

エコライフDAY2007 チェックシート

下のエコライフ項目を見ながら、今日1日、環境のことを考えて生活してみよう！！

PDF版

該当するCO2削減量(g)の数値をそのまま記入してください。

No.	項目	CO2 削減量(g)	行った月日			
			/	/	/	/
1	冷蔵庫の扉は、すぐ閉めた。(1年で130円の節約)	6				
2	見てないときはテレビを消した。(1年で840円の節約)	42				
3	電化製品を使わないときは、主電源を切るかプラグをぬいた。(1年で1580円の節約)	79				
4	誰もいない部屋の明かりは消した。(1年で460円の節約)	23				
5	暖房の設定温度を1度(20度)低くした。(1年で1120円の節約)	121				
6	電化製品を省エネタイプのものに買い換えた。1ヶ月程度の単位で考えてください。(1年で1770円の節約)	89				
7	お風呂は冷めないうちに、みんなで続けて入った。(1年で1550円の節約)	72				
8	シャワーのお湯は、出しっぱなしにしないで、こまめに止めた。(1年で1560円の節約)	73				
9	近くの産地で取れたものを食べた。(1年で185円の節約)	185				
10	レジ袋はもらわなかった。	50				
11	市町村のごみ出しルールにしたがって分けた。	119				
12	エコ商品やリサイクル品を使った。(トイレトーパーなど)	60				
13	ぬれた手や汚れを拭くとき、ペーパータオルやティッシュペーパーを使わなかった。	11				
14	自動車やバイクを使わず、徒歩・自転車・バス・電車を利用した。(1年で5720円の節約)	397				
15	駐車や停車をするときは、できるだけアイドリングストップした。(1年で2170円の節約)	151				
16	自動車を運転するときは、急発進や急加速をしないでエコドライブを心がけた。(1年で3750円の節約)	260				
17	風呂の残り湯を洗濯に使った。	16				
18	水を流しっぱなしにできなかった	11				
19	シャンプーや台所用洗剤などは、使いすぎず適量を使った。	48				
20	ご飯やおかずを残さず食べた。	9				
	計	1,822				

何かご意見がありましたらお書き下さい。この情報はエコライフデーに関する以外には使いません。

名前(差し支えなければご記入下さい。)

--	--