濃い色で示している項目は、高性能な住宅や車の購入によるもので効果が  
高い項目です。初期費用がかかりますが、その後の光熱費等は抑えられる  
ため、長い目で見るとお得です。今後、新築の予定がある方や車の購入予  
定がある方は積極的に検討してみましょう。

更に削減するには…  
買い替え・建て替え  
の際にぜひ検討を



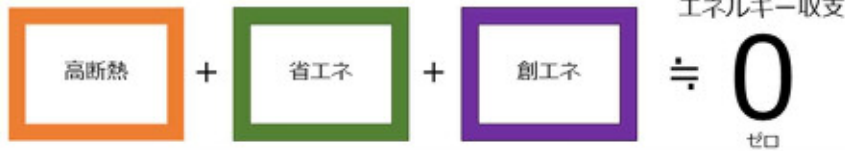


# 省エネ住宅・再エネをお得に導入する方法もあります

## その1 補助金などの活用で「ZEH（ゼッチ）」を建てよう

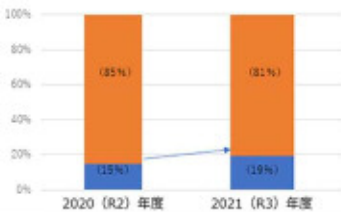
### (1) 概要

「ZEH（ゼッチ）」は「ゼロ・エネルギー・ハウス」の略で、「高断熱」による「省エネ」と太陽光発電などでの「創エネ」を組み合わせ、暮らして使うエネルギーと家が創り出すエネルギーの差し引きをゼロとする家です。



### (2) 道内の動向

道内でも着々と広がっています。R3年度、北海道で着工した住宅（注文・建売）のうち、19%がZEHシリーズでした



### (3) ZEHに関する補助金制度について

環境省、経済産業省、国土交通省、一般社団法人「環境共創イニシアチブ（SII）」などの機関、団体より補助制度について案内・募集が行われています。最新の情報はそれぞれのWebサイトに随時更新・掲載されます。

計画されている新築・リフォーム内容が補助の対象になるかは、各機関や団体のWebサイトの最新情報を確認する他、作業を依頼する施工業者へお問合せください。

## その2 まとめ買いでお得に「みんなのおうちに太陽光」

### 「みんなのおうちに太陽光」とは？

北海道が実施している事業で、ご近所など複数の家庭で太陽光パネルを一括購入することで「割り勘効果」により割安で購入・設置をすることができる制度です。

令和4年度実績：744世帯が共同購入で「お得に」購入しました



太陽光パネル	太陽光設備+蓄電池	蓄電池
6.035kW - 7.1kW	6.035kW + 6.5kWh	6.5kWh
13.5% - 21.0% 割引	15.8% - 19.8% 割引	6.5kWh

### 申込・手続きは？

検索サイトで「みんなのおうちに太陽光 北海道」と検索し、掲載されている最新情報をご確認ください。

令和5年度分の受付を開始した際に「お知らせ」が来るように登録も可能です。

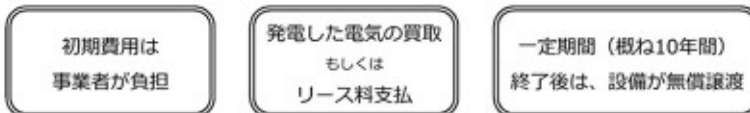
登録でお得情報を逃さずゲット！



## その3 初期費用負担ナシ「0円ソーラー」で太陽光発電導入

### (1) 「0円ソーラー」とは？

太陽光発電システムの設備設置にかかる初期費用の負担なしで、自宅に太陽光発電が導入できます。



### (2) 「0円ソーラー」のイメージ

大きく「電気買取」と「リース」方式があります。



### (3) 導入にあたって

日照時間や冬季の積雪などの理由から太陽光発電に不利と言われている北海道でも、徐々に対応可能な事業者が増えてきています。

事業者によって、設置条件や、太陽光発電システムの無償譲渡までの期間、電気料金やリース料金が異なりますので、各事業者のWebサイトや案内をよく確認いただき、希望する内容に合った事業者へご相談ください。

## ★月々の使用量を記録しながら、CO<sub>2</sub>の削減にチャレンジしてみましよう！

			月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	一年間の合計
電気	前年	使用量	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh
		金額	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥
	今年	使用量	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh
		金額	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥
	差	使用量	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh	kWh
	+ or -	金額	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥
ガス	前年	使用量	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>
		金額	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥
	今年	使用量	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>
		金額	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥
	差	使用量	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>	m <sup>3</sup>
	+ or -	金額	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥
灯油	前年	使用量	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ
		金額	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥
	今年	使用量	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ
		金額	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥
	差	使用量	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ	ℓ
	+ or -	金額	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥	¥

★それぞれのエネルギー使用量に以下の数字を掛けると、排出量の目安が計算できます★

- 電気：0.549kg/kWh ※（出典）環境省「電気事業者別排出係数一覧」北海道電力平均値
- ガス：2.29kg/m<sup>3</sup>（都市ガス、天然ガス）、5.89kg/m<sup>3</sup>（LPガス） ※（出典）北海道ガス Web サイト
- 灯油：2.49kg/ℓ ※（出典）環境省「算定・報告・公表制度における算定方法・排出係数一覧」