

エコライフDAYみよし2012(冬)チェックシート

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ょう

CO2 削減量 (g) 年間 節約金額 (円)

①	冷蔵庫の扉はすぐに閉めた	8	154
②	他の用事をするときはテレビを消した	21	423
③	炊飯ジャーの保温をやめた	37	1,900
④	使わないときは、家電製品の主電源を切ったり、コンセントからプラグを抜いた	72	1,423
⑤	部屋を出るときは明りを消した	33	662
⑥	暖房の設定温度をいつもより低くした	145	1,337
⑦	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	64	879
⑧	買い物のとき、レジ袋を貰わなかった	56	
⑨	お湯や水を流しっぱなしにしないで、こまめに止めた	82	2,685
⑩	お風呂はさめないうちに、みんなで続けて入った	233	5,293
⑪	風呂の残り湯を洗濯につかった	16	3,433
⑫	洗濯物はまとめ洗いをした	23	3,600
⑬	町のルールを守ってゴミを分けた（ビン、カン、ペットボトルなど）	115	
⑭	野菜などの食料品は、近くの産地のものを買った	55	
⑮	出かけるときは、自動車に乗らず徒歩、自転車、公共交通機関を利用した	316	3,496

「エコライフ」をこれからも続けていきましょう



今日できたことに○だよ。

家族の方も、一緒にやろう～

[回答欄]

CO2削減量 (g)

①	8	8	8	8	8
②	21	21	21	21	21
③	37	37	37	37	37
④	72	72	72	72	72
⑤	33	33	33	33	33
⑥	145	145	145	145	145
⑦	64	64	64	64	64
⑧	56	56	56	56	56
⑨	82	82	82	82	82
⑩	233	233	233	233	233
⑪	16	16	16	16	16
⑫	23	23	23	23	23
⑬	115	115	115	115	115
⑭	55	55	55	55	55
⑮	316	316	316	316	316

●締切日 2月28日
回収箱に入れましょう