



エコチャレンジ

家族、みんなでエコについていろいろ
考えてみました。

おたしが考えたエコは、

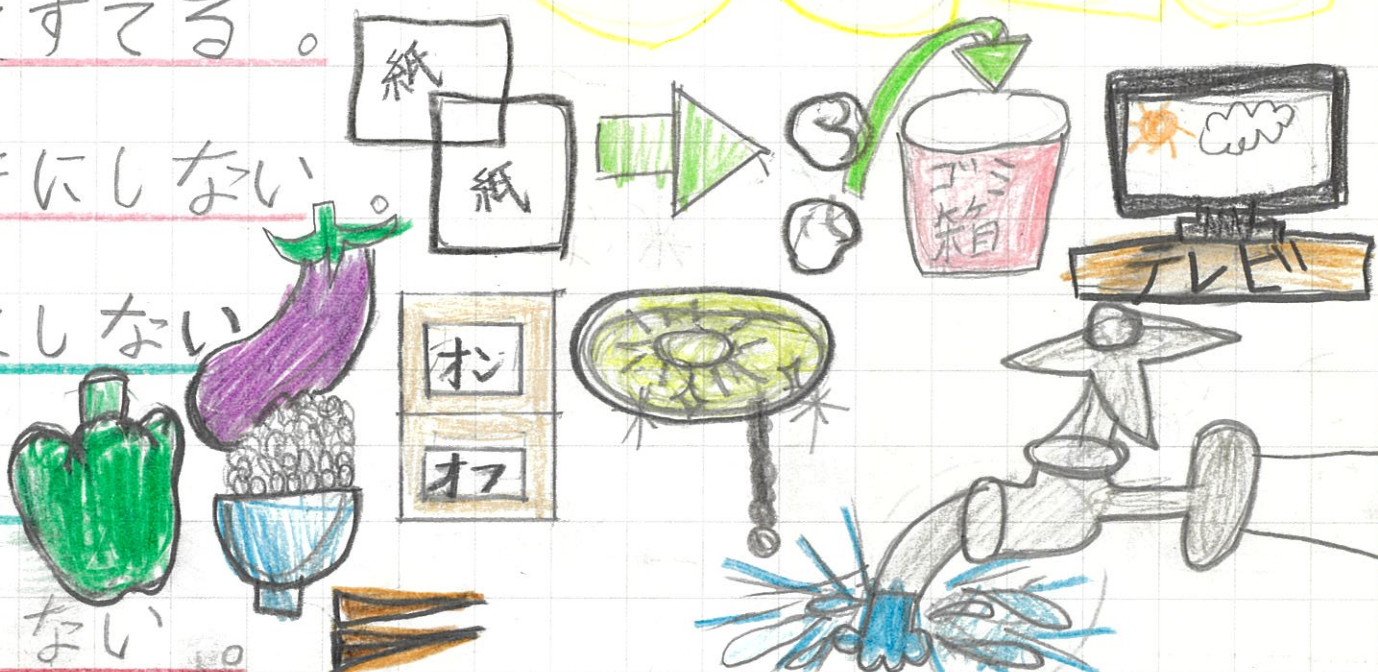
①ゴミを、小さくしてすてる。

②電気を、つけたままにしない。

③水を、出したままにしない。

④階だんをつかう。

⑤食べ物を、おだにしない。



お父さんとお母さんが考えたエコは、

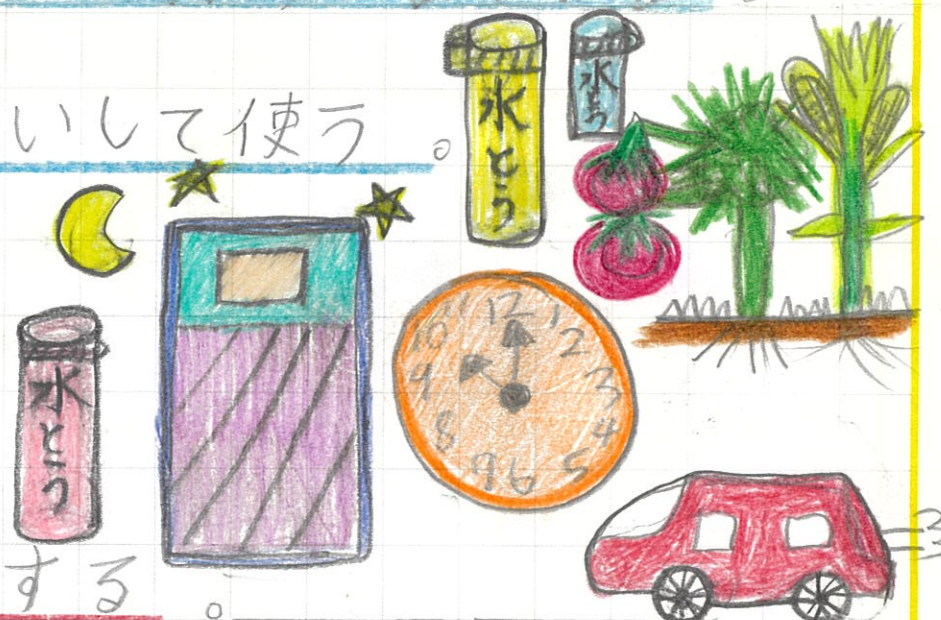
①家族みんな出かける時は、水とうを、持って出かける。

②クーラーの、温度を28°にせっていして使う。

③自分の、お家で野菜を、育てる。

④早くねるようにする。

⑤エコドライブを、心がけた運転をする。



2025年は、お米のねだんが上がりお米の大切さがわかる年でもある。去年は、5kg 1980円だったけど、今年のお米のねだんは、5kg 4980円になっている。3000円もちがう。

