

エコアップ行動・ステップ **2**

9つのなかから **3つ** を選んでやってみよう

1

省エネ製品に買い換えよう

電灯をLEDに換えたり、古い電
化製品を買い換えたりすると、
CO₂を減らして電気代も節約で
きます。



2

ゴミを減らそう

使い捨てプラスチックを減らし、
缶やペットボトルの飲み物をで
きるだけ買わないようにしま
しょう。



3

お風呂の残り湯を使おう

洗濯などに利用すれば、水道代
の節約にもなります。



4

緑のカーテンを 作ってみよう

窓の外で日ざしをさえぎると、
内側でさえぎるのに比べて、入
ってくる熱が少なくなります。



5

エコラベルなどがついた 商品を選んで買おう

環境にやさしい商品を選びま
しょう。



6

地元でとれたものを食べ 旬のものを味わおう

食べ物を運んだり保存したりす
るエネルギーがかかりません。



7

おうちの電気機器の 消費電力を調べてみよう

取扱説明書やホームページなど
で調べてみましょう。



8

宅配便はできるだけ 1回で受け取ろう

何度も配達しなくてよいので、
エネルギーが節約できます。



9

「温暖化ものしり帖」 (②～③ページ)を 家族で読んでみよう

地球温暖化の仕組みや対策につ
いて、家族で話し合ってみましょ
う。

