

# エコライフDAY2018 (冬) チェックシート

小学校4～6年生用

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よう!!

今日できたことに  
○をしてください  
単位はグラムです。

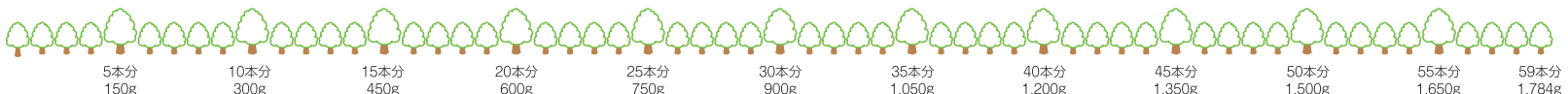
おうちの方もいっしょにどうぞ

1	部屋の温度20℃を目安に暖房をつかった。(153g・ひと冬で1,380円節約)	①	153	153	153	153	153
2	暖房は使用していない部屋は消す、出かける前は早めに消すなど、無駄使いしなかった。(117g・ひと冬で1,059円節約)	②	117	117	117	117	117
3	冷蔵庫の扉は、むやみに開閉しなかった。(14g・1年で270円節約)	③	14	14	14	14	14
4	トイレ(暖房便座)を使用しないときは、便座のふたを閉めた。(67g・1年で907円節約)	④	67	67	67	67	67
5	タオルでよく拭いてからドライヤーを使った。(41g・1年で791円節約)	⑤	41	41	41	41	41
6	炊飯器の保温機能を使わなかった。(55g・1年で1,076円節約)	⑥	55	55	55	55	55
7	食器を洗うときはお湯の温度を2度低くした。(78g・ひと冬で740円節約)	⑦	78	78	78	78	78
8	お湯や水を流しっぱなしにしないで、こまめにとめた。(82g・1年で2,585円節約)	⑧	82	82	82	82	82
9	お風呂はさめないうちに、みんなで続けて入った。(233g・ひと冬で2,227円節約)	⑨	233	233	233	233	233
10	シャンプーや台所用洗剤などは、使いすぎず適量使った。(72g)	⑩	72	72	72	72	72
11	市町村のごみ出しルールにしたがって分けた。(ビン・カン・ペットボトルなど) (113g)	⑪	113	113	113	113	113
12	ご飯やおかずを、残さず食べた。(9g)	⑫	9	9	9	9	9
13	野菜は旬のものを選んで食べた。(97g)	⑬	97	97	97	97	97
14	買い物をするとき、レジ袋をもらわなかった。(56g)	⑭	56	56	56	56	56
15	出かけるときは、水筒やマイボトルを持ち歩いた。(38g)	⑮	38	38	38	38	38
16	出かけるときは自動車に乗らずに、徒歩・自転車・バス・電車を利用した。(309g・1年で3,351円節約)	⑯	309	309	309	309	309
17	部屋を出る時は、明かりを消した。(20g・1年で399円節約)	⑰	20	20	20	20	20
18	省エネ型の電球形LED照明に取り換えた。(123g・1年で2,401円節約)	⑱	123	123	123	123	123
19	リビング照明などのシーリングライトは省エネ型のLEDシーリングライトを使用した。(91g・1年で1,775円節約)	⑲	91	91	91	91	91
20	お風呂の残り湯を洗濯に使った。(16g・1年で3,664円節約)	⑳	16	16	16	16	16

あかりの省エネ

( )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1,784gです)