「だったん」
和歌山県環境ポータルサイト
イメージキャラクター

2026わかやまこどもエコチャレンジ
活動レポート

宮北小学校　4年　名前 かたおか　あかね

※こちらに必ず記入願います。保護者の同意が得られた児童のレポートは、このままの状態でホームページに公開します。

Reduce（リデュース）毎日の

「我が家のゴミを再利用」に挑戦!!

夏休み、かたづけをしていると、再利用できそうなゴミが出てきました。それで作ってみようと思いました。まず、ペットボトルのキャップでキーホルダーを作りました。





[用意するもの]
- ペットボトルのキャップ（2～3個）
- クッキングシート（料理で使う紙）
- アイロン
- はさみ
- キーホルダーのチェーン（またはひも）
- 穴をあける道具

[作り方]
1. キャップを細かく切る
2. クッキングシートをかぶせる
3. アイロンで溶かす
4. 冷ましてクッキングシートを外す
5. 型を作って穴をあけてチェーンに通す

ほかにもいろんな再利用できるゴミがあります。
Tシャツ→犬用おもちゃ→Tシャツをくくって引っぱる用のおもちゃが作れます。

牛乳パック→ビー玉落とし→（ストローとペットボトルのふたも使う）
ペットボトル→ペン入れ→カッターとかでペットボトルを切って作れます。

まとめ

ほかにもいろんな再利用できるゴミがあります。
ぜひみなさんも再利用できるゴミは再利用してみてください。
また自分もいろんな再利用できるゴミは、再利用してみたりです。

※保護者の同意がある活動レポートから入賞作品を決定します。同意される場合は、下記（　）にご署名ください。（署名がない場合は、審査対象外です。）
＜個人情報の利用について＞
応募者の氏名、学校名、学年を活動レポートの審査、ホームページ公開、メディアへの情報提供、展示会場での展示等に利用します。

上記の内容に同意します。保護者氏名（[redacted]）※保護者氏名は非公開です。

「だったん」
和歌山県環境ポータルサイト
イメージキャラクター

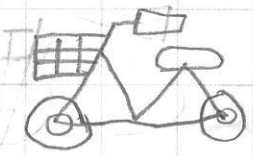
2026わかやまこどもエコチャレンジ
活動レポート

宮北 小学校 4年 名前 北田 拓実

※こちらに必ず記入願います。保護者の同意が得られた児童のレポートは、このままの状態でホームページに公開します。

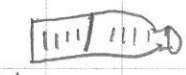
『大好きなコンビニで eco活動』

ぼくは、よくコンビニに行きます。たまにポケモンカードを買います。そこでコンビニでエコ活動がどれだけやれるかやってみました。

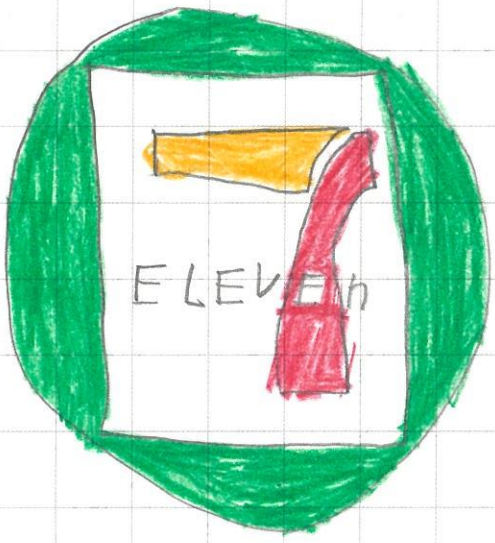


①自動車を使わずに、自てん車や歩きで行きます。
②レジぶくろは使わずにマイバックを持って行きます。
③買い物ついでに、クールダウンします。
④家で出たペットボトルのゴミを持っていって、リサイクルボックスに入れてポイントをためます。
⑤おにぎりを買うときは、しょう味期げんが短くわり引きシールがはっているおにぎりを買います。
⑥レシートは「いりません」という。
⑦飲み物を買うときはドアをあけたら、すぐしめる。













コンビニよりもスーパーのほうが安い物もありますが、近くて、いつでもあいているコンビニが大好きです。
エコ活動をしたり、行く回数をへらしたりして、コンビニを利用しつづけたいと思いました。

