



使用済みティッシュを再利用!!

食器あらいの時、カレーライスなどのついた食器をあらうと、スポンジが汚れるので、「何かいい方法がないかな〜」と、思っていました。

たまたまYouTubeで見かけた動画で、「食事時などで使ったティッシュで、ある程度食器をういてからあらう」みたいな感じの事を言うて、「これいいやん!」と思って、試みることにしました。

やってみて、思ったこと

1 手間かかるけどやりやすい! ちがう時間かかる。

これを行うことで、

メリット

スポンジが汚れにくくなる。

洗剤を使う量が少くなる。

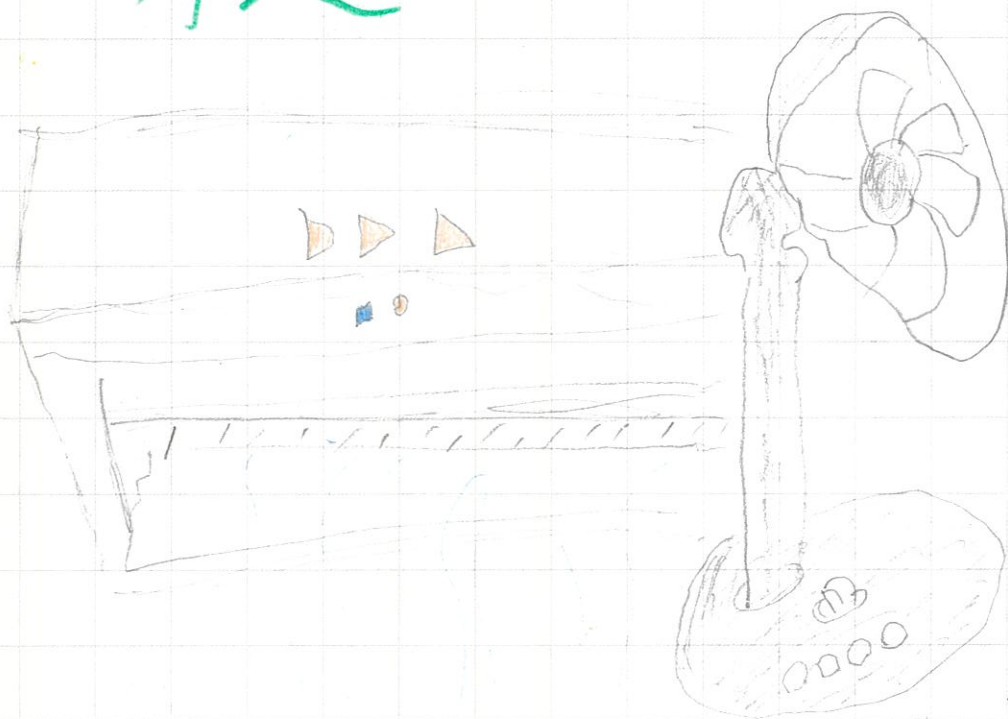
ちょっとしか汚れてない、もったいないティッシュを、再利用できる。

デメリット

時間かかる



身近なエコにチャレンジ!



明るい間はシャッターを開け、太陽の光を取り入れて照明を使わない取り組みをしました。テレビを見る時間をへらして早く寝る様にすると、照明を付ける時間もへりました。暑いので一日中クーラーを付けがちになりますが、エコ機能にしてせん風機と一緒に使って涼しくしたり、夜はタイマーを使いました。

うちは、家族が多いので、ふだんから洗たく物をまとめて洗っています。手洗いの水やシャワーの水をこまめに止めたり、できるだけシャワーの代わりにお風呂のお湯で洗うようにしました。お風呂のお湯も、いつもはお風呂場を洗うのにだけ使った後は捨てていたので、今後は再利用できないか考えたいです。



自分やおじいちゃんの家で家庭菜園をしています。たくさん食べられる野菜や果物は安くても美味しく栄養が思いのほか多いので、良いことづくめだと思いました。また、お皿によそう量を少な目にして、足りなければおかわりをするようにすると、食べ残しがへりました。

他にもマイバックやマイボトルを使い、資源のむだ使いをしない

様にしました。二酸化炭素はちょっとしたことでへらせると気付いたので、これからも続けていきたいと思います。



自宅で出来るエコ活動

私は、夏休みの間に自宅で出来るエコ活動を実行しました。

① テレビの見る時間をへらす。

「私がお風呂に入っている時間や夏休みの宿題をしている時にテレビをきっていた。」

② 家の電気の使う時間をへらす。

家にいない時や使わない部屋の電気を消す。早くねる。」

③ シャワーをこまめに止める

顔を洗う、うかみの毛を洗う、体を洗う、間にシャワーを止め節水をする。家族が同じ時間に順番に入る。」

④ 部屋の冷ぼうの温度。

いつも冷ぼうの温度を28℃に設定し、暑い時はせん風きを利用し、節約した。家族みんなが同部屋で過ごした。」

⑤ 食べ残しせずに食べる。

夜のご飯が残ったばあ、次の日の朝に食べる。」

まとめ

夏休みは家にいる時間が長ったため節約をしました。

これから節約を次づけていきたい。

食品ロスの削減

- ・少量メニューの提供
- ・フードドライブ活動への



ごみ削減

- ・レジ袋や割り箸の削減、簡易包装の実施
- ・マイバックなど持参促進





Reuse

再使用をすること

私がすてず、くり返し使っている物たち

- ・ 髪ゴム
- ・ 服
- ・ くマ下
- ・ ハンカチ
- ・ タオル
- ・ スプーン
- ・ はし
- ・ フォーク
- ・ くれ
- ・ かばん
- ・ ヘマペン
- ・ 鉛筆
- ・ 皿
- ・ くる

特定の素材たち
を
使っている

表に素材をわけて、かいてみると、

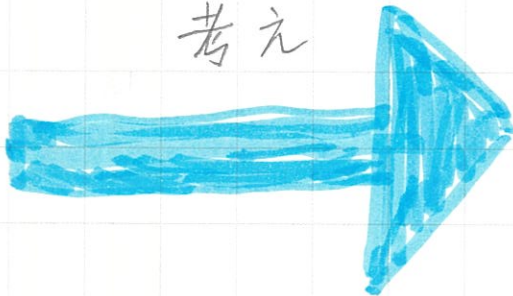
布	ゴム	プラスチック	ガラス	金属	木	皮
・ ポーチ	・ 髪ゴム	・ スプーン	・ 皿	・ スプーン	・ くれ	・ ポーチ
・ 服		・ フォーク	・ コップ	・ フォーク	・ コップ	・ 服
・ タオル		・ くれ		・ くれ	・ 皿	・ かばん
・ かばん		・ コップ			・ フォーク	・ くる
・ くマ下					・ スプーン	・ 服
・ ハンカチ						

特によく
使う物
...

表を書いて
見て思ったこと

- ・ プラスチックが
やっぱりだけで
環境に悪いと聞いた
事がある。
- ・ 布が一番やさそう
- ・ 木が一番少なそう

最終的な
考え



ゴミをへらして、少しでも地球温暖化を防ぐために調べて、
布と木が再使用されやす
そう。ゴミが少なくな
るんじゃないかと
思った。



入浴時に使用する水の量をへらそう!

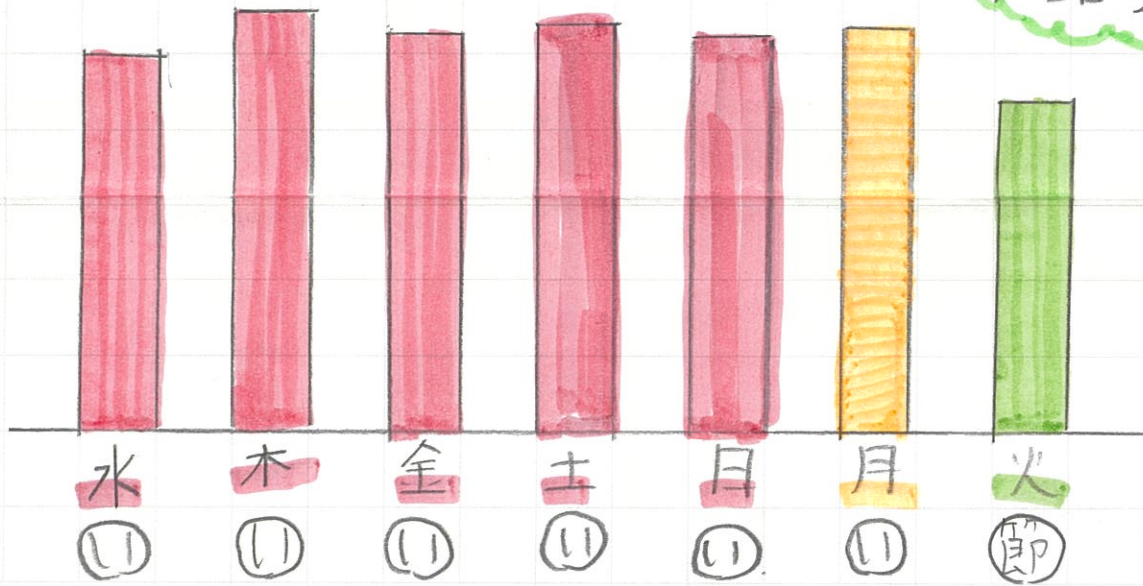
私は、入浴する時にいつもシャワーをだし、ばなしにしてしまいます。なので、お風呂の水を使うとどれほど節水できるのかな? と疑問を持ち、たので実際に調べることにしました。

入浴方法 (用)

1日目は、いつも通りに使用して、2日目は、家族にできるだけお風呂の水を使用してもらうようにしました。

※両日ともに、家族の合計です。

結果 (分かりやすいように1週間の使用パターンのグラフにしました)



グラフの見方
曜日の下にかかれて
いるのが①だった場
合はいつも通りに使用
していて、②だった
場合は節水 (お風呂
の水を使う) をした
ということです。

気づいたこと

節水したところは、他の日とくらべて、けっこうへっている。

? 節水、てどれくらいエコなの?

! 節水は、水道料金の節約だけでなく、かんきょうほごにもつながるとてもエコな活動。

まとめ

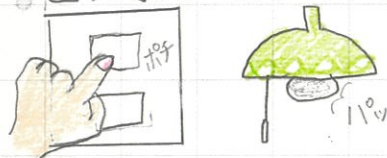
毎日節水することで、かんきょうほごにもつながる。
また、お風呂の残り湯でせんたくをしたりするのもエコの1つ。



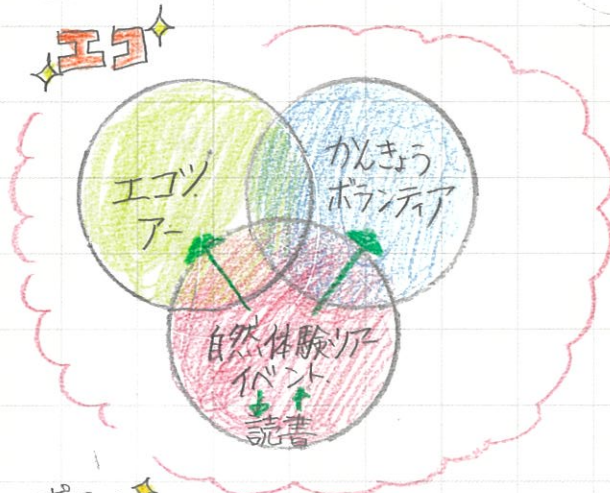
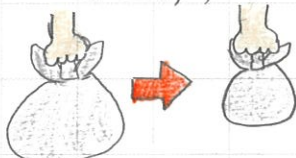
まずエコって何?
かんたんにまとめると、地球にやさしい取り組み。



•電気はこまめに消す。



•ゴミを減らす。



エコポイント
ペットボトルは、
キャップまで分別
できるとさらに
ポイントアップ!!

•スーパーなどでレジ袋はもらわない。



エコポイント
エコバックを
使用しよう!!

•ゴミは分別する。



•水を無駄にしない。

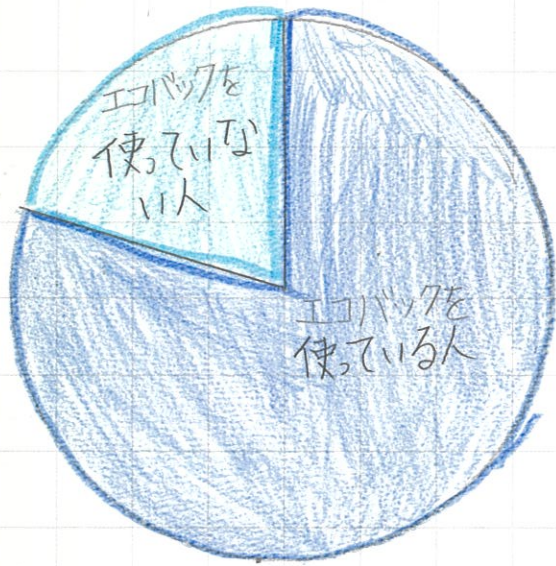


やってみよう! 調べよう!

1 買い物に行った時レジ袋をもらわずに、エコバックをもって行った。

“気になったこと”

レジ袋をもらわずにエコバックを使っている人はどれくらいいる?



使っている人 79.8%

使っていない人 20.2%

思ったこと

使っていない人も使っている人の方が多かった。

使っていない人の20%がもう少し少なくなるようにこれからもエコバックを使う

2 歯みがき、お風呂などで、水をこまめにとめた。

“気になったこと”

平均1日でどのくらいの水を使う?

用途	使用量
歯みがき 30秒間 流しはなしの場合	約6L
手洗い 1分間 流しはなしの場合	約12L
シャワー 3分間 流しはなしの場合	約36L
食器洗い 5分間 流しはなしの場合	約60L

結果...

1日に約114Lの水を使っている。

エコポイント

水を多く使わないように、
工夫をしよう!!



