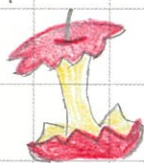




植物を育てながら



台所のゴミを減らす!!

夏休み、植物を育てたいな、と思いました。でも、肥料を
買うのも...と私は思いました。そこで、台所のゴミを肥料に
つかえるのか?とと思い、インターネットで調べてみました。

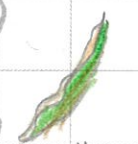
▶ 色々のゴミで一番植物が育つのは?

〜台所で集めたゴミ〜

たまごのから
かぼちの皮
にんじんの皮
じゃがいもの皮
たまねぎの皮
かぼちのたね

かんそう
させる

(かんそうした野菜)



かぼち



にんじん



じゃがいも



たまねぎ



かぼちの
たね

かんそうしたら野菜が、しばむ
こをかわかった。

☆ 一日二回水をあげる。(昼と夕方に水をあげる)

1日目

なにも、へんかが
なかった。
(暑おたら
かけに入
れる!!)



2日目

まだへんかな
た。これからの
へんかが
たのしみ



3日目

なえがすしで
てきた。
でも、じゃがい
もの肥料の
とただけだ



1ヵ月後

全分の肥料の植物が育だた。

じゃがいもの肥料の
とただけほかの
より育だてた

まとめ

わが家では、台所のゴミが増えたら、肥料にするかわり野菜な
どを植えて、台所のゴミを減らすかわりに、野菜などをわが家
でつくれるから一石二鳥でした。





節電・節水

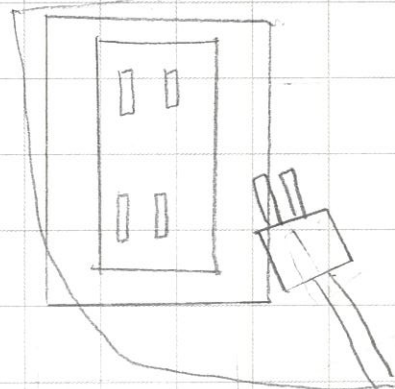
どうすればできるのかを調べる。

きっかけ

。節電・節水をどうするのか気になっ、たから、しようと思いました。

節電

。コンセントのさしっぱなしや電気のつけっぱなしをしない



コンセントを
さしっぱなしにしない

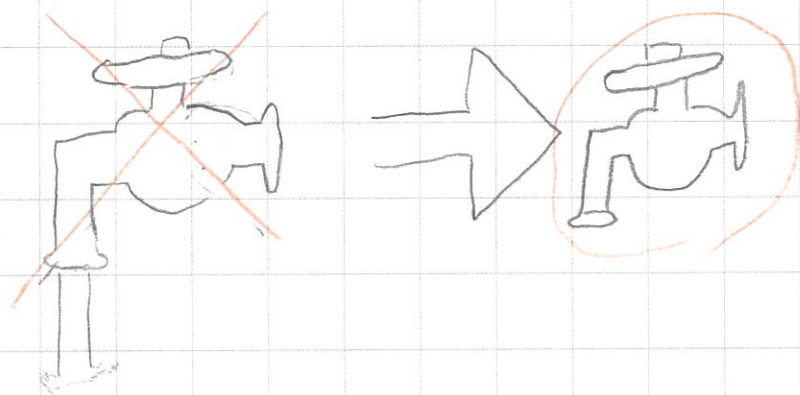
夏や休みの日はせん風機やエアコン、電気などをたくさん使うと思いますが、使わないときは、照明のスイッチやコンセントをこまめにぬき、待機電力をゼロにすることで節電効果が期待できる。

待機電力がなくなる

節電になる

節水

今、家でしている節水...フロの残り湯を使う、洗濯機を回す水をだしっぱなしにしない



洗面台での節水

洗面台でも、水を出しっぱなしにしないように心がける。歯みがきのときにコップで水をすすぐという、工夫も立派な節水です。

参考分ける

medie.kepco.co.jp

Suidouya.tokyo

まとめ

・コンセントで節電ができると知った。
・歯みがきの時は、コップを使う。



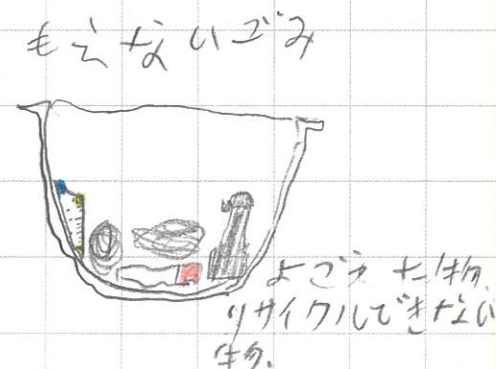
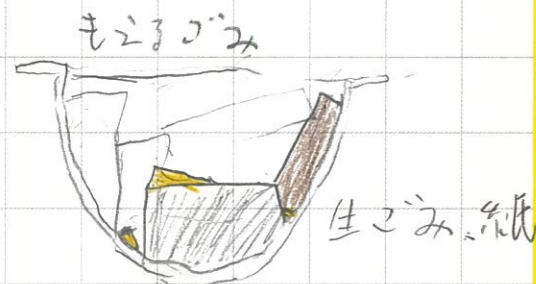
ごみをへらすう!

☆夏休みに、家で出るごみについて調べ、少しでもへらすた
めには、どうすればいいかを調べました。

① 家で出るごみの量

〇1週間に出るごみの量を調べました。

もえるごみ	45Lのふくろ	2つ
プラスチックごみ	45Lのふくろ	1つ
もえないごみ	45Lのふくろ	1つ
ペットボトルごみ	45Lのふくろ	1つ
びん・かん	20Lのふくろ	1つ



このことから、自分の家ではもえるごみが多く、びん・かんのごみが少ないことがわかりました。

② ごみをへらすとりくみ

〇資源ごみの分別
(リサイクル)

〇ごみを出さない
(リデュース)

ペットボトルや、びん、かんなどはリサイクルできる
ので、できるだけほかのご
みとまざらないようにごみ
を分別しました。

買い物に行く時は、又イバ
ックを持って行くようにす
る。ごみをへらすとりくみ
で、買った食べ物を、家で
で食べきるようにしました。

まとめ

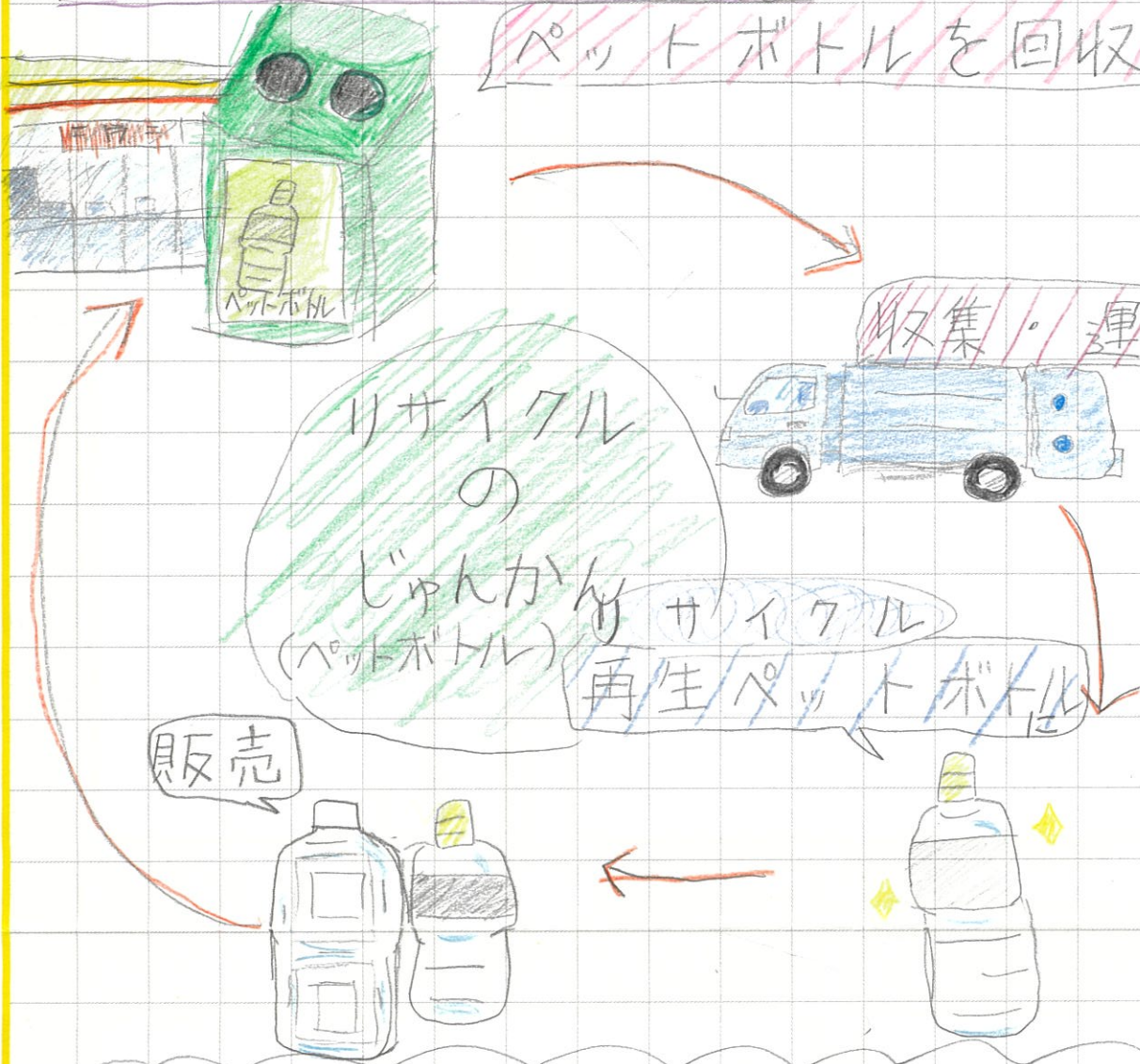
自分の家のごみの量について調べたけれど、意外とごみが
出ていることにびっくりしました。これからもうごみをへらす
とりくみをしたいと思います。



Recyclingに出した後、どうなるのか？

<リサイクルじゅんかん>

ペットボトルを回収



左の図のように、リサイクルは、じゅんかんしていると言えます。学校でも、

「リサイクルはエコ」として学びました。しかし、私としては、あまりエコではないと思いました。理由は、『収集・運ぶ』というところを見てみると、主にトラックで運んでいて、そのトラックの運ぶときの排出ガスが、エコではないからです。そのことについて調べました。

「ペットボトルが一年間でどれだけ運ばれるか。(1回千本)」
<結果>なんと トラック1台のガス450gだとすると...
約6400万本! 約290億g!!!

