



水の使用量をみんなで
減らそうー!!

まず、僕が第一に考えたアイデ
アは お風呂 ではなく

シャワー で体を

洗う事をオススメしたいです。
なぜなら、水の使用量を減らせ
るからです。しかし長時間シャ
ワーを出しっぱなしにしてしま
うと水の量が増えてしまいます。

自分が行っている対処法
は、お風呂の水をバ
ケットです。体を洗っ
ています。そうするとお
風呂全体も温められ
るし、水の量も減らせま
す。

結論

出来る限り

お風呂

で体を洗うのではなく、

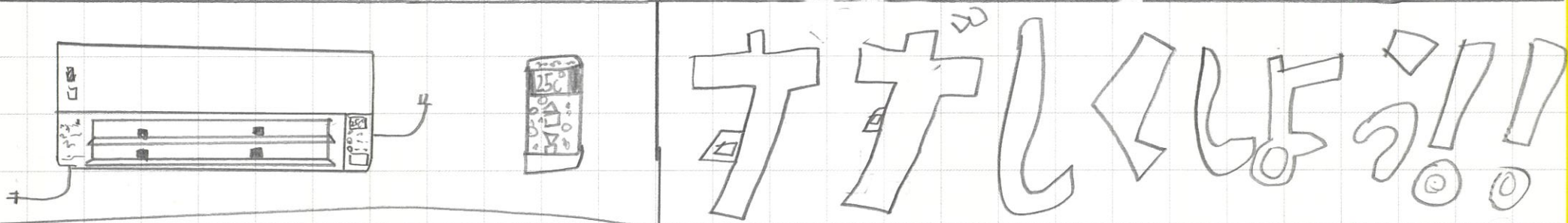
シャワーで体を洗い

ましょ。すると水の量

を減らす事が出来ます。



エアコンを使わずに



さっそくですが、夏は暑いですね。

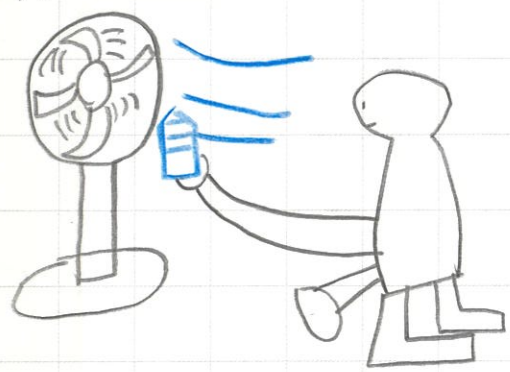
さあ、そんな時はエアコンを使いますよね。

ただし、使いすぎるとお金が...

そんなあなたに!!今日はエアコンを使わない
部屋をひやりさせるためのワニツを教えてください!!

No.1 せん風機の前に氷?

No.1はせん風機の前に氷を置く事です。



理由 気化熱がヒン!!

気化熱によって涼しく感じるから!!

No.2 こおらせたペットボトルも..?

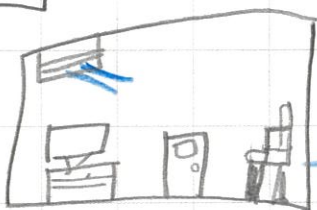


こおらせたペットボトルは

除湿効果があります!

ワニツ説明!!

湿度差が発生します 35°



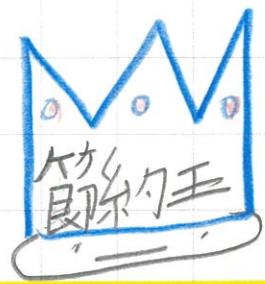
これは家の中の水分

ペットボトルに

水分がつかまります。

ということ除湿されます!!

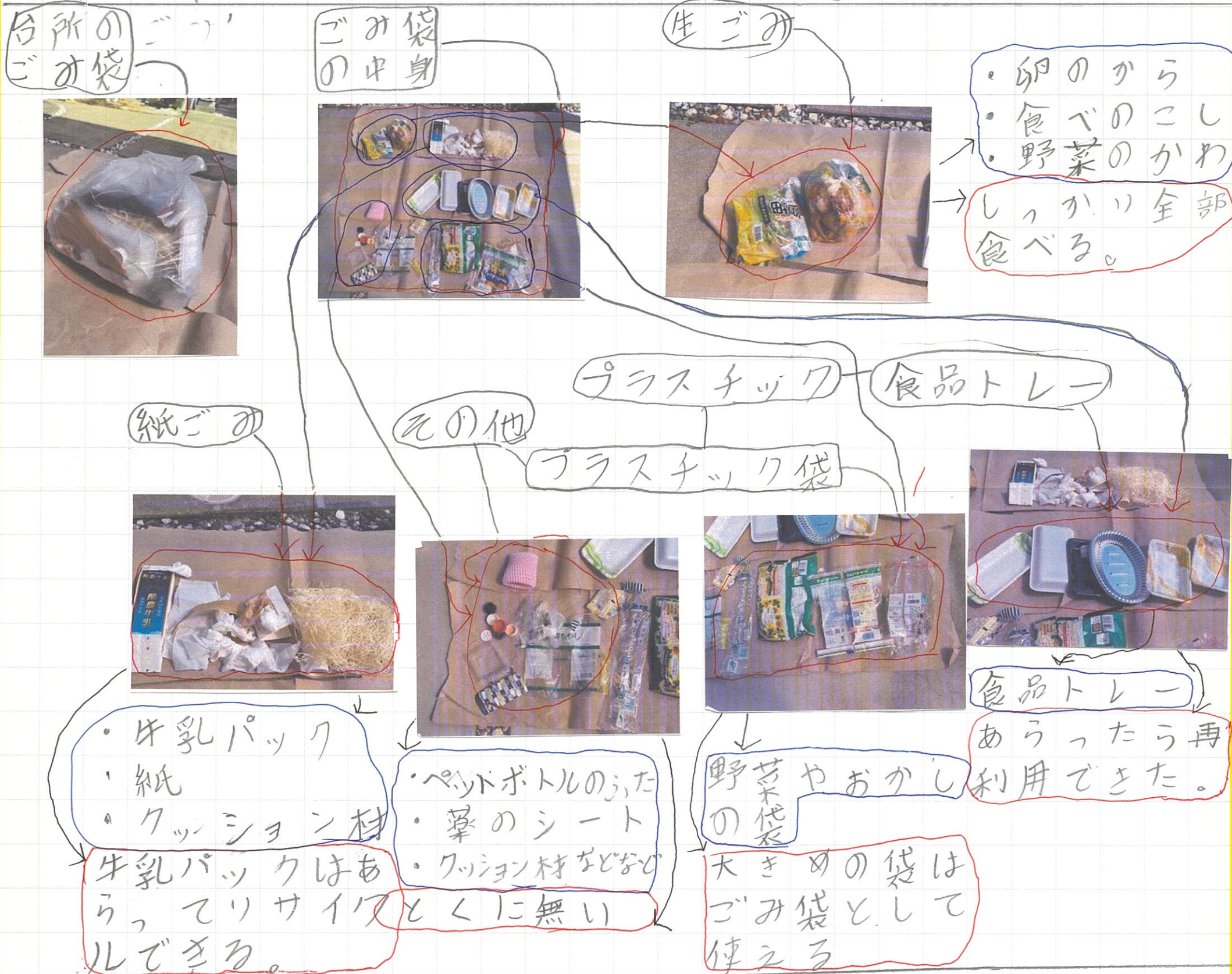
この夏は暑さに負けずに、
楽しんでいきましょう!!!