ふり返り ⑤A、B、C

色々なエコに気づくことができました。

できることは、いかにとみのまわりにあるから、これをきっかけに、色々なエコに挑戦していきたいなと思いました。



め 地球温暖化になると、どうなるのか考えよう。

地球温暖化とは？

人間の活動によって、空気中の二酸化炭素など温室効果ガスの濃度が高くなり地球の気温が上がることを言う。

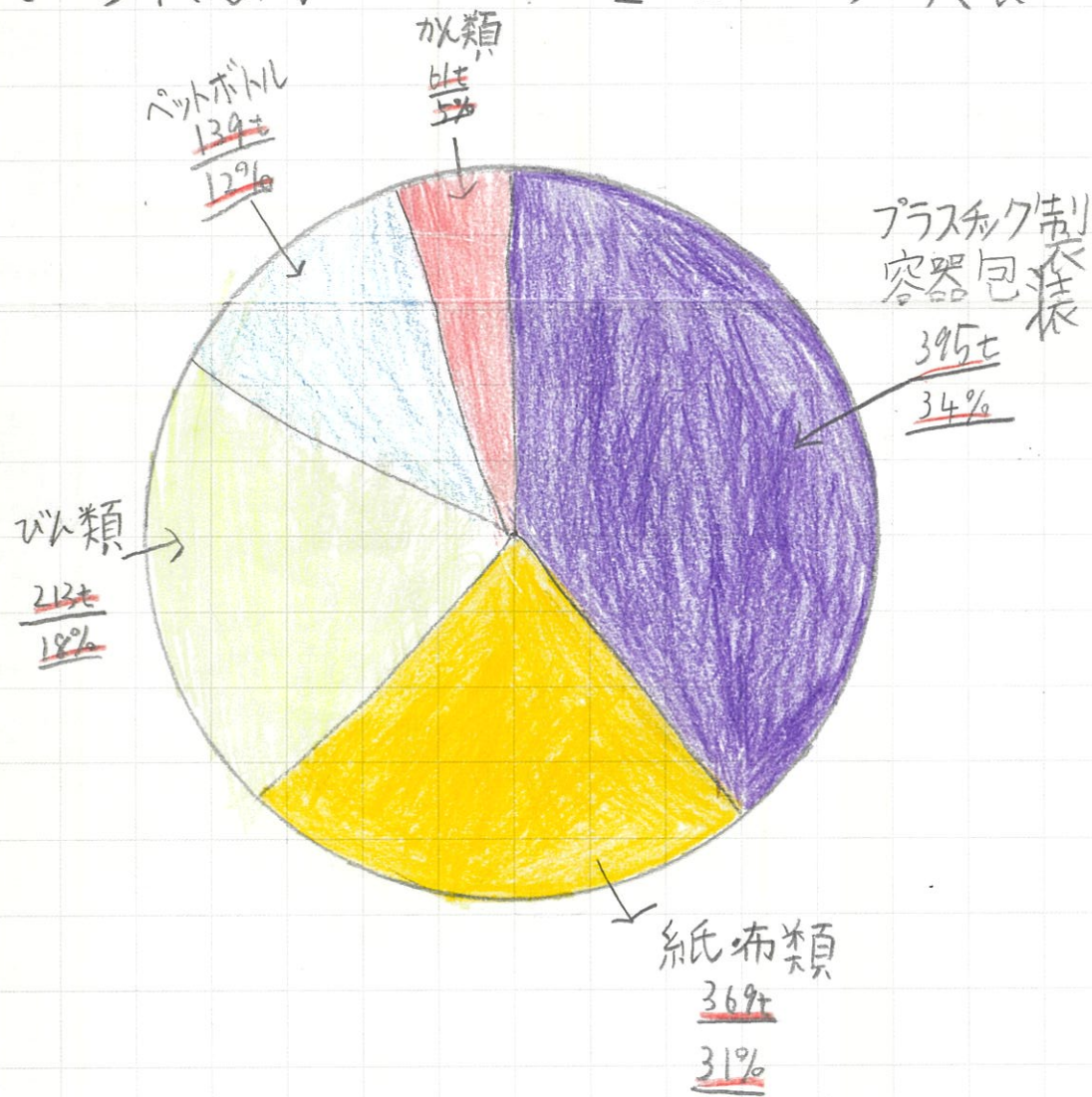
地球の気温が上が、ていくと…

物産物のうめ、かんももなどの生育や品質が悪くなり、農作物への影響が出てくる。

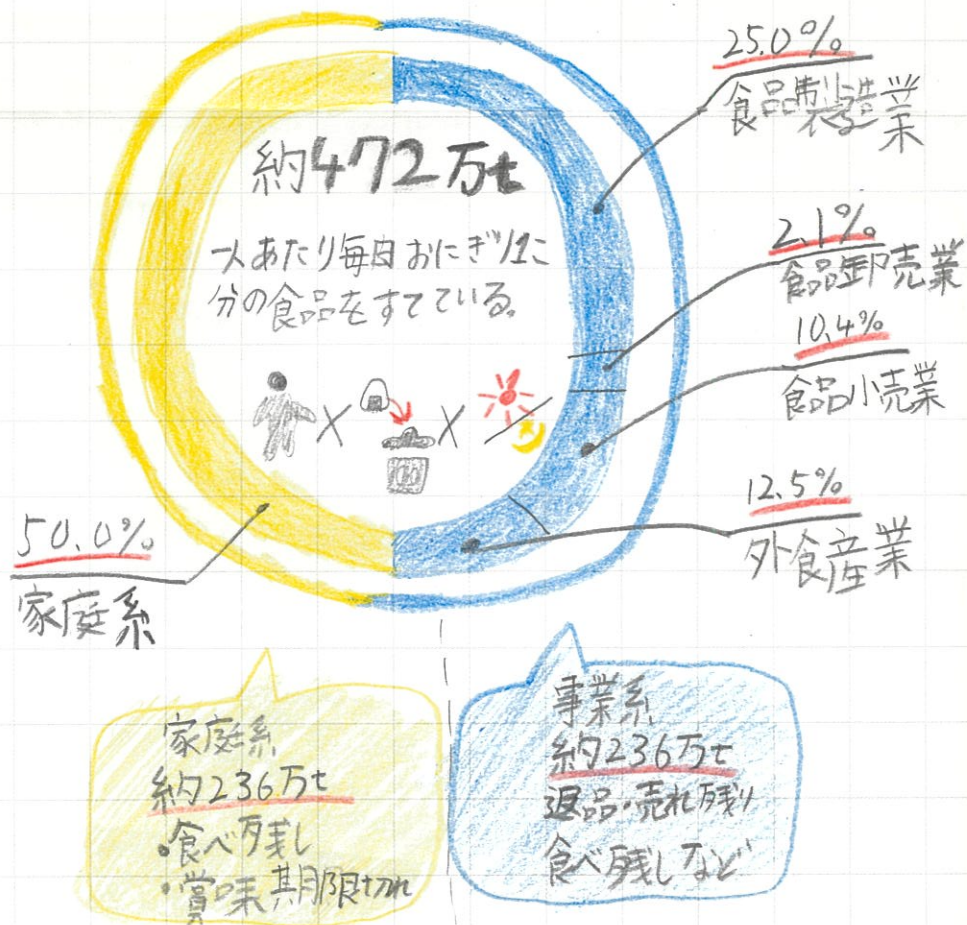
大雨のふるときが多くなる。

二酸化炭素の出る量を減らすための取り組みが行われている。

そのために… ゴミをへらす、食品ロスをへらす。



国内の年間食品ロス量



ま 地球温暖化をおさめるためには、一人一人ゴミをへらす、食品ロスをへらすことを気をつけたらいいと思った。

自分が気をつけたいこと

食品ロスをできるだけしないようにする。

リサイクルできるものは、リサイクルする。



水の節水をしよう！

おうちでできる水の節約

- ・歯みがきするときはフッ、フを使う！
→水を出しっぱなしにしない
- ・シャワーは短めに！
→1分短くすると、**12L**も節約できる！
- ・洗たくはまとめて一気に！
→何回もまわさないで、水をタタにしない

「家の水の使いみち(1人1日あたり)」

使いみち	水の量(リットル)
------	-----------

お風呂	約200L
-----	-------

トイレ	約50L
-----	------

洗たく	約50L
-----	------

食器洗い	約30L
------	------

歯みがき、手洗い	約10L
----------	------

※家で1日に使う水の
合計は約300～400
リットル

お風呂・トイレ・洗たく
かとても タタいの かみ かる！

「水を出しっぱなしにすると...？」

時間

ムダになる水の量

1分間

約12L

5分間

約60L

10分間

約120L

歯みがきや、シャワーで
チョット止めるだけで大まな
ちがう！

5分間で60Lも
ムダになる！

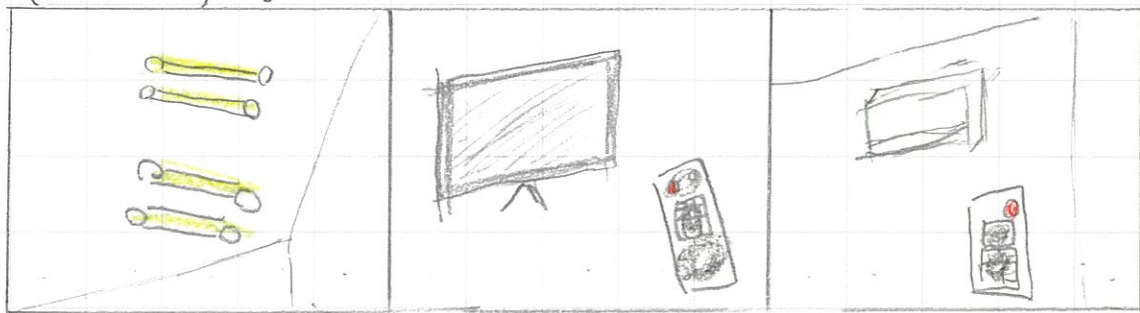


毎日つかっている電気を、 節約(節電)してみよう

いつも電気やテレビを意味もないのに、つけていたりしていたので、このつけている電気やテレビをけしたらなにかないのかな?、ほかにむだなことはないのかな?と思ったので調べてみることにしました。

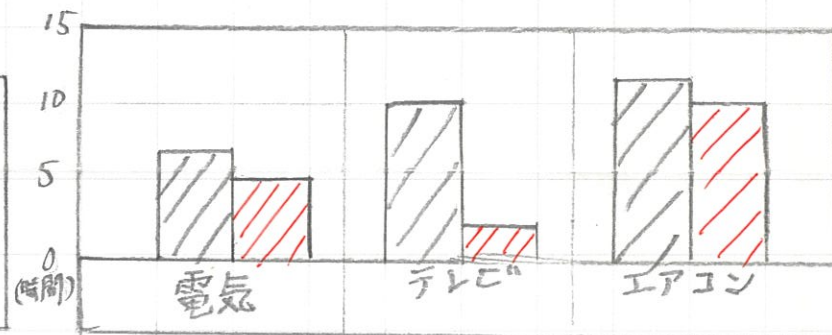
①みじかなものを節電しよう(1日)。

- ・電気
 - ・テレビ
 - ・エアコン
- こまめにけす



<いつも>	
電気	... 7 時間
テレビ	... 10 時間
エアコン	... 12 時間

<節電>	
電気	... 5 時間
テレビ	... 2 時間
エアコン	... 10 時間



②意外な節電してみよう

- ・使わないプラグを抜く
- ・せんたくをまとめてやる
- ・ご飯は冷凍保存

- 使わないプラグを抜く
3個 → 1個
- せんたくをまとめてやる(1日)
2回 → 1回
- ご飯は冷凍保存(保冷時間)
12時間 → 1時間



まとめ

1日の電気の使用時間は、 $(7 + 10 + 12 + 12)$ 41時間でした。
そして節電をすると、 $(5 + 2 + 10 + 1)$ 18時間で23時間も節電できました。節電をすることで、化石燃料をへらし、温室効果ガスをおさえることができるらしいです。毎日つけていいからやっていきたい。

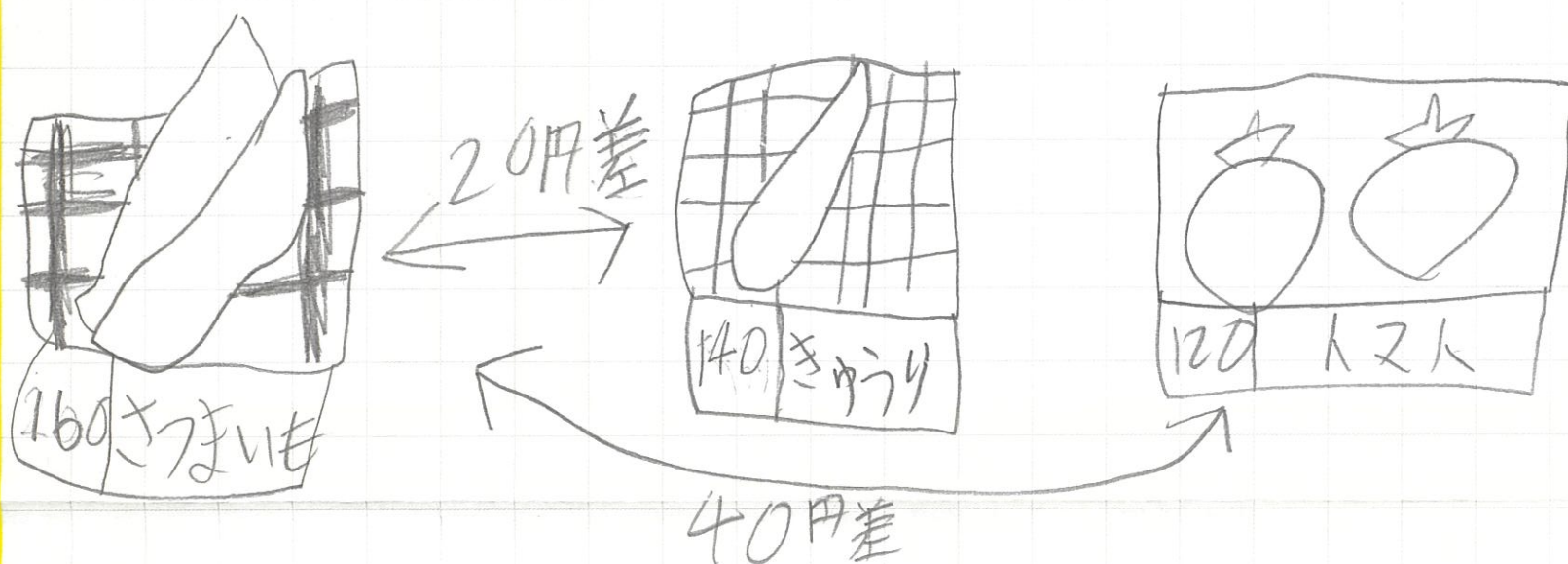


活動したところ(特にできた事)

- ・手あらいの時に水をこまめに止めた。
- ・マイボトルを利用した。
- ・シャワーの水を止めた。 → 水はいはかんたんだった。
- ・マイバッグを持っていた。
- ・旬な食べ物を食べた。

思った事、感じたこと

- ・旬の食べ物が他の物より安い気がした。



- ・マイバッグを持つことでお金がいらないし、ゴミも入るから

一石二鳥

一人がへらした=二人化炭を

54089 ← 132789 差!!