お米に、かかあらず他の食べ物の、ねだんも上がっている。ごはん、おかず、おかし、のすぎきらいをしないように心がける。

「まとめ」地球を、守る事は、大事だ。

電気の大切さ、水の大切さ、食べ物の大切さが、分かりました。いろんなエコにこれからも、チャレンジしていきたいです。



ゴミを分別してみよう

ぼくは、ゴミを分別して、リサイクルできる物があれば、ゴミの量をへらせるのではないかと考えました。

★ある十日のゴミ



重さ...750g

分別

ペットボトルの
回収ボックスに
持っていく

牛乳パックの
回収ボックスに
持っていく



プラス
チックゴミ
回収目持て
いく

ゴミの日に出す
ゴミ

白色トレイの
回収ボックスに
持っていく

重さ...550g

200gへった

ゴミを分別することで200gゴミをへらすことができました。

なぜゴミをへらすないといけない理由

- ① ゴミのしまつにはお金がたくさんかかるから
- ② ゴミのうめ立て処分場を新たに作ると、海岸、森などの自然が失われるから
- ③ ゴミには、もやしなど、うめ立てたりすると人の健康やかんきょうに影響をあたえる原因となるものがあるから

このようにゴミはへらしたほうがお金のせつやくや自然を守ることができるので、これからゴミを分別していこうと思います。



私は夏休み中じゅぎょうでなるとことを思いだして自分にできることをしてみました。

したこと

電気をこまめに消す。

水を流しっぱなしにしない。

食べ物のこしをしない。

そのけ、か

消かしていない所の電気をけすと5日だけで減じた二酸化炭素の量が20gになります。

水を流しっぱなしにしないと7日で減じた二酸化炭素の量は、お風呂で685g手洗いで14gになります。

食べのこしを7日しないと減じた二酸化炭素の量は、1人あたり1日の食べのこしの量が0.02kgの場合70gになります。

③これらのけ、かを1年間つづけると5840gの二酸化炭素を減らせます。



題名 「ゴミの分別」
パンのふくろをしじるおれ、その名は「バッククローザー」
ふだんはプラゴミとして捨てられるが、ある人物によってへん
しんしたぼくの名前は、『エコあんこ』
今年の春にたんじょうした。
この家だけで1年に60匹きの兄弟がたんじょうするよ
ていだ。
このペースでたんじょうすると、この家はぼくらだら
けになる。

そこで

8月13日、あたしはゴミの分別について考えてみた。

ふつうゴミ	プラゴミ	ペットボトル	さいりよう
ラップ とり肉のぼろ さしみおトレー ハンバーガーの紙 マカロンの紙ばこ アイスのふくろ マクドの紙ふくろ つまようじ ソースのカップ おかしのおうき ゴミのふくろ エビのおうき エビのしぼ ティッシュ	ペットボトルの (キャップ ラベル	サイダーの ペットボトル	プリンカップ レジ袋くろ アイスの紙ばこ

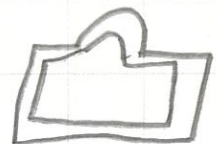
まとめ

8月13日にあたしが出したゴミを書きだしたら、ふつうゴミ
が多いことに気づいた。あたしにできる温だん化対策は、き
れいにならえばプラゴミにできる物を見つけること。



エコレポート

エコバック
↓
エコバック



① 買い物に行く時は
エコバックを持って行く。

② 電気をこまめに消す。

③ エアコンの温度をさげ
すぎない。
リモコン

④ ゴミをきちんと分別する。

⑤ 水を出しっぱなしにしない。

⑥ 食べのこしをしない。



うちのコンポスト

うちのコンポストは、台所からでた、野菜ごみや庭のざっそうをうめています。カチカチになっ、た土がフワフワになります。

設置場所①

畑

生ごみ投入②

あなまほ、て、野菜ごみを入れます。

土をかぶせる③

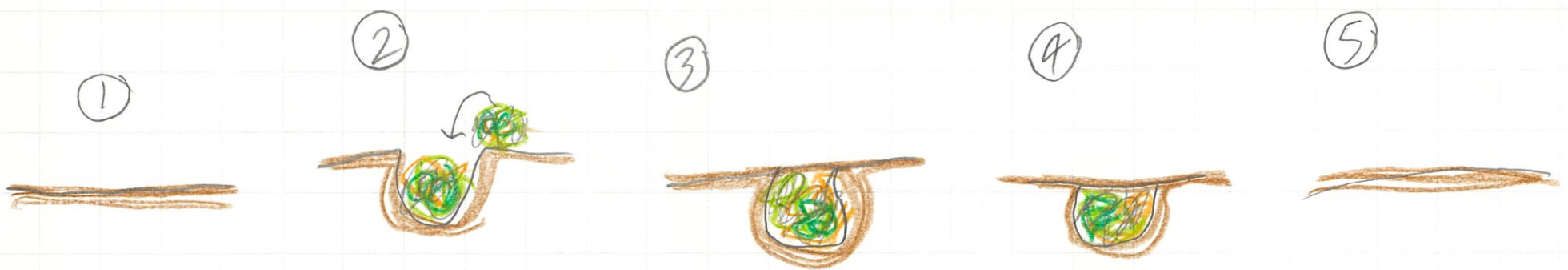
野菜ごみの上に土をかぶせ微生物が活動しやすい環境を作ります。

熟成④

野菜ごみを入れたあなを放置する。

完成⑤

野菜ごみの形がなくなり、嫌な臭いがしなくなったら、堆肥の完成です。



生ごみの減量化

家庭から出る生ごみを減らすことで、焼却処分場の負担を軽減し、CO2排出量を削減できます。

肥料の再利用

堆肥として再利用することで、化学肥料の使用量を減らし、環境への負担を軽減できます。

ときどきコンポストに入れた、カボチャやトマトのタネが芽を出して成長し、実をつけることがあります。栄養たっぷり、ふりの土で、立派に成長するのでおいしくいただきます。



ばく①のエコチャレンジ

①電気を消す。

トイレやせんめん所、へやの電気をあすれずに消す。
家族が消しあすれていたり、消してあげる。

②水を出しっぱなしにしない。

歯をみがくときに水を止めながらみがく。

③すいとうを使う。

ペットボトルをできるだけ買わないで、すいとうで
のみものをのむ。

<やってみた感想とわかったこと>

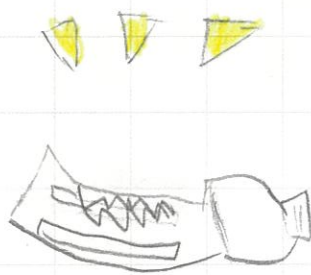
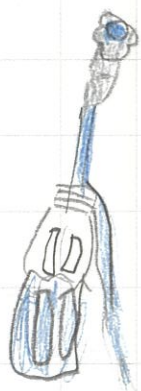
- ・トイレの電気を消しあすれていることが多かった。
あすつけようと思った。
- ・ペットボトルを買わないようにするのは大変だった。
外に出かける時、すいとうをもって行くように心がけよう
と思った。