台所のごみ袋の中身

目的: 台所のごみ袋の中身をチェックして、工夫できることを見つける。



まとめ

リサイクルや再利用できる物もあればできないものもあった。



温暖化対策 エコチャレンジ

自分ができることを調べてみる、環境が良くなったら、
毎日することにした。

- ①電気類をあまり使わなかったら、どう変化するのか
- ②ゴミを減らすとどう変化するのか（環境）

①を調べてみると...

電気代の節約、CO₂排出量の削減による環境への貢
献、家電の寿命延長、待機電力の削減、そして電気が
なくても生活できる工夫や活動を促す機会が生まれる
良い変化が期待できます。

とでていました。

CO₂排出量の削減による環境への貢献が環境には良
い事だとわかりました。

CO₂排出量
とは？
二酸化炭素
(CO₂)が排出
された量の事

電気類をあまり使わなかったら、環境が良くなると知
ったので次からできるだけ電気類を使わない事を決め
ました。

②を調べてみると...

地球温暖化の抑制、天然資源の節約、最終処分場の延命、
環境汚染の防止、および処理コストの削減に繋がります。
具体的な変化としては、収集・焼却時のCO₂排出量が減
り、埋め立てスペースが軽減され、資源の有効活用が促進
されます。ふなと、色々な環境の変化があります。

ゴミを減らせば、環境が良くなるので、できるだけ、ゴミ
を減らそうと思います。

まとめ

電気類を使うのを減らすと、環境が良くなるのと、ゴミを減
らすと、同じように環境が良くなるのが分かりました。
なので、これらの事を考えて住みしていいように思います。



ミニトマトでエコチャレンジ!!

① どうしてこの活動を選んだか

私はミニトマトが大好きです。ほとんど毎日食べます。ミニトマトをお店で買うとプラスチックの入れ物に入っています。家でミニトマトを作れば、ゴミは出ないし、ミニトマトが光合成をして二酸化炭素を吸収してくれるし、もぎ立てを食べられトラックの輸送が必要ないので二酸化炭素が出ないという、一石二鳥のエコになると思って、この夏はミニトマトを育てました。

② やったこと

- ・ 7月初めに苗を植える
- ・ 毎日水をやる
- ・ 時々肥料をやる
- ・ 赤くなったらとって食べる

③ エ夫したこと

- ・ 水やりはできるだけ雨水を利用しようと思ってバケツに雨水をためた。実際は今年は雨が少なく、雨水だけでは足りなかった。庭の水道水も使った。

④ わかたこと

- ・ 食べごろの赤さになるのは毎日1.2個なのでたくさん食べたければたくさん苗を植える必要がある。

⑤ 来年にむけて

- ・ 自分の家で野菜を作ると、ゴミは減り、輸送費はかからず、光合成もしてくれる。来年はもっと作る野菜の種類と数を増やしたい。

- ・ 肥料は、今年は買ったが調べると野菜くずを土に混ぜることで堆肥を作ることができるようだ。来年は堆肥を自分で作ってみたい。

- ・ 雨水を利用するのは、天気によって左右される。調べてみると入浴剤の入っていない風呂の残り湯も温度が下がっていれば、水やりに使ってよいようだ。来年は水の節約も考えたい。



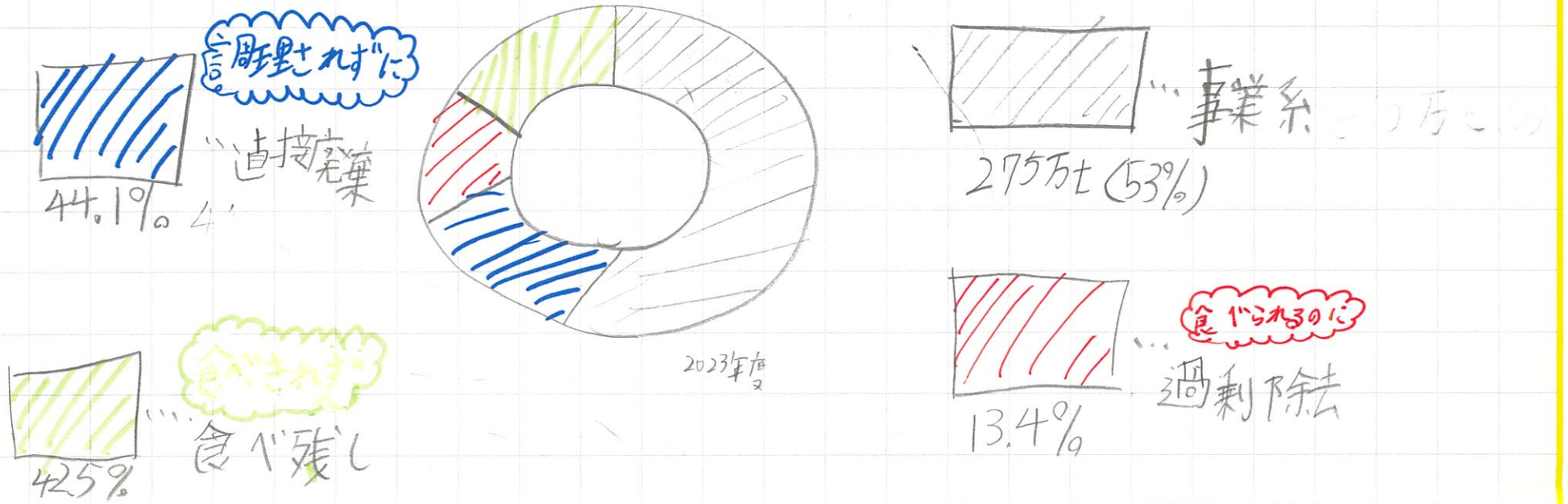


目的... 食べ残しをせずにすべて食べる

人 = SDGsくん
彦真にSDGsがいて私にSをもらっているから

今回、今回は、食べ残しをせずにすべて食べるという
事をしました。このまま何もしらずにいても意味
がないと思うので、まず調べてみました。

＜家庭における1人の食べ残し量＞



なんと事業系が一番多い事に!!

直接廃棄は少ないの
ビックリ

1日やるだけで10g 二酸化炭素が減る!!

私もやってみた... この1枚がSDGs

～ほかにも～

旬な野菜や果物を食べる

↓をただけで...

1日に10g 二酸化炭素が減る 10gも減ってる

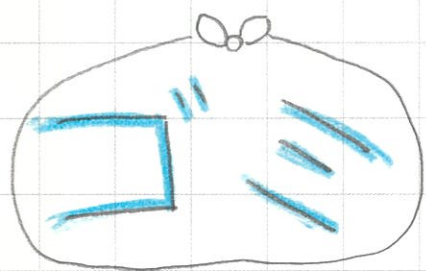
スーパーでもこんなたいさくが...

その名も もぐもぐチャレンジ → 食品ロス削減

集まったシールは1460万枚以上!! 15社が参加
2023年10月時点

まとめ
SDGsはすごいんだって!!