※保護者の同意がある活動レポートから入賞作品を決定します。同意される場合は、下記（ ）にご署名ください。（署名がない場合は、審査対象外です。）

＜個人情報の利用について＞
応募者の氏名、学校名、学年を活動レポートの審査、ホームページ公開、メディアへの情報提供、展示会場での展示等に利用します。

上記の内容に同意します。保護者氏名（ [redacted] ）※保護者氏名は非公開です。

「だったん」
和歌山県環境ポータルサイト
イメージキャラクター

2026わかやまこどもエコチャレンジ
活動(かつどう)レポート

宮北 小学校 4年 | 名前 佐藤凛杏(さとうりあん)
※こちらに必ず記入願います。保護者の同意が得られた児童のレポートは、このままの状態でホームページに公開します。

Reduce(リデュース)
照明を使うのを減らすとどうなるか!!

私の家では照明を使うことが多く、3Rを勉強したことがあったので照明の使いすぎが気になっていました。
そこで照明を使うのをこまめに止めるとどうなるのかな?」と思い、自分のスマートフォンで調べることにしました。

(LED照明と古い蛍光灯のちがい)

LED照明 こまめに消してもじゅ命やせいのうにえいきょうはほぼない。だが使わないときはこまめに消すのがお得。

古い蛍光灯 スイッチを入れたしゅんかんに多くの電気を使う。だが数分で1度の短いるすなら、つけっぱなしの方が安くなる場合もある。!?

こまめに消した方がいい

数分ならつけっぱなしでいい

なぜ?

それは、消してすぐつけ直すよりも「つけっぱなし」の方が電気代や部品への負担が少なくなるから。

つけっぱなしが安くなる理由

- 点灯時の大電流
  スイッチを入れた直後の数秒間は管内に放電を起こすため通じょう時より高い電力を消ひする。
- じゅ命へのえいきょう
  何度も「点く・消える」をくり返すと、電極(フィラメント)が削れてじゅ命が短くなる。(1回のスイッチONで約30分分のじゅ命がちぢむとも言われる)

照明を使うのをへらすとどうなるか

電気代と環境へのえいきょう

- 電気代が安くなる
  1日1時間消す時間をふやすと、LED照明1台あたり年間で約300~400円のせつ約になる。
- CO2が減る
  発電所で使われるねん料が減るため地球にやさしい生活になる。

電球・器具へのこう果

- じゅ命がのびる
  点けている時間が短くなる分、LEDや電球がいたみにくくなり、買いかえる回数がへる。
- 部屋の温度が少し下がる
  白熱電球などの場合、照明の熱がへるため室温上しょうをおさえられる。

まとめ

照明を使うのをへらすと電気代がせつ約できかんきょうにもやさしくなります。
「ならずっと電気つけなかったらいいじゃん」と思う人もいるかもしれません。ですがそうするとしか(虫)がおちけがをすることがあります。なのでこのことは必ずしないでください。
電気のことはよくつたわりましたか?このレポートがやくにたつと幸いです。

※保護者の同意がある活動レポートから入賞作品を決定します。同意される場合は、下記( )にご署名ください。(署名がない場合は、審査対象外です。)
<個人情報の利用について>
応募者の氏名、学校名、学年を活動レポートの審査、ホームページ公開、メディアへの情報提供、展示会場での展示等に利用します。
上記の内容に同意します。保護者氏名([redacted]) ※保護者氏名は非公開です。

