

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。