ペットボトルの正しい分べつ方法



- ①キャップをはずす
(キャップは回しゅうボックス)
- ②ラベルをはがす
(ラベルは、はいプラスチックス)



- ③中を水あらいする
(水切りする)
- ④つぶす
(しげんゴミへ)

エコレポート

ペットボトルの分べつ (意味)

リサイクルを、
こうりつてき
に行うために
重要です。

ペットボトルキャップ何になる？

自動車部品や植木ばち、イスのせ
もこれ、ワクチン

ペットボトルキャップ

ワクチン

水 2kg → 1人



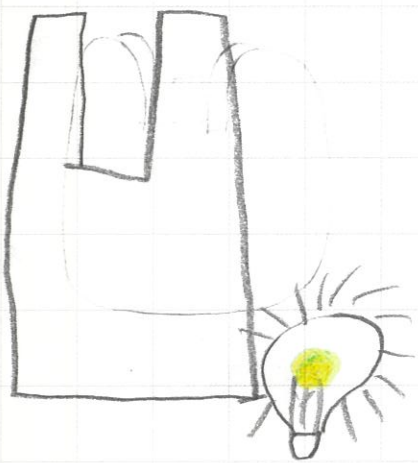
感想

集めたペットボトルキャップは、プラスチックのリサイクルしげん
として回しゅう業者に買い取られ、その金ぐの一部がワクチン
きふになるのは知らなかつたので、これからも分べつしていきたい
です。もつとペットボトルキャップの回しゅうボックスがふえるといい
のになと思いました。



エコチャレンジ 活動レポート

1 おたしたちが取りかかっていた
ゴミになりそうなものを
買わなかった。



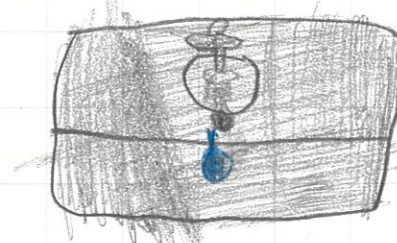
電気をこまめにつけた。

2 活動をして気づいた

ポイ捨てはだめ

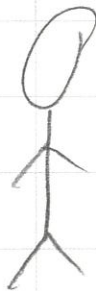
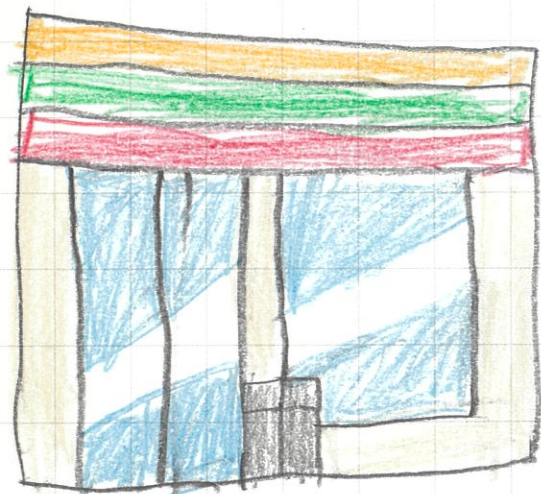


水道を出っぱなしにしないように気を
つけた。



3 近くの外出は歩くか自転車

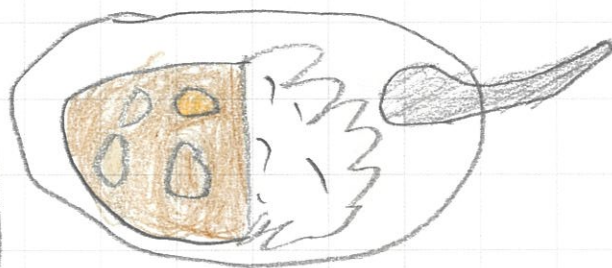
近くの外出は歩くか自転車で
行く。



4 3月末までの目標

ご飯の

食べのこしを減らす





ぼくがしている家の中のエコ活動

部屋の電気をこまめに消す

⇒電気の節約、CO₂をへらす

体を洗うときはシャワーを止める

⇒水道代、ガス代の節約

れいそう庫は開けたらすぐしめる

⇒電気代の節約

開ける時間が20秒と10秒を
比べると1年でも
約190円
節約できるらしい!!

もっと地球のために小学生でもできるエコって何だろう?

節水

- ・歯みがきの時コップを使う。
- ・シャワーの時間を短くする。

ゴミの量

- ・食べ残しをしない!お掃除をしない!
- ・エコバッグを使う。
- ・分別してリサイクルをする。

節電

- ・こまめに電気を消す。
- ・テレビを見ていないときは消す。
- ・エアコンの正しい温度も大切!!
夏は28度、冬は20度くらい。

その他

- ・マボトルを持ち歩く。
- ・使わないコンセントをぬく。
- ・家で花や野菜を育てたりする。

ふり返り

ぼくが思ったことは、節水は主に水をこまめに止めること。ゴミの量は主にゴミをへらすこと。

節電は、主に電気をこまめに止めること。その他は、主にエコについてできること。
ぼくは、これから、エコのことをしていきたいです。



夏の暑さを利用して生ゴミの水分をなくそう

ぼくは、いぜん夏休みの宿題で「生ゴミの水分量を調べる実験」を行ったことがあります。また、生ゴミをかんそうさせると、ゴミの量をへらしたり、月巴米斗に使えたりするということをその時にしました。夏休み、母が「夏は気温が高いからせんたく物がすぐかわく」と言っていたのを聞いたこと、また車の中におきっぱなしにしていたカンコービーのかんが、手でさわれないほど熱くなっていたことから、空きかんを使えば、効率的に生ゴミの水分を、しょう発させられるのではと考え、実験してみることにしました。