「だったん」
和歌山県環境ポータルサイト
イメージキャラクター

2026わかやまこどもエコチャレンジ
活動（かつどう）レポート

[illegible] 小学校 4年 名前 たつきともや

※こちらに必ず記入願います。保護者の同意が得られた児童のレポートは、このままの状態でホームページに公開します。

エコチャレンジを14日したら80gへることがわかりました。もっとつづけて二さん炭素をへらしたいとおもいました。

※保護者の同意がある活動レポートから入賞作品を決定します。同意される場合は、下記（　）にご署名ください。（署名がない場合は、審査対象外です。）

＜個人情報の利用について＞
応募者の氏名、学校名、学年を活動レポートの審査、ホームページ公開、メディアへの情報提供、展示会場での展示等に利用します。

上記の内容に同意します。保護者氏名（ [redacted] ）※保護者氏名は非公開です。

「だったん」
和歌山県環境ポータルサイト
イメージキャラクター

2026わかやまこどもエコチャレンジ
活動(かつどう)レポート

宮北 小学校 4 年　名前 畑 あやの
※こちらに必ず記入願います。保護者の同意が得られた児童のレポートは、このままの状態でホームページに公開します。

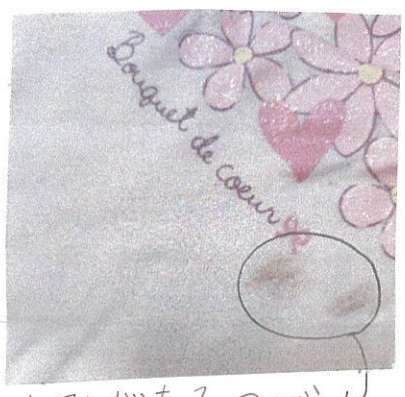
着れなくなった服のさい利用



サイズが小さくなった服できれいな物は知り合いにあげています。よごれていたり、毛玉だらけの服は小さくカットしてそうじ用などに使っています。

さい利用＝リユース


着れなくなった服


しみがあるのでくだれかにあげれない。

→


使いやすいサイズにカット

→


完成

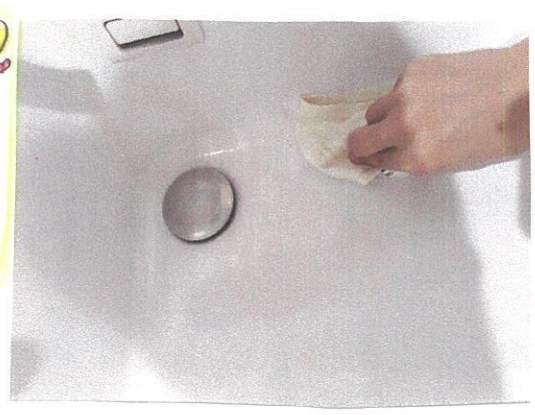
使い道
- そうじ
- ぞうきんがわり
- よごれたお皿やフライパンをふく
- あげ物あぶらのしょり

などに使える！

水の量がへらせる！
例えば、使いすてなので使い終わったらあらわずにすてれます。


たくさん作っておくと便利です。さいがい時にも役立ちます。

かんきょうにもやさしい！
あらい物の水のよごれがへらせる。





※保護者の同意がある活動レポートから入賞作品を決定します。同意される場合は、下記（　）にご署名ください。（署名がない場合は、審査対象外です。）
<個人情報の利用について>
応募者の氏名、学校名、学年を活動レポートの審査、ホームページ公開、メディアへの情報提供、展示会場での展示等に利用します。

上記の内容に同意します。保護者氏名（　[redacted]　）※保護者氏名は非公開です。

「だったん」
和歌山県環境ポータルサイト
イメージキャラクター

2026わかやまこどもエコチャレンジ
活動レポート

宮北 小学校　4年　名前 林 奏斗

※こちらに必ず記入願います。保護者の同意が得られた児童のレポートは、このままの状態でホームページに公開します。

リデュース

エアコンの温度を上げるエコチャレンジにちょうせんしました。

1. 期間
8月10日～8月20日(11日間)

2. 内よう
エアコンの温度を26度から28.5度に上げる

3. 結果
れいぼうの温度0.5度上げて、1時間使用した場合、へるCO2の量を20.3gとすると

日付	8/10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	合計
使用時間(時間)	10	17	8	10	9	6	17	8	17	9	17	88
へるCO2の量(g)	203	1421	1624	203	1827	1218	1421	1624	1421	1827	1421	17864

11日間で1786.4gへらすことができた。

4. 感想
少しの努力でたくさんのCO2をへらすことがわかった。
1か月間つづけると…5359.2g＝5kg359.2g！
1年間つづけると…64310.4g＝64kg310.4g!!
せん風機を活用することで、さらに体感温度を下げて、CO2の量をへらすことに、今後チャレンジしたい。

※保護者の同意がある活動レポートから入賞作品を決定します。同意される場合は、下記（　）にご署名ください。（署名がない場合は、審査対象外です。）
<個人情報の利用について>
応募者の氏名、学校名、学年を活動レポートの審査、ホームページ公開、メディアへの情報提供、展示会場での展示等に利用します。