という調べた結果が出ました。このことから、必ずしもリサイクルしないといけないわけじゃないと分かりました。

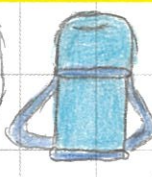
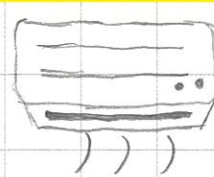
まとめ

なんでもリサイクルに出すといいというわけじゃなくて、やっぱりあまり使わないのが一番ということが分かりました。また、ペットボトルのようなもう一度リサイクルしないと使えない物以外の資源ゴミ(服など)を、リサイクルではなくリユースとして、フリーマーケットに出すなどして、リサイクルやゴミになるべく出さないといい、ということも分かりました。





<エコチャレンジ>



地球温暖化を防ぐために

○地球温暖化とは？

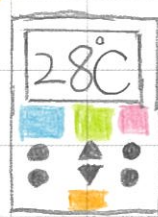
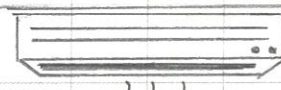
・地球温暖化とは、二酸化炭素(CO_2)などの温室効果ガスが増えすぎて、地球の気温が上がってしまうことです。その結果、異常気象や海面上昇などの問題が起こります。

○防ぐために...

- ・電気やエアコンの使いすぎを減らす
 - ・マイボトルを使う
 - ・食べ物を残さず食べる
- など

①電気やエアコンの使いすぎを減らす

- ・夏は少し高め、冬は少し低めにする。
- ・せんぷう機や暖房と組み合わせる。
- ・使わないときはこまめに切る。



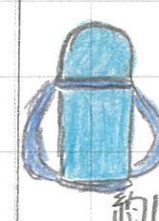
②マイボトルを使う

- ・ペットボトルを作るときに石油を燃やすので、 CO_2 がでます。

・マイボトルを使うとペットボトルを作る回数が減るので、 CO_2 の量も減ります。



100g
ペットボトル

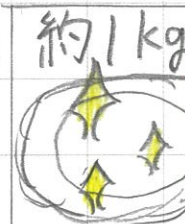


約1.3kg
水筒

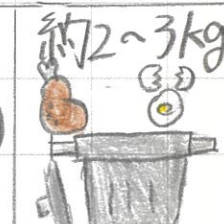
水筒は最初にすこし CO_2 がかかっても長く使える。

③食べ物を残さず食べる

- ・食べ物を作るには、水や電気、肥料、運ぶための燃料などが使われます。
- ・食べ物を捨てる、それらを使った分の CO_2 もムダになります。



約1kg
残らなかった時



約2~3kg
残した時

「 CO_2 を減らす行動」を日常で少しずつ行うことが地球温暖化防止につながることです。



リサイクル

Recycle 再利用をむいて作るアワセサリ

習い事などでペットボトルの飲み物を飲んでいると、ペットボトルのキャップがたまってしまう。ペットボトルのキャップのゴミを少しでも減らせるようにできる方法をしらべました。

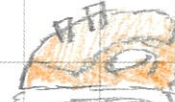
＜ヘアピンをつくる＞

1日にでるキャップの量

月	約 3 ~ 4 個
火	約 5 ~ 6 個
水	約 5 ~ 6 個
土	約 7 ~ 8 個
日	約 6 ~ 7 個

インターネットでしらべるとキャップをとかしてキーホルダーに
するという方法がありました。だから私は、キャップをとかして
ワッキーの型を使ってヘアピンを作ることにしました。

① キャップをアイロんでとかしてたいら
にする。



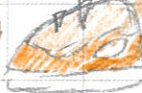
② ワッキーの型でキャップにあとをつけて切る。

★ ペットボトルキャップ 7 個使ってヘアピンを作った。
(感想)

- ・ 火曜日にでるキャップの量を減らせることができた!
- ・ とかすのに少し時間がかかったけど温度を高くすると早くとけた。

ヘアピンを作ったときにあまった部分を使ってキーホルダーを作る。

・ ヘアピンを作ったときに約 1 個分のキャップがあまってしまったので、
小さくもざんでいろんな色をまぜてアイロんで
とかしてマール加のキーホルダーを作り
ました。



・ ヘアピンやキーホルダーなどを作った週にでたキャップの量

月	約 3 ~ 4 個
火	約 2 ~ 4 個
水	約 2 ~ 3 個
土	約 5 ~ 7 個
日	約 6 ~ 7 個

★ 必要な物を作って1日にでる量を減らした。

(感想)

- ・ 本当に日常で使える物を作ってキャップの
あてる量を減らしました!

まとめ

・ 先週のペットボトルキャップの量をはかると90個以上の量かかっていたけど
アワセサリなどを作った週は、30個以内になっていました。こんな感じでリサ
イクルをしていってゴミの量を減らしたいです。

- ・ 次はどんなものをリサイクルできるか調べたいです。



自分でできるエコを見つけよう。

自分でできるエコを探してみました。

①クーラーの温度を27℃、28℃に設定する。

クーラーの温度を27℃、28℃にすることで→エアコンの稼働が少なくなり、省電時に排出されるCO₂も減る。

②エコバッグを使う

エコバッグを使うことにより、プラスチックのゴミを減らし、製造時にCO₂を排出するのを減らす、エコバッグを持て、CO₂の排出を削減できる。

クーラーを、27℃、28℃にした場合の注意やまとめ

室内のCO₂濃度の基本的な動き

・人間が呼吸することによってCO₂は常に増えます。

・換気がないとCO₂はたまり続けます。

・通常1000ppm以下が快適ゾーン

・1500ppm以上になると眠気、集中力の低下の原因に。

対策（温度にかかわらず）

・定期的に換気する（窓を開ける、換気扇）

・CO₂センサーを使って、リアルタイムに測定などなど

まとめ

もしCO₂濃度を下げたいのなら換気も重要です。

エコバッグの重要なこと

エコバッグは環境に良いけど、「長く使う」「清潔に使う」

「使い方を工夫する」これが大事

これらの事を意識して、CO₂を減らすだけじゃなく、減らそう！

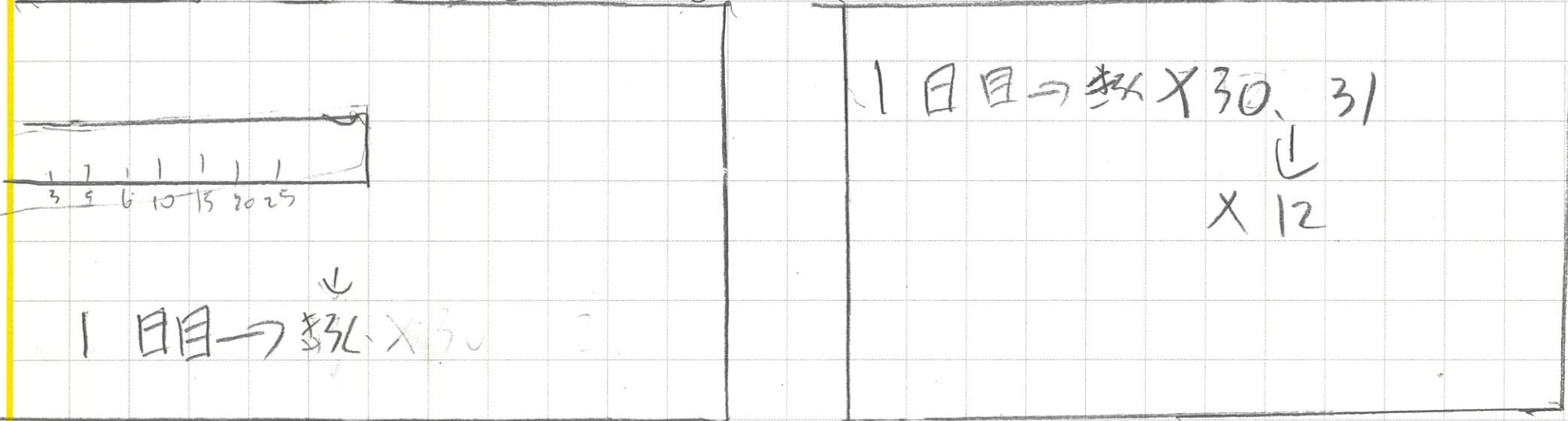


食品ロスとは？ 8月19日

この研究をしようと思ったきっかけは、友達から聞いて驚きももったからです。また、このテーマでどれだけ、二酸化炭素を減らせるのか、気になったからです。

食食品ロスでは、二酸化炭素(CO₂)がどれだけであるのか、気になりました。そこでぼくは、約500万セぐらいだと考えました。

1カ月の出る量を調べて、それを1年間で計算します。



気た11人ち器を使います

そうすると、1年でなんと1046万セにもなりました。

結果から、食品ロスは、家庭と会社で、どちらが多いか気になりました。そうすると両方約236万セとなりました。

実験前の予想と、結果を見て、とても予想よりも多くなっていたので、びっくりしました。なので、とても意外な結果でした。

エコチャレンジ、チャレンジシート コラム



生ごみが多いのはなぜ？

最近、ご飯を食べた後や料理を作った後、生ごみ箱を見ると、やさしいのかけらや食べカスなどがたくさんすてられていた。まだ食べられる物もある。たの、このようなゴミを少しでも減らせないかと、考えてみた。