使うもの... 生ゴミ、空き缶、温度計

方法 (実験日8月3日 実験場所の最高気温35.2℃)

- ① 生ゴミの質量を測る ② 空き缶を日光で熱する ③ 生ゴミを缶に入れる



写真3 空き缶に入れた生ゴミ

写真1 生ゴミの質量
生ゴミの質量 1220g

⑤ 気温が下がり、見ためにも水分がなくなったら、かんそうをやる

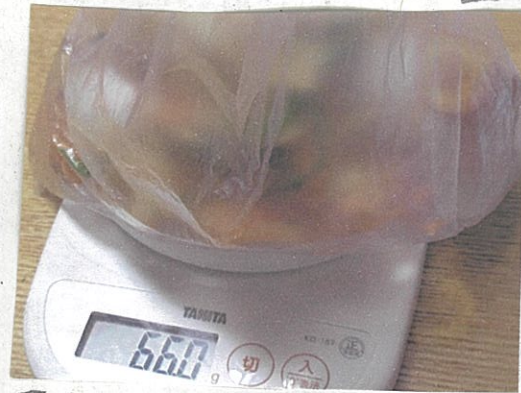


写真6 かんそうした生ゴミの質量
66.0gになった

写真5. かんそう終了
気温 28.8℃

今回の活動から、生ゴミをかんそうさせることで、生ゴミの重さ半分くらいまで減らせる②かんそうさせることで生ゴミのいやなにおいが消える③空き缶を使うことでゴミの持ち運びが楽になる④かんそうした生ゴミを土に埋めたり、肥料として使ったり、空き缶の再利用もできるとわかった。生ゴミの量をへらすこともでき、また、いかにエコチャレンジを夏休みの宿題に活用できるかがわかった。

結果

かんそう前と後で質量を比べると
 $122.0 - 66.0 = 56.0$
 56.0gの水分がへっていた
 これは $\frac{56.0}{122.0} \times 100 = 45.90\%$
 より約46%ゴミの質量をへらしたことになる



エコチャレンジ

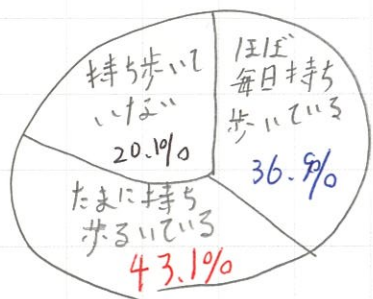
エコバックについて

エコバックは持っていたら、
便利ですよ！

エコバックを持ち歩くメリットは？

エコバックの魅力と言えば、やはり地球環境に優しい点です。多くの人がレジ袋ではなくエコバックを使うことで、プラスチックゴミの削減につながるのもちろん、レジ袋の製造や廃棄の過程で排出されるCO₂の削減、原料である原油使用量も減らすことができます。さらに持ち運びもしやすく、丈夫で繰り返し使うことも可能です。

エコバックを持ち歩いているか



エコバックは、エコにもなるし、便利
なことが分かりました。次から、エコ
バックを持ち歩きたいと思います。



夏休み中、ぼくがしたエコ活動について紹介します。

①小便をした後に水を流すときは流す小ボタンで流しました。
流す大ボタンで流したときの水の使用量は、4.8L(1回につき)。
流す小ボタンで流したときの水の使用量は、3.6Lです。
なので小のボタンで1.2L節約できます。

②エアコンの使っている部屋にでたり入ったりするときは、
できるだけ早く扉を閉めるようにしました。
扉をあけたままにすると部屋の温度が上がるからです。

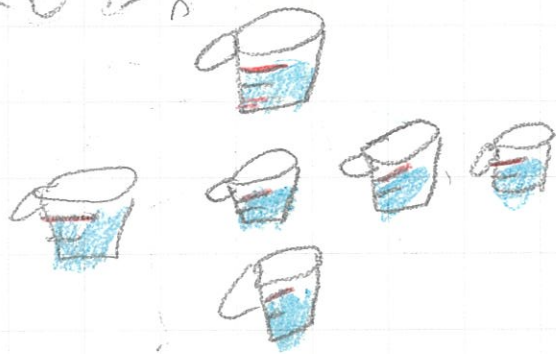
③シャンプーが残り少なくなってきたとき、すこし水を
いれて、最後まで使うようにしました。
うすまるかと思っただけですごく泡がたちました。

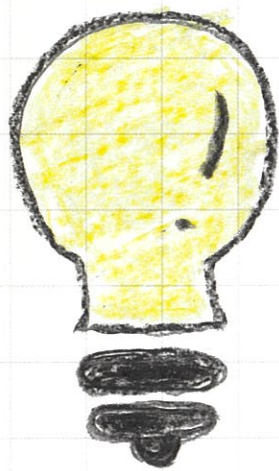
④メモをとるとき、いろいろな紙がないときは、電子メモパッド
にメモしました。電子メモパッドは何回でも消しゴムを消費し
なくてすむし、紙も節約できます。

⑤手をあらうとき水をだしたままにせずに泡をつけてから水を
こまめにとめました。

ずっと水をだしたままにした場合無駄になっってしまう水を別の
入れ物にいれて無駄になっってしまう水の量を調べてみました。
ぼくの場合には、30秒ぐらいあつくと1.4Lほどになりました。
1年間同じことをすると1.4L×365日=511L無駄になることにな
ります。

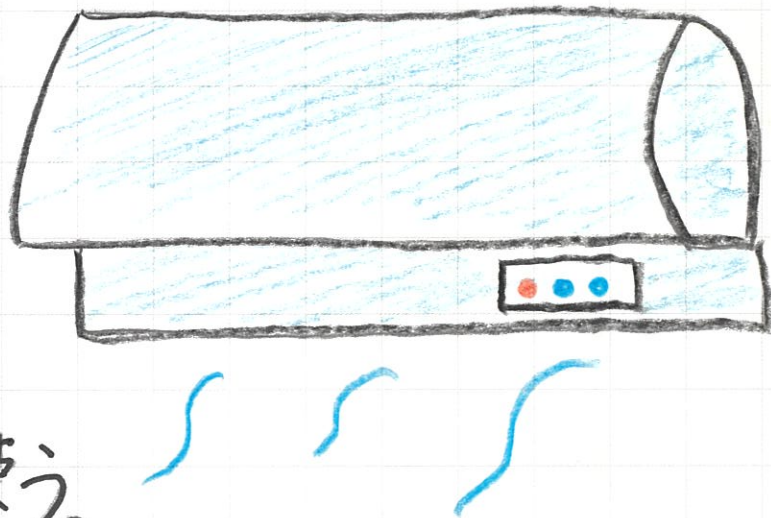
1日に一回しか手をあらわないということは、ないので、気を
つけようと思いました。