上記の内容に同意します。保護者氏名（ [redacted] ）※保護者氏名は非公開です。

「だったん」
和歌山県環境ポータルサイト
イメージキャラクター

2026わかやまこどもエコチャレンジ
活動レポート

宮北小学校　4年　名前 板東みは

※こちらに必ず記入願います。保護者の同意が得られた児童のレポートは、このままの状態でホームページに公開します。

家族でECOチャレンジ!!　⇒私のアイディア

うちの家族のはあい…

父…ECO意しきが高い。ムダなものは買わない　ムダがメキライ

母…ECOに関してはズボラ。一番パトロールが必要

私…ECOをよく心がけ、ECOパトロールをしている。

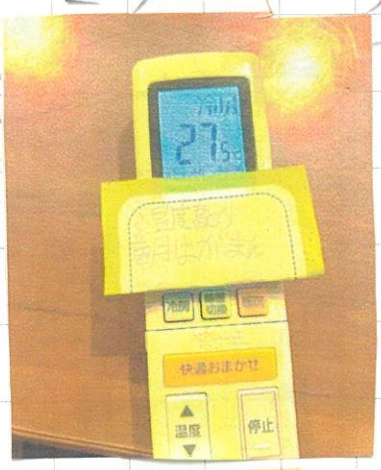
弟…節水、節電があまりできていない。

ばあちゃん…ECOのことはふつう

※ママはこの前ペットボトルをてようしたときラベル、キャップ外しわすれていた。

（ラベル→※イージ　キャップ→ゴミ箱）

たしかに…
・わすれそうなので、みんなで声かけ
水や電気を使うところにシールをはって意しきするよう工夫した。



←実物はうらにあります。





節水

- おふろは少なめにしている
- 手あらいの時水を出しすぎない
- えんぴつの太さまで
- シャワーは出しっぱなしにしない
- 水道も出しっぱなしにしない。
- うがいはコップでやる（とくに大人が）

節電

- 朝はエアコンをつけずにがまん
- 昼からエアコンをつける時は、みんなリビングで。（一ヶ所げん定）
- テレビはダラダラ見ない➡読書する
- 使っていないコンセントはぬく。

ごみをへらす

- ムダなものは買わない
- ペットボトルをつぶす
- きちんと分別する
- 食べられる量だけお皿に入れる。食べのこさない
- なるべくつめかえパックを買う。
- リサイクルに出すかゆずる（古ぎが不用品は）

・どんたくはなるべくまとめて一回ですませる。

※夏休みの水遊びは少なめにしました。

※保護者の同意がある活動レポートから入賞作品を決定します。同意される場合は、下記（　）にご署名ください。（署名がない場合は、審査対象外です。）

＜個人情報の利用について＞
応募者の氏名、学校名、学年を活動レポートの審査、ホームページ公開、メディアへの情報提供、展示会場での展示等に利用します。

上記の内容に同意します。保護者氏名（　[redacted]　）※保護者氏名は非公開です。

「だったん」
和歌山県環境ポータルサイト
イメージキャラクター

2026わかやまこどもエコチャレンジ
活動レポート

宮北 小学校 4年 名前 みしまりこ
※こちらに必ず記入願います。保護者の同意が得られた児童のレポートは、このままの状態でホームページに公開します。

鉛筆の芯の太さが森を作る

～社会見学(エコラボ)で習った「水の出し方」から考る未来へ

① きっかけ

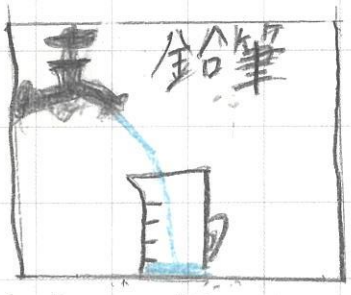
- 社会見学の学び：手あらいは鉛筆の芯の太さで十分
- ぎもん：本当にあらえるのかな？どのくらいエコなのかな？→実験してみた