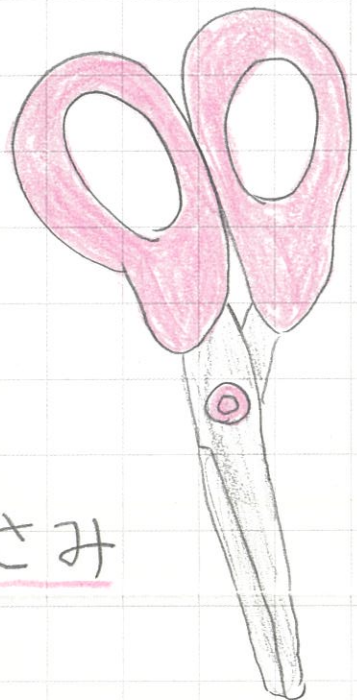


を減らすために

物を大切に!

私はゴミが出るのは、いらなくな、た物をすてるからだと思います。なので、私は物を大切にすることにしました。

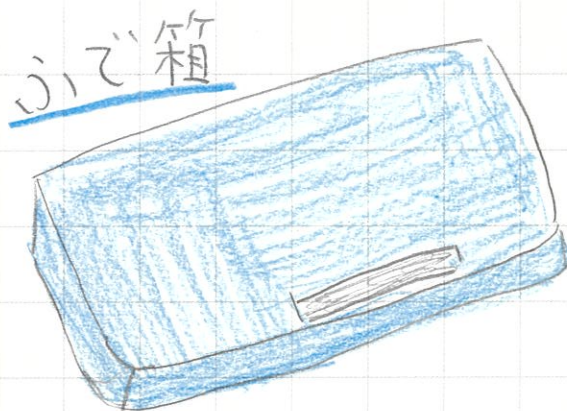
例えば...



はさみ



ぬいぐるみ



ふで箱

切れにくくな、たからす
てよう。

だから

直せる物が
あればなおす
のをこころがける

今までの
自分

新しい物を
買、たから
すてよう。

だから

またつかえる
のなら、すぐにす
てない

物がたくさん!

ゴミがふえる。

1人あたり出すゴミの量
約85/グラム

【分かったこと・まとめ】

物を大切にしたら分かったことは、物を大切にするとゴミを減らす
ことができたことじ、かんした。

物を大切にすると、物を丁寧に扱えるようになった。



家にある消費期限、消費期限を無くそう!

さてみなさん。家に消費期限、消費期限の物ってありますか？私の家にも、もちろんあります!

消費期限はともかく、消費期限は...
なので!私は何故、残ってしまいかを私なりに調べてみました。

理由その1 消費期限が近いものを買ってしまう。
あるあるですよ〜私もあります。明日が消費期限の物を買ってしまい、昨日、食べようと思っていたが、忘れてしまった、とかいう事ないですか?

理由その2
買って食べたものの味が気に入らなければ、食べたくないのでよね?みんなそうではないですか?そのようなものばかりが増えて、食べきれなくなってしまうのです。

理由その3
これはほしい!あれほしい!などで買ってしまうと、食べきれなくなり最終的には、ゴミ箱へ行ってしまったり



〜その為に〜

- ① できるだけ消費期限までの日数、日時が長い物を買う。
- ② 初めて食べる物は、これ私食べられるかな?と一度考えてみる。
- ③ このくらいなら消費期限内に食べきれかな、と思うくらいにする。

私は、食品ロスを減らす為にも、この3つを

心がけよう と思いました。

{ みなさんも、私と一緒に、
食品ロスを減らして
いませんか? }



家でできる節電

みなさんは1年間で1番電気の使用量が多いのは、
何月だと思いますか？

僕は8月と思っていました。そこで我が家の過去1年間の電気使用量(kWh)と節電方法を調べてみました！

④動機：今年の夏もとても暑く、昼はエアコンをつけっぱなしにしています。つけっぱなしだと、電気をたくさん消費してしまうと思ったので、1年の電気消費量を調べることにしました。そして、節電方法についても調べることにしました。

②結果

1番電気使用量が多いのは冬で、夏の3倍でした。この理由は、室内のエアコンの設定温度と屋外の気温との差が冬のほうが大きく、お湯をたくさん使うからだと思いました。今回は、夏の節電方法について調べることにしました。

③電気のない時代、古代人はどのように生活していたのか

インターネットで調べると、旧石器時代は洞窟、縄文時代は竪穴式住居(半地下)で暮らしていて、弥生時代から地面の上に家を建てるようになった。江戸時代にはすだれや打ち水などの暑さをしのぐための工夫もされていました。そこで僕は、④地下の温度変化と⑤すだれの効果(すだれが家にないので壁の日向と日陰で比較)と⑥打ち水の効果を調べてみることにしました。

④地上と地中の温度変化

地中30cmは温度変化が少なく、道路は温度変化が激しい結果でした。地中30cmで常に約29℃だったのもっと深いと涼くなると思い調べると、ある家の4メートル下の地下室では温度は14℃～23℃だそうです。また、秋吉台の鍾乳洞の気温は、年間を通して17℃だそうです。

⑤すだれの効果

家の壁の日向と日陰で温度を比較すると全然違うことが分かり、日の当たる壁にすだれを設置することでエアコンの電気消費量の削減が期待できます。

⑥打ち水の効果

打ち水は、水が蒸発するときに周囲から熱を奪う「気化熱」を利用しています。そこで、打ち水の効果がどれだけ続くのか調べてみました。

実験の結果、気温は下がらなかったが、打ち水をしたところは冷え、ぬれていいる間は効果が持続しました(もっと広範囲に水をまくと気温も下がったかもしれませんが)。ただし、すぐに乾くので何回もしないと効果が持続しません。

まとめ

- 地下の活用は、エアコンいらずでエコだけど、高コストで実際に実践できません。だから、僕が家を建てる時には地下室を作ろうと思います。
- すだれやグリーンカーテンで直接家に日が当たらないようにし、エアコンの電気消費量を節約するのは低コストですぐに実践できるので、これから始めるのが良いと思います。

検針日	kWh	日数	1日の平均
2025/7/14	562	29	19.4
2025/6/18	674	28	21.4
2025/5/21	857	33	26
2025/4/18	874	28	31.2
2025/3/21	1315	30	43.8
2025/2/19	1317	28	47.0
2025/1/22	1598	35	45.7
2024/12/18	1033	28	36.9
2024/11/20	841	33	25.5
2024/10/18	528	29	18.2
2024/9/19	579	29	20.0
2024/8/21	697	34	20.5

↓一日の温度変化(赤字は日が当たったとき)

8/20晴れ	8時	10時	12時	14時	16時	18時
庭の地中30cm	29.3℃	29.1℃	29.1℃	29.1℃	29.1℃	29.3℃
庭の地表	24.8℃	33.6℃	36.0℃	36.4℃	33.2℃	28.6℃
家壁南	26.0℃	34.6℃	36.4℃	40.4℃	38.2℃	30.6℃
家壁北	27.2℃	29.4℃	30.6℃	33.0℃	37.8℃	32.4℃
道路	27.8℃	33.6℃	47℃	55.2℃	46.6℃	31.8℃
気温	28℃	30℃	33℃	33℃	33℃	32℃

時間	天気	気温	結果
11:45	曇り	31℃	打ち水前の木の温度：35℃ 打ち水後の木の温度：32℃
12:00	曇り	31℃	打ち水後の木の温度：29℃
12:15	曇り	32℃	デッキが半分乾いた。 ぬれてる所...30℃ ぬれていたが乾いた所...30℃ もともと乾いていた所...33℃
12:30	曇り	32℃	少し日差しが出てきた。 ぬれてる所...34℃ ぬれていたが乾いた所...37℃ もともと乾いている所...44℃
12:45	曇り	33℃	ほとんど乾き、薄日が差してきた。 ぬれてる所...32℃ ぬれていたが乾いた所...35℃ もともと乾いている所...40℃
13:00	曇り	33℃	ぬれてる所がほとんどなくなった。 ぬれてる所...32℃ ぬれていたが乾いた所...36℃ もともと乾いている所...38℃
13:15	曇り	33℃	ぬれてる部分がなくなった。 ぬれていたが乾いた所...42℃ もともと乾いている所...42℃



世界中の森林に

全世界から排出される年間の CO_2 を吸収してもらうには...

