



# とやま環境チャレンジ10

## 地球温暖化を止めるとりくみ例



下のとりくみをさんこうに、とりくみをえらんで、チャレンジ10シートの「とりくみ」らんに入記入しましょう。  
10このとりくみをめざしてかんばりましょう。こまめにとりくむことで、みんなのおこづかいくらいのお金のムダがなくなるよ。

サッカーボール 10個分 = 、1個分 = (地球をあたためるガス10gの大きさはサッカーボール1個分になります。)

<p><b>1</b> 環境について家族で話し合う</p> <p>地球温暖化を止め環境を守るために、何ができるか家族で話し合しましょう。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガスの量やお金では表わせませんが、とても大切なことです。</p>	<p><b>2</b> 家族団らんを心がける</p> <p>家族がべつべつのへやで、電気をつけたりテレビを見たりしていると、その分電気を使います。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 652g お金 29円 サッカーボール 65個分</p>	<p><b>3</b> エアコンは、夏は28℃</p> <p>エアコンの温度が低いと、電気をたくさん使います。使うときは、28℃をめやすにしましょう。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 34g お金 2円 サッカーボール 3個分</p>	<p><b>4</b> エアコンは必要なときだけつける</p> <p>カーテンやすだれなどを使用して、へやに入る太陽の光をカットし、エアコンにたよらない過ごし方をしましょう。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 21g お金 2円 サッカーボール 2個分</p>
<p><b>5</b> ムダな明かりを消す</p> <p>明るい昼の間は明かりを消したり、使っていない部屋の明かりは消しましょう。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 22g お金 2円 サッカーボール 2個分</p>	<p><b>6</b> テレビを見る時間をへらす</p> <p>テレビを見る時間が長くなると、その分電気を使います。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 36g お金 2円 サッカーボール 4個分</p>	<p><b>7</b> ゲームをする時間をへらす</p> <p>ゲームをする時間が長くなると、その分電気を使います。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 50g お金 3円 サッカーボール 5個分</p>	<p><b>8</b> 家電はコンセントからこまめに抜く</p> <p>たとえば、テレビは見えていない時でもリモコンを動かす電気を使っています。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 165g お金 10円 サッカーボール 17個分</p>
<p><b>9</b> 冷蔵庫のムダなあけしめをしない</p> <p>冷蔵庫をあけると、冷たい空気が外へに出ていき、冷やすために、その分電気を使います。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 12g お金 1円 サッカーボール 1個分</p>	<p><b>10</b> 水・お湯はこまめに止める</p> <p>水をつくる時にもたくさん電気を使います。また、お湯を使うと、水の温度を上げる電気も使います。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 81g お金 8円 サッカーボール 8個分</p>	<p><b>11</b> お風呂は間隔をあけずに入る</p> <p>お風呂をわかし直すとその分、ガスや水などをよけいに使うことになります。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 244g お金 16円 サッカーボール 24個分</p>	<p><b>12</b> 温水洗浄便座のフタを閉める</p> <p>使わないときはフタを閉めましょう。あけっぱなしだと電気をよけいに使うことになります。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 39g お金 3円 サッカーボール 4個分</p>
<p><b>13</b> 買物袋を持ち歩き、レジ袋を断る</p> <p>レジ袋をつくる時、すててもやすきにも、石油などを使います。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 159g お金 1円 サッカーボール 16個分</p>	<p><b>14</b> マイカーの使用をひがえる</p> <p>近いところは歩いていくか自転車。遠くへ行くとときは、できるだけバスや電車を使いましょう。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 389g お金 13円 サッカーボール 39個分</p>	<p><b>15</b> ふんわりアクセル、ゆっくりスタートする</p> <p>自動車はスタート(発進)の時にたくさんガンリンを使います。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 532g お金 33円 サッカーボール 53個分</p>	<p><b>16</b> アイドリングをストップする</p> <p>自動車を駐車するときや長時間停車するときは、自動車のエンジンを切ることで、ガンリンの節約になります。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 110g お金 7円 サッカーボール 11個分</p>
<p><b>17</b> 冷蔵庫の設定温度は適切にする</p> <p>設定温度が低すぎないか見直しましょう。設定を「強」から「中」にしても中のものは、きちんと冷やすことができます。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 69g お金 4円 サッカーボール 7個分</p>	<p><b>18</b> 冷蔵庫に物を詰め込みすぎない</p> <p>冷蔵庫にものをたくさん入ると、空気が流れが悪くなって、冷えにくくなり、その分電気を使います。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 49g お金 3円 サッカーボール 5個分</p>	<p><b>19</b> 電気ポットを長時間使用しないときはプラグを抜く</p> <p>低めの温度で保温して、必要なときにその都度沸騰させましょう。長時間使わないときはプラグを抜きましょう。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 121g お金 7円 サッカーボール 12個分</p>	<p><b>20</b> 炊飯ジャーで保温をひがえる</p> <p>ごはんをジャーで保温すると、利用時間が長く、多くの電気を使います。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 94g お金 6円 サッカーボール 9個分</p>
<p><b>21</b> 食器を洗うときは低温に設定する</p> <p>食器を洗うときは、水温を低めにしましょう。水温が高いと、電気やガスなどをたくさん使います。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 56g お金 4円 サッカーボール 6個分</p>	<p><b>22</b> 洗たくはまとめて洗う</p> <p>洗たくはまとめて洗って、回数を減らした方が水や電気の節約になります。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 7g お金 11円 サッカーボール 1個分</p>	<p><b>23</b> お風呂の残り湯を洗たくに使う</p> <p>お風呂の残り湯を洗たくに使うと、水の節約になります。</p> <p><b>1日でへらせる</b> 地球をあたためるガス 18g お金 12円 サッカーボール 2個分</p>	<p><b>24</b> 自分で考えたとりくみ</p>

地球をあたためるガスの数値は、二酸化炭素の量。サッカーボール1個(体積)は、二酸化炭素約10gに相当。  
No.3~6, 9~12, 15~19, 21, 22  
No.2, 8, 13, 14, 20, 23  
No.7  
(財)省エネルギーセンター「家庭の省エネ大事典」より  
環境省「身近な地球温暖化対策」より  
(財)とやま環境財団実測