




# エコライフDAY2017(夏)チェックシート

小学校4～6年生用


した こうもく み きょう にち かんきょう かんが せいかつ  
 下のエコライフ項目を見ながら、今日は1日、環境のことを考えて生活してみましょう!!

今日できたこと  
 ○してください  
 単位はグラムです。

か  
 おうちの方もいっしょにどうぞ

	1 冷房の設定温度をいつもより高 <small>たか</small> くした。(135g・ひと夏で786円節約)	①	135	135	135	135	135
	2 冷房の利用時間を1時間減 <small>へ</small> らした。(84g・ひと夏で488円節約)	②	84	84	84	84	84
	3 エアコンのフィルターを掃除 <small>そうじ</small> した。(143g・ひと夏で831円節約)	③	143	143	143	143	143
	4 テレビ画面の明るさを下 <small>さ</small> げた。(37g・1年で705円節約)	④	37	37	37	37	37
	5 ほかのことをするとき、テレビを消 <small>け</small> した。(23g・1年で437円節約)	⑤	23	23	23	23	23
	6 部屋を出るときは、明かりを消 <small>け</small> した。(36g・1年で683円節約)	⑥	36	36	36	36	36
	7 テレビなど家電製品を使 <small>つか</small> わないときは、主電源を切 <small>き</small> ったりコンセントからプラグを抜 <small>ぬ</small> いた。(77g・1年で1,456円節約)	⑦	77	77	77	77	77
	8 冷蔵庫の扉を開ける回数 <small>かいすう</small> を少 <small>すく</small> なくした。(14g・1年で270円節約)	⑧	14	14	14	14	14
	9 冷蔵庫にもものを詰め込み過 <small>す</small> ぎなかつた。(60g・1年で1,140円節約)	⑨	60	60	60	60	60
	10 お湯や水を流 <small>なが</small> しっぱなしにしないで、こまめにとめた。(82g・1年で2,431円節約)	⑩	82	82	82	82	82
	11 お風呂はさめないうちに、みんなで続 <small>つづ</small> けて入 <small>はい</small> った。(81g・ひと夏で468円節約)	⑪	81	81	81	81	81
	12 シャンプーを使 <small>つか</small> いすぎなかつた。(72g)	⑫	72	72	72	72	72
	13 市町村のごみ出しルールにしたがって分 <small>わ</small> けた。(ビン・カン・ペットボトルなど) (115g)	⑬	115	115	115	115	115
	14 ご飯やおかずを、残 <small>のこ</small> さず食 <small>た</small> べた。(9g)	⑭	9	9	9	9	9
	15 買 <small>か</small> い物 <small>もの</small> をするとき、レジ袋 <small>ぶくろ</small> をもらわなかつた。(56g)	⑮	56	56	56	56	56
	16 出 <small>で</small> かけるときは、水筒 <small>すいとう</small> やマイボトルを持 <small>も</small> ち歩 <small>ある</small> いた。(40g)	⑯	40	40	40	40	40
	17 出 <small>で</small> かけるときは自動車 <small>じどうしゃ</small> に乗 <small>の</small> らずに、徒 <small>とほ</small> 歩 <small>じてんしゃ</small> ・自 <small>でんしゃ</small> 転 <small>りよう</small> 車 <small>を</small> 利用 <small>した</small> 。(299g・1年で2,765円節約)	⑰	299	299	299	299	299
確認 して お か し て お か し て お か し て		18 お風呂の残り湯を洗濯 <small>せんたく</small> に使 <small>つか</small> った。(16g・1年で3,579円節約)	⑱	16	16	16	16
		19 野菜などの食料品 <small>しょくりょうひん</small> は近 <small>ちか</small> くの産地 <small>さんち</small> のものを買 <small>か</small> った。(15g)	⑲	15	15	15	15
	20 照明 <small>しょうめい</small> は、省エネ型の電球形 <small>でんきゅうがたいけい</small> 蛍光ランプ <small>しょうめい</small> やLED照明 <small>しやう</small> を使用した。(116g・1年で2,192円節約)	⑳	116	116	116	116	116

( )の数字は1日に減らせる二酸化炭素の量です。

 マークは節電の項目です。(電気の多くは石油や石炭などを燃やしてつくるため、発電するほど二酸化炭素が発生します。)

ブナの木何本分の二酸化炭素が減らせたかな?(減らせた本数の木に色をぬろう。)



ブナの木1本の1日当たりの二酸化炭素吸収量は約30gです。\*樹齢100年で、1haあたり500本のブナの森林の場合(森林の条件等により、吸収量は異なります)

○が付いた個数はいくつ?

個  個  個  個  個

○が付いた二酸化炭素の合計は何g?

g  g  g  g  g

(全部○がつけば1,510gです)