(二酸化炭素)

世界の二酸化炭素排出量は314億t。(デゴ活より)

世界中から排出される二酸化炭素を

木に吸収してもらうにはどのくらいの本数が必要なのか?

スギ1本(36~40年生)の二酸化炭素吸収量は、8.8kg となっている。

$314 \text{億} \div 0.0088 \text{t} = \text{約} 3 \text{兆} 5700 \text{億本}$ 植える必要がある。(これは地球上の人口の約440倍!)

これだけの木を植えるには地球上のどれくらいの面積が必要になるのだろうか?

人工林は1haあたり3000本植林するが、最終 700本~800本になるので800本で考えてみる。(関東森林管理局 緑の質問Boxより)

$3 \text{兆} 5700 \text{億本} \div 800 \text{本} = 44 \text{億} 6250 \text{万ha}$ が木を植えるべき面積となる。

どんどん計算していく!

地球の表面積の29%は陸地であるので、

510100000km^2 (地球の表面積) $\times 29\% = 147244000 \text{km}^2$ が陸地の表面積 (Gakken キッズネットより)

陸地の何%に木を植えると CO_2 の増加をおさえられる?

$44 \text{億} 6250 \text{万ha} \div 147244000 \text{ha} = 30.3\%$ に木を植える必要がある。

!! イコール

2020年世界森林面積は約41億haで世界陸地面積の約30%となっている!

結果!

現在何とか世界の森林によって二酸化炭素が増えるのをおさえられている。

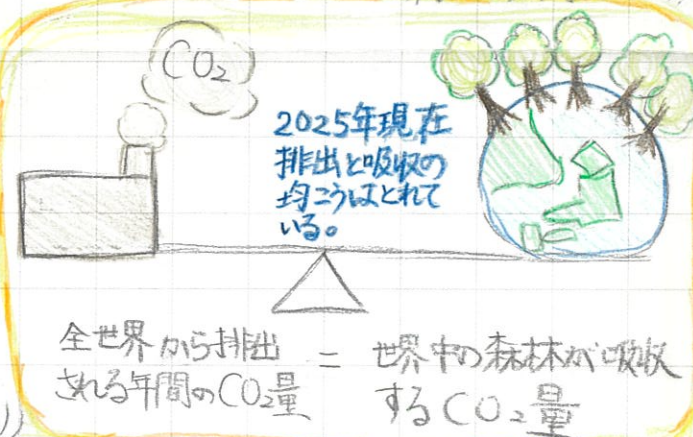
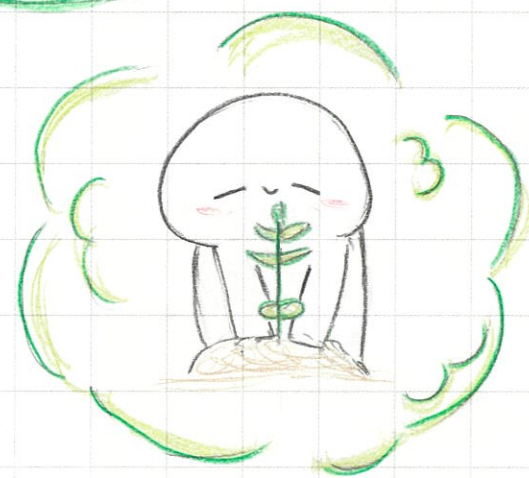
しかし、毎年世界中の森林の470万ha(世界の森林の0.1%)が減少しており、10年で1%、100年で10%となっており、

森林の減少が加速すると地球温暖化につながる。

地球温暖化になると、気温上昇、異常気象の増加、生態系へのえいきょうなど様々な問題が増化してしまう。

森林を守るために私たちができることは...

紙の使用量を減らす、森林認証製品を選ぶ、植林活動に参加するなど... できることはたくさんある!!!





エアコンの時間をへらす

夏休み家族全員でエアコンの時間をへらすことにしました。誰もいない部屋のエアコンの電源をけすということもこころがけました。外出している時もエアコンをけすようにしました。

エアコンを消すことによ、って二酸化炭素をださないようにしました。

そして、ついているエアコンの温度も控えることをて、ていしました。

へやの温度をひかえめにするると意外と二酸化炭素へるとし、こ少しびっくりしました。

夏だけでなく、冬もたんぽうなどをひかえめにすることをて、ていしたいと思います。



Recycle

ぼくの家には、ペットボトルが多く、ごみで捨てられます。
何か、再利用できないかなあと考えていると、リサイクルすればいいんだと、思いました。調べて見ると、服やボールペンやえんぴつ、新しいペットボトルに、変わります。



リサイクルのやり方

1、ペットボトルの中をゆすいで、きれいにしましょう！

2、キャップとラベルをはずして、分けて、捨てよう！

3、ペットボトルは、リサイクルの箱へ！！

・ペットボトルをリサイクルする事も大切だけど、ペットボトルを、使わずに、自分の、水どうを持つ事も大切だと思います。
万博では、無料給水スポットが、何ヶ所もこれかいろいろな所にできたらしいなあと思いました。



ふだんの生活の中でできる小さなことから、地球にやさしい行動をしてみようと思い、夏休みに8個のエコチャレンジをしました。

1,エコバックを持って買い物に行く(レジ袋をもらわない)
→レジ袋がたまらず、家がスッキリした。

2,電気をこまめに消す(トイレ、お風呂を使い終わったら消す)
→忘れることもあり、家族に注意された。

3,水を出しっぱなしにしない(歯みがきをする時は、コップに水をためた)
→簡単でやりやすかった。

4,リサイクルできるものを分けて出す(ペットボトルのラベル
→スーパーではトレイ、キャップの回収しているをはがす)
所がありました。

5,自然を大切にする(海に行った時に、ビーチクリーンをした)
→プラスチックゴミが多かったです。

6,待機電力を減らす(せんどうきを使わない時はコンセント
→コンセントが多すぎて大変でした。をぬく)

7,近い所へは歩くか自転車を使う(車のカソリンをなるべく使
→スーパーやおばあちゃんの家に行く時は歩いたわな
り、自転車に乗りました。

8,鉛筆やノートを最後まで使う(文房具をムダにしない)
→できるだけがんばりました。

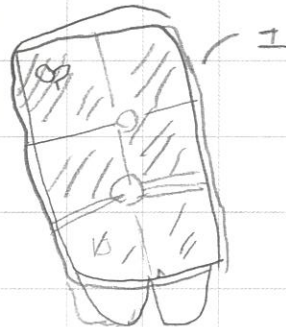
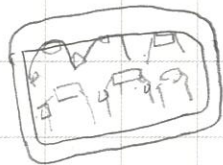
今回のチャレンジで、小さなことでもゴミやエネルギーの
むだを減らせると分かりました。