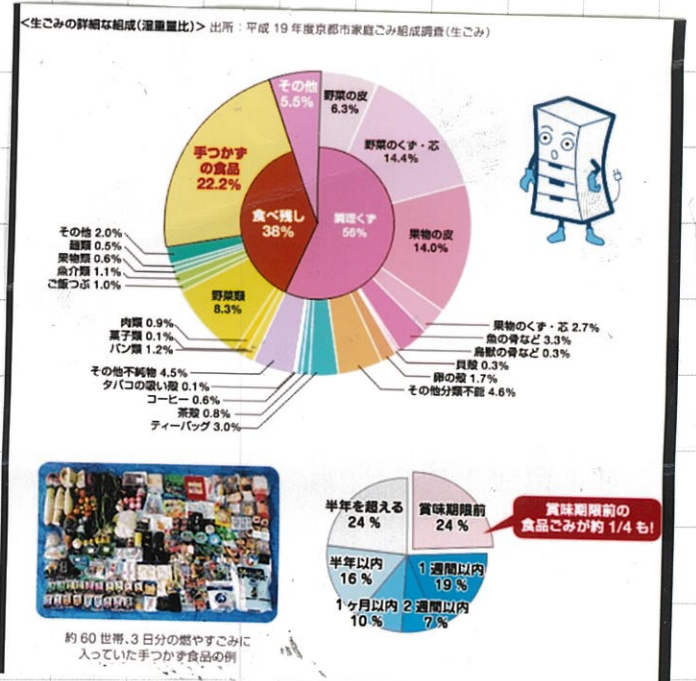
料理を作るにあたり、にがてな部分や、苦い部分、硬い部分などは、すぐに捨ててしまっているし、味も変わらないけど、形や色があるだけ捨てているので、生ごみが増えてきているのだと思います。また、人参や大根の葉なども捨てないといけないので、それもどうやって使ったらいいのか考える。

人参や大根の葉などの葉は、料理することもできます。また、人参の皮などは、栄養が多くふくまれています。なので、そのまま料理するのもいいです。

生ごみの野菜の皮や葉などは、そのまま料理したり、皮や葉だけで料理したりすると、使うことができます。手のかすの食品の生ごみが一番多いので、なるべく賞味期限の近い物から消費することが大切です。

野菜の皮や葉も工夫して料理できると気づきました。また、全部食べても大丈夫か、どんな野菜が食べられるか、どんな料理があるのかも気になりました。

野菜の皮や葉も料理に使えると知って、びっくりしました。これからは食べものをむだにせず、大切に食べていきたいと思いました。皮や葉を使った新しい料理にもチャレンジしていきたいと思いました。





3 R

リデュース

テーマ

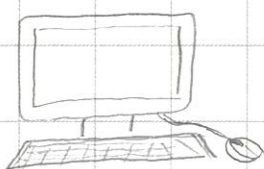
夏休みのテレビやパソコンの
二酸化炭素排出量

の1つ Reduce について考える

夏休み、ぼくはテレビやパソコンを見る機会が増えました。テレビやパソコンを見ている間にも二酸化炭素が排出されていることを知り、パソコンで調べてみることにしました。

パソコンの二酸化炭素(CO₂)排出量に関する情報

・電力消費量：パソコンの電力消費量は約12.5Wです。この消費量に基づくCO₂排出量は使用状況や使用時間によって異なりますが、一般的に電力消費が多いほど排出量も増加する。



・製造時の排出量：パソコン1台を製造するためのCO₂排出量は約300kgと推定される。このため、リユースやリサイクルが重要です。

夏休み中、テレビもよく見るので二酸化炭素の排出量を調べました。

・テレビの製造：テレビは家電の中でも製造時に特に多く二酸化炭素を排出し高い値を示す。大きさが大きくなれば大きくなるほど排出量は多くなる。

・テレビの使用時間：一世帯当たりのテレビの台数は1.68台であり使用時間は平均で4時間未満の世帯が約4割、4～8時間未満の世帯も約4割を占めています。

ポイント

① パソコンの使用時間が長くなれば長くなるほど二酸化炭素の排出量も増加する。

テレビは使用しているときより、製造時のほうが二酸化炭素が多く排出する。

テレビも使用時間によって二酸化炭素の排出量がちがう。

ちなみに、一世帯の約4割が4～8時間未満の使用している。

まとめ

二酸化炭素の排出量を減らすためには、夏休みでテレビやパソコンを見る機会が増えて、長く使用してしまいがちですが、あらかじめ、使用時間を決めて正しく使うのがおすすめです。夏でとても暑い時期で冷房のつけすぎや冬でとても寒い時期で暖房のつけすぎもとても環境に悪いのでやめましょう。



はい油で作るはい油石けん

家であけ物を作ると、どうしても油がでででます。それにそうだったところのこった油で石けんが作れるとのことだった。なので作ってみるのはきけらうしいのでネットでしらべました。

よいいするもの

牛乳かおあぶらの

はい油600cc

水200cc

か性ソーダ80g

1.5リットのペット

ボトル

ゴム手ぶくろ

ゴーグル

まず、か性ソーダはタンパク質をとれず性質があるため、ぐっぐぐに直接触れないようにしてください。

四まず、水をは、たボールにペットボトルをいれそのペットボトルに水を入れか性ソーダをじょうごを使い入れます。水とか性ソーダは混ると高温になります。ちゅういしてください。

四また、温度が冷めたらはい油を加えます。

す、そしてペットボトルをよく振って、白っぽくところみが出てきたら出まじりです。

次に出まじり上がった液体を牛乳パックに入れ替えます。

夏なら3日、冬なら1週間くらいそのまま置いておきます。

四また、使いやすい大きさにカットします。

直接手で触るのはきけらです。手ぶくろをつけてさじょうしませう。

風通しのよい場所に1か月くらい置いたら出まじりです。

かんそう

じ、よいにや、2ないからネットのきいをみて作り方をかいたけど、よいにや、たぼうがよいからあまりわからなかった。し、きをおらうのにつかう#けんらしいです。



「家で照明を使う時間を減らす」にチャレンジしよう💡

夏休み、ずっとな家で見ると、部屋の電気を消し忘れたり、外が明るいのに部屋の電気を全てつけていることが多くなってきました。そこで、電気をつけている時間をへらそうと、活動することにしました。

＜電気をつけている時間＞

8/1	結果	13時間・電気を消し忘れてしまった。
8/2	結果	12時間・昼はできるだけ電気を消した。
8/3	結果	11時間・夜早くねた。
8/4	結果	11時間・リビングの電気を一つだけしかつけなかった。
8/5	結果	10時間・おふろを明るい時間に入って電気をつけた。

＜どうやって電気をつけている時間をへらすか＞

- ・昼はカーテンを開け、日光が入、てきて明るくなるようにする。
- ・夜は少しづつ電気をくらくしていく。
- ・電気をつけるスイッチのところに「電気を消す！」というポスターをはる。
- ・夜早くねる。

＜結果＞

・13時間から10時間になり、3時間へらすことができました。

★電気をつけている時間の平均をインターネットで調べてみました。

＜三人家族の平均的な生活スタイルをもとにした目安(1日あたり)＞

夏 約 3～5 時間

冬 約 5～7 時間

まだ平均より多いので、夏休みの内にもう少しへらしてみることになります。



ふり返り

電気を節約して、どれくらいエコになったのか気になりました。



ゴミを減らすための取り組み

○研究のきっかけ

・ニュースをみていたら地球温暖化が二酸化炭素によって進んでいるとして二酸化炭素のはい出量を減らすにはゴミを減らすことがいいと思ったからです。

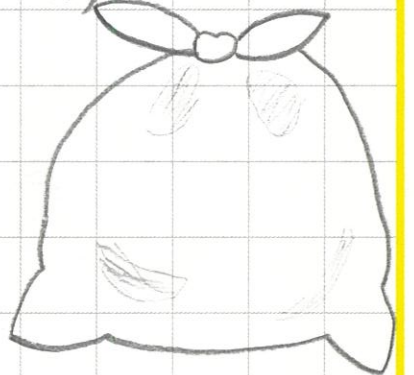
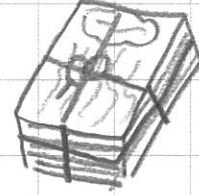
○予想・調べたいこと

○予想 2.5kg ぐらいまでにゴミの量は減り、二酸化炭素のはい出量を減らせると思う(週2回のゴミしゃうしゃうの1回分)