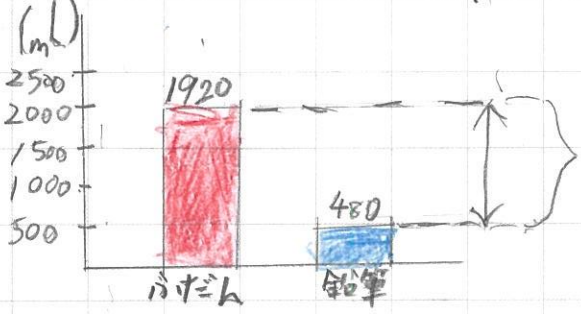
② 実験・エコ度のチェック

(1) ふだんの手あらいの時と芯の太さにした時の水の量をくらべてみた。

水を出すときの量を変えて水道水量をそくてい ——→ 手あらい時間は20秒、その間の水の量をくらべた。







せっけんした水
1回の手あらいで
1440mL(1.44L)

(2) 手あらいの回数をしらべる

・1週間分の手あらい回数をきろく

日付	8/1	8/2	8/3	8/4	8/5	8/6	8/7	合計
回数	8	9	8	7	8	8	8	56

⇒ 1週間で56回手あらいしていた
⇒1日あた8回

⇒ 水を鉛筆の芯にすると1日あたり11.52Lのせっけん
(8回×1.44L=11.52L)
※水をへらしても手はきれいにあらえた

★これを1年間続けるのはどのくらいエコなのか。

11.52L × 365日 = 4205L …2Lペットボトル2100本分！

どのくらいエコなの？
CO_2におきかえた
(水をへらしたこうか(インターネットから))
0.54kg-CO_2/m3

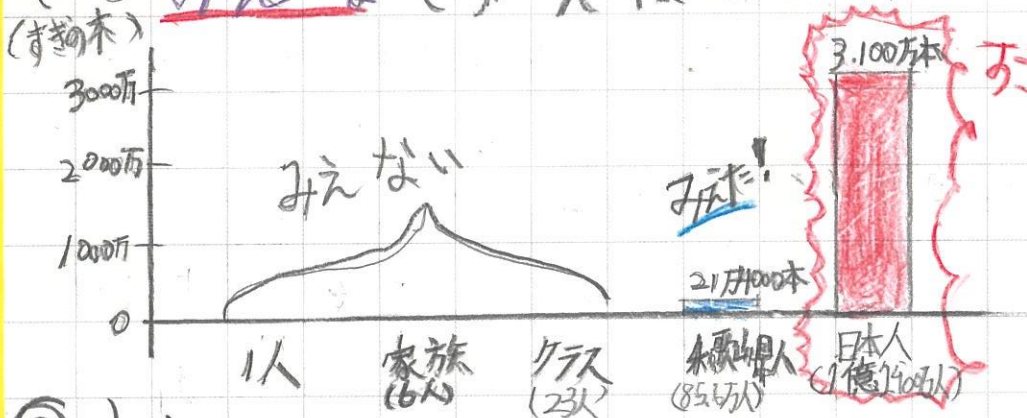
4205L = 4.205m3　4.203m3 × 0.54kg-CO_2/m3 = 2.27kgのCO_2をきくげん

すごいの？

→すぎの木1本が1年間にきゅうしゅうするCO_2量が8.8kg ※インターネットから
ではすぎの木何本分のこうかなのか！→2.27kg ÷ 8.8kg/本 = 0.4本

がんばってもすぎの木1/4本分

でもみんなでがんばると!?



日本人全体だとすぎの木3100本分のこうか!!
森の広さでいうと和歌山市と同じ広さ
(和歌山市の広さ：209km2
森の木の数：15万本/km2(インターネット)
3100万本÷15万本=207km2)

③ まとめ

自分1人でがんばっても意味がないのはまちがいで1人の小さな1歩でもみんなでがんばれば大きなせいかになる。
まずは私が続け家族や友達にもこの活動を広げていこうと思う。

※保護者の同意がある活動レポートから入賞作品を決定します。同意される場合は、下記（ ）にご署名ください。（署名がない場合は、審査対象外です。）
＜個人情報の利用について＞
応募者の氏名、学校名、学年を活動レポートの審査、ホームページ公開、メディアへの情報提供、展示会場での展示等に利用します。