金がいきてた場合

187469

もう少しでできたこと

- ・洗いばうのせいで温度を低くしすぎた。
- ・日中が28℃に対して、せいでいた温度は23~21℃くらい。
- ・家でしょう明を長く使いすぎた。
- ・夜、夜ふかしして、長くしょう明を使いすぎた。
- ・次は、洗いばうとしょう明を特に気を付けたい。



いつも使っている水を 使った **エコ** の取り組み

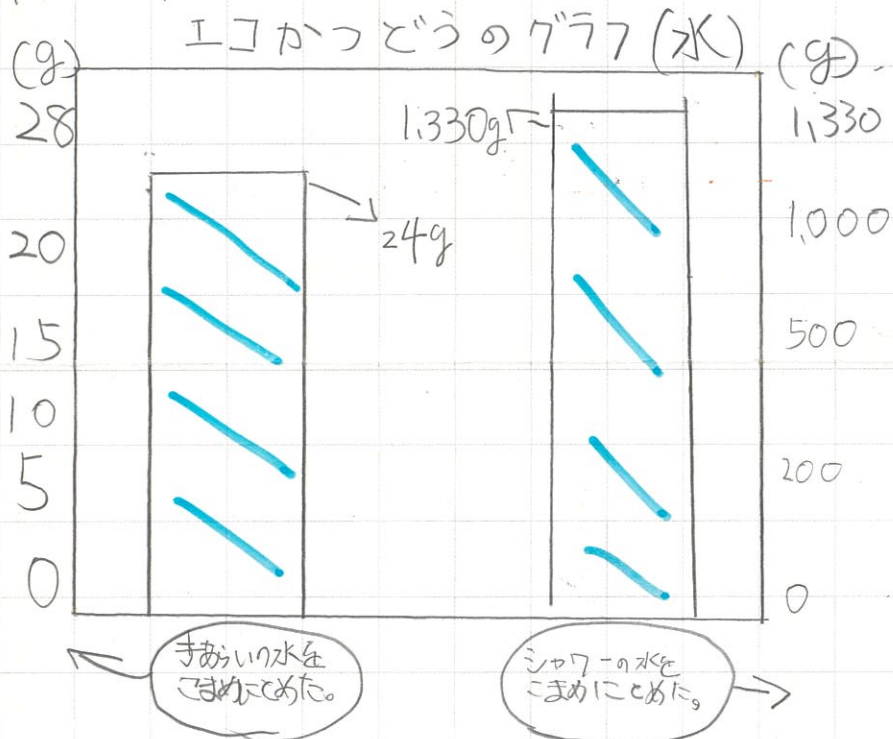
はじめに

私は、夏休み何かちがう所に見つけ目標をたて、達成してみたいと思ったので"さいきん雨がふってなくて水不足とニュースでやっていたので"**水**をテーマに調べていこうと思います。

調べ方

大きく2つの方法で調べます。Google、エコチャレンジシート

7.19~8.1



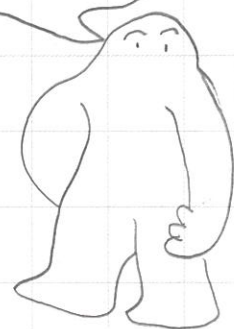
← このグラフを見気づいた事

- 1 シャワーの水はこまめにこめるという目標は達成できたけど手あらいの水をこまめにこめるという目標は達成できなかった。

へらしたにさんかたんその合計(水)

1,354g

けっこうへらせたのかな?



たたん☆

まとめ

夏休みにこういうきかいがあったことで、もっとエコについて考えられるようになった。水不足の節水にちょっとでもなっていると思うと一石二鳥だと思った。

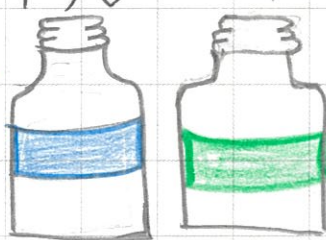


ゴミからおもちゃ作りにちょう戦!!

Reuse

ペットボトルから
2つのおもちゃを作ったよ。

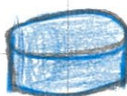
エコキャップ → コンギ
ペットボトル → シャワー



① コンギの 作り方

キャップを2つ用意します。

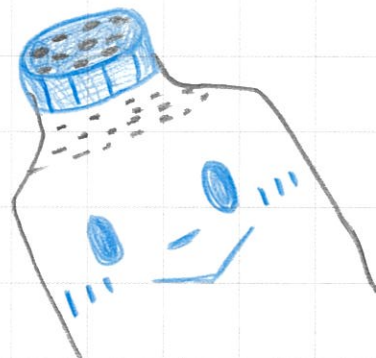
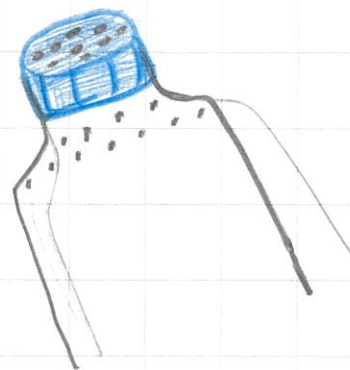
空いている方を内側にして、ボンドでくっつけます。
くっつけたペットボトルを色紙で包んで、色紙に
好きな絵をかきます。
最後にかた面ダンボールで作った
ものでおおいします。



色は
めらなくてもいい

② シャワーの 作り方

ペットボトルを1本用意します。
ラベルをはずし、ペットボトルの上の方
にたくさんのおなをきりであけます。
残ったラベルで顔を作りボンドでくっつけ
ます。



わたしには、弟が四人いるのでおもちゃを作、てあげると
すごく喜びます。
これからも、エコチャレンジをしていきたいです。



地球温暖化

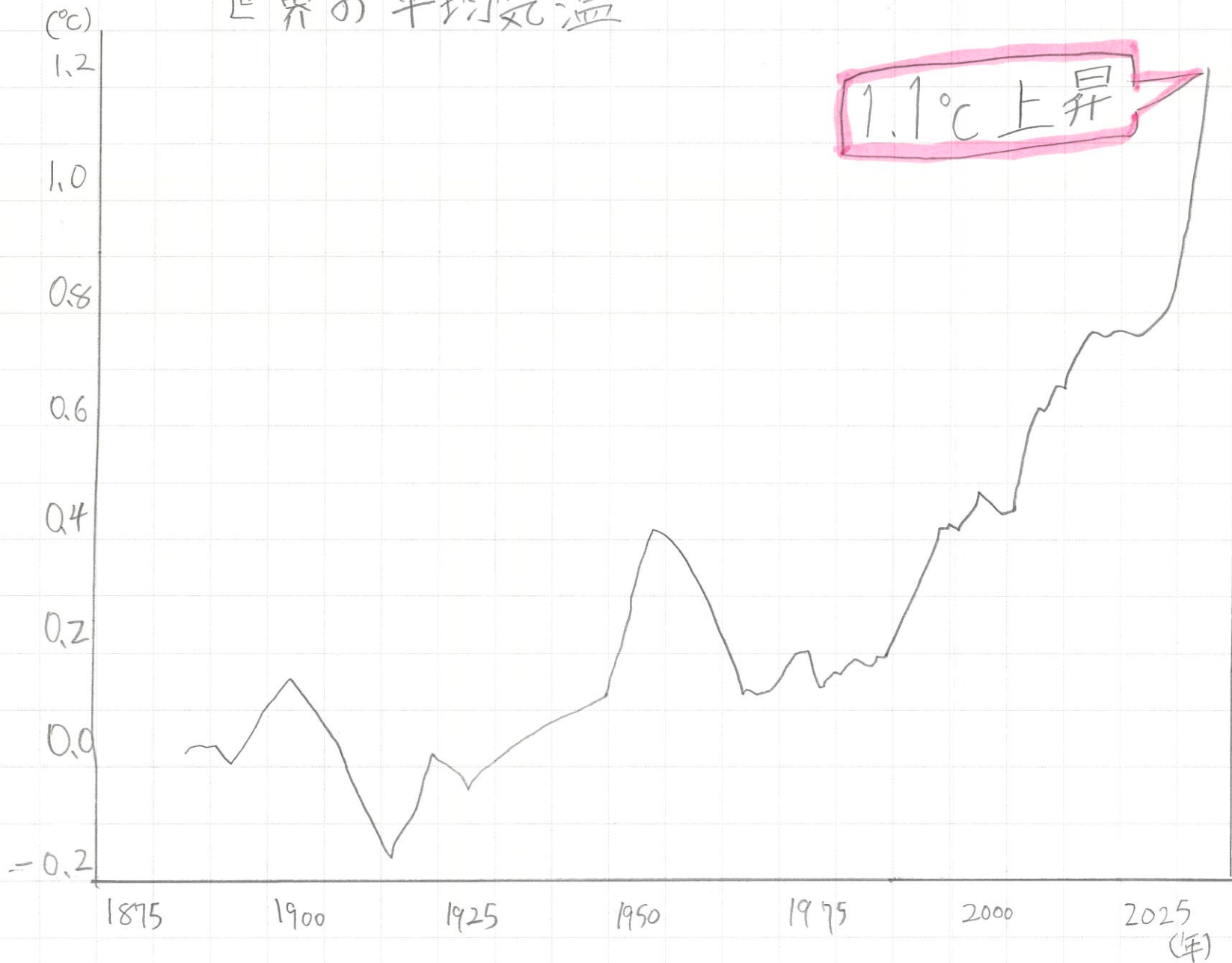
地球温暖化とは、地球全体の気温が上が、ていく現象のことです。
気温が約4℃上がると、動植物の40～70%が絶滅...!?

地球温暖化をへらすには... (CO₂)

1. 節電を行う
2. エコバックをもつ
3. 車での移動を減らす
4. ゴミをへらす

など、さまざまなとりくみがあります。

世界の平均気温



まとめ

地球温暖化は、世界のみなでCO₂をへらすとりくみをしないと、気温は2100年に45℃以上になる可能性があります。



★ 無理なく節電 ★ チャレンジ!



つか
使っていない
しょうめい
照明は消す

こまめに
消すよう
にする。

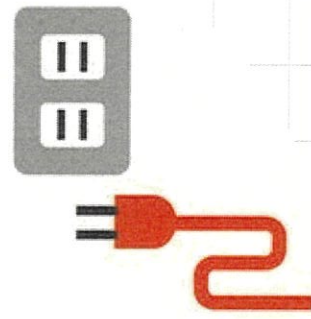


テレビを^み見て
いない^{とき}時は消す

たれもテレビ
を見ていない
ときは消す
ようにする。



トイレは
ふたをする



つか
使わない^{とき}時は
でん げん
電源プラグを^ぬ抜く

使っ
ていない
電源プラグは
抜くよう
にする。

使用した
あとはトイレの
ふたをしめる。



シャワーは5分以内に

シャワーは
だしはなし
にしないよう
にする。

エコクイズ

Q1 プラスチックは海に流れ
着くとどうなるの?

①とける ②ず。このころ

(答え) → ②

Q2 新潟県の海岸のごみで、一番多いのはどれ?

①プラスチック類 ②ガラス類 ③金属

(答え) → ①

Q3 プラごみをへらすために、できることをすべて

- ①ごみは分別してから捨てる。えらぼう
- ②マイパックをじさんして買い物をする
- ③レジャーなどで出たごみは持ち帰る。

(答え) → ①②③

感想

エコチャレンジをした
ことによ。て、エコへの
意しきも高まり、自分で
もできることがたくさん
あるんだとかんじまし
た。これからも続けて
いきたいです。

エコクイズでプラス
チックは自然にぶんかい
されないから、ず。と残っ
てしま。て、5m いかの
とても小さなかけら(マイクロプラスチック)に
な。てしまうそうです。



自分では出るエコ活動
夏休み祖父母の家で、家
でプールを2日使った。水
は約400リットル。
（活動内容）

プールの水を4日間使った。
水道代は、約1600円。
 $1600 \times 3 = 4800$ 円

使い切り、水は、畑に再利用。



（活動した結果）

雨不足の今年は、プールで遊ぶと4日間同じ水を
使うことで、水道代節約出来て畑にも水あげること
が出来た。

これからこの活動を毎年続けたいです。



みんなで減らそうCO2

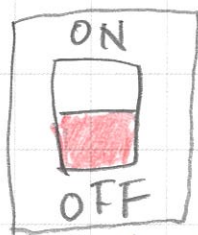
自分たちが、ふだんからできる事を探してみよう。

①エコバッグ

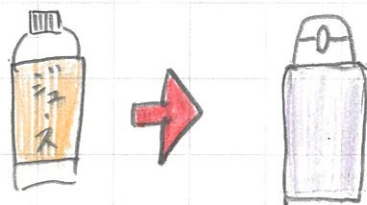
お買い物に行く時には、レジ袋を使わずに
マイバッグを持っ て行こう。



②使わない部屋など照明時間をへらす。



③ペットボトルを使わず、マイボトルを利用する。



④手あらい、入浴中は水をこまめにとめよう。

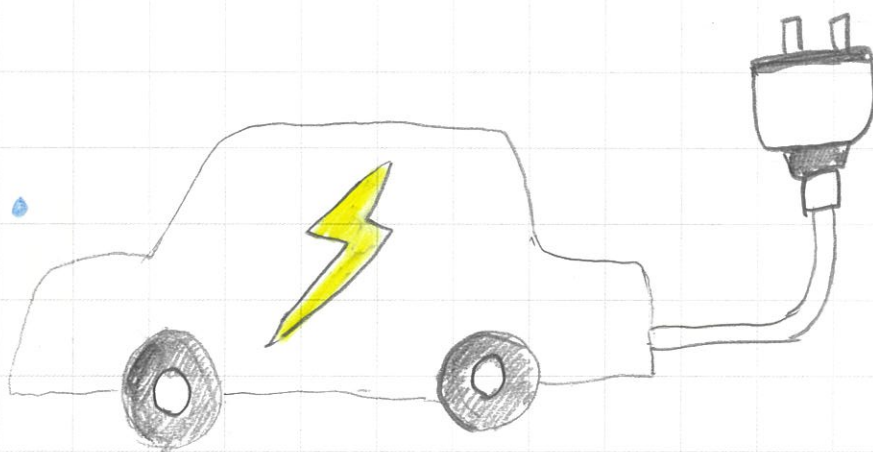


⑤食べ残しせず、しっかり食べよう。



★大きくなったらできるエコ活動★

- ・太陽光発電の電気を使う。
- ・電気自動車に乗る。
- ・木をうえる。
- ・新しい技術を開発する。

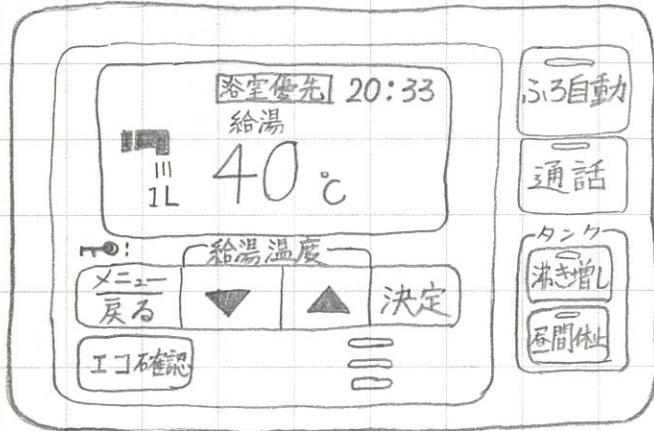




節水チャレンジ

～シャワー節水編～

ぼくと弟はサッカーを始めてからシャワーの回数がふえました。シャワーの量を気にしたことはなかったけど、1回のシャワーでどれだけのお湯を使っているのかな？お湯の量をへらす方法はないのかな？気になったので調べてみました。