○調べたいこと どんな取り組みをすれば、ゴミの量は減るのか。

○方法

- ・水気をきってゴミに出す。
- ・雑紙に紙類を分ける。
- ・包そうをことある。
- ・つかあなくなつたものはだれかにゆずる などの取り組みをする。



○結果

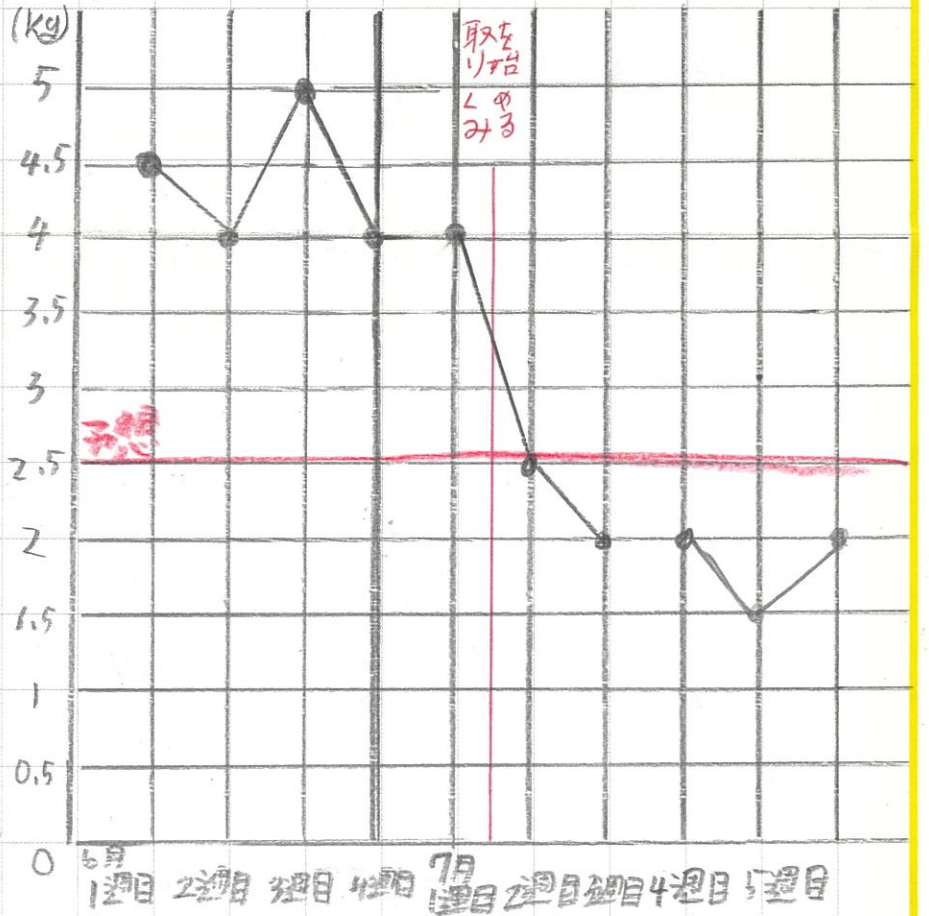
・重さをはかると右のぼうグラフのようになり、取り組みをすると、ゴミの量が減りました。

○わかったこと

・方法で書いたような取り組みをすると、ゴミの量が減ることがわかりました。

○感想

・予想通り 2.5 kg 以下にゴミは減った。



細かい取り組みをするのが大変だった。ほかにはどんな取り組みでもえるゴミの量を減らすことが出来るのだろうと思った。ゴミの量を減らすと二酸化炭素のはい出量が減るのが分かって簡単なことだけでもいいから努力をすることが、大切なんだなと、あらためて実感しました。

○謝辞

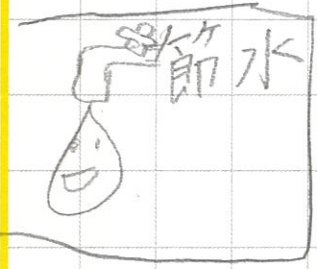
お母さん、お父さん 研究に協力してくれてありがとうごさいます
7月 日 嶋田 昇真



2025 8/9

「エコチャレンジ」

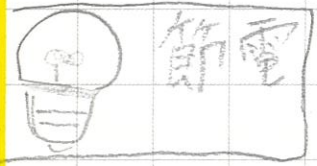
～ 節水・節電について～



取り組んだこと
・ 水を使う時に、あまり水を出さないように、
に付けるようにした。

・ 歯をみがくときや、手をあらう時、うがいをする時
はこまめに水を切る。

・ シャワーを使うときは、水をこまめに消す。



取り組んだ事
・ エアコンの温度を、28～26度に設定してすごした。

・ 使っていない所の電気をこまめに切る。

・ すずしい夜は、クーラーをけし、まどをあけてなる。

結果
節水をするといままでだしっぱなしで、水の音がたくとイキこ
えてたけど、水の音がすくなくなかった。

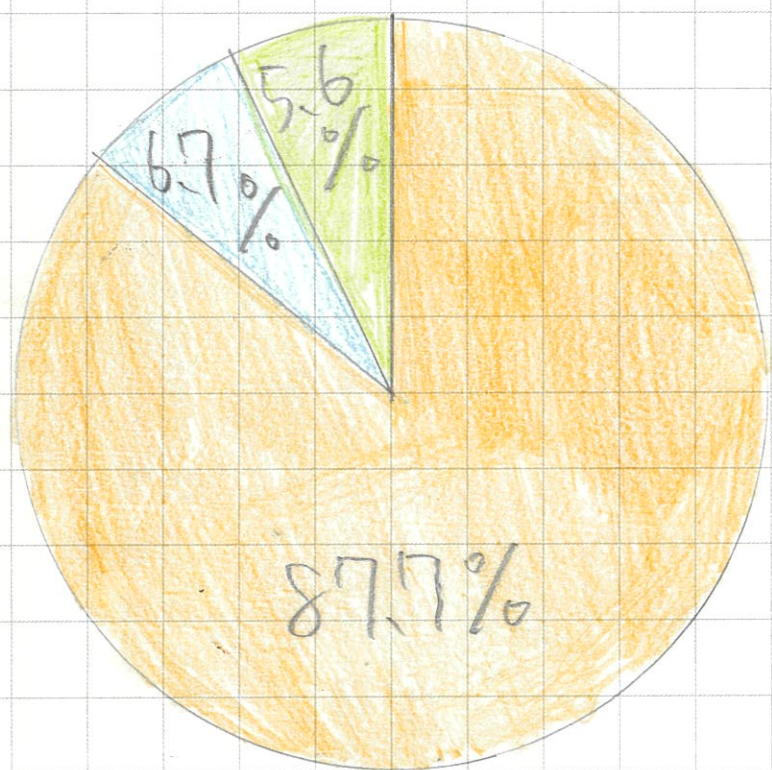
節電をすると、カーテンをあける回数が増えて、日光に多く
あてた。

感想
最初は節水や節電をあまりしなかったけど、エコ
チャレンジを通して、節水、節電をやるかけるようになりまし
た。これからはエコになることをつづけていきたいです



ゴミの分別をきちんとする

しげんとゴミの分別をしている割合



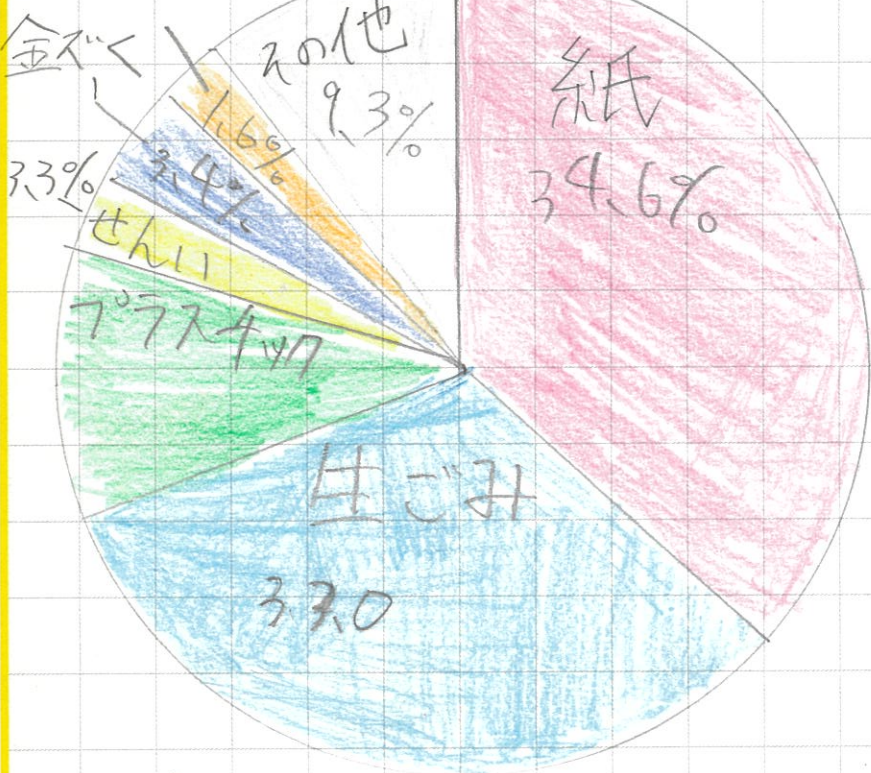
- 分別している
- 分別していない
- どちらともいえない

分別している割合は

87.7%

家庭のごみはどんなものが多いかの割合

ガラス



紙が一番多かった。
夏は生ごみが多い。
冬は生ごみが多い。

みなさんはゴミの分別をきちんと
していますか。
ゴミを分別していなかったら地球温
だん化が促進するからめんどくさく
てもきちんとゴミを分別して捨てる
ようにしましょう。