上記の内容に同意します。保護者氏名（[redacted]） ※保護者氏名は非公開です。

「だったん」
和歌山県環境ポータルサイト
イメージキャラクター

2026わかやまこどもエコチャレンジ
活動レポート

宮北 小学校 4 年 名前 ゆうきえいじ

※こちらに必ず記入願います。保護者の同意が得られた児童のレポートは、このままの状態でホームページに公開します。

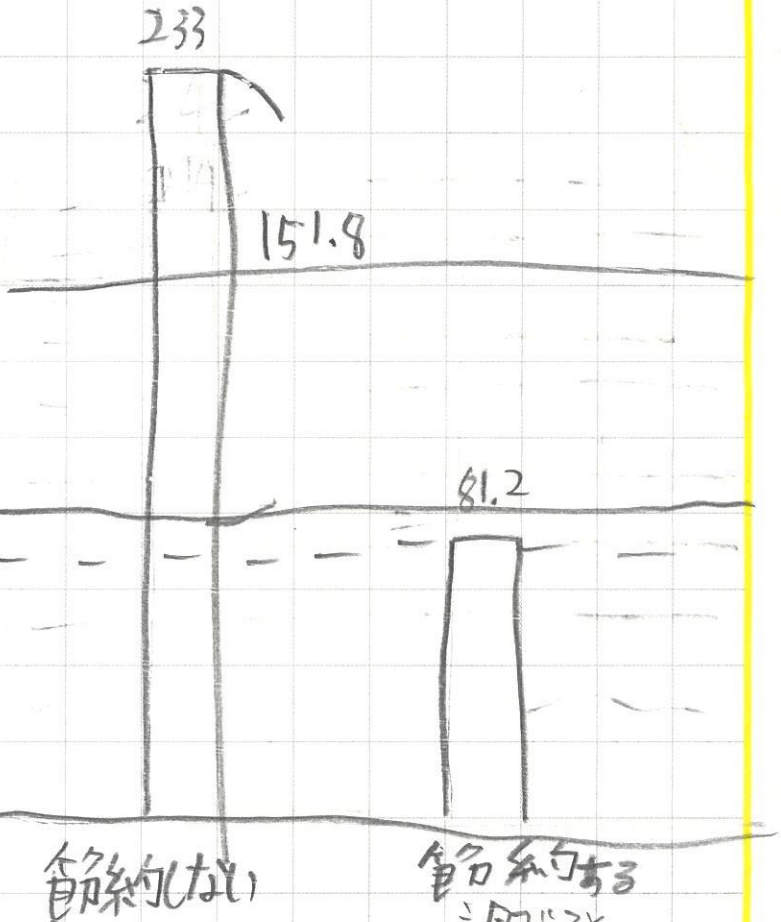
水をせつやくしよう！(1日で水をせつやくする)

どうしてやろうと思ったか

いつも手あらいや歯みがきなどで、「どのくらいつかっているの」と思っていたからでると1人につき214Lもつかってます。だからできるだけへらそうと思ったからです。

温だん化対さく

水は、水道管などできます。そのときに電気をつかうので、できるだけ水をつかわないと1日は、温だん化対さくになります。



	節約しない使い方	調べると L	節約した使い方	調べると L
朝				
うがい	ながしっぱなし	2~6	コップについれる	0.2
皿あらい		30~60	こまめにとめる。せんざいをすくなくする	10~15
トイレ(2回)	ぜんぶ大でながす	10~12	よしつこは小でながす	7.6~9
昼				
トイレ(2回)	ぜんぶ大でながす	10~12	よしつこは小でながす	7.6~9
皿あらい	ながしっぱなし	30~60	こまめにとめる。せんざいをすくなくする	10~15
手あらい		1~3	こまめにとめる	2
お風呂	シャワーながしっぱなし	85	こまめにとめる。夏はシャワーだけ	26
夜				
トイレ(2回)	ぜんぶ大でながす	10~12	よしつこは小でながす	7.6~9
はみがき	ながしっぱなし	1~3	うがいは、コップをつかう	0.2
皿あらい		30~60	こまめにとめるせんざいをすくなくする	10~15
	(少ないほど) 合計	233	(少ないほど) 合計	81.2

233 − 81.2 = 151.8

せつやくしたら
1日30円
1カ月1104円
1年14400円

※保護者の同意がある活動レポートから入賞作品を決定します。同意される場合は、下記（ ）にご署名ください。（署名がない場合は、審査対象外です。）

＜個人情報の利用について＞

応募者の氏名、学校名、学年を活動レポートの審査、ホームページ公開、メディアへの情報提供、展示会場での展示等に利用します。

上記の内容に同意します。保護者氏名（[redacted]） ※保護者氏名は非公開です。