「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