ふり返し

ゴミを分別する大切さが分かりました。これからもゴミをきち
んと分別していきたいと思いました。

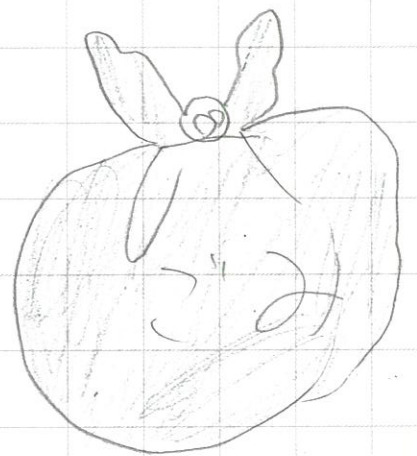
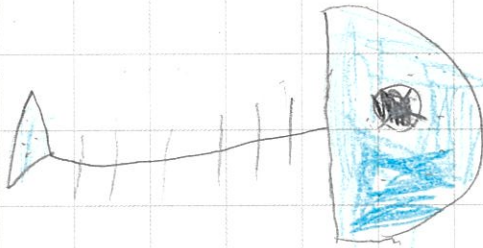
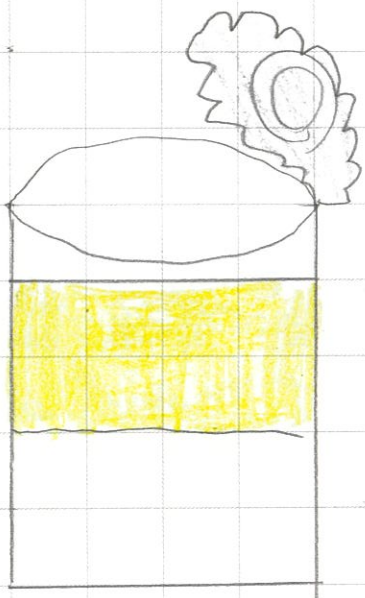


学校でごみ拾いをした

8月1日朝7時で同じ学校の子たちといっしょに
ごみ拾いをしました。

学校を出てぼくの家の近くの道
場までごみ拾いをしました。

いつも歩いて学校に行くときは
ごみがあんまりないと思っ
たけどごみ拾いをする気持ちで
歩いていくとけ、こうなる
ことに気がつきました。





食品ロスについて

食品ロスとは、本来食べらるにもふかされるにもふかあらず、食べ残しや期限切れなどではいきまえる食品のことです。

食品ロスの原因

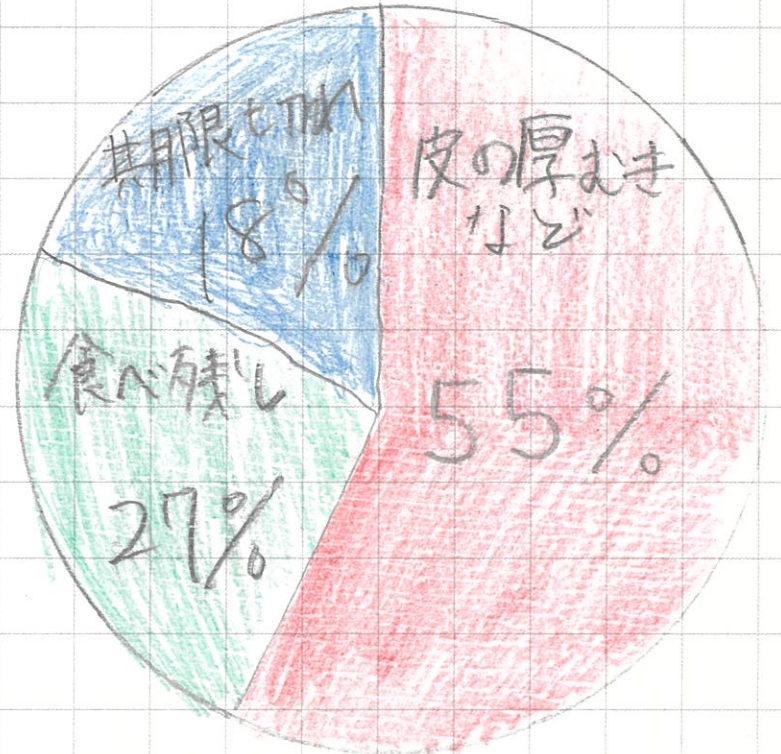
家庭からのロス

食べ残し、賞味期・消費切れ、購入しすぎ、過剰な除き(野菜の皮を厚くむきあきるなど)が主な原因です。

事業者からのロス

売れのこり、規格外品のはりき、調理の際に出る食べ残しなどが含まれます。

1人1日当たりの食品ロスの割合



皮の厚むきなどの食品ロスがいちばん多いと分かった。

1人当たりの食品ロス量
・年間約38kg

・1日あたり約103グラム

これらの食品ロスをへらためてみることは、買い物前に冷蔵庫の中確認や、無駄を減らすことが大切だ。

まとめ

食品ロスは、誰もが意識してとりくむと、年間の食品ロスが少なくなると思います。また、食品を買うときに、ロスのことを考えながら、買っていかないと、年間の食品ロスが少なくなっていくと考えました。エコチャレンジをやることで、食品ロスのことがよくわかってこのちしきを、これからずっとつづけていこうと思っています。



雑がみ類をリサイクルにまわそう

(和歌山市の調査結果より、一般ごみの中に再生可能な紙が11%含まれ、その内約55%が「雑がみ」です。)

家で「からでるごみ」のほとんどが「雑がみ」にあたります。そのごみは、ほとんど燃えるごみで捨てられます。そのごみを少しでも減らせないと、考え毎日でる雑がみ類のごみの量を調らべることにしました。

1週間 7月21日(月)～7月27日(日)

月

火

水

木

金

様々な空き箱×3
紙類×1

様々な空き箱×8
紙類×4

様々な空き箱×4
紙類×6

様々な空き箱×5
紙類×1

様々な空き箱×5
紙類×0

土

日

1週間

合計

様々な空き箱×6
紙類×4

様々な空き箱×4
紙類×5

様々な空き箱
紙類
合計
56個

35個
21個
56個

＜結果＞

様々な空き箱は35個が一番数が多かったです。その内わけは、サランラップの箱、おかし箱やワッペンシート箱、アイスの箱、カップなどがありました。

紙類は21個でした。その内わけは、チラシ、広告やメモの紙、紙ぶくろなどがありました。

ふたん、よごれてしまったアイスのカップなどは、そのまま燃えるごみに出さないと今回のこの活動を通して、リサイクルに出して、リサイクルになるようにしました。

リサイクルに出さなければトイレットペーパーなどがつかえません。それが続くと、トイレットペーパーなどの値段が高くなったり、山の木がなくなります。みなさんもリサイクルをしなると地球にもやさしくないと来々にもやさしくありません。これからリサイクルをしなればなると、思いました。



マイボトルを利用 することによって

8月19日 田村夏梨

きっかけはペットボトルではなくマイボトルを
使うだけでエコができると知って簡単にエコ
ができると思ったからです。

調べたいことに対して私はマイボトルを使う
ことによって私だけではなく家族や周りの人
もマイボトルを使おうと意識してくれるので
はないかと予想します。

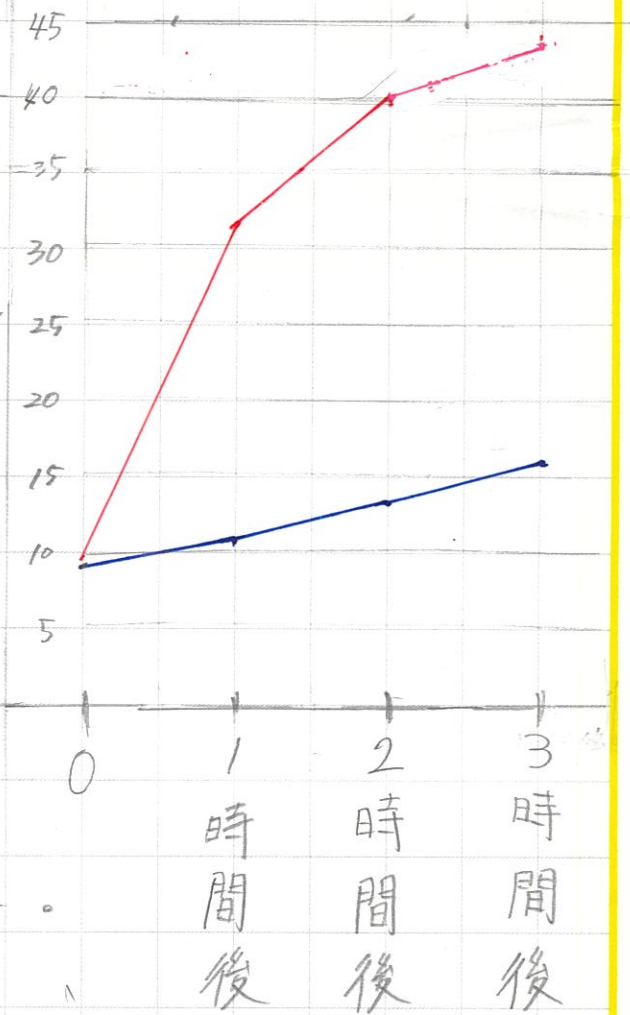
使用したのは魔法ビンの水筒とペットボトル
です。この2つにそれぞれ同じ温度の冷たい
お水をいれエンジンのかかっている車の中
におき1時間ごとに温度をはかってみました。

結果、分かったこと

ペットボトルだとはじめの1時間で急激に温
度が上がり約10℃から32℃と20℃以上も上が
ってしまいました。その後は少レチャックリ温度
上がり3時間後には43℃まで上がりました。
魔法ビンの水筒に入れた方は温度が急激に上
がることはなく3時間で約5℃上がりました。
結果、ペットボトルは3時間で約33℃上がり
魔法ビンとの差は約28℃でした。