節電

★ エアコンの設定温度
風量、風向き工夫をして使う。



★ テレビを見ないときは
つけっぱなしにせず消す



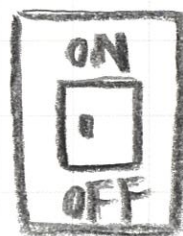
★ 部屋の電気も
こまめに消す。



節水

★ お風呂に入るときシャワーを
使わない時は1回1回止める。

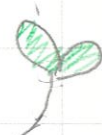
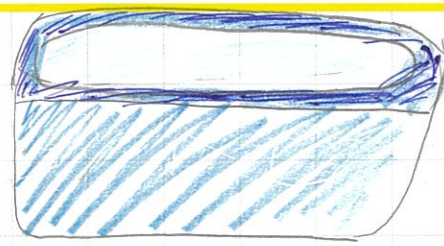
★ 洗面所でも水を
出しっぱなしにせず
1回1回止める。



これからもエコを心がけながら
がんばってやっていきたいと思います!!



『お風呂の残り湯で』



地球を守ろう！

● 活動内容

今まではお風呂の水を流してから、洗たくをしていましたから、エコチャレンジをきっかけに、お風呂の残り湯を洗たくに使うことにしました。

最初は、バケツで水を運ぶのが大変でしたが、お父さんが家庭用の小さなポンプを買ってくれて、くみ上げてくれるようになりました。

1週間、残り湯を使ったのは6回。1回のお風呂で約180リットル使ったので、合計1080リットルの水を節約できました。これをペットボトル2リットルで表すと、540本分です。

さらに、風呂のフタをまめに閉めて、こめにくくすることで、ガス代も減りました。

● 学んだこと、気づいたこと

- ・わたしたちの家で出すCO₂は思ったより多いことにびっくりしました。
- ・水をたいせつに使うことで、水道代やエネルギーを減らせることがわかりました。
- ・お母さんも「光熱費が少し減った」と喜んでくれました。

● エピソード

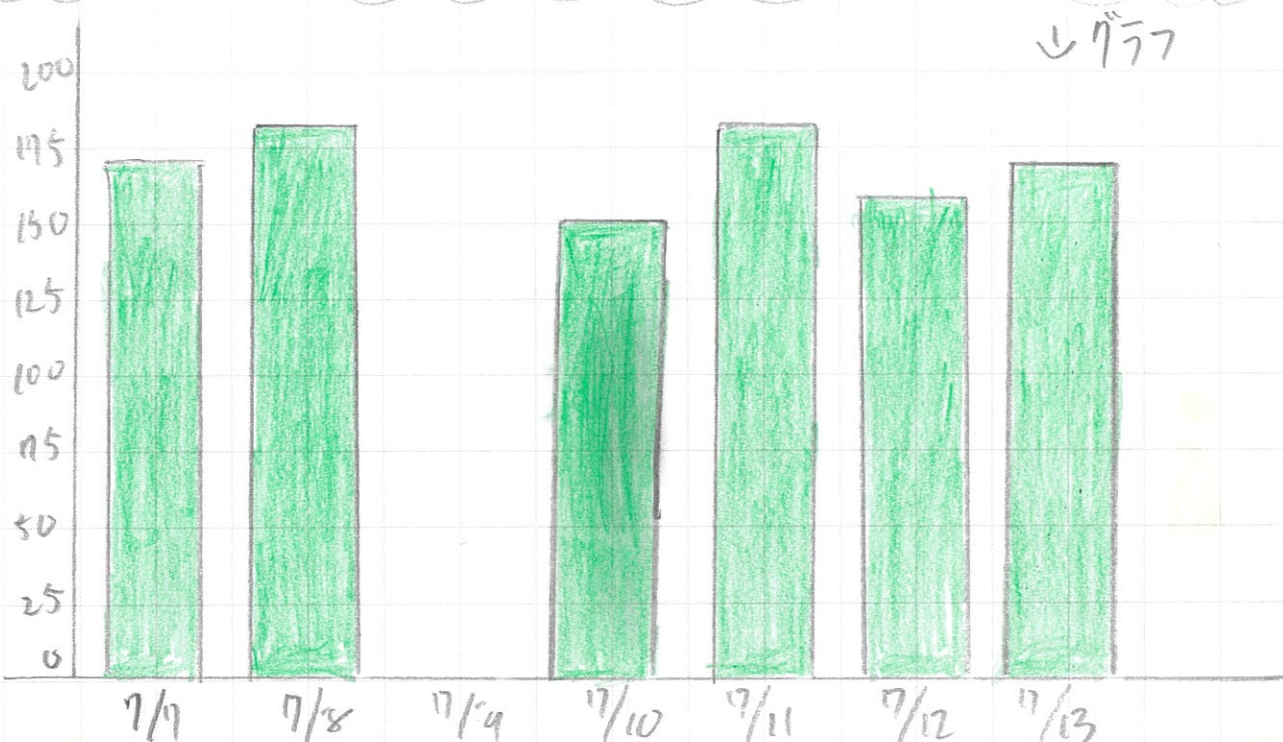
- ・家族みんな協力しました。兄もすすんでフタを閉めてくれました。
- ・どのくらい水をつかっているか、ペットボトルにかき出してグラフにしてみました。(右下)

● これからやりたいこと

- ・雨水タンクを使って、庭の水まきや植えている花に水をあげたいです。
- ・学校にもこのエコチャレンジのことをしょうかいして、ほかのクラスの人などエコチャレンジをやってみたいのです。