節水チャレンジ前のシャワーの量は21L。
(身体、かみの毛を洗うのみ。)

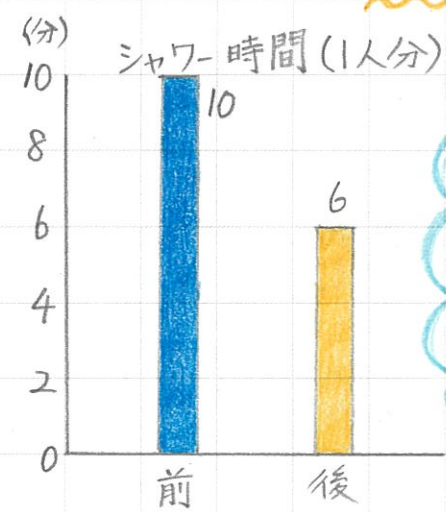
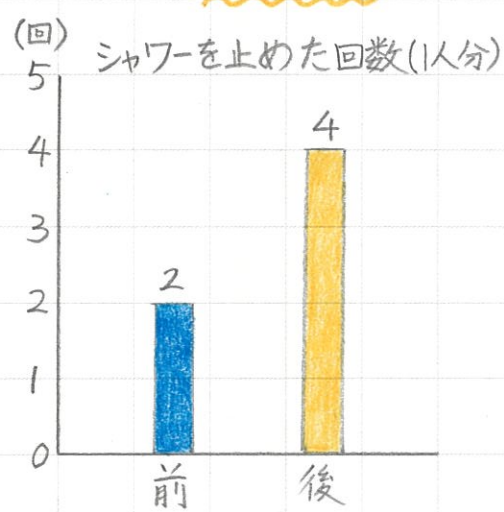
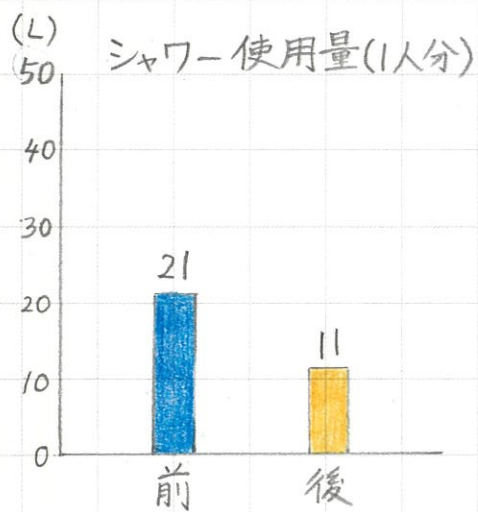
シャワーを止めた回数は2回でした。
暑いからと手早くシャワーを浴びたつもりが、シャワー時間は10分。

シャワーを1分間使用した場合、流れる水の量はなんと約12L。
シャワーの使用量をへらすには…

- ・節水シャワーヘッドを使う。
- ・シャワー時間の短しゅく。
- ・こまめなシャワーのオンオフ。
- ・お湯の温度を下げる。
- ・シャワーヘッドの清掃 など。

節水チャレンジ後のシャワーの量は11L。

シャワーを止めた回数は4回。シャワー時間は6分でした！



シャワーの
温度は
40℃ → 38℃
に下げました。

家族全員で取り組めばより節水できるはず！

まとめ

今回のチャレンジでシャワーの使用量を約半分にまでへらすことができました。少しの工夫と気付きが節水につながると学んだので、これからも家族みんなが続けていきたいです。そして、水を使う他の場面でも節水を意識して取り組んでいきたいです。



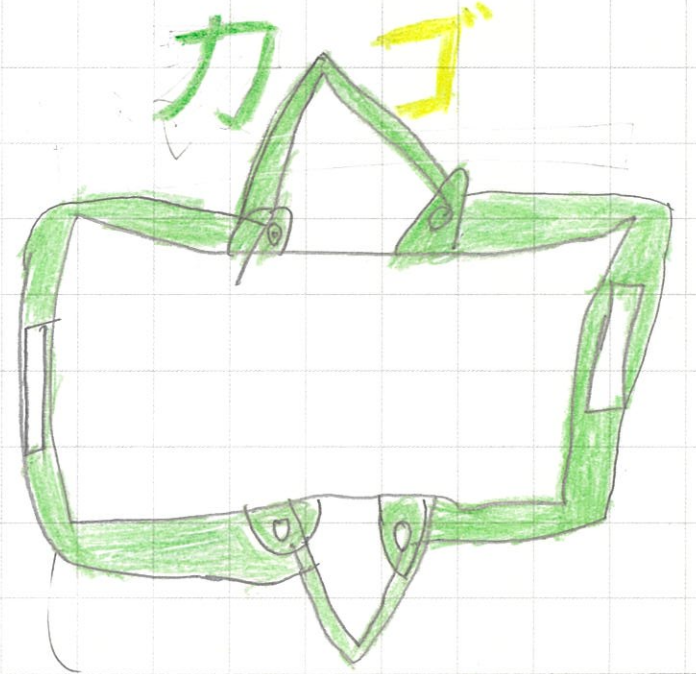
お買い物は勿で、あまりレジ袋^{ぶくろ}イ弋衣 を使あずマイバッグを使おう

なぜ持っていないといけないのか？

レジ袋を使用すると、お金もかかるし代りにマイバッグ50回使用した場合の1回分となる。

レジ袋は、以前は商品を買ったと無料でもらえて、使ったらすぐに捨ててしまった。しかしレジ袋は最終的に焼く場で焼かれ、地球温暖化の原因となるCO₂を出します。

マイカゴもあるよ!!



自学が取り組んで気づいた事

レジ袋を使ってしまうと地球温暖化にも悪いえいきょうもあるかと思うようになった。用にかごやマイバッグを持っていたりした。

家で照明^{はうめい}の時間もへらそう

なぜ照明をつける時間をへらせばいいのか？

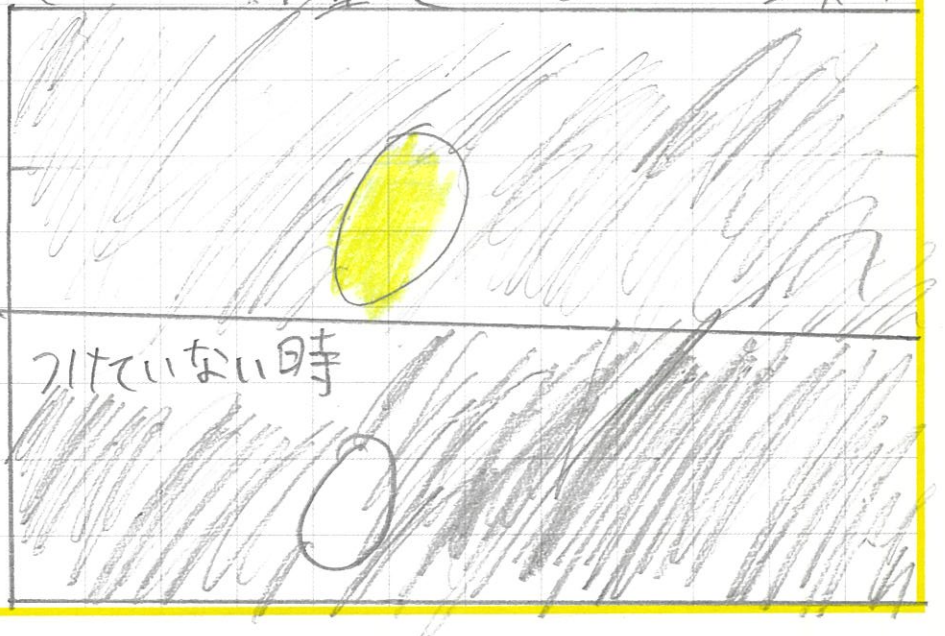
照明をこまめに消す事で消す電力をおさえて電気代を節約できます。

消す電力をおさえる事で二酸化炭素^{にさん化成そ}の排出量をへらし、環境負荷を軽減することができます。

自学が取り組んで気づいた事

いるまの明るい時は電気を消す。

少し出かける間でもこまめに消す。





地球温暖化ができる原因

温室効果ガスの増加:

二酸化炭素(CO_2)、メタン、一酸化二窒素など、温室効果ガスが増加すると、地球の熱を閉じ込める力が強まり、気温が上昇します。

化石燃料の燃焼:

石油、石炭、天然ガスなどの化石燃料を燃焼させると、大量の二酸化炭素が排出されます。これは、電気の発電、工場での生産、自動車の走行など、私たちの生活の様々な場面で発生しています。

森林破壊:

森林は二酸化炭素を吸収する役割を担っていますが、森林伐採が進むと、二酸化炭素の吸収量が減り、温暖化を加速させます。

地球温暖化の影響

1. 気温上昇 記録的な猛暑や熱帯夜が増加し、熱中症のリスクが高まります。
2. 海面上昇 陸地の氷河や氷床が融解し、海面が上昇して、沿岸部の地域が水没する可能性があります。
3. 異常気象 集中豪雨や干ばつ、台風の大規模化など、異常気象が頻発する可能性があります。



食品ロスを減らす!!

日本の食品ロスは年間約472万トン (毎日大型トラック(10t)約1290台)
家庭系が233万トン、事業系が231万トン
日本人一人当たり年間約37kgの食品ロスがあります。

→ 家庭系食品ロス... 各家庭から出る食品ロス



食べ残し

いけんでいた

しょう未其月限
てカネ

→ 事業系食品ロス... 小売店で
の売れ残りや返品

も、たいないを見直そう。

《買物編》

① 買物前に、食材をチェッ
ク

メモ書きやけいたい・スマ
ホできつえいしよう。

② 必要な分だけ買う

まとめ買いをさけ、必要な
分だけ買って食べきろう。

③ きげん表示を知って、かし
こく買う。

食品は、たなの手前から
耳する

① 適七かに保存する

食品に記載された保存方法に
したがって保存する。

② 食材を上手に使いきる。

残っている食材から使おう

③ 食べきれる量を作る。

体調や健康、家族の予定もはけ
りしよう

④ 買物時に「買いすぎない」、料理を作る際作りすぎない、
外食時に「注文しすぎない」そして「食べきる」ことが重要

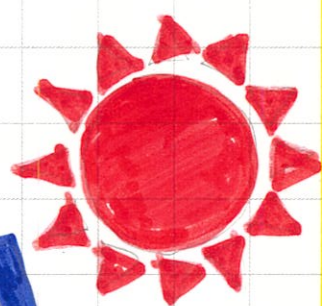


※保護者の同意が得られた児童のレポートは、このままの状態ホームページに公開します。

電 節



→ 死電

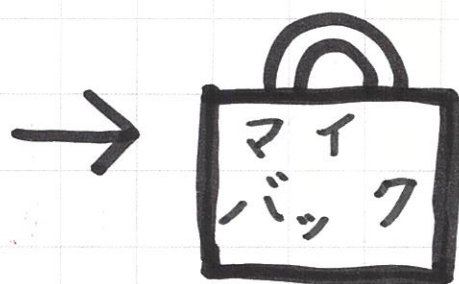
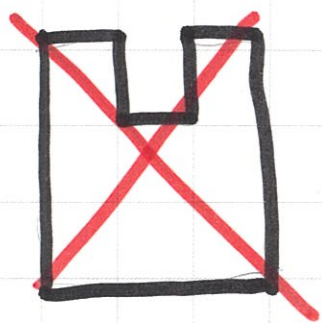


光のエネルギーを

電氣に交える

ゴミをへらすエコ

リデュース



3. むずかしか、たこと
家族みんなで気をつけるのは
大変でした

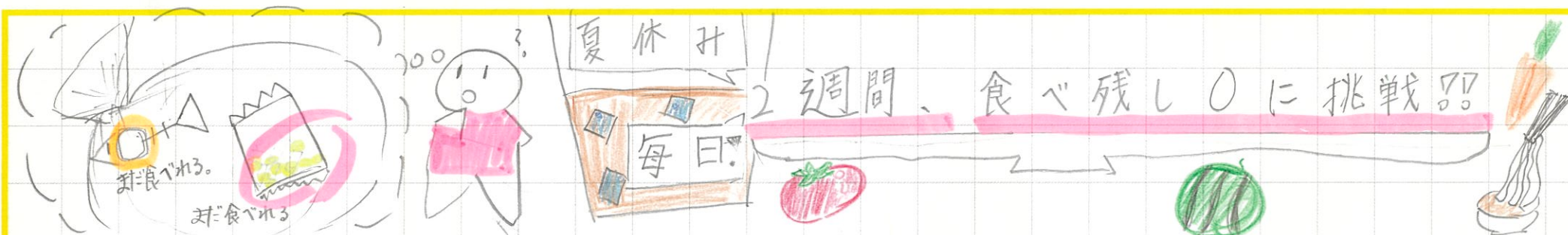
4 思 たこと

電気を少し使っただけでも地球にやさしくできたこと
 がありました。一人でもできることがあるのでこれからもエエ生活をゴツゴツか、ていこうと思

1 チェンジしたこと
ぼくは電気をなるべく
使わない生活にチェン
ジしました。
家の電気をこまめに消
したり、昼間はなるべく
自然の光ですごしま
した。

2 がんばったこと
家の人にも「電気を消してね」と声をかけました。

・冷ぞう庫をあけっぱなしにしないように気をつけました。



私が3年生の時に総合学習で地球温暖化の活動をしていた時期、だれかが「食べ残しをしないのも地球温暖化につながるよね」と言っているのが耳に入ってきました。
なのでこの「エコチャレンジ」で食べ残し0に挑戦しました。

