

地球を守るエコな行動記録シート

年 組 ()

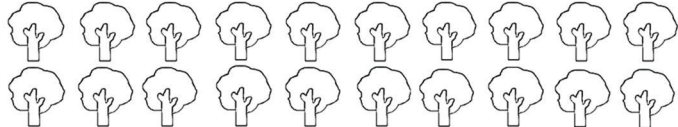
取り組み期間	
取り組みを選んだ理由	
めあて	

カード 貼り付け位置	めあて
	ふりかえり

カード 貼り付け位置	めあて
	ふりかえり

カード 貼り付け位置	めあて
	ふりかえり

集めた木の本数をぬってみよう



<p>【エネルギー】 だれもない部屋の電気を消す</p> <p>OFF</p> <p>削減効果(年間) 2kg</p>	<p>【エネルギー】 テレビを見ないときは消す</p> <p>OFF</p> <p>削減効果(年間) 8kg</p>	<p>【エネルギー】 冷蔵庫は開けたらコンセントから抜く</p> <p>削減効果(年間) 48kg</p>	<p>【エネルギー】 使わないときは電気をすぐ閉める</p> <p>削減効果(年間) 3kg</p>	<p>【エネルギー】 使わないときは電気の便座のフタを閉める</p> <p>削減効果(年間) 15kg</p>
<p>【エネルギー】 シャワーは流しっぱなしにしない</p> <p>STOP!</p> <p>削減効果(年間) 28kg</p>	<p>【食品】 食事は残さないようにする</p> <p>削減効果(年間) 54kg</p>	<p>【プラごみ】 買い物にはマイバッグを利用する</p> <p>削減効果(年間) 1kg</p>	<p>【プラごみ】 プラスチック製のストロー・スプーンなどをもらわない</p> <p>削減効果(年間) 1kg</p>	<p>【プラごみ】 外出時はマイボトルを持ち歩く</p> <p>削減効果(年間) 4kg</p>
<p>【エネルギー】 冷蔵庫の整理整頓をする</p> <p>削減効果(年間) 19kg</p>	<p>【エネルギー】 暖房便座の温度は低めに・夏は電源を切る</p> <p>OFF</p> <p>削減効果(年間) 12kg</p>	<p>【エネルギー】 夏の冷房時の設定を28℃にする</p> <p>28℃</p> <p>削減効果(年間) 13kg</p>	<p>【エネルギー】 冬の暖房時の設定を20℃にする</p> <p>20℃</p> <p>削減効果(年間) 23kg</p>	<p>【エネルギー】 エアコンのフィルターをそうじする</p> <p>削減効果(年間) 14kg</p>
<p>【食品】 野菜の皮や芯も使って料理を作る</p> <p>削減効果(年間) 3kg</p>	<p>【食品】 フードドライブに協力する</p> <p>FOOD DRIVE</p> <p>削減効果(年間) 8kg</p>	<p>【食品】 旬の食材を買う</p> <p>削減効果(年間) 36kg</p>	<p>【食品】 大阪で生産された食材を購入する</p> <p>削減効果(年間) 8kg</p>	<p>【プラごみ】 ごみの分別にに取り組む</p> <p>削減効果(年間) 4kg</p>
<p>【エネルギー】 お風呂はお湯が冷めないうちに間をあけずに入る</p> <p>削減効果(年間) 85kg</p>	<p>【エネルギー】 夏はまどの外にすだれをつける</p> <p>削減効果(年間) 16kg</p>	<p>【エネルギー】 夏に緑のカーテンを育てる</p> <p>削減効果(年間) 25kg</p>	<p>【エネルギー】 まどの断熱をする</p> <p>削減効果(年間) 47kg</p>	<p>【食品】 カーボンフットプリントの表示がある食材を購入する</p> <p>削減効果(年間) 8kg</p>
<p>【食品】 コンポストに取り組む</p> <p>削減効果(年間) 18kg</p>	<p>【食品】 フードレスキューに協力する</p> <p>削減効果(年間) 1kg</p>	<p>【資源・エネルギー】 環境に配慮した商品を買う</p> <p>削減効果(年間) 29kg</p>	<p>【地域の緑】 地域の緑化活動に参加する</p> <p>削減効果(年間) 4kg</p>	<p>【地域の緑】 募金活動をする・募金に協力する</p> <p>削減効果(年間) 1kg</p>