

チェックシート



ステップ

1

に色をぬって、エコアップ行動を記録しよう。

できた日は **みどり**

できなかった日は **ちゃいろ**

1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
月/日	月/日	月/日	月/日	月/日	月/日	月/日

① テレビを見る時間を1時間減らそう							
② 冷房は室温 28℃をめやすにしよう							
③ 冷蔵庫の開け閉めは短い時間でしよう							
④ 電灯をつける時間を1時間減らそう							
⑤ シャワーの時間を1分短くしよう							

得点を計算しよう。 こ × 2点 + こ × 1点 = 合計 点

ステップ

2

やってみたエコアップ行動の
番号 (1 ~ 9) を書こう。

10点 10点 10点

合計得点を計算しよう。 ステップ1の得点 + ステップ2の得点 = 合計得点 点

感想を自由に書いてね。

.....

.....

.....

学校名と名前を書こう。

小学校 年 組

ふりがな

名 前

ID :