2週間食べ残し0だったのを今後食べ残しが出た時はどうすればいいのかなどを調べました。

①食べ残しが出た時、どうすればいいか

調べた結果

リメイク料理や冷凍保存、フードバンクに寄付などがあるそうです。

一っ目の対処法がリメイク料理です。

実際、お母さんが残ったミートパスタのミートをグラタンにして食べている事がありました。

おいしそうだ、たのび作、てみて下さい。

二つ目が冷凍保存です。

二つ目が冷凍保存です。

使い切れなかつた食品などは、冷凍保存したらいいそうです。

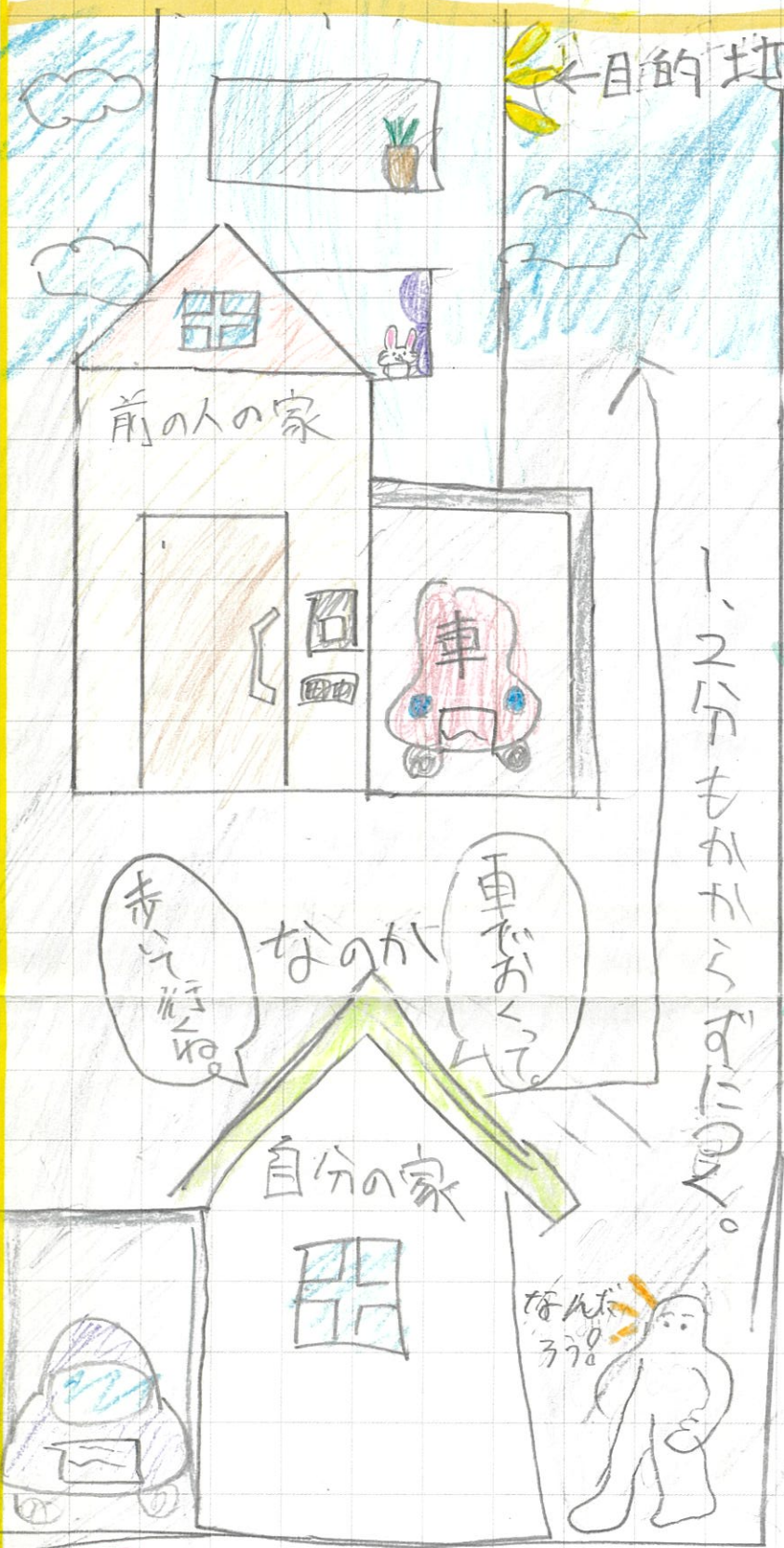
三つ目がフードバンクに寄付するです。

食べ切れなかつたものは、賞味期限が切れなかつた内に寄付したりするといいです。

②食べ残しを捨てたらエコにもならないけど食べ残しを捨てなければリメイク料理などに加えてできるので、今度食べ残しを自分で加工してみようと思いました。



家から近い所は



歩く!

走るのも
だんぜん
オーケー○

意見 (インタビュー)

車でおくって(と)言う
次男

「だって〜足
つかれるし、楽じゃないですか〜。そ
して、車も使われてうれしいと思いま
すしねえ〜。」と言っていた。
「歩いて行くね。」と言った

長男

「すぐそこだし、運転しんかいも良
くなりますし、エコチャレンジにもつな
がりますよね〜。」と言っていた。

楽をとるかエコをとるか?

楽をとると...?

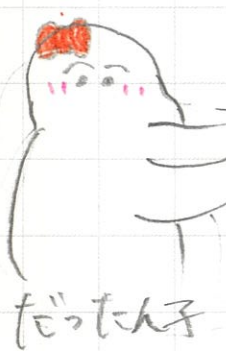
空気がよごれる!

空気がよごれると病気になり
やすくなったり地球温暖化
にも関係する!!



エコをとると...?

空気がきれいに!



アレルギー・ウイルス感染の
リスクの低下や発症の
向上!!!

まとめ

次男

「車より歩きのほうがいいんだね。」

長男

「これから歩けるさよりは歩きた
いってす。」



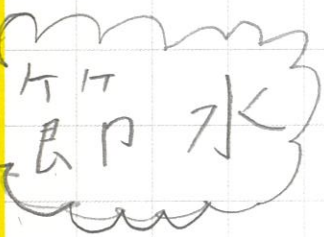
活動内容: ケケ電・ケケ水にフイー!!



①夏休み中は家にいる事が増えて、冷蔵庫を開けたり閉めたりすることが多くなるので家でもクーラーボックスを使うようにした。

②電気の消し忘れや、使っていないコンセントのスイッチを切るように気を付けた。

③テレビをフければなしにしないようにした。



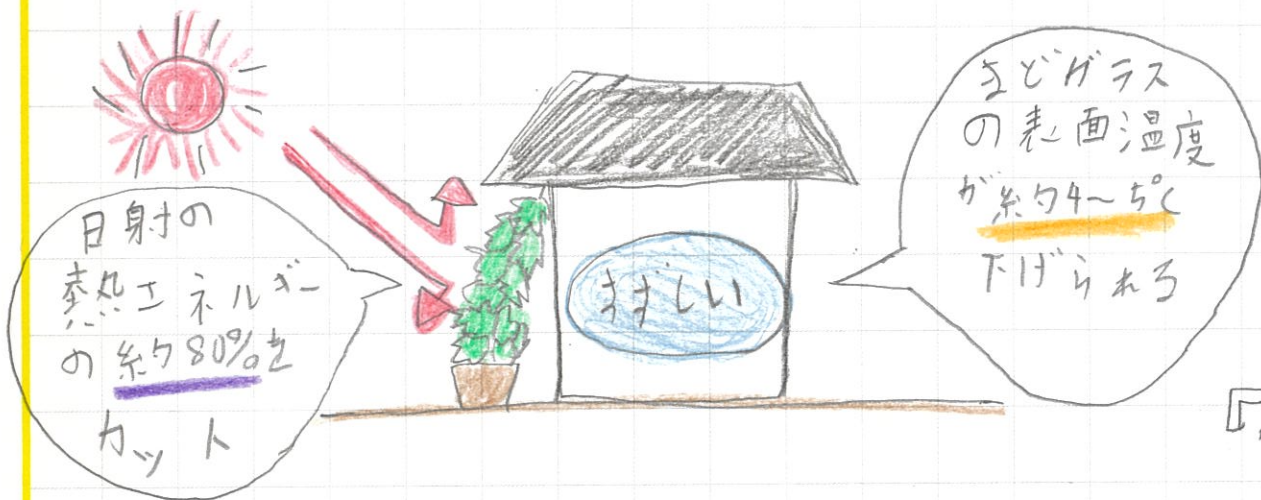
①シャワーの使う時間を短くした。

②水の出す量をいつもより気にかけて少なくした。

③水を出しっぱなしにしないように気を付けた。

◎節電効果が期待できるのはグリーンカーテン。
夏の強い日差しをさえぎり、室温上昇を抑えることで冷房の使用をへらし、電気代の節約や地球温暖化防止につながる。

☆グリーンカーテンに白いている植物は何か調べた。
代表的なものは、ヒルガオ、アサガオ、ツルニチニチソウ、キュウリ、ゴーヤなど。



まとめ

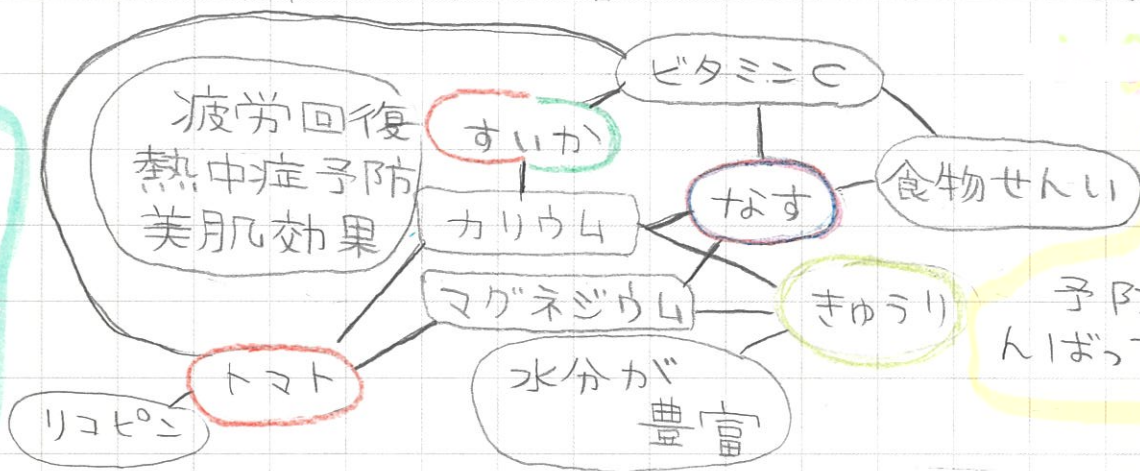
生活する中で自分だけでやることをまずしようと思、た。家族で協力して『電気代をへらす』という目標ができた。



旬な野菜や果物を食べるとなぜよいのか。でたごみはどうすればへらせるのかと気になって調べてみました。

旬な野菜

- ・きゅうり
- ・トマト
- ・すいか
- ・なす



思ったこと
なすは好きじゃ無いけど、健康にも夏バテ予防にも、よいと矢口でかんがえて食べようと思いました。

旬な野菜を食べて、でたごみはコンポストという入れ物に入れるそうです。
(いところがちがっている)



これは悪いものばかりじゃない

び生物は、細菌、こう母、かびなどのこと。

び生物の入った土と野菜などのかわを入れます。

他にもいろいろなコンポストがあります。

〈ゴミをへらす取り組み〉

1. コンポストの容器をよういして、び生物の入った土(くわしくは、左上)を入れ、かきまぜる。

2. にんじんのかわなどを入れる。(肉、魚は入れるとくさくなるのでおすすめしませんが入れてもよいです。)

3. 底からかきまぜる。

おくところのおすすめ 4. 入れたもので、まんぱんになったら、2〜3週間熟成させる。

- ・雨があたらないところ
- ・風通しのよいところ

(いところは、いかにんにおいていました。)

5. 肥料として使える土に！

6. ゴミをへらせるし、肥料の土として使えるので、かんきょうにいい！

〈時間がたって使えるようになること〉



だれでもできるエコチャレンジ

ケ 節電

部屋を出るときは、電気を消す。使わない家電はコンセントからプラグを抜く。LED電球に交換する。エアコンの設定温度は夏は28℃、冬は20℃を目安にするなど、こまめな節電を心がける。

8/1	8/2	8/3
✓	✓	✓

ケ 節水

シャワーをこまめに止める。水を出しっぱにしない。お風呂の残り湯を、洗たくに使用。

8/1	8/2	8/3
✓	✓	✓

できた

ごみの減量

生ごみを減らすために、食べ残しをしない。使い切りレシピを試す。リサイクルできるものは分別する。

8/1	8/2	8/3
✓	✓	✓
✓	✓	✓

できた

マイバック、マイボトル

買いものはマイバック(カゴ)を持参。

8/1	8/2	8/3
✓	✓	✓

できた

飲み物はマイボトルを使用。

ごみの減量
できた。

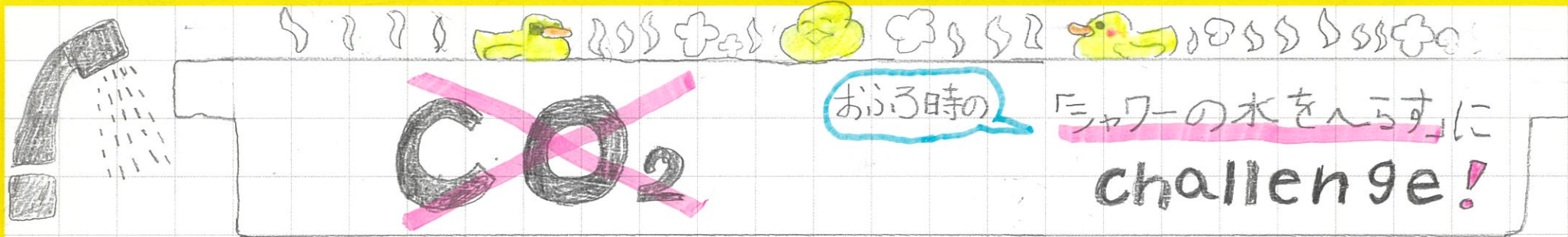
節電と節水
できた。

マイボトルとマイバック
できた。

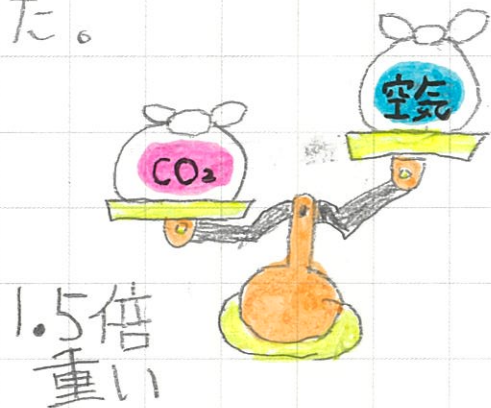
8/1	8/2	8/3	8/4	8/5	8/6
✓	✓	✓	✓	✓	✓

できた

←毎日
できた



毎日、お風呂に入ってシャワーを何気なく、付けていると水が236L(お風呂に入れた水も人)も使っていたのです。この水でどれだけCO₂が出ているのかタブレットで調べてみました。



