



今も、未来も、豊かに暮らそう!

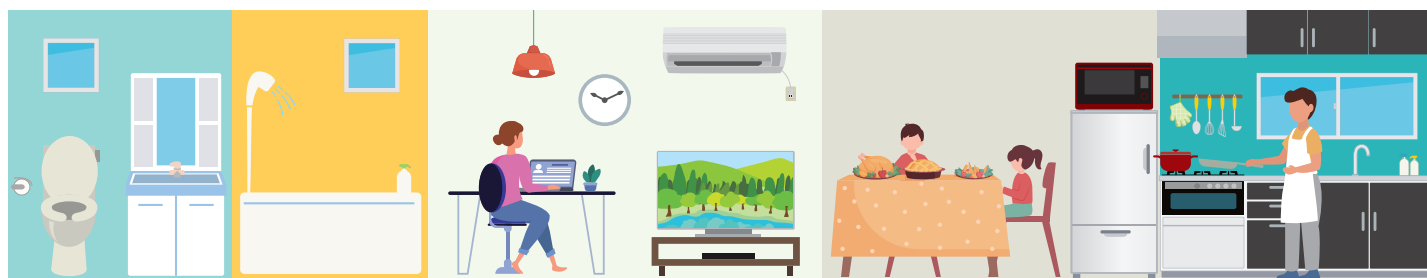
わたしたちにできることエコチャレンジ!!

私たちは誰もが、毎日の生活活動の結果、二酸化炭素を発生させています。ですが、私たちが選んで決めた行動によって、二酸化炭素の発生量を変えることができます。

衣食住 暮らしの中で二酸化炭素を減らすためにできること






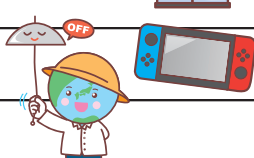


家の中で電気や水を使う場面を、下のイラストを見ながら考えてみよう。



自分や家族ができている行動に☑チェックしてみよう。

誰にでも、今すぐに、簡単に毎日できることで二酸化炭素の発生量を少なくすることができるよ。無理をせず自分の体調や生活に合った行動にチャレンジしてみよう!

家電	<input type="checkbox"/> 使用しない家電製品をコンセントから抜く		CO ₂ 削減 1年で 66 kg
ごみ	<input type="checkbox"/> ごみは分別し、生ごみを水きりしたり乾かしたりして捨てる		CO ₂ 削減 1年で 27 kg
エアコン	<input type="checkbox"/> 夏は冷房の温度をいつもより1℃高く、冬は暖房の温度をいつもより1℃低くする (室温目安: 夏28℃、冬20℃)		冷房 CO ₂ 削減 1年で 14 kg 暖房 CO ₂ 削減 1年で 25 kg
	<input type="checkbox"/> 使用するときにはカーテンなどを閉めて、窓やドアから冷気や熱が逃げないように工夫する		
	<input type="checkbox"/> エアコンのフィルターの掃除をこまめにする		
冷蔵庫	<input type="checkbox"/> 冷蔵庫の開け閉めを少なくし、開けっぱなしにしない		CO ₂ 削減 1年で 8 kg
	<input type="checkbox"/> 冷蔵庫の中身を整理して、ものを詰めすぎないようにする		
節水・給湯器	<input type="checkbox"/> 手や顔を洗う時や、歯みがきの時は、水を流しっぱなしにしない		CO ₂ 削減 1年で 1 kg
	<input type="checkbox"/> シャワーを出す時間は短くする		
	<input type="checkbox"/> お風呂は冷めないうちに入る		
テレビ・ゲーム	<input type="checkbox"/> テレビを見ていない時は消す		CO ₂ 削減 1年で 8 kg
	<input type="checkbox"/> ゲームをする時間を短くする		CO ₂ 削減 1年で 3 kg
照明	<input type="checkbox"/> 使っていない部屋の照明を消す		CO ₂ 削減 1年で 9 kg
服装	<input type="checkbox"/> 夏は涼しく、冬は暖かく、気温に合わせた服装をえらぶ(クールビズ・ウォームビズ)		