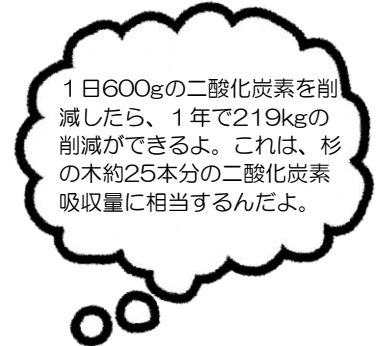


エコライフチェックシート

		二酸化炭素削減量	/	/	/	/	/	/	/
電気・ガス	① 冷蔵庫の扉の開閉を減らし、すぐに閉めた。 年間で約130円の節約になるよ。他にも、ものを詰め込みすぎない、無駄な開閉はしないなど気をつけよう。	8							
	② テレビを見る時間を1時間減らした。 液晶の場合は、年間で約430円の節約になるよ。見ていないテレビはすぐに消そうね。	26							
	③ 部屋を出るときには照明を消した。 年間で約410円の節約になるよ。他にも、照明をこまめに掃除をして明るさをアップしよう。	25							
	④ 夏の冷房時の室温は28℃以上にした。(暖房時は19℃以下) 年間で約640円の節約になるよ。他にも、外出時はカーテンを閉めると効果的だよ。	123							
	⑤ お風呂は間をあけないで追い焚きせずに入った。 年間で約6,400円の節約になるよ。他にも、バスタブにフタをすると熱が冷めにくいよ。	240							
資源	⑥ 買い物に行くときはマイバッグを持っていき、レジ袋は買わなかった。 プラスチック製買物袋の削減に努めましょう。	66							
	⑦ 資源ごみを種類ごとに分別した。 資源ごみはごみ袋ごとに分別しよう。	109							
水	⑧ 歯磨きやシャワーのとき水を流したままにできなかった。 歯磨きやシャワーでお水を1分間流したままにすると6~12ℓの水がムダになるよ。歯磨きのときはコップを使おう。	4							
食	⑨ ご飯やおかずを残さず食べた。 まだ食べられるにもかかわらず捨てられる食品を少なくしましょう。	47							
			648g	g	g	g	g	g	g

←実施した日を記入してね

←今日出来たことに〇をつけてね



削減できた二酸化炭素の量を記入してね

ご家族に聞いてみてね！

車	⑩ 自動車やバイクを使わずに、徒歩・自転車・バス・電車を利用した。 往復2kmを週に5日、車から自転車にすると、年間約400gのCO2削減になるよ。							
	⑪ 自動車を運転するときは、ふんわりスタートなどエコドライブに心がけた。 タイヤの空気圧をこまめにチェックしたり、不要な荷物を積まずに運転すると効果的だよ。							
住	⑫ 緑のカーテン・すだれなどを使っている。 体感温度が約1.5度下がるといわれているよ。							
	⑬ エコ商品やリサイクル品を使った。(トイレトペーパーなど) 廃棄物の削減にもなるよ。							
	⑭ 近くの産地で採れたものを購入した。(地産地消) 運送に使用するガソリンなどを減らすことができるよ。							

〇の数が
【0~5個】
地球は大変なことになってしまうよ
【6~10個】
もう少し環境に興味をもってね
【11~14個】
地球の未来は任せました!!

~目標~
1日で〇の数
11個以上を目指そう!

上の項目を見ながら、1週間、環境のことを考えて生活してみよう!

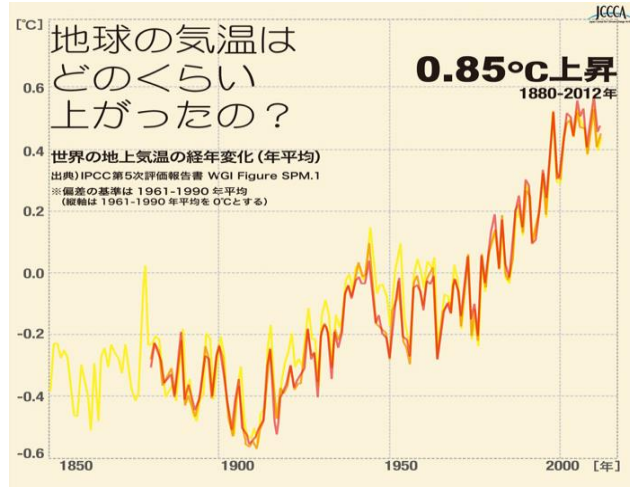
自分と家族の1日ごとの〇の合計を記入してね。

個	個	個	個	個	個	個
---	---	---	---	---	---	---



地球温暖化の影響

石油や石炭を大量に使うことにより、大気中の二酸化炭素が増え、地球温暖化が急速に進んでいます。1880年から2012年において、世界の平均気温は0.85℃上昇しており、このまま地球温暖化が進むと、2100年の地球の平均気温は、最大約4.8℃上昇すると予測されています。



※IPCC第5次評価報告書
全国地球温暖化防止活動推進センターウェブサイトより
(<http://www.jccca.org/>)

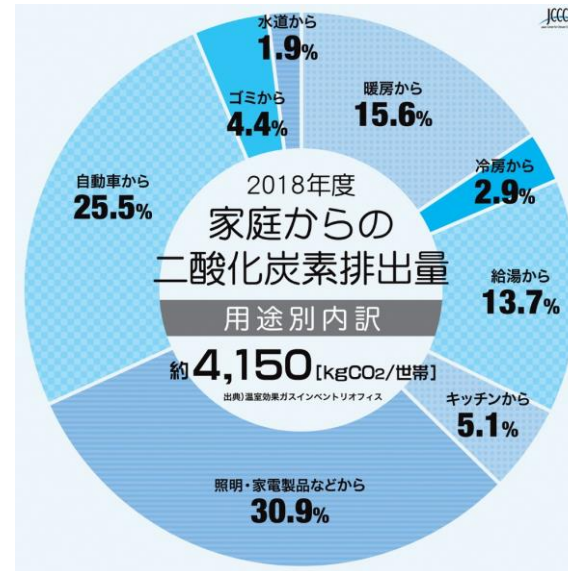
地球温暖化が進むにつれて、世界では様々な異常気象が発生しています。



地球温暖化による海面水位上昇の被害
(ツバルの首都フチナ島)
※全国地球温暖化防止活動推進センターホームページより (<http://www.jccca.org/>)



砂漠化が進んだアフリカ・サヘル地域
※緑のサヘルホームページより



※温室効果ガスインベントリオフィス
全国地球温暖化防止活動推進センターウェブサイトより
(<http://www.jccca.org/>)

左の図は、2018年度の家庭からの二酸化炭素排出量の内訳です。

冷房は使用する期間が短いため、一見すると、二酸化炭素排出量が少なく感じられますが、夏だけで見れば割合はもっと高くなります。皆さんも、熱中症に気をつけながら、節電を心がけましょう。

また、照明・家電製品などは使用しないときはオフに。夜や外出している時間はプラグを抜くと、いつもの節電をより効果的にすることができます。

他にも、自動車からの二酸化炭素排出量の割合もとても高いです。ご家族にも協力してもらって、近場へは徒歩・自転車など、健康にも地球にも優しく、二酸化炭素の削減に努めましょう！

エコライフチェックシート
の感想など、教えてく
ださい。

こまき環境市民会議・小牧市