他にもエコな生活できないか考えながら生活していきたい
です。



プラスチックゴミを生活に やくだつ

- ① たまごにいれているパック → 植木ばちのかわりにする



- ② もしも、

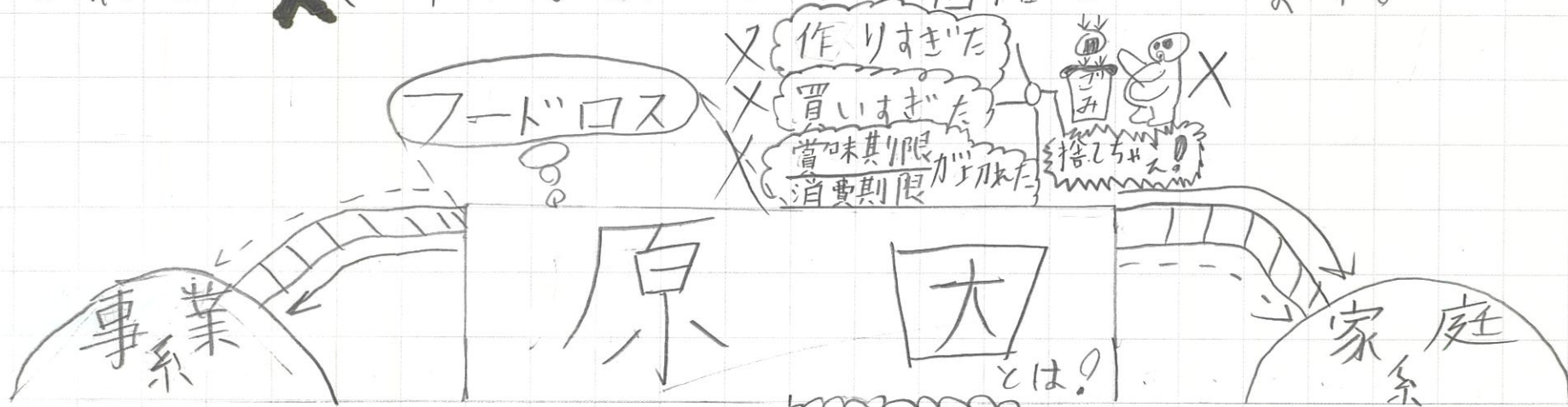
050-



フードロス

なくそう!!

フードロスとは、本来食べられる物が廃棄するといった事です。日本では約**472万トン**の食べ物を一年間で捨てています。これは**一人**、一日でおにぎり一個捨てています。



フードロス

なくすにはどうすればいいの?

必要な分だけ買う

残さず食べる

食べきれ分だけ作る

注文しすぎない

食材を余らせない

フードロスは

一人ひとりが意識すれば必ず減らせる。

大切な

地球を守ろう



エコバックのCO₂削減

効果ってどれくらい？

日本では、現在レジ袋が有料になり、エコバックを持つことが勧められていますが、エコバックはどのくらいかのように良いのでしょうか？

日本では、2020年7月からレジ袋の有料化が始まりました。世界では2018年の時点で60カ国以上の国がレジ袋の禁止・有料化としており、世界の流れに従って日本も取り組み始めた印象です。

レジ袋とエコバックのCO₂排出量

レジ袋は以前は商品を買う度に無料でもらって、使ったらすぐに捨てることが普通でした。しかし、レジ袋は最終的に焼却場で燃やされることになり、CO₂が出てしまいます。レジ袋を有料して、エコバックを使う人を増やすことで、レジ袋の廃棄量を減らすことができます。ただし、プラスチック製のエコバックの場合、生産の時点ではレジ袋よりCO₂排出量は多いです。

CO ₂ 排出量	
レジ袋	1枚 約15g
エコバック	1枚 約781g

エコバックはレジ袋の約52枚のCO₂を排出する。

エコバックが、布製やリサイクル素材が使われているエコバックは、プラスチック製のものをかえりにやさしいと言えます。

つまりエコバックをレジ袋を52枚以上使いつづけたとき、かえりにやさしいと言えます。



・使わな^い照明を消す。

使う時だけ照明をつけて使わな^い照明は消す。

・ゴミを分別する。

古新聞や使わな^いダンボールは、まとめてリサイクルに出す。

ペットボトルやカンなどは一度洗ってから分別しリサイクルに出す。

ペットボトルは、よく洗い、ラベルとキャップをはずし、分別している。

・重い物は、レジ袋を使わずマイバックを使っている。

冷えている物は、保冷バックを活用している。

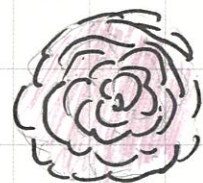
感想

地球温暖化を2℃以上進めないように、毎日コツコツとがんばっています。

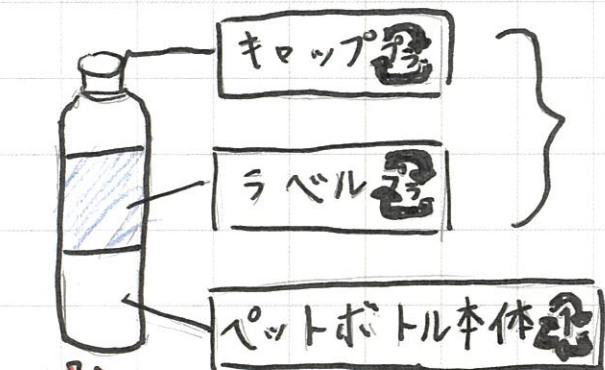


Recycle

ペットボトル大臣に 就任しました!



私の家は5人家族で毎週たくさんのペットボトル飲料が消費されます。ある日父が私をペットボトル大臣にしてくれました。



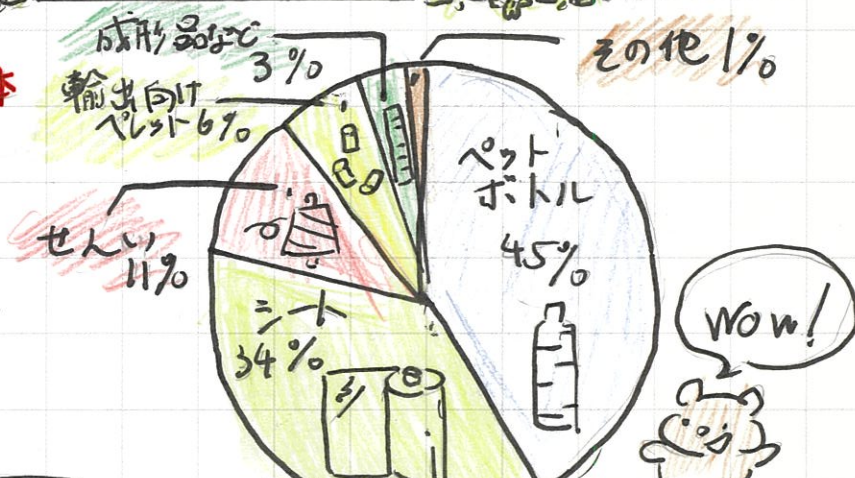
私のすむ自治体では一般ゴミとして回収

資源ゴミとして回収

Point 1
それぞれちがうマークがついているよ!

Point 2
それぞれ自治体によって回収のしかたがかわる

Point 3
ペットボトルの45%がもう一度ペットボトルになるんだって!