この結果を家族につたえたところペットボトルより魔法ビンの
水筒を意識して使うようになりペットボトルのゴミも減りました。
感想

ペットボトルはいっきに上がったけど魔法ビンは全然上がらな
かったから本当の魔法のビンなんだと思いました。





食品ロスも減らそう

＜取り組んだこと＞

- ・野菜の皮で作れる料理を作った
- ・じゃがいもの皮でできるそうじをした

1 野菜の皮できんぴらを作ろう

材料



だいこんの皮

しょうゆ
さけ
みりん
ごま油
さとう

完成作



感想

ちょっとにか
かつたけど
おいしかった

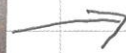
2 ジャガイモの皮でシンクをきれいにして

材料



じゃがいもの皮

結果



感想

じゃがい
もの皮でシ
ンクが
きれいにな
ってびっくり



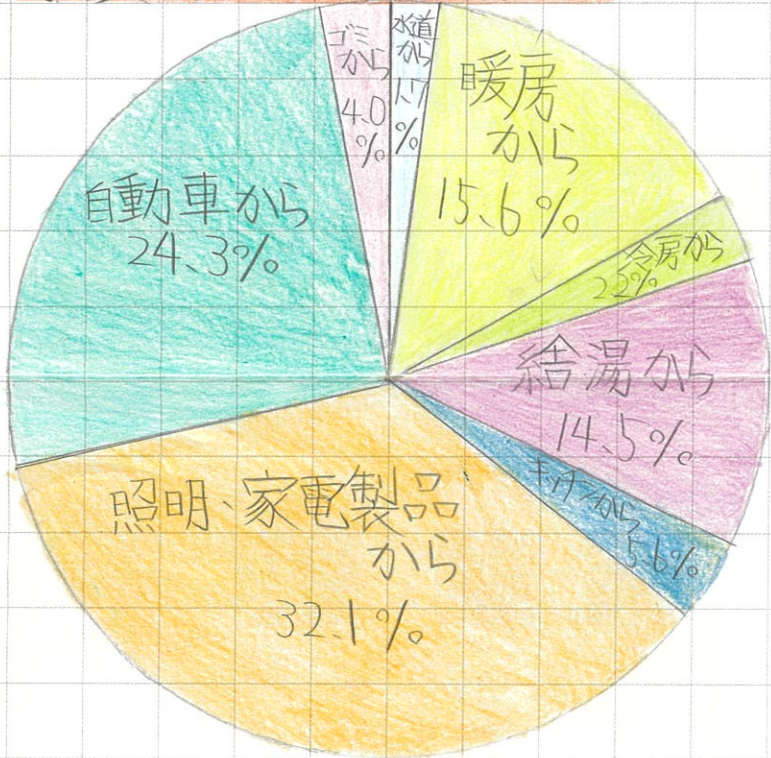
CO₂を減らそう

私は、よく地球温暖化という言葉を目にするので、地球温暖化とは何かと今できることについて調べました。

〈地球温暖化とは〉

地球温暖化とは、地球の気温が上昇し続け、気候や生物など自然界のバランスを崩している現象のこと。この現象が進行すると地球の気象が変化し、極端な気温の上昇による熱波や異常気象による災害の頻発などが引き起こされます。

〈家庭からの排出量〉



〈私たちができる取り組み〉

- ・エアコンは効率的に使う（室温目安20℃）
- ・照明は、使っていないときはこまめに消す
- ・使っていない電化製品のコンセントは抜く
- ・冷蔵庫の開閉は少なめにする
- ・冷蔵庫に物を詰めすぎないようにする
- ・テレビのつけっぱなしはやめる

〈実際にしたこと〉

私の家では、エアコンの温度をいつもよりも少し上げて、少しつける時間を減らすことを1ヵ月間続けました。このときのCO₂削減量を調べると、合計で約3.7kgほどのCO₂を削減できたことが分かりました。

〈感想〉

もう少し調べると、日本のCO₂排出量は、年間で約10億3700万トンだと分かって、私が削減できた量はとても少ないと思いました。しかし、一人一人の心がけから、どんどん削減できると思いました。



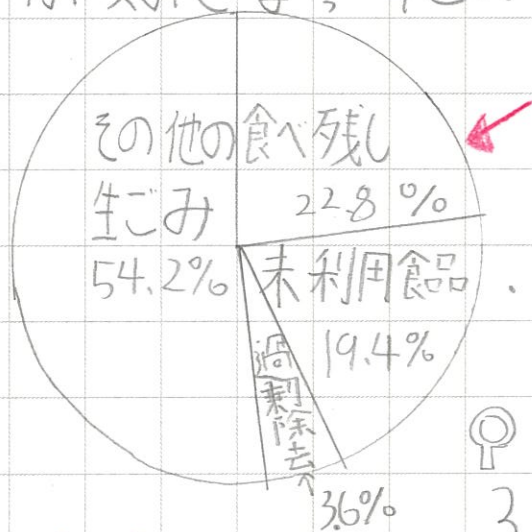
SDGs



毎日食事できない人进行、食べ残しをなくすに挑戦!!

家族みんなて、ごはんを食べていると「ごちそうさま」と言、姉はまた食べられるごはんを残しました。私はも、たいないと思い、ほかの家ていではこのような「生ごみ」はたくさんでているのか気にな、たのでインターネットで調べてみました。

食品ロス



なくしていくためには.....

食べ物のありがたみを知りすべて食べきる

なくしていくためには.....をさんこうにして3日間いしきしてみました。

その結果

1日目の食事てでたごみ(生ごみ)

1, 魚のほね 3, コーンフレークの牛乳

2, たべきれなか、た米

2日目

しょうみきげんがきれていたちくわ

もすく

トマトのまだ食べれるへたらへんのところ

3日目

ごぼう えだまめ

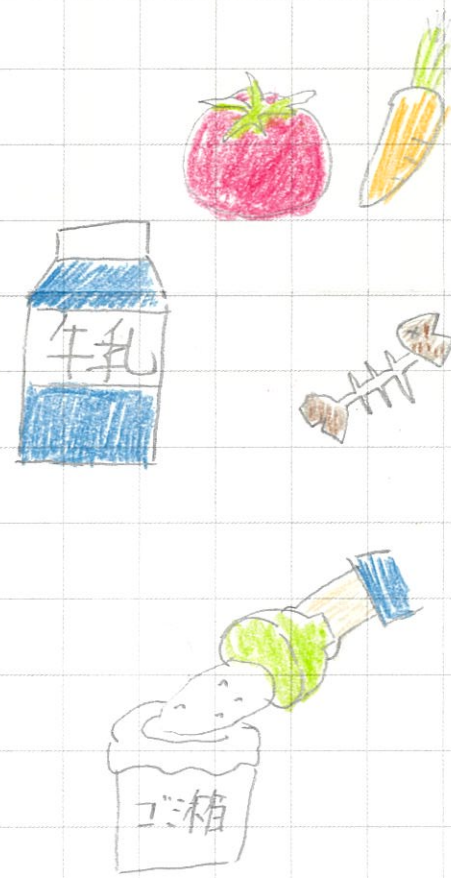
たまねぎのかわ みかんのかわ

結果を見てわか、たこと

しょうみきげんがきれていたものは、できるだけしょうみきげんがながいものを買う。

しょうみきげんがきれそうなものをかくにんする。

たべきれなかった米は、自分が食べきれる量にする



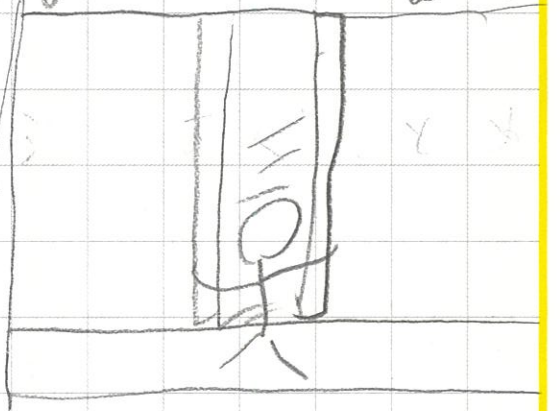
まとめ

なくしていくためにかつどうにとりくんで 約100gほどだけけど生ごみをへらせました。毎日、生ごみをへらす活動にとりくみをしていきたいです。



夏休み、おじいちゃんとおばあちゃんの家に行ってきました。
おじいちゃんの家は古い家です。
クローラの部屋からでる時はすぐにドアをしめないといけません。

これについての感想は
最初は分からなかったけどドアを閉めづけたらクローラの部屋がずずしくなりました。
誰もいない部屋では電気をすぐに切ります。

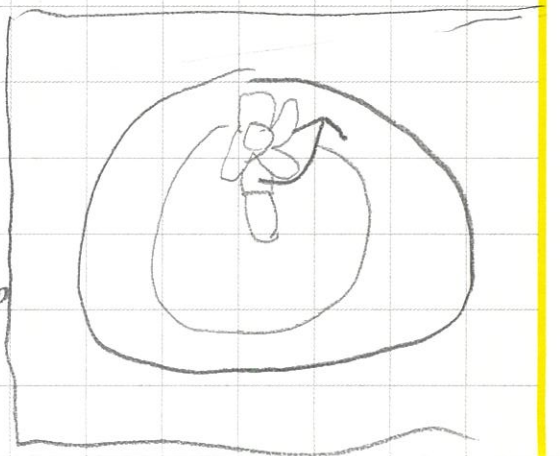


これについての感想は
電気を使うとモッタないからなるべく電気を切ることにしました。

手洗いはすぐにとめてます。

これについての感想は
水を出しっぱなしにしているとお金もかんまうにもよくないからです。
お風呂はいっぱい入るのではなく半分です。

これについての感想は
手洗と同じです。





「ゴミの分別」

私の住んでいる地区では、燃えるゴミ・プラスチック・資源ゴミ（カン・ビン・ダンボール・古着・ペットボトル・雑誌・雑がみ・広告・雑誌）・燃えないゴミなどを分けて出します。私は、夏休みのエコチャレンジでこのゴミの分別をし、かきやることにしました。家で出るゴミを一日分、集めてみると思ったより、プラスチックやペットボトルが多いことに気づきました。もし、これらを（燃えるゴミ）に混ぜてしまっただら、せっかくリサイクルできるものがただのゴミになってしまいます。

