

さあ、つづけよう! 家庭で 省エネ運動!

Let's keep on
eco life



朝型生活にチャレンジ

早寝早起きの毎日で、夜間CO₂を削減。

朝型生活にチャレンジしてCO₂削減

朝チャレ!とは、朝早くから活動して夜ゆっくり休むという新しいライフスタイル。環境省は国民運動キャンペーンとしてこの朝チャレ!を推奨しています。

早寝早起きは健康的であるだけでなく、夜間の電力消費を抑えることでCO₂削減にもなり、自分にも地球にとってもプラスの習慣です。さらに、早起きして通勤で一駅歩いてみたり、自転車通勤に挑戦してみると、もっとエコにつながります。

たとえば、日本の全世帯が次の3つに取り組むと…

- 1日1時間、夜の電気使用を減らす
- 1日1時間、エアコンの使用時間を短縮する
- 1日1時間、テレビの使用時間を短縮する



873万トンの
CO₂
削減効果

1世帯では年間165kgでも、日本全世帯では約873万トンのCO₂を削減することができます。これはスギの木約6.2億本分、NTN工場からの排出量の35倍にもなります。

(朝チャレ! URL: <http://www.challenge25.go.jp/asachalle/>)

環境家計簿のつけ方



使ったエネルギーを記録する

- 電気やガス、水道の請求書から転記します。(前年の使用量、前年同月の使用量もわかります。)
 - 水道代は2ヶ月毎に請求されるので、等分して各月に振り分けます。
 - ガソリン(軽油)や灯油は、領収書を保管して、月毎に集計しましょう。
 - 参考までにそれぞれの金額も書いておきましょう。使用量が減れば、金額も減っているはずです。
 - チャレンジ項目として、アルミ缶、スチール缶、ペットボトル、ガラスビン、紙パック、食品トレーでリサイクルに出さずに捨ててしまったものを数え、使用量の欄に記入しましょう。
 - 燃えるごみは、ごみを出す毎に重さを量り、1ヶ月分の合計を記入しましょう。
- ↓
- 使用量にCO₂排出係数をかけ算して、排出量欄に記入してください。この合計が、あなたの家庭から出ているCO₂の総量です。

あなたが環境家計簿に記入できる項目に丸をしましょう

電気 都市ガス LPガス 水道 灯油 ガソリン 軽油



January

1月



項目	使用量×CO ₂ 排出係数=CO ₂ 排出量	支出
電気	(kWh) × 0.39= (kg)	円
ガス	都市ガス (m ³) × 2.1= (kg)	円
	LPガス (m ³) × 6.5= (kg)	円
水道	(m ³) × 0.36= (kg)	円
灯油	(ℓ) × 2.5= (kg)	円
ガソリン	(ℓ) × 2.3= (kg)	円
軽油	(ℓ) × 2.6= (kg)	円
チャレンジ項目	アルミ缶 (缶) × 0.17= (kg)	
	スチール缶 (缶) × 0.04= (kg)	
	ペットボトル (本) × 0.07= (kg)	
	ガラスビン (本) × 0.11= (kg)	
	牛乳パック (個) × 0.16= (kg)	
	食品トレー (枚) × 0.008= (kg)	
	燃えるごみ (kg) × 0.34= (kg)	
1月度合計	(kg)	円

●前年度の比較

	前年同月の値	昨年に比べて今年は?		
電気	kWh	<input type="checkbox"/> 良い	<input type="checkbox"/> まあまあ	<input type="checkbox"/> 悪い
都市ガス・LPガス	m ³	<input type="checkbox"/> 良い	<input type="checkbox"/> まあまあ	<input type="checkbox"/> 悪い
水道	m ³	<input type="checkbox"/> 良い	<input type="checkbox"/> まあまあ	<input type="checkbox"/> 悪い

エコクイズにチャレンジ ▶

NTN国内全事業所からの2009年度CO₂総排出量は?

- ①20万t ②25万t ③30万t