<「PETボトルリサイクル 年報報告書2023」より>

私の取り組み



ふたとラベルをはがして一般ゴミへ

ペットボトル本体



あれいよう!

あつてすずく



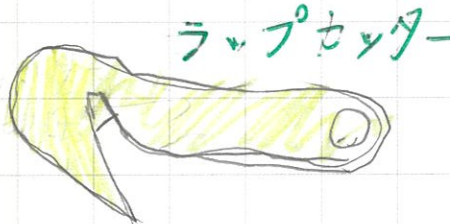
ふくろにまとめて資源ゴミに出す。私のすむところでは1週間水曜日

大変だったこと

- ① あつうのが大変
飲み残しがあるとふくろにたまってくさってしまう。
- ② ラベルがはがしにくい
うまくはがそうとしてもべったりくっついていてときどききめがわかれてしまう。

解決策

- ① 飲んだら必ず1回すぐ。
そのまますてない。
- ② ペットボトルはがしを使う。



まとめ

- ① ゴミの分け方は思ったより大変な仕事でした。
- ② ペットボトルのゴミを増やさない工夫が必要と考えました。時間によつてある時は家で麦茶を作つて水とうに入れて持ち歩くなどの対策をすのめいいと思いました。



エコチャレンジ

14日間

エコ活動の取組

減らした=酸化炭素の量

- テレビを見る時間を減らした。→ 252g
- シャワーで使用する水の量を減らした。→ 1330g
 → 
- 手洗いの水をこまめに止めた。→ 28g
- マイボトルを利用した。→ 1470g

- マイバックを持って買い物に行った。→ 322g

- 食べ残しをせずに食べた。→ 140g
- 冷房の設定温度を28℃にした。→ 3402g


合計 6944g

取組みの結果・感じたこと

- 冷房の設定温度をひかえめにしたり、マイボトルやマイバックを利用することは簡単だからこれからも続けていこうと思った。



ペットボトルと地球の未来



地球にやさしいエコ生活にチャレンジ!!

Theme: ペットボトル



PET

Reuse

Reduce

Recycle

Refuse

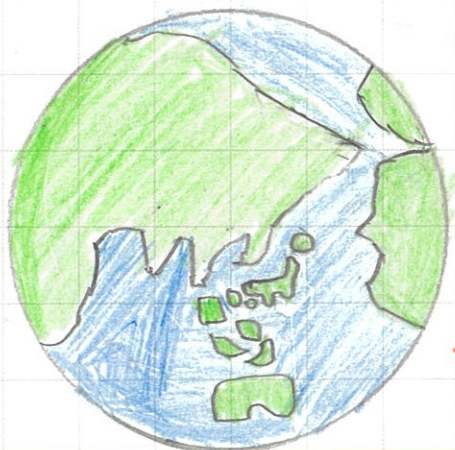
☆ ペットボトルが問題になるのはなぜ？

- ① ゴミが増える。ペットボトルを捨てる人がいると、川や海に流れていき、やがて小さくなりプラスチックがマイクロプラスチックとなって魚やウミガメなどがまちがえて食べてしまうことがある。
- ② たくさんのエネルギーを使って作られている。ペットボトルは石油からできていて、作るときにたくさんのエネルギーとCO₂を出しこれは地球温暖化の原因になる。

◎ ぼくたちにできるエコアクション

- ① マイボトルを持ち歩く。《お気に入りの水筒を使う》
- ② つめかえできる商品をえらぶ。《つめかえ用を買えばゴミが減る》
- ③ 過剰な包装を断る。《包装紙やのし紙、袋などいらぬものは断る》
- ④ 分別を正しくする。

《キャップ、ラベル、ボトルに分けて捨てる。
ボトルはきれいに洗う》



夏休みの1ヶ月間、

マイボトルを持ち歩くことを
決め実行しました。

1人がペットボトルを使わずに旧過ごす
1日あたり 1470g のCO₂削減になるそうです。

$1470g \times 30日 = 44100g$

1ヶ月で 44100g もCO₂削減に貢献できました。
今後も続けようと思います。





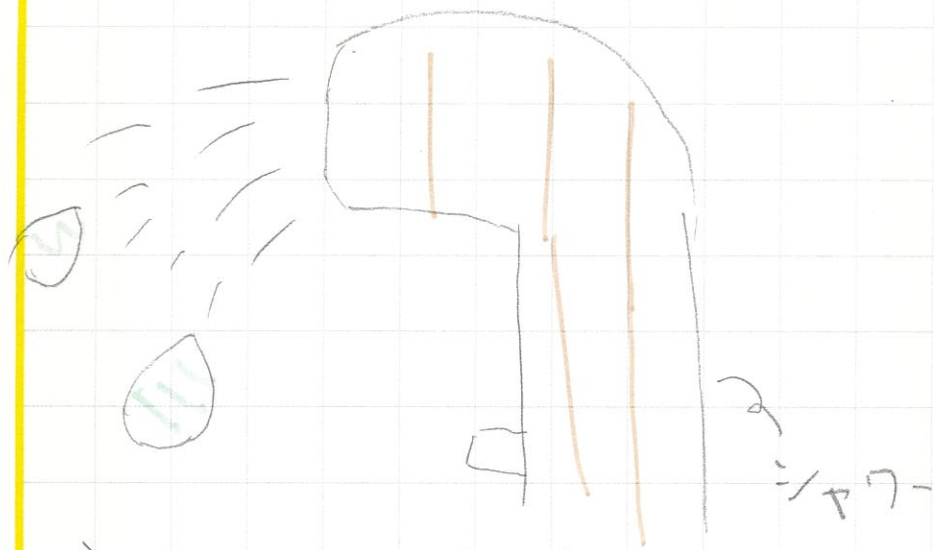
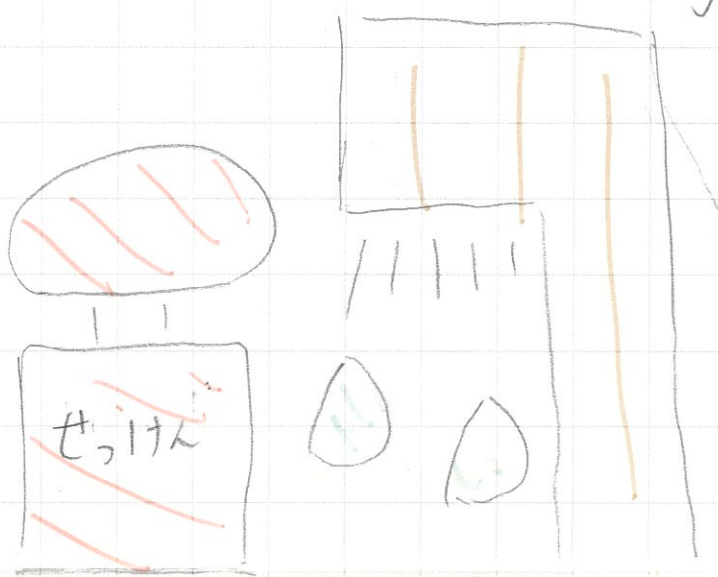
水を大事に^{〇〇} もったいない^{〇〇}

↑ 7きの水でも

大事。

↑
いつ、じしんやさいがいに
がおこるか わからない
だから

手洗い



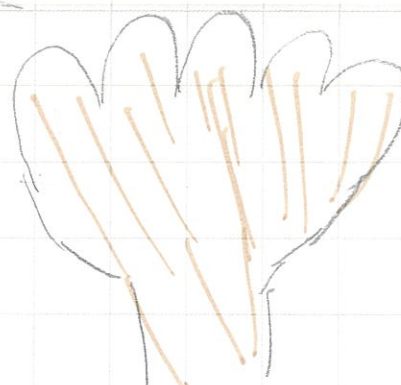
シャワーの水を こまめに
止めよう!!