そうならないうちに、よごれたプラスチックゴミやペットボトルなどは、きれいに洗ってリサイクルしたほうがいいと思いました。

調べてみると、リサイクルされた資源ゴミは、また新しい物に生まれ変わるということが分かりました。例えば――

- ・ ペットボトル：新しいペットボトルや、フリースという温かい服の材料になる。
- ・ アルミ缶：また新しい缶に生まれ変わり、何度でもリサイクルできる。
- ・ 新聞紙やダンボール：トイレットペーパーや再生紙に変わる。
- ・ 古着：ぞうきんや工業用の布、または燃料として利用される。
- ・ ビン：きれいに洗ってからまたビンとして使われることもある。例えば、ガラの材料になって道路の舗装などに使われることもある。

リサイクルすることで「ゴミ」だったものが「資源」になり、また人の役に立つことにもなりました。



Reduce (リデュース)

海山の ゴミをゆーこうかフス
うする に 単式

きょう、野球にいくとちゅう にたんと ゴミをみつけました
その ゴミの中には、まだつかえるケツカ、まだのみのものがあま
っているのにすてているゴミがありました。そこでそのゴミをゆ
うこうかフようできないかかと思、たのでこのめあてにしました。

まずとくに多く ゴミが落ちていたばしょをきめます。(1位~3位をします)
1位 土田 はたけには、おもに、紙、ペットボトル、キャップ、がありました。

2位 みぞ みぞには、おもに、タバコ、ペットボトル、紙が多かったです。

3位 川 川には、おもに、ペットボトル、きんぐく、アルミオイルのくずが落ちていました。

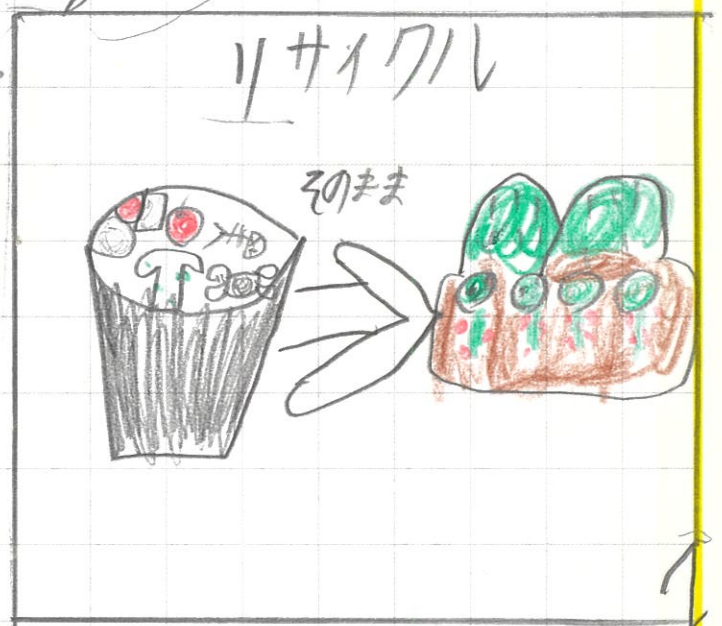
これを見ると、ペットボトルがたくすてられているところり
ました、さらに、ほかにも、紙、タバコが落ちていました。

つぎにく どのように ゴミをゆーこうかフようするデです。
・食材は使い切れる分だけこにゅうする。

・レジ袋をもらわずマイバックを使う。

・使い捨ての物は使わない。

・フリマサイトなどを活用する。



まとめ

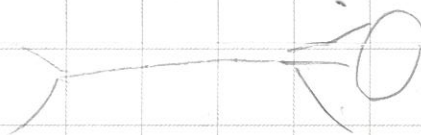
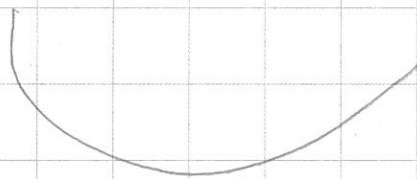
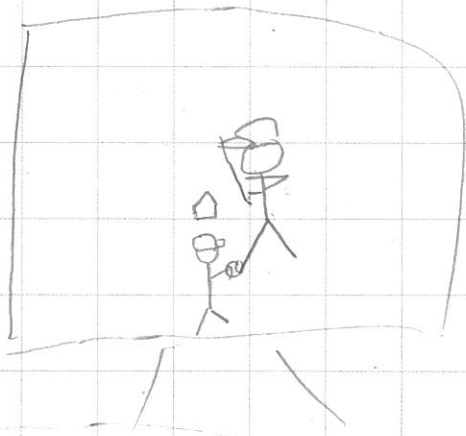
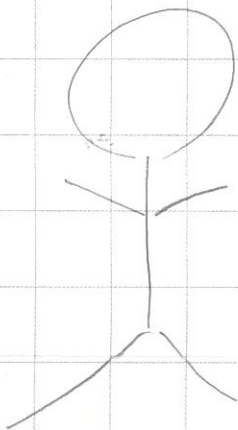
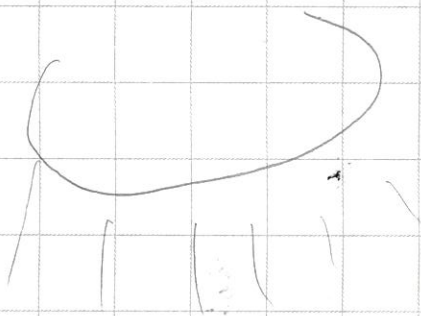
きょうからこのリデュースをきつて これからゴミをいりか
んじにゆーこうかフようして、リサイクルして、いいたいと思
いました。



節電

・ ひつようなじな電気は付け
ない

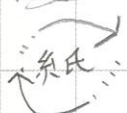
・ テレビの見る時間をへらす





夏休みのごみ分別

夏休みにごみの分別をしなければなりかうは、2つあります。1つ目はお母さんに言われたからです。2つ目は、自然について考えてみたからです。



リアルゴールド(かん) マッチ(かん)

つじりなかぼす(かん) なっちゃんオレンジ(かん)

ジャガソコ(おかし) クレラップ

100%リンゴジュース

マッチ(ペットボトル) ポカリ

ミツヤサイダー 100%リンゴジュース(ストロー)

マッチ ポカリ

ミツヤサイダー

マミー(パックジュース)

高瀬地区のごみの日

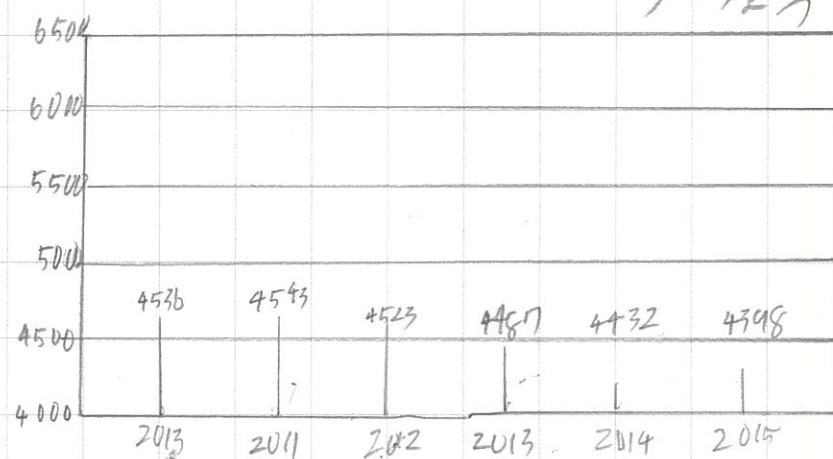
・燃えるゴミ・・・毎週月曜日・木曜日 日本のごみのはいしフリヤウ

・燃えないゴミ・・・第1・第3水曜日

・プラスチック・・・毎週火曜日

・ペットボトル、雑紙第4日曜日

・資源ゴミ・・・第2日曜日第4水曜日



まとめ

夏休みごみの分別をしていて気づいたことがあります。それは分別き号ばかりたくさんあることが分かりました。ごみを減らすには、なるべくペットボトルやかんをリサイクルしておかしなどごみになるものはなるべく買わないようにすることが大切だと分かった。



ペットボトルキャップの再利用を目指すエコ活動

夏休み中に暑くてジュースをのんでゐると
ペットボトルやキャップが増えてきた。
このペットボトルやキャップを再利用でき
ないかと、YouTubeなどで調べて
みることにしました。研究してみました。

予想 / 調べたいこと

両親がプロテインを飲むための水を買って
いるのでペットボトルが増えるエコじゃない
と思います。また、ペットボトル本体は、
リサイクルに出せるが、キャップは燃える
ゴミに捨てるため何かに再利用できるか考
えてみました。一週間のキャップの量をも
とに考える。(重さ)

結果

曜日	月 7/28	火 7/29	水 7/30	木 7/31	金 8/1	土 8/2	日 8/3	合計
キャップの個数	3個	2個	3個	2個	2個	5個	6個	23個
キャップの重さ (g)	7g	4g	6g	3g	5g	10g	12g	47g
1個あたりのキャップの重さを量ると約2g								でした。

できるものもキーホルダーなどに
再利用することによって自分や人が喜んでもらう
物に生かされる。わかったこと

感想

わかったことから他の人にもお伝えするこの
エコチャレンジをきっかけにしたいです。

参考にしたもの

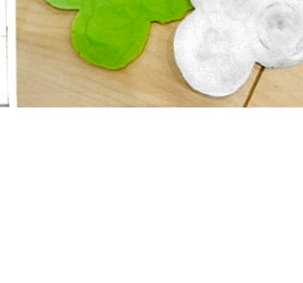
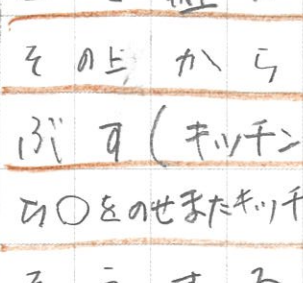
<https://www.youtube.com/shorts/EOE6HIPv4k0>