< CO₂ の量 >
4 7.2
も出ていた。



そんなCO₂をへらすため、考えるとシャワーの水をへらしたらいいんじゃないか?と思い実行しました。

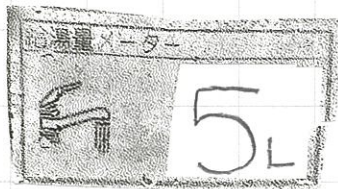
(シャワーを出しはなし) (洗っている時)
にいた時間



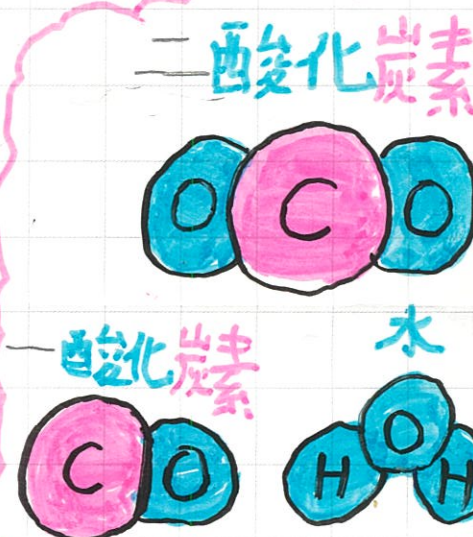
(シャワーを出し止め) (差)
した時間



< 約
05分24秒 >



⇒ 約
77L
節水量



77L 節水に成功
CO₂量としたら、
なんと、

15.4

ぼくのかぞくは、5人かぞくなので、15.4 × 5 = 77 CO₂量をへらすことができました。

まとめ。このように、世界中で1人1人小さな事からでもコツコツしていったらいつか地球温暖化をなくせたらいいなと思いました。



水の量をへらすエコチャレンジをしました。

①うちの家は、シャワーヘッドにボタンがついているので、頭や体を洗う時は、そのボタンをおして水を止める工夫をしました。



②家族が、お風呂にはいりたい時は、水の量をへらして湯をいれました。
夏なのでシャワーだけですますときもたくさんありました。

③お風呂に出る時は、水がでていないかをチェックをとてかい出るようにしました。

④家族1人がお風呂から出ると、次の人は時間をあけずにすぐにお風呂にはいります。さいごの人は、お風呂のでんげんをきります。

⑤プールをした時はプールの残り水は、花や木にプールの水をつか、こ水やりをする。

⑥プールの水でいぬをあらう。

まとめ

うちの家は、水道代が安い方だそうです。
いつもどおりを付けていることがエコにつながったので、よかったと思います。1人1人気をつけることが大切だと思えました。これから自分が出せることをできたり
いいと思いました。



こまめに水を止めたリ...
みんなは一緒にや
たリ...

出かけている時は
その部屋を使
わない時は電
気を消す。
OFF!

私は、生活によくある「もったいない」をへらしていきました。じゃぐちの水をこまめに止めたリ、家族全員の服をまとめてあらって回数をへらしたリ...とにかく、自分でできそうな事を色々やりました。二酸化炭素は色々な所から出るのび、一人ひとりの電気の使用などをへらそうとしました。

買い物をする時は
マイバッグ
レジで有料

食の残しNO!
いすう
早いねー

テレビの見る時間
をへらす!
今日は天気
がよいから...

エアコンOFF!
行きますよーと!

ピー
行きますよーと!

歩けるきょりは歩く!
花火は...
車の使用をへらす

この上た事を家族全員で注意した!
他にも色々な事を注意して、何度もくりかえした! (特に注意した事)

水は少ししか使わない!

電気をむだにしない!

出かける時け...

回数をへらす! 1, 2, 3...

量をへらす! 1, 2, 3...

電気をへらす!

この四つを意識した!
ふいてる取り組み

これを意識すると...!

生活の中での「もったいない」を無くせた気がしました!
これからもエコチャレンジを毎日意識しようと思います。

水をこまめに止める!
温暖器具を使わないよ

次何ができるかすぐに思いっける!
行動力を進めていくでエコかできる!
早く行動力できて、早く思いっける!
考え方が変わったリ、色々な事を考える!
思いっけるが広がる!

みんなが協力すれば...?
色々な事を考え、すぐに進める事ができた。これからもエコチャレンジを続けたい。

他の考え

地域でのルールにする? (できるといい)
地域の人と協力してもらう
意見箱で意見をいえる

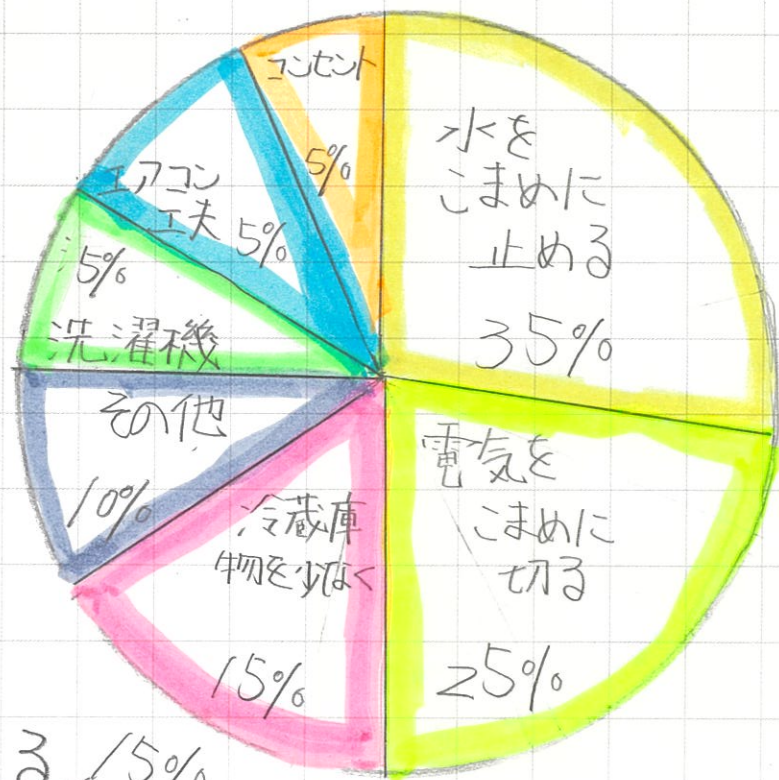


エコ活動 エネルギーについて

夏休みは、大休家にいる。そこで家にいる時は、エネルギーをたくさん使う二地球温暖化の原因。

エネルギーを少なくする方法

1. 電気をこまめに切る。25%
2. 洗濯機をまとめて回す。5%
3. エアコンの使い方を工夫する。5%
4. 冷蔵庫に入っている物を少なくする。15%
5. 使っていないコンセントを抜く。5%
6. 手洗いの水をこまめに止める。35%
7. その他 10%



実行した事

このようなエコ活動をすることで環境保護、節約、健康増進など様々なメリットが得られます。また地球温暖化の抑制にもつながる。

エネルギーについてくわしく調べる。
エネルギー源になる食べ物？

炭水化物、脂質、タンパク質。

エネルギーになるまでの時間は？

炭水化物 約30分～2時間
脂質 約4時間以上

まとめ

エネルギーを少なくする方法を試した結果、私は水をこまめに止めるが一番できた。
またエネルギーには、種類がたくさんあり、おもしろかった。

エアコン代 節約の まめ知識

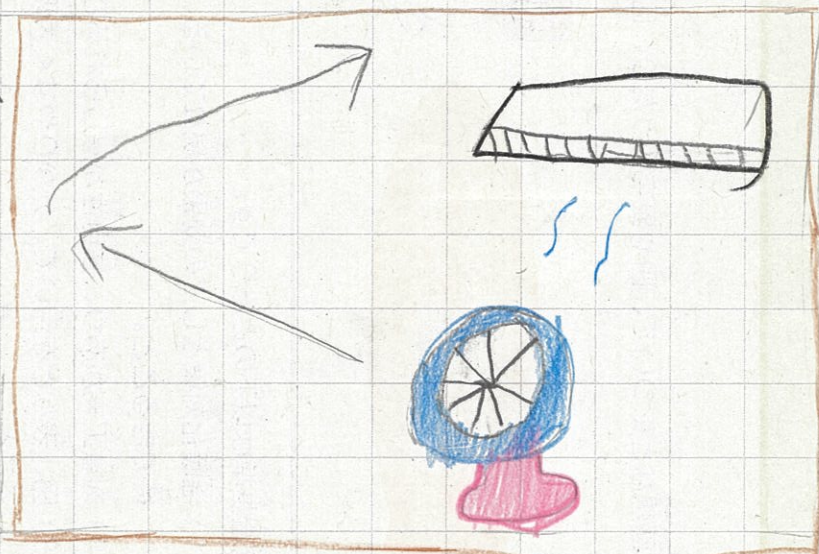
☆ エアコンの
フィルターを
そうじする!
(ほこりがた
まっ ている
と、力がよ
くなるから)

★自動運転に
する！
(短時間の外
出なら、つ
けっぱなし
の方が節電
になる)

まとめ

みなさん、
サ一キュレ一
ターをうまく
使って、節電
を試みて
ください!!

ー	サ	冷
の	ー	ぼ
位	キ	う
置	ユ	の
	レ	時
	ー	の
	タ	

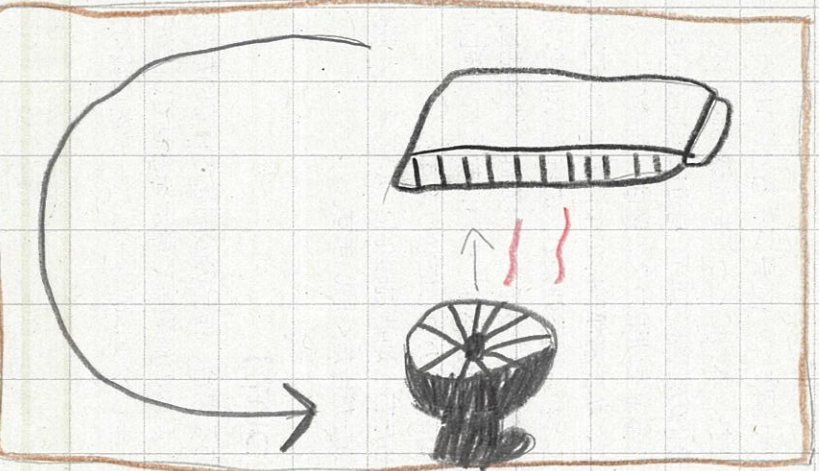


あたりの家では、暑いからといって、
エアコンの温度をさげるのではなく、温
度は28度のまま、サーキュレーターを使
用して、エアコンから出てくる冷たい風
を部屋全体にめぐらせて、部屋の温度を
どこにいても一緒になるようにしていま
す。

この使い方をすると、エアコンからは
なれた場所にある台所にも冷たい風がど
どきます。

さらにエアコンの風をサーキュレータ
ーの強い風で体にあてると、エアコンの
風に直接あたるより、何倍も冷たく感じ
ます。

の	だ	ん
の	サ	ん
の	キ	う
の	ユ	の
の	レ	時



サーキュレーターをうまく使った



わたしたちの地球をまもるためにできること

1. どんなエコ活動をしたか

家ではゴミを分けてすてたり、なるべく水をおだにしないように気をつけました。

2. その活動で気づいたこと

家で水を出しっぱなしにしないようにしたらお母さんに「水道代がすこしへったよ」と言われてうれしかったです。

3. これからやってみたいこと

これからは、エコバックをもっとつかって、コンビニやスーパーでビニールぶくろをもらわないようにしたいです。

4. 感想

エコ活動は、小さなことでも糸巻けることが大切で目に見える変化があるとやりがいを感じたしうれしかったです。



水や電気などの節約に挑戦!!

