



- 2025年1月から家族で節電をしました。
- 10 使、こいな11部屋の電気を消す。
- 20 使、こいな11家電のコンセントを抜く。
- 30 お風呂は、一人出たらすぐ入るようにする。
- 40 まとめで洗濯して回数を減らす。
- 50 冷房の設定温度を上げる。
- 60 冷蔵庫の中の食品の置く場所を決め、開ける時間を減らす。

○ 電気使用量について

2024年

1月	483	Kmn
2月	362	Kmn
3月	418	Kmn
4月	393	Kmn
5月	508	Kmn
6月	512	Kmn
9月	654	Kmn

2025年

1月	392	Kmn
2月	308	Kmn
3月	376	Kmn
4月	411	Kmn
5月	456	Kmn
6月	541	Kmn
9月	593	Kmn

まとめ

節電を意識して生活をする、少しだけだけど、電気使用量が減りました。

これから家族全員で節電や節水をしたり、フードロスを意識した生活を続けていきたいです。



子供から大人(高齢者の方)も地球温暖化対策をしましょう。

まず、地球温暖化とは何か、近年、人間の活動によって、大量の温室効果がスガ大気中に放出され、地球の気温が上昇し、続々、気候や生物など自然界のバランスを崩している現象を地球温暖化と呼びます。地球の表面はもともと窒素や酸素、二酸化炭素(CO₂)などの大気を取り巻いており、気温を一定に保つ役割を果たしています。

次に、1kgのCO₂の削減量は、どれくらいだと思いますか。それは、1キロニマイボトルで、約13回プラスチックコップを断ることによる削減量は350mLのプラスチックコップを1回断ることによって、約76gのCO₂が削減できます。つまり約13回断ることで削減できる排出量が1kgのCO₂の排出量に相当します。



年間のCO₂削減量と年間節約金額を増やすには、こまめな節電、省エネ家電の利用、公共交通機関の利用、マイバックの持参などが効果的です。例えば、エアコンの設定温度を1℃変えただけで、年間約40kgのCO₂削減、約2600円の節約につながります。また、シャワー時間を1分短縮するだけでも、年間約65kgのCO₂削減、約7000円の節約になります。

まとめ 僕は、家でCO₂のことを前まであまり知らなくて、最近、外が暑くなっている、皆が車で移動することが多いからCO₂も多くなったり、エアコンをつけすぎたり、設定温度を変えたりすると、またCO₂の排出量に影響します。設定温度を高くすると、エアコンの消費電力が減り、CO₂の排出量も減少します。逆に、設定温度を低くすると、消費電力が増加し、CO₂排出量も増えます。皆も地球温暖化対策をして、CO₂と一緒に、減らしていきましょう。