

エコアップ行動 ステップ2

家族で協力して、この中の
3つの行動を選んでやってみよう！



1

省エネ製品に買いかえる

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



2

ゴミを減らす

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

緑のカーテンをつくる

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 旬のものを味わう

食べ物を運んだり保存したりす
るエネルギーがかりません。



7

おうちの電気機器の 消費電力を調べる

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回で受け取る

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

「地球温暖化ものしり帖」 (2～3ページ)を 家族で読む

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。