お風呂の残り湯の使用量(1週間)の表

日付	使用量(リットル)
7/7	170
7/8	180
7/9	0 (使えなかった)
7/10	150
7/11	180
7/12	160
7/13	170



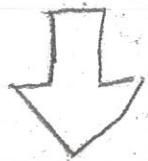


二酸化炭素を減らす取り組みについて (ボーイスカウトの活動で学んだこと)

ぼくは、B.S.の活動をしていて、「これは二酸化炭素が減ってるのでは!」と思ったことを、書きます。

・ターフを張る・

活動スペースを作るためにターフを張りました。ターフの下は、太陽をさえるので、すずしかったです。

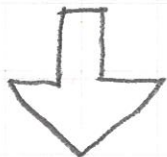


これをする事で、エアコンを使わなくても自然の力(風、かけ)ですずしく過ごすごうができます。



・たちかまじ作り・

昼食を作るために、丸太、コンパネ、麻ひも、土を使って作りました。たちかまじは、高さがあるので、地面で直接火を焚く直火をさけることができます。



・火が当たらないので、土の中の生物や、草などの自然を守ることができる。



★ぼくは最初ターフ張りやたちかまじ作りを何も考えずに作っていました。でも、二酸化炭素を減らす取り組みについて調べたら、自分が活動力で行っている事は自然の力を使ったり守ったりしていたと気づきました。これから地球温暖化をなくすための取り組みとして、B.S.活動でスキルをつけて、家でも活用していきたいと思います。



ポイ捨てやめよう

- ・分別して捨てる
- ・レジぶくろは使わずにマイバッグを持っておく
- ・ポイ捨てをやめる
- ・ペットボトルなどのプラスチック製品はスーパーなどにあるリサイクルボックスに入れよう

ポイ捨てをする人が増えると...

海の生き物が苦しんでしまう...

このようなことを減らすには

これらを全てやってみました。
最後のはやり古もかんたんで
すぐにできました。
みなさんもやってみてください。





ペットボトルをリサイクルしてできること

ペットボトルを...



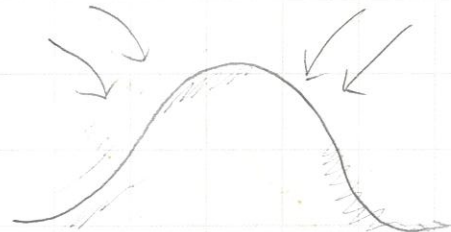
分別



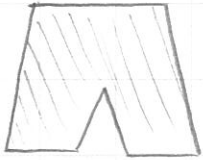
地区で回収



回収



うめ立てができたならうめ立てをする



生まれ変わる!!

最近では、ゴミを利用したものから作った製品というのが良く売られています。その中でもペットボトルはいろいろなものに作り変えることを知りました。そして、ペットボトルはどうやってリサイクルするのか、何に生まれ変わるのか、ということについて調べてみました。

調べてみると、服にも生まれ変わることを知ることができました。他のゴミはどのように処分すればいいのかなどにまとめました。これから「ゴミの分別」を心がけていこうと思います。

使わなくなった服・おもちゃ ↓ ①リサイクルショップへ持っていく。 ②周りの必要としている人にやる。 ③布を使ってマフラーなどに作りかえる。	ペットボトルは? ↓ ・ラベル ・キャップ ・ボトル に分けて分別する。	えんぴつ・消しゴムは ↓ ・使用可能な長さであったら大切に使う。 ↓ 必要な本数・個数だけを買う。	紙パックなどは ↓ ・トイレットペーパーやティッシュペーパーは生まれ変わるため、分別は必ず行う。	3Rとは? ・リデュース (資源化) ・リユース (再使用) ・リサイクル を心がけよう!
--	---	---	--	---



旬の野菜を食べよう!

< 地元で採れた >

なぜ旬じゃない時期の野菜を食べると二酸化炭素が増えるのかなと思い、調べてみました。その原因は、ハウス栽培や温室栽培、または遠くからの輸送が必要になることが多いからです。

ハウス栽培で二酸化炭素が増える主な原因

- ① ハウス内の空気循環不足
- ② 作物の呼吸
- ③ 暖房や化石燃料の燃焼

長距離輸送で二酸化炭素が増える主な原因

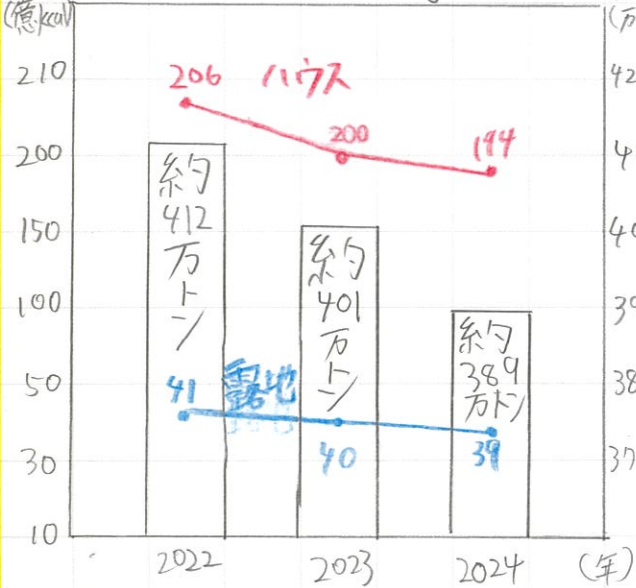
輸送に使用される化石燃料の燃焼が原因。特に、自動車、トラック、船、飛行機などの輸送手段は、ガソリンや軽油など化石燃料を燃焼させるため、大量の二酸化炭素を排出します。

旬の野菜を食べると良いこと

- ・ 旬の野菜を地産地消したら輸送しなくていい
→ かつ、採りたてをすぐに食べる

旬の野菜を食べることで二酸化炭素排出量減少につながる理由
栽培に必要なエネルギーの削減や、輸送距離の短縮ができるから。

1kgの野菜を育てるのにハウス栽培では約5000kcalのエネルギーが必要なのに対し、露地栽培では1000kcal程度のエネルギーで済む。



← 全てハウス栽培で育った場合と全て露地栽培で育った場合のエネルギー量

まとめ

このように、旬の野菜を食べることで、いいことがたくさんあり、使うエネルギーの量を減らすこともでき、二酸化炭素排出量減少にもつながります。
だから、私は旬の野菜を食べていくよう、心がけていきたいです。



