

# 夏休み！おうちでエコアップ大作戦 チェックシート



## ステップ 1



いろに色をぬって、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日目 月/日	2日目 月/日	3日目 月/日	4日目 月/日	5日目 月/日	6日目 月/日	7日目 月/日
① テレビを見る時間を1時間減らそう							
② 冷房の設定温度を28℃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 × 0 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