@ tomonite-official さん、[簡単に作る!] ネムキーホルダー

①口の部分は、②キッチンペーパーを丸めて、③でまたら
好きな色の紙を丸めて、④でまたら、⑤でまたら
組み合わせで、⑥のせて紙キッチンペーパーを丸めて、⑦でまたら
真ん中にあって、⑧のせて、⑨でまたら、⑩でまたら
完成。→



取り組んだエコ活動



1週間
の
ま
間
と
の
め
キ
ヤ
ッ
プ

花びらみたい
に切める

↓
○と□に分
けてみる
こねを全部
する(残りのキャップ)

細く切る
↓
○部分と
□部分で
分ける

↓
これいところへ、
○を組み合わせ、
その上からアロンでっ
びり(キッチンペーパーをひきその上か
ら○をのせてまたキッチンペーパーをひく)

そうすると
↓
こんなふう
なる。○のあ
まりは自由!
こまかいハサ
ミで切ると
いいかも

↓
こんなふう
なる。○のあ
まりは自由!
こまかいハサ
ミで切ると
いいかも

↓
こんなふう
なる。○のあ
まりは自由!
こまかいハサ
ミで切ると
いいかも



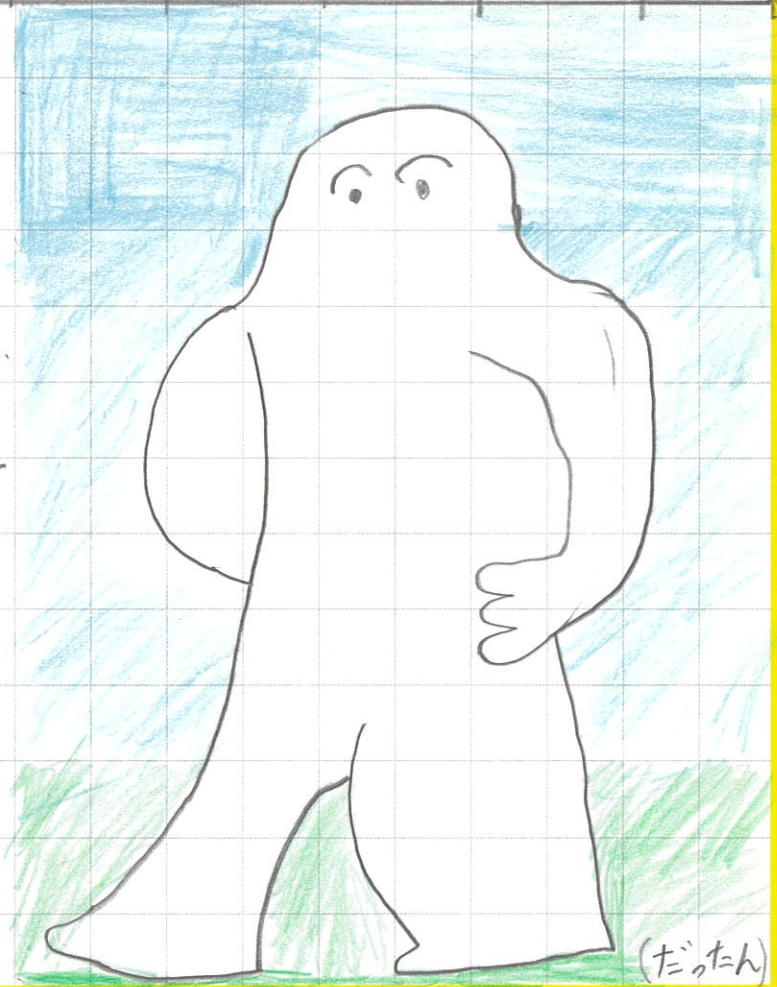
こども エコチャレンジ

8/8 ~ 8/14 の 間 に エコ活動 に 取 り 組
み ま し た。

	8/8	8/9	8/10	8/11	8/12	8/13	8/14
1. テレビを見る時間を減らした	X	O	X	O	O	O	X
2. 家で照明を使う時間を減らした	O	O	O	O	O	O	O
3. 入浴の際に、シャワーで使用する水をこまめに止めた。					O	O	
4. 手洗いの水をこまめに止めた	O	O	O	O	O	O	O
5. ヘットボトルを使わずに、マイボトルを利用した。	O	O	X	X	O	O	
6. 食べ残しをせずに食べた。	O	O	O	O	O	O	O

ふり返り

二酸化炭素は生活をしていると、
自分が思っているよりもいろいろな所
から出ることも矢張りでした。便利な生活
はかいてきだけれど、未来のためは今自分
にできる事をしていきたいと思います。





Reduce

日々の生活でエコ意識を
継続できる取り組み

朝食、昼食、夜食で出た野菜や果実の皮や切れはしで、フ
イパンやなべの油よごれなど洗い流す

— 地球温暖化を防ぐ —
水処理にかかる電力
と

節水や洗剤の使用
を減らします

洗剤を作るための
エネルギーを減らす

スポンジについた油をおと
すのに使用する水を減らす

野菜や果実の成分で油な
どのよごれをおとす

昔の人たちはどのようにし
て生活をしていたか調べてみる

野菜や果実の成分
を調べてみる

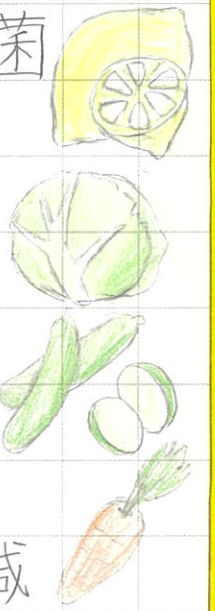
現代の生活で活用でき
そうなエコな取り組み
があるのかもしれない

昭和

- 。米のとき汁… 畑の肥料
として使用
- 。季節の野菜… 今よりも
種類が少な
く手に入る
時期も限ら
れていた

つけ物や干し野菜などの
保存食

- 。レモン 酸の力で油分、消臭、除菌
洗剤不毒でもしっかり油落ち
- 。キャベツ 繊維と吸着力で油を拭き取る
捨てる部分を活用 ごみ減量、節水
- 。きゅうり 水分と皮のザラつきで軽くこする
スポンジを汚さない
- 。にんじん 硬さと繊維で軽い研磨
スポンジ代わりに使えるごみ削減



冬に夏野菜を食べたり、夏に冬野菜を食べたり
りとビニールハウスで石油や電気を使用している

豊食の時代
何でもできることか地球温
暖化の原因の一つと考えられる



ストローが消えた!!?



最近、多くのコンビニエンスストアや飲食店がプラスチックストローのはい止を進めています。また、小中学校の給食の牛乳もストローがなくとも飲みやすい「ストローレスパック」となりました。今回、私はお店や給食からなぜストローが消えたのか調べてみました。

?なぜ、ストローレス化が進められているのか?



給食のストローレスパック

1. プラスチックごみ問題

今まで使っていたストローは、プラスチックでできています。プラスチックは、自然の力では分解されないのので、正しい捨て方をしないと、ずっと残り、環境破かいの原因になります。



マイクロプラスチック

マイクロプラスチックとは、5mm以下の微細なプラスチックごみのこと。ペットボトルやレジ袋などのプラスチックごみが、紫外線や波の力で小さく細かくなる。自然の中で分解されにくいため、海へく積まれていく。食物れんさを通して、生態系全体に汚染が広がる。

2. 限りある資源を使っている

プラスチックの原料になる石油は、とれる量が限られているので、ムダに使い続けたら、いつかなくなってしまう可能性があります。



3. 地球温暖化

プラスチックは、作る時、運ぶ時、捨てる時、全てで地球温暖化の原因になる二酸化炭素(CO₂)を出しています。

私たちにできること

- ・ごみはきちんとごみ箱へ捨てる
- ・リサイクルするために分別ルールを守る

私たちの未来のために



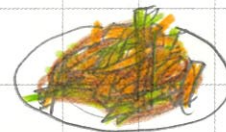
食品ロスを減らそう



夏休み、料理を多めに作ってしまって、残った食べ物を冷蔵庫に入れて、保存していたけど、食べないまま捨ててしまったので、1日あたりの食品ロスの量を調べてみることにしました。

＜7日間の食品ロス量＞

1日目		0g
2日目		0g
3日目	バレンシアオレンジなど	5.8g
4日目	じゃがいもなど	4.1g
5日目		0g
6日目	野菜など	21.3g
7日目	ごはんなど	11g



合計「42.2g」

gで何が作れる？

どうしたら食品ロスを減らせるのか...？

1. 多く作らずに、人数分を考えて作る。
2. 消味期げんが近いものを買わずに、なるべく消味期げんが長いものを買う。
3. 冷蔵庫にぐちゃぐちゃに入れずに整理整頓をして、消味期げんが見えやすい所に置く。

7日間の食品ロス量の合計「42.2g」くらいの重さで何が作れるのか考えよう。

からあげ＜1個＞

作り方

1. 肉の水分を取って、調味料を もみ込み、15分ねかせる。
2. ねかせた後もさらに水分をとる。
3. 片栗粉をうすくまぶす。
4. 皮を引っぱり、肉を包んで形成。なべに油を入れる。
5. 皮目を下にして入れる。
6. 上下1分30秒できたら、
7. キッチンペーパーにおく。
8. 完成！！



まとめ

わが家の7日間の食品ロス量は、「42.2g」でした。これを1か月間続けると、1.2kgになります。1年間では12kgにもなってしまうので、冷蔵庫の中の整理整頓や、人数分を考えて買い出ししたり、なるべく消味期げんの長いものを選んだりすることが大切だと思いました。これからも、地球温暖化について考えていきたいです。