自分たちができる節電

①どのような家電製品があるのか調べる

家電製品リスト

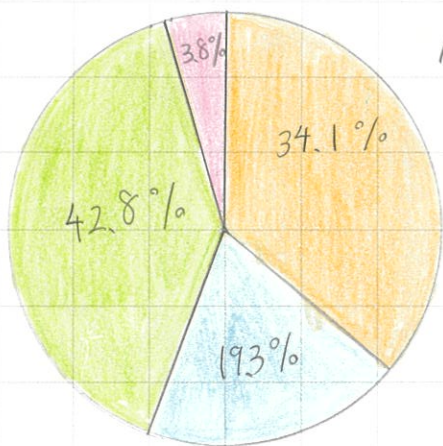
・ エアコン	・ 電子レンジ	・ ドライヤー
・ 冷蔵庫	・ 電気ケトル	・ ヘアアイロン
・ 炊飯器	・ スマートフォン	・ 時計
・ 洗濯機	・ タブレット端末	・ 電卓
・ 掃除機	・ パソコン	・ アイロン

②自分たちができる節電方法

- ・ 使わない電気製品のプラグをぬく
- ・ 照明をこまめに消す
- ・ エアコンの設定温度を調整する
- ・ 洗濯物をまとめて洗う
- ・ シャワーの時間を短くする
- ・ 掃除機をかける前に部屋を片付ける
- ・ 冷蔵庫にものを詰め込みすぎない

③節電に対する意識

(P R T I M E S より)



100人にアンケート

- ・ 変化あり→34人
- ・ 変化なし→193人
- ・ 分からない→428人
- ・ 節電に興味がない→38人

④わかったこと、考えたこと

- ・ 自分たちができる節電方法はたくさんある。
- ・ 節電に対して意識すると、変化がある。
- ・ たくさん節電すると電気料金を減らすことができる。

⑤感想

実際に自分で節電すると、月々の電気料金を減らすことができました。やってみると意外と簡単にできるとし、楽しい節電方法もあった。これから節電をしていきたいです。



節電と節水について

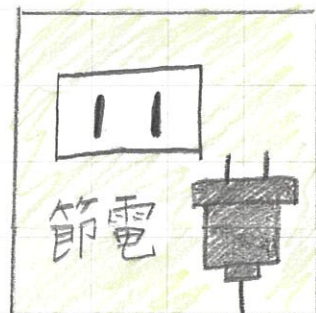
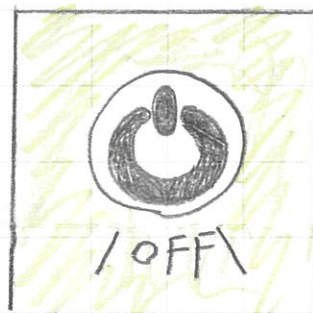
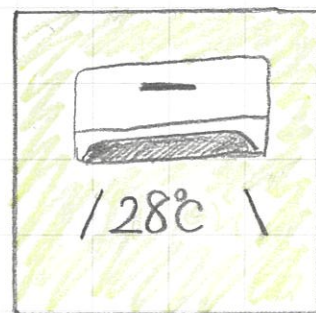
①はじめに（なぜ節電と節水が大切なの？）

日本や世界では、電気や水を使いすぎると、地球の環境に悪いえいしょうを与えることがあります。たとえば、電気を作るときに二酸化炭素が出て地球温暖化の原因になります。

また、水も限りある資源なので、大切に使用しないと将来困ることになります。

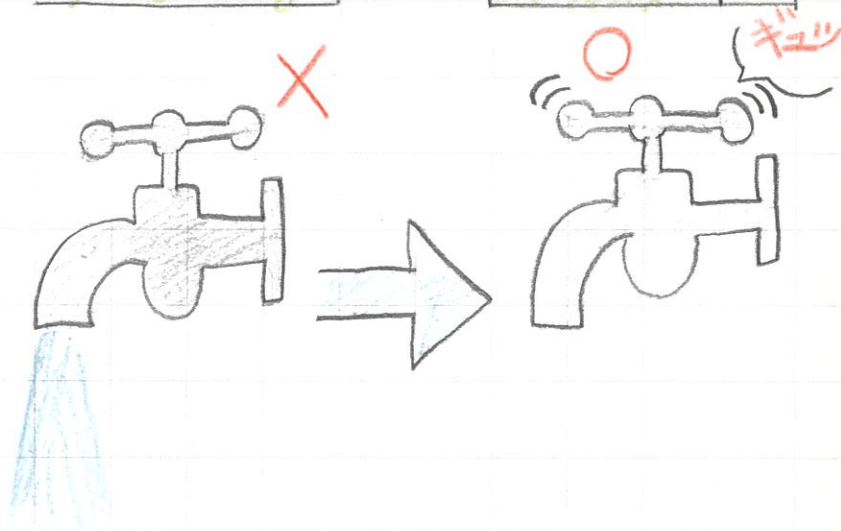
②私がしている節電の工夫

- ・朝や昼の明るい時は電気を消す。
- ・テレビやゲームを長時間つけっぱなしにしない。
- ・エアコンの温度を常に28℃ぐらいにする。
- ・コンセントを使っていないときはぬいておく。