↓
すると 95gも

二酸化炭素が
へる。



節約
にも



2gの
二酸化
炭素がへる。

たった 2gでも
つみかさねが
大事!!



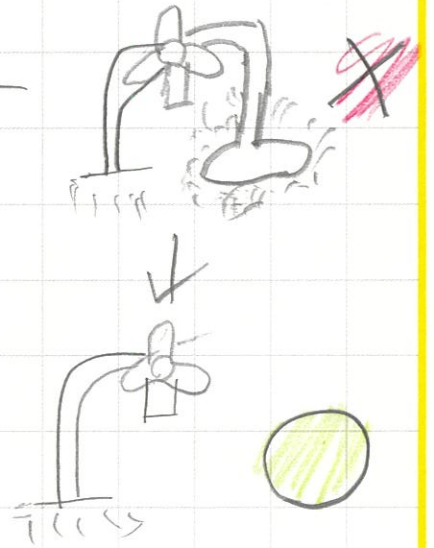
つみ
かさね



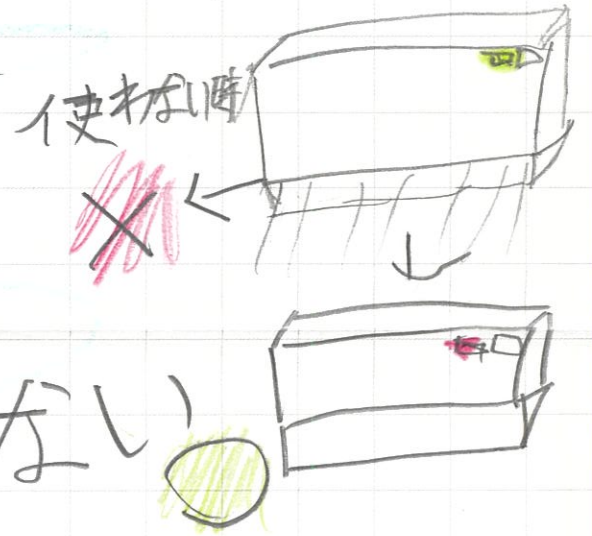
家族でエコチャレンジ

ぼくが出来る取り組み

① 節水...使わない時はちゃんと
水を止めておいて、
使いっぱなしにしない。



② 節電...テレビやエアコン、
電気を使う物を
大事にする使わない
時は消しておく。



まとめ

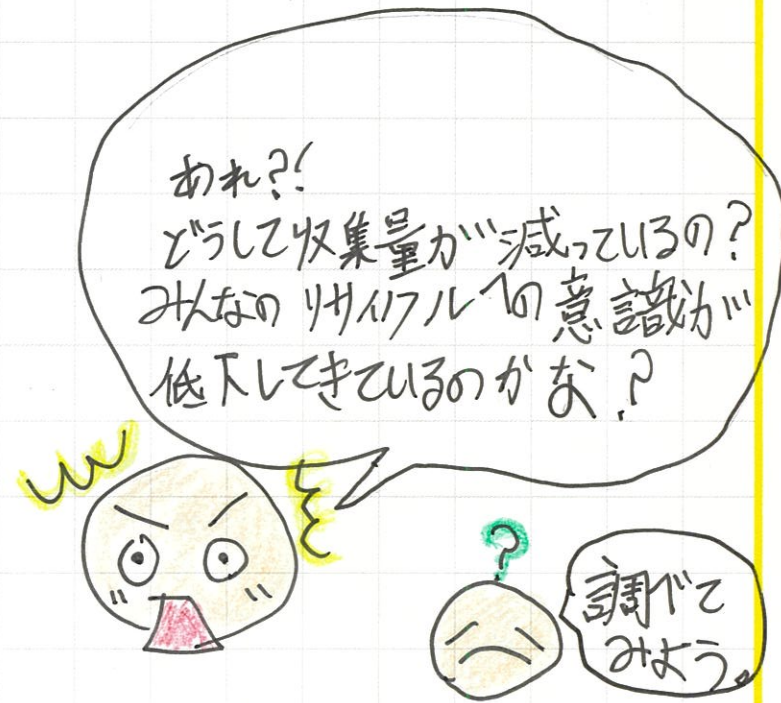
ぼくたちはすべいても二酸化
炭素の量を減らすことをし
ます。



ペットボトルのリサイクル 考えてみた。

ぼくはペットボトルを近所のコンビニの回収所へ持って行っている。
リサイクルのために、どれだけのペットボトルが集められているのか？
疑問に思ったので調べてみることにした！！

年度	ペットボトル分別収集見込み量(t)
令和5年度	約2,540 t
令和6年度	約2,523 t
令和7年度	約2,506 t
令和8年度	約2,485 t
令和9年度	約2,469 t



① ペットボトルを使う量じたいが減ってきている

- 昔はジュースやお茶を買うとき、ペットボトルが中心。
- 紙パックや缶詰も増えてきて、ペットボトルを使わない商品も多くなってきている。
- マイボトル(水筒)を持ち歩く人が増えた。

★出るゴミが少なくなるから、リサイクルされる量も少なくなる。

② 再利用(リユース)が広がっている

- ペットボトルから新しいペットボトルを作るボトルtoボトルの技術が広がってきている。
- 使うペットボトルを減らして、リサイクルする前に「繰り返し使う」仕組みも増えている。

★リサイクル量が減るのは「悪いこと」ではなく、むしろゴミが減っている証拠

③ 飲料メーカーの努力

- ペットボトルを軽量化して1本あたりのプラスチックの量を減らしている。
- 同じ500mlでも、10年前よりずっと軽いボトルになっている。

★軽くなるとリサイクルに出る「量(重さ)」も減る。

気付いたこと (リサイクルが減る=悪いこと)ではなく、ゴミを出さない努力が進んでいる



リサイクル量が減っているのは、地球にやさしい生活が広がっているサイン
だと思いました。



旬の野菜をおいしく食べてエコチャレンジ!!