する節約!! (水)

- ☑・水をこまめに止める
- ・まとめあらいをする
- ☑・コップを使う
- ・食器のおれおきする

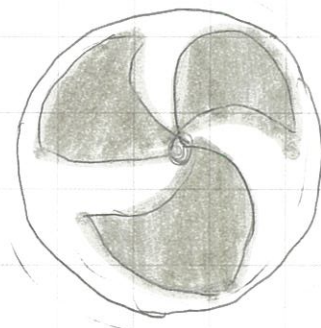
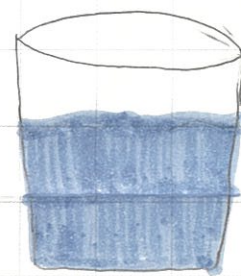
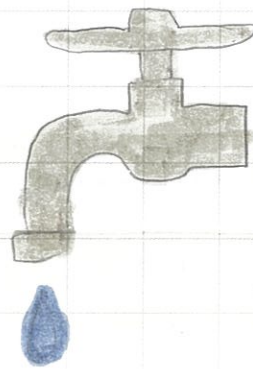
1. 水や電気は私たちの生活にかかせない物ですが、使いすぎると電気代が高くなるだけでなく、地球温暖化の原因にもなります。そこで、家庭でできる節約方法をしました。

2. やったこと

水を出しっぱなしにせず、歯みがきの時にコップを使った。
エアコンの温度を28にして、せんぶうきを一緒に使った。

する節約!! (電気)

- ・電源もこまめに切る
- ☑・エアコンの温度調整



3. やってみて気づいたこと

最初は暑いと思っ、たけど、案外すずしかった。水を止めるのを意識すると、出しっぱなしにしていることが多いと気づいた。

4. まとめ

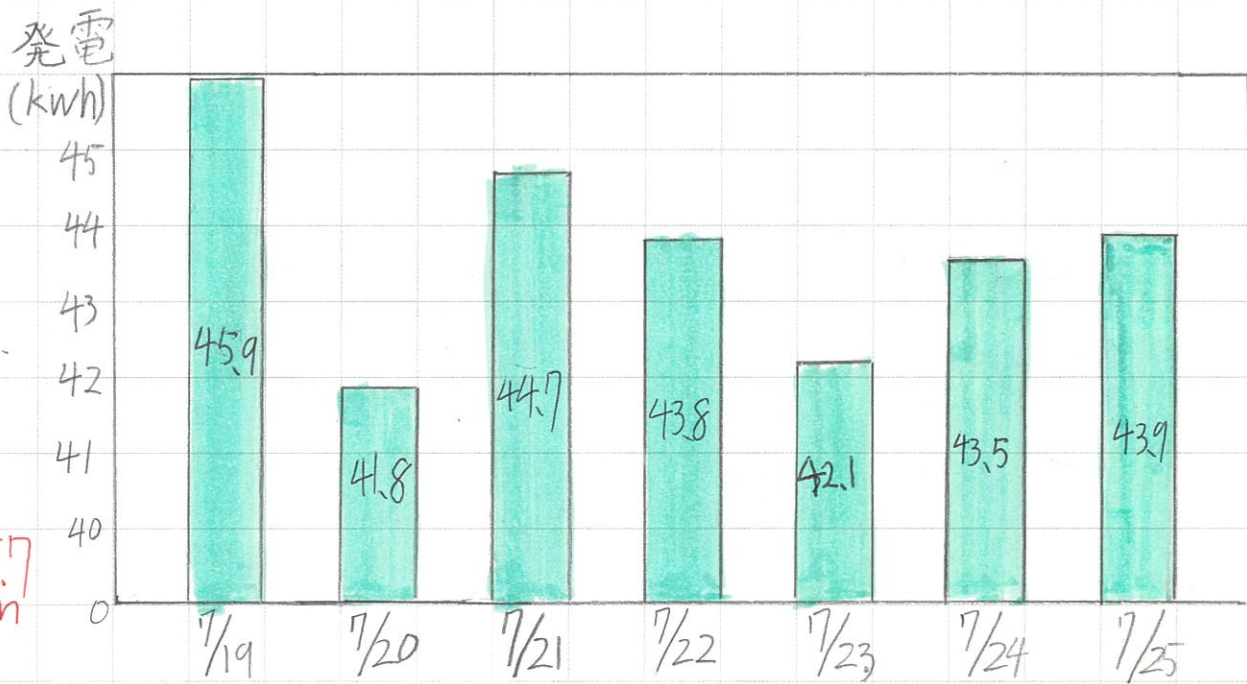
電気や水は、少し気をつけるだけでかんたんに節約することができることが分かった。これからもつづけていきたい。



わが家の太陽光発電

わたしの家の屋根には太陽光パネルが置いてあり、太陽の光で電気を作っています。この電気は、家で使ったり、電力会社に売電しています。夏休み期間、どれだけの太陽光発電があり、二酸化炭素(CO₂)が削減されたのかを調べました。

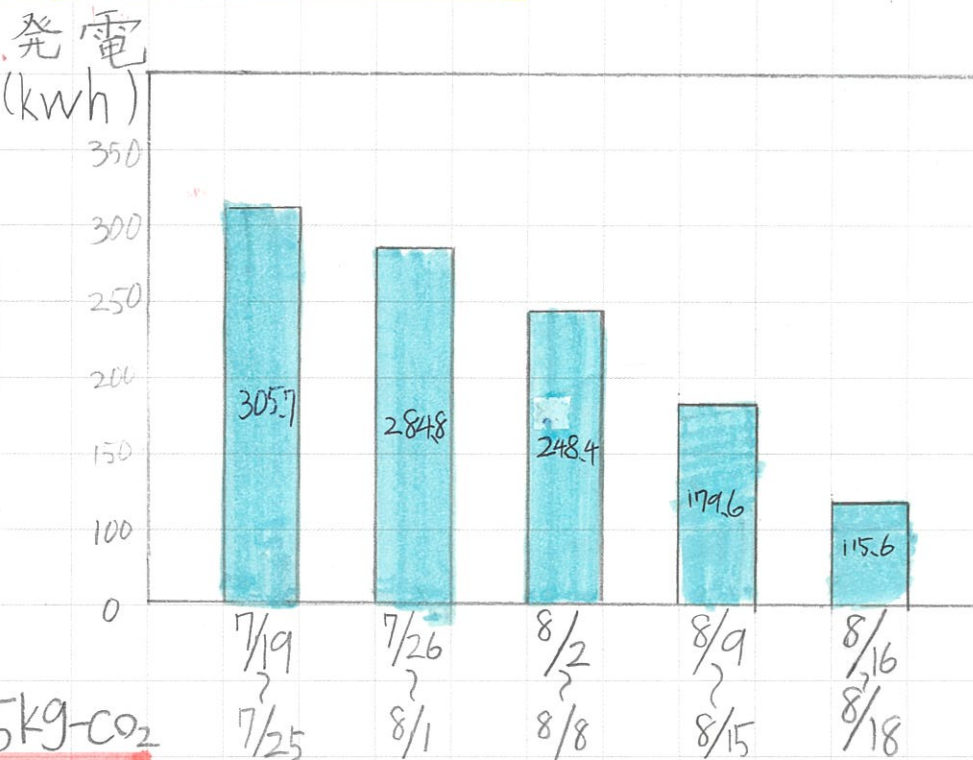
まず、1週間の発電量を記録しました。右のグラフを見ると、この1週間は晴れていたのでたくさん発電量になっていました。発電量を合計してみると、305.7 kWhになりました。



次に、どれだけのCO₂が削減できたのか調べました。CO₂削減量は、発電電力量 × CO₂排出係数 (0.419 kg-CO₂/kWh)の計算式で求めます。

$305.7 \text{ kWh} \times 0.419 \text{ kg-CO}_2/\text{kWh} = \text{約} 128 \text{ kg-CO}_2$ この計算式の答えから、1週間で約128kgのCO₂が削減されました。

続いて、1ヵ月間の発電量を記録し、1週間ごとにまとめてグラフにしました。その日の天候により発電量の差がありました。



次に、CO₂の削減量を調べました。1ヵ月の発電量は、1134.1 kWhでした。

$1134.1 \text{ kWh} \times 0.419 \text{ kg-CO}_2/\text{kWh} = \text{約} 475 \text{ kg-CO}_2$ この計算式の答えから、1ヵ月間で約475kgのCO₂が削減されました。

家に住み始めてかの発電量とCO₂の削減量

住み始めて3年ですが発電量は30.1 MWh (30100 kWh)、CO₂削減量は18993.7 kg-CO₂でした。

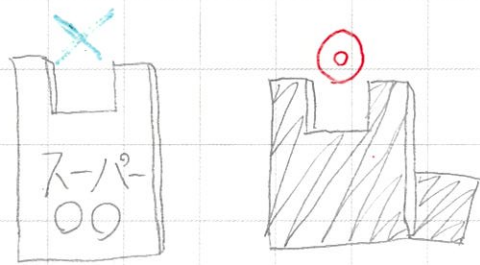
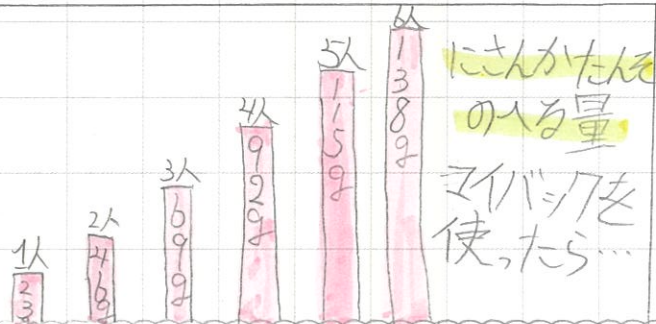


3Rを毎日心がけよう!!

まず...「3R」とは? → 3R = Reduce (リデュース) Reuse (リユース) Recycling (リサイクル) をまとめた言葉

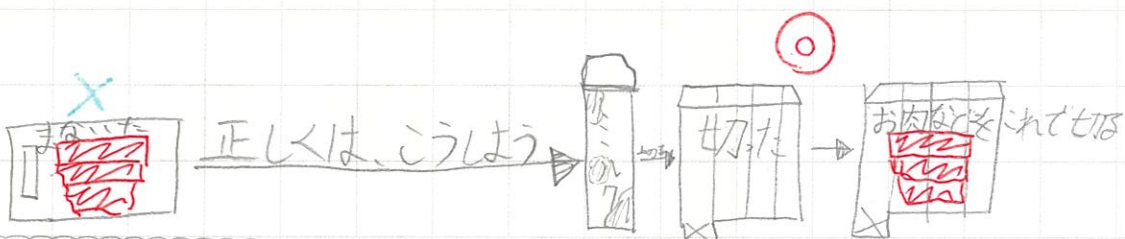
私の家族はみんな、ものをしたらかたものをレジ袋を買うのではなく、マイバックを使っています。エコチャレンジのチャレンジシートを見ると、1人1人かたんその量は、23gとかいてあります。なので私たちの家族は、6人なので $6 \times 23 = 138$ 全員が1日に1回かたものをすると、138gもにかたんそが入ると言うことです!!

Reduce



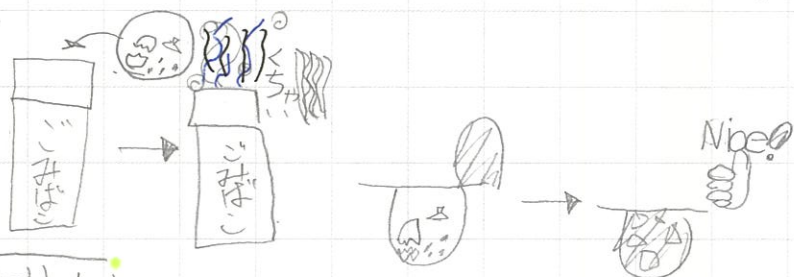
私の家では、牛にゃうパックを切っています。その切った牛にゃうパックは、お肉などを切るために使っています。ふつうのまなこでお肉を切ると、まなこがお肉の油でべとべとになるからです。それに、べとべとのまなこをそのままあらってしまうと、お肉の油がけ水道を通して、川、海にいくからです。そして、牛にゃうパックだと、使ったあとすてたらいいだけだからお肉の油が川、海に流れていく心はいがりません!!

Reuse



私の家の庭には火田がありますが、お母さんが火田に生ゴミをうめて、みりょうがかりにしています。生ゴミを土にいれることで、にさんかたんをもてなし、ゴミはこにすてたらくさくさならないから、一石二鳥!! しかもやり方もかんたん。

Recycling



- やり方
- ①土をほる
 - ②ほった穴に生ゴミを入れる
 - ③生ゴミをくちくちにする
 - ④そのままうめる

まとめ

エコチャレンジとは、3Rを心がけたらできるのか?と、思っていたけれど、もそんなにもかんたんなことじゃないということがわかった!!



取り組みたい事

1. 家で照明を使う時間を減す。 

これからもずっと
続けていきたいな 

2. 入浴の際に、シャワーで使用する水をこまめに止める。 

3. 手洗いの水をこまめに止める。 

4. ペットボトルを使わずに、マイボトルを利用する。 

5. 買い物は、レジ袋を使わずマイバックを物、こいく。 

6. 食べ残しをせず食べる。 

取り組みの結果

1. 家で照明を使う時間を減す。  電気代が減った。二酸化炭素が減った。
(1日4g減る)

2. 入浴の際に、シャワーで使用する水をこまめに止める。
↓結果

水道代が減った。二酸化炭素が減った。(1日95g減る)

3. 食べ残しをせず食べる。  廃棄になるご飯を減らした。

エコチャレンジをやった感想

節約してる気分にな、たけど、二酸化炭素が減、たし、初めて
とりこんだものもあ、たから良か、たと思うし、ご飯をのこさ
ないだけで二酸化炭素(10g)減るし廃棄になるご飯の量も多く減
るともはじめ、たがこれからもこのようにしようと思、た。



いつも捨てるスイカの種でスイカを作ろう

私はスイカが好きで、この夏もスイカを食べました。スイカを食べているときに、たくさんのスイカの種があって「捨てるのがちょっともったいないな」と思いました。なのでスイカの種を植えてスイカができるかのチャレンジをしてみます。

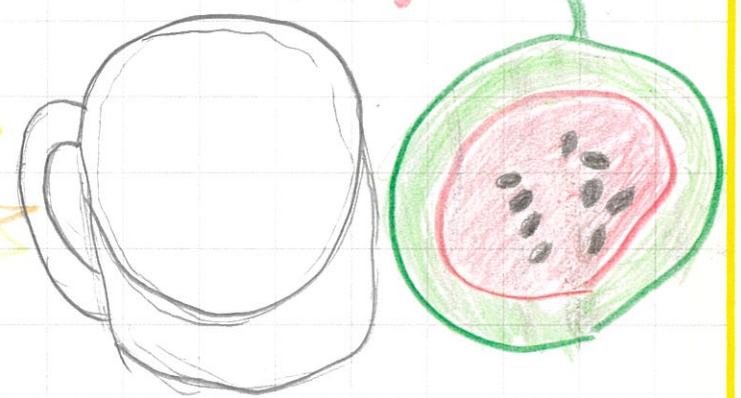
作り方

- ①20個のスイカの種をひとつのプランターにバラバラとまきました。
- ②次に上から土をからせました。
- ③しっかりと土がしめるように水をやりました。
- ④毎日夕方に水をやりました。
- ⑤芽が出ました。
- ⑥おじいちゃんに火田の肥料をスイカにもやもらいました。
- ⑦おばあちゃんと一緒に水やりをしました。
- ⑧つるが伸びてプランターの外にもはみ出る位になりました。
- ⑨火田に植えかてもらいました。
- ⑩ちっちゃなスイカができました。
- ⑪水やりをしました。
- ⑫大きなスイカができました。
食べたらおいしかったです。
- ⑬火田に植えかえないで「プランターのまましておいた苗にはコップと同じくらいのスイカしかできませんでした。

全部で4個の
スイカができたよ



コップと同じくらいの大きさの
スイカができたよ！



※気をつける事は、枯れてしまわないように
水をしっかりあげること。

※つるが伸びてきたら、火田に植えかえて、
広いところで育ててみる。

まとめ

最初にはスイカができるか不安だったけど、
1か月くらいたってできてきたから、スイカの種で
スイカができるチャレンジが成功したことが
わかった。

来年もやってみたいし、スイカが好きな人には
試してもらいたいなと思った。

そして、捨てていた野菜や果物の種を植えてみる
ことで、家でも新しい野菜や果物ができることがわ
かった。たくさんの方が家でいつも捨てている種から野
菜や果物を作ってみる事は「もったいない」を減らすことにつながると思う。

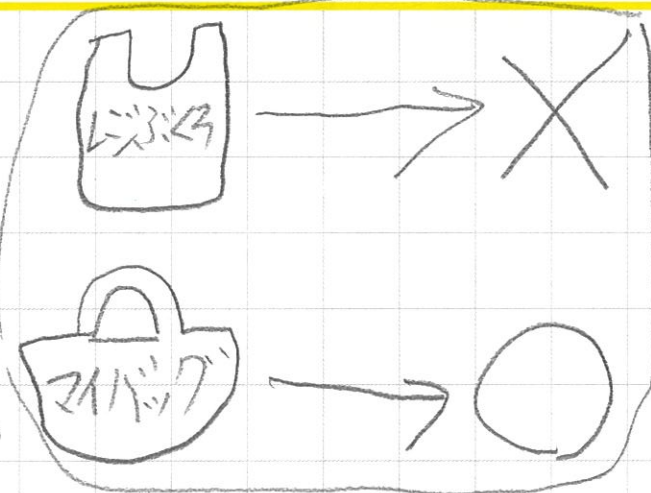
21cm



18cm



レジぶくろのさくげん!