③私がしている節水の工夫

- ・歯をみがくときは水を出しっぱなしにしない。
- ・シャワーの時間を短くする。
- ・植物に水をあげるときに雨水を使う。



この②と③に書いたことを家族と協力して取り組んでいます。

④まとめ・これからの目標

これからも毎日の生活で少しずつ節電・節水を心がけていきたいです。そして、家族などにもエコの大切さを伝えて、みんなが地球にやさしい生活をしていきたいです。



キャップを捨てるのは、 もったいない？

ボトル(本体)は、ラベルを外してリサイクルできるけれど、キャップは燃えるゴミとして捨てているので何が再利用できるのか調べてみた。

キャップ1杯
は、小さじ1杯

キャップ2杯分が
大さじ1杯分
計量スプーンがないときに便利

キャップ約97個で買い物カゴ
が作れる。

ピーマンの種取りにキャップを
上からおしつけて種を取ると
きれいに取れる。

パスタ1人前(100g前後)を
測りたい時にキャップに糸を
差し込むと測れる。

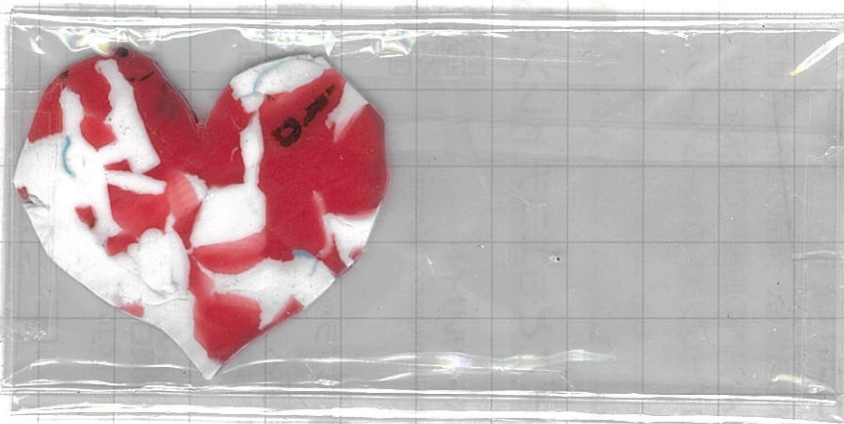
キャップを細かくカットしてワッキングシートに好きな色をならべてアイロンをあてるとハサミで形に切って
チャームをつけてキーホルダーになる再利用もある。

卵が転がってしまう時に
キャップの上に卵をおいて
卵スタンドが出来る。

キャップがワクチン支援に
つながる。キャップ約5860個で
1人分のワクチンが作れる

キャップでニンジンやごぼうの
皮むきをすることが出来る。

キャップをとかして
キャップをこう
コースターをつくるこ
が出来る
上からアイロンあて



ペットボトルのキャップ
で作ってみたよ。!!



私たちができる

食品ロスを減らすための工夫

1. 食品ロスを減らすためにできること

買い物

冷蔵庫の中身を把握してから買い物に行く
無駄な買い物を減らすために事前に冷蔵庫
の中身をチェックし、必要なものだけを購入
するようにする。メモなので記録すると良い

買い物リスト

- ・卵
- ・とうふ
- ・牛乳
- ・おかし
- ・もやし
- ・ヨーグルト

このような風に
書いたらわかりやすい。

他にも、必要な分だけ購入する、期限表示を確認する、「てまえどり」
を意識する。など私達小学生でもできる工夫がたくさんあります。

毎日、たくさんの食べ物が「まだ食べられるのに捨てられています。」
これを

食品ロス

といえます。



食品ロスを
減らすために

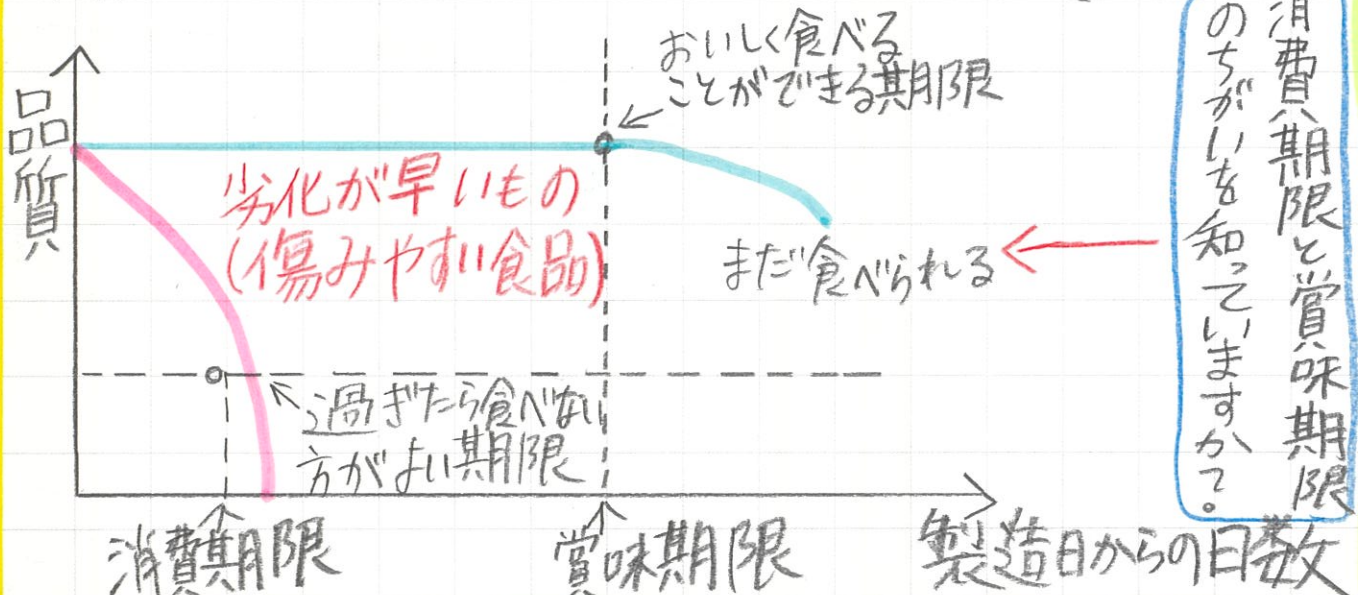
「まだ食べられるのに
捨てないで!!」

もったいないを
エコに変えよう

できる工夫

- ☑ 今日からできる工夫
 - ・食べきれない分だけ買う
 - ・賞味期限をよく見よう
 - ・余った食材でアレンジ料理をつくってみる
 - ・家族で「食べ残さないチャレンジ」

消費期限と賞味期限のイメージ(図)



このレポートを書いて私は
これから「食品ロス」を
減らすために、のこさ
ない。食べきれない
分だけ買うなどの
食品ロスをふせぐ
工夫を考えて、すご
しいきにいいます。