ぼくの祖母は家庭菜園で野菜を育てています。夏にはトマト、キュウリ、シシトウ、大葉などが収穫できます。採れたての野菜は新鮮でとてもおいしいですが、一気に大量に採れるので、家族だけでは食べ切れません。そこで、旬の野菜を上手に保存して、おいしく食べられる方法を調べて、実際に試してみました。



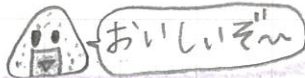
① 大葉のふりかけ



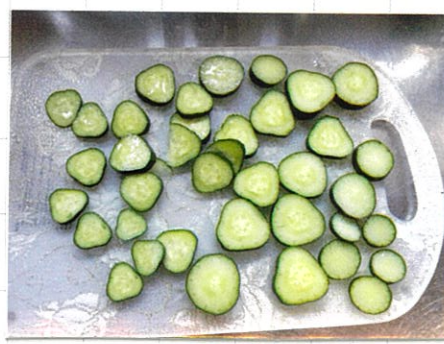
大葉を細かく切り、塩をまぶして水分をしぼる。お皿に広げ、電子レンジで3~4分加熱する。



大葉が乾燥したらビニール袋に入れ、外からもんで粉にする。粉末ダシや塩、乾燥梅干し、ゴマなどで味付けし完成。



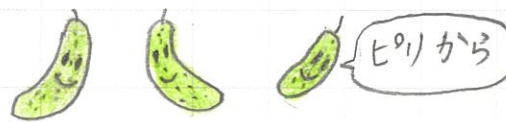
② キュウリの佃煮



キュウリを3~5mmの厚さの輪切りにする。塩をふり、10~15分置いて、水分をしぼる。ゴマ油でいためる。

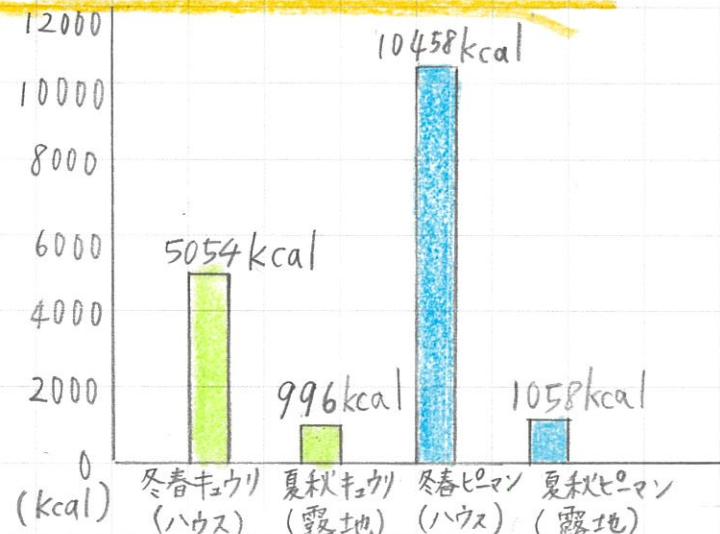


しょう油、石臼とうもろこし粉末ダシ、しょうがのみじん切りを入れて煮つめる。汁気がなくなったらゴマをふり、完成。



★旬の野菜を食べることがなぜエコ活動につながるのか!?

旬以外の季節にビニールハウスなどの施設で野菜を栽培すると、加温(光熱)等に多くのエネルギーが必要になります。右のグラフを見ると、キュウリ1kgを生産するのに、夏の露地栽培と冬のハウス加温栽培とでは必要なエネルギーは約5倍ちがうことが分かります。



(作物を1kg生産するのに必要なエネルギーのグラフ)

★まとめ★旬の野菜を食べることでCO2の排出を減らし、また保存レシピを活用して旬の野菜をおいしく食べられることでフードロスも減るので、これからも続けていきたいです。



おもて活動

家で料理を食べる時に、
食べのしを減らす活動。

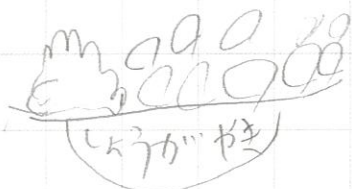
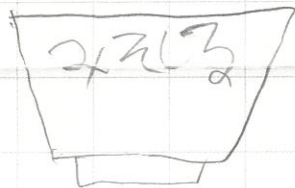
ぼくは女房が「いつも何かをのこすのを見て毎回

「もったいな」

と思っていました。

そこでぼくは、ぼくだけでも食べのしを減らそうと思いま
した。

例



いつもこのようなおはれを食
べています。

でも、今ですら何も食べられず
にこまっている子どももいます。

そしてぼくがかかんば、て作
ったグラフがこちらです。

今

前

どんどんおはれが減っています。

まとめ

食べ物は大事。



使用済みの天ぷら油で

飛行機を飛ばそう。

②なぜ天ぷら油で飛行機が飛ぶのか

和歌山県では、使用済みの天ぷら油を回収し、持続可能な航空燃料(SAF)やバイオディーゼル燃料などにリサイクルする実証事業を行っています。家庭で使った天ぷら油を捨てる前に、専用ボトルに入れて回収拠点を持ち込むことで、環境問題への貢献と資源の有効活用に繋がります。

～やりかた～

①和歌山県の天ぷら油回収事業に、去年に引き続き協力するため天ぷら油の回収を行いました。まず、家庭で使用した天ぷら油を和歌山県指定の回収ボトルに入れた。次に回収ボトルを回収スポットである近隣のスーパーへ持ちこいた。



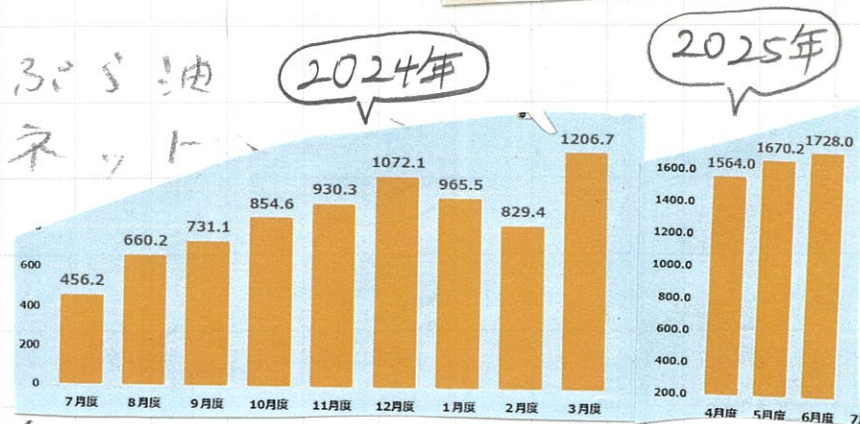
②さらに今年は、去年回収された天ぷら油がどのように活用されたのかインターネットで調査を行った。

～結果～

一回の回収で500mlの天ぷら油を持ちこぶことが出来た。回収された天ぷら油の活用方法については、天ぷら油からバイオディーゼル精製し、収集・運搬車両や万博建設工事の建機等に活用されていることか和歌山県のホームページで報告されていた。天ぷら油の回収量についても報告されており、直近の2025年6月の全体の回収量は1728リットルでした。また全体の回収量は一年前と比べて増加傾向でした。

～感想～

天ぷら油は飛行機を飛ばすこと以外も使用出来るんだなと思いました。





節水すること チャレンジ!!

きっかけ

いっも、台所の水、洗面所の水、
シャワーからこぼれる水などを見て、
水を止めなかったらどうなるん
た?と気になったから。

①そのまま放置すると... ②私たちにできること

もし、1秒に1mLの水が
こぼれたとすると、1時間では、

$$1 \times 3600 = 3600$$
$$3600 \text{ mL} = 3.6 \text{ L}$$

1時間で3.6L!?!?

もしそのままねてしまったら...

$$3.6 \times 8 = 28.8$$

約8時間とする

$$28.8 \text{ L}$$

こんなにも水が
こぼれてしまうとは!?
まさに「こねが」

「ちりもつもんばし」になる、なんだね...

私は、この世界にいる私たち
にできることはないかと
考えてみました。

△できるリスト△△△

・お風呂に入った後に
水がこぼれていない
かを確認する。

・水をこまめに止めて
水を使いきないように
する。

③このことから、私は
水のことに対してもっと気をつけ
ようと思いました。