夏休み、母と買い物に行って、レジにならんだ時、前の人がレジぶくろを4枚ほど買っていました。その人を見て、ぼくは「マイバッグ」を使ったら、レジぶくろを買わなくても買った品物が「マイバッグ」に入るんじゃないかと思いました。そこで「スマートフォンで環境」に良いのか調べてみました。



レジぶくろ → 石油20ml/使 二酸化炭素(CO_2)約61g (製造時30g、焼却時30g)



このような結果になりました。石油は量が限られているので、1枚にそんなに使っていると、すぐになくなってしまいます。 CO_2 も約61gもあるので、環境にもあまり良くないという結論になりました。

「マイバッグ」は、約50回使えば、レジぶくろを毎回使うよりも CO_2 のはいしゆ量は少ないと分かりました。

まとめ

レジぶくろを使うより、マイバッグを使った方がいいが全く使わないことは出来ないと思うので、(肉や魚を買ってぶくろに入れる時など)でできるだけマイバッグを使った方がいいことが分かりました。



1. ゴミの分別チャレンジ

いつも、あたしがのんでいる水のペットボトルはどのようにして分別されているか
きになったので自分で分別しました。



さ い し ゃ は、キャップはどこで
ラベルはどこにすてるか分からな
かったので、よそうしてみました!

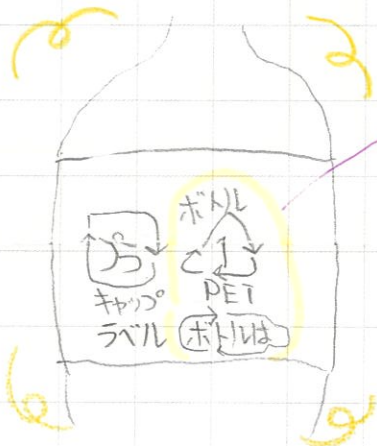
インターネットや
ごみしゅうじょうカ
ンターなどで
しらべる!

キャップ プラスチックごみ
ラベル もえるごみ
ペットボトル ペットボトルごみ

キャップ プラスチックごみ
ラベル プラスチックごみ
ペットボトル ペットボトルごみ

うらのラベル

② ラベルもプラスチックごみ!



ラベルのうらをみたら
どれがどこにすてれば
いいか、かいてあつた。

図をみて、ペットボトル
はリサイクルして。
あたらしいペットボトルやカーペット、
食品トなどにかわる!

2. 家のゴミの分別チェック

家にあるゴミはこのしゅるい
をしらべました。

まめちしき
今日(※)は、も
やすごみだ。
たから母にし
らせました。

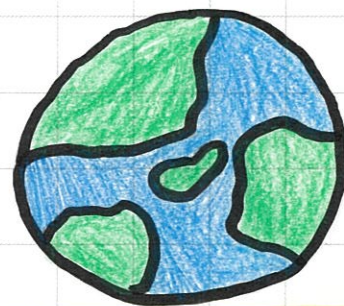
もやすごみ ・カン類 ・ペットボトル
・ビン類

③ ペットボトルは、リサイクルし、あたらしく ペットボトル
や カーペット、食品トなど、あたらしくうまれかあり
ます。ごみだしは、土、日曜日は休みでした。



ecoチャレンジ

取り組んだこと



- エアコンのせ、てい
温度は28度に!!

- うがいをする時はコップ
を使って!!

あまり暑く感じなかったから
糸売けられそうです!

いつもコップを使っていたので
エコになっていることに

プチ情報

せ、てい温度を1度上げると、

ビックリしました! プチ情報

消ひ電力を約13%削減できる
そうです!

30秒間水を流しっぱなしにすると、
5~6Lの水が使われているそうです!

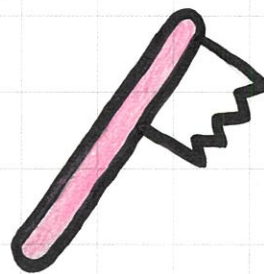
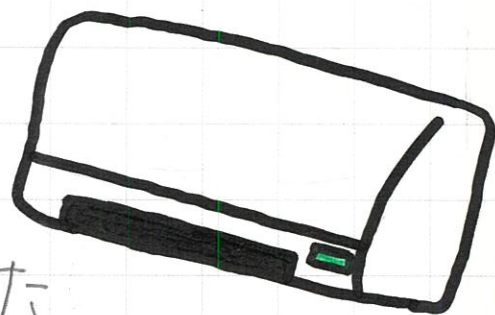
感想

eco活動は、節約にもなっている事がわかりました。

小さい事でもみんなで行えばかんきょうおせんを少しずつ

止められるような気がします。

これからは他にもできる活動をしたいと思います。





電気とCO₂の関係

1. 動機

CO₂削減には「電気のつかいすぎをやめよう」といわれているが実際の電気の使用量とCO₂の排出量との関係を調べてみることにした。

2. 方法

家族がよくいるリビング・ダイニングが家の中では、電気の使用量が最も多いと考え、その部屋のライト、クーラー、テレビの使用電力量からCO₂排出量を算出し、使用時間を減らすことでどれだけCO₂を削減できるかを調べた。

3. 計算方法

$$\text{使用電力量(W h)} = \text{電力(W)} \times \text{時間(h)}$$

↓ kwhに換算

$$\text{使用電力量(k W h)} = \text{電力量(W h)} \div 1000$$

$$\begin{aligned} & \text{CO}_2 \text{排出量(kg-CO}_2\text{)} \\ &= \text{使用電力量(k W h)} \times \text{電気の排出係数(kg-CO}_2\text{/k W h)} \end{aligned}$$

※電気の排出係数(kg-CO₂/kWh)とは

供給された電気を使用する場合の排出係数は、契約している電力会社によって異なる。

電力使用量におけるCO₂の排出係数は、各電力会社での「CO₂排出量÷販売電力量」の値で定められているためである。

関西電力(株) 基礎排出係数: 0.419 (kg-CO₂/kWh)

2023年度実績

これをCO₂排出量の計算式に当てはめた場合、電力1 kWh使用時のCO₂排出量は0.419 kgになる。



4. 結果
電気の使用時間は、ぼくがじゅくから帰って来る18時から
ねるまでの22時までの4時間と仮定した。
また、1時間早くねたときの3時間と比べてCO₂排出量に
どれだけ差があるのかを計算した。
その結果を以下の表に記す。

				帰宅→就寝までの4時間と仮定			使用時間1時間短縮した場合			
項目		使用電力 W	個数 個	総電力 W	使用時間 h	使用電力量 kWh	CO ₂ 排出量 kg	使用時間 h	使用電力量 kWh	CO ₂ 排出量 kg
ライト	キッチン	9.2W	4	36.8W	4	0.1472	0.0616	3	0.1104	0.0462
	流し元	8W	1	8W		0.032	0.0134		0.024	0.01
	ダイニング	12.9W	3	38.7W		0.1548	0.0648		0.1161	0.0486
	リビング	28.6W	1	28.6W		0.1144	0.0479		0.0858	0.0359
	吹き抜け	11.5W	3	34.5W		0.138	0.0578		0.1035	0.0433
	シーリングライト	6.8W	6	40.8W		0.1632	0.0683		0.1224	0.0512
TV		7.87W	1	7.87W		0.0314	0.0131		0.02361	0.0098
エアコン		1950W	1	1950W		7.8	3.2682		5.85	2.4511
扇風機		41W	1	41W		0.164	0.0687		0.123	0.0515
合計CO ₂ 排出量 (kg)					3.5268			2.6449		

<気づき>

- ・1時間でCO₂を0.8819kg削減できる。
 - ・クーラーの使用を1時間減らすだけで0.8171kgもCO₂を削減できる
 - ・削減したCO₂のうち約9.3%もしめていた。
- よって、電気の使用量を減らすことでCO₂排出量が削減できることが分かった。とくに、クーラーのしめる割合が高くて、たしかに「クーラーの使用をひかえよう」とか「設定温度を高くしよう」といわれている理由が分かった。

↓
クーラーの使用時間を1時間減らす場合、どのようにして暑さをしのぐのか考えてみた。

クーラーのかかりに扇風機を使うと、1時間あたりのCO₂排出量は0.0172kgまで削減できる。他にも、まどを開けたりうすあをさなどして部屋の温度を下げる。



アイスリングや保冷剤を使い体温を下げることもできる。

5.まとめ

クーラーを1時間使うがかりに扇風機を使うと、0.6451kgのCO₂を削減できる。だから最近暑くてクーラーはつけっぱなしだが一時間でこれだけ減らせるのなら、できるだけクーラーは止め扇風機やうちわなどを使おうと思った。

6.参照

・環境省 温室効果ガス排出量算定・報告・公表制度
電気事業者別排出係数(特定排出者の温室効果ガス排出量算定用)-R5年度実績-R17.3.18 環境省・経済産業省公表
<https://policies.env.go.jp/earth/ghg-santeikohyo/cak.html>

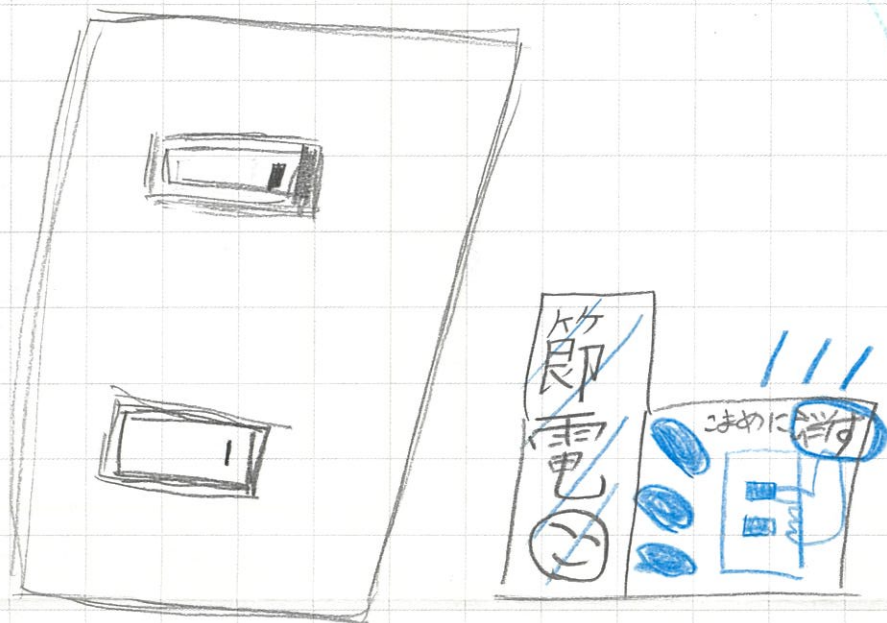
・関西電力 小売電気のCO₂排出係数
https://kepco.jp/ryokin/power_supply/

・CO₂ x ディア by RVSTA

https://www.tansomiru.jp/media/basic/mag_666



エコチャレンジ

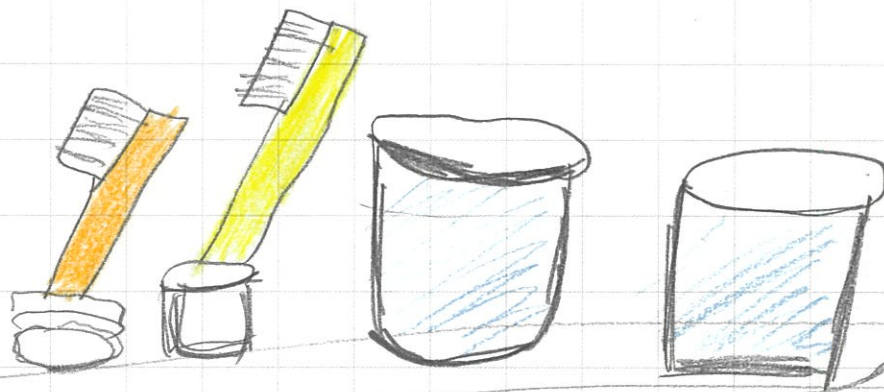


いろいろな部屋の電気をつけっぱなしに
すると環境によくないので絶対に
部屋の電気は 消す
ことを大切にしてよう!

止
歯みがきをするとき水を出しっぱなしにすると
水がもったいないから、コップをまんたんにいれて
いっかい水をけしてあらうときにつけたら
ハケ 節水になる ことを大切にしてよう!

エコチャレンジをした感想

いつもでんきをつけっぱなしにしたら
ときとか、歯みがきをするときに水を
おわるまでつけっぱなしにしたソおこと
があったけどこのレポートをかいてわかった
ことは節電したソ節水やいろいろ
なことをすると地球は環境に
よいことをしていると同じなのかが
わかって次からは電気のつけっぱなしや
水のつけっぱなしをのにしていきたいと思います。



ハケ
即水

水コップを
をまんたんに
入れるときは
水を消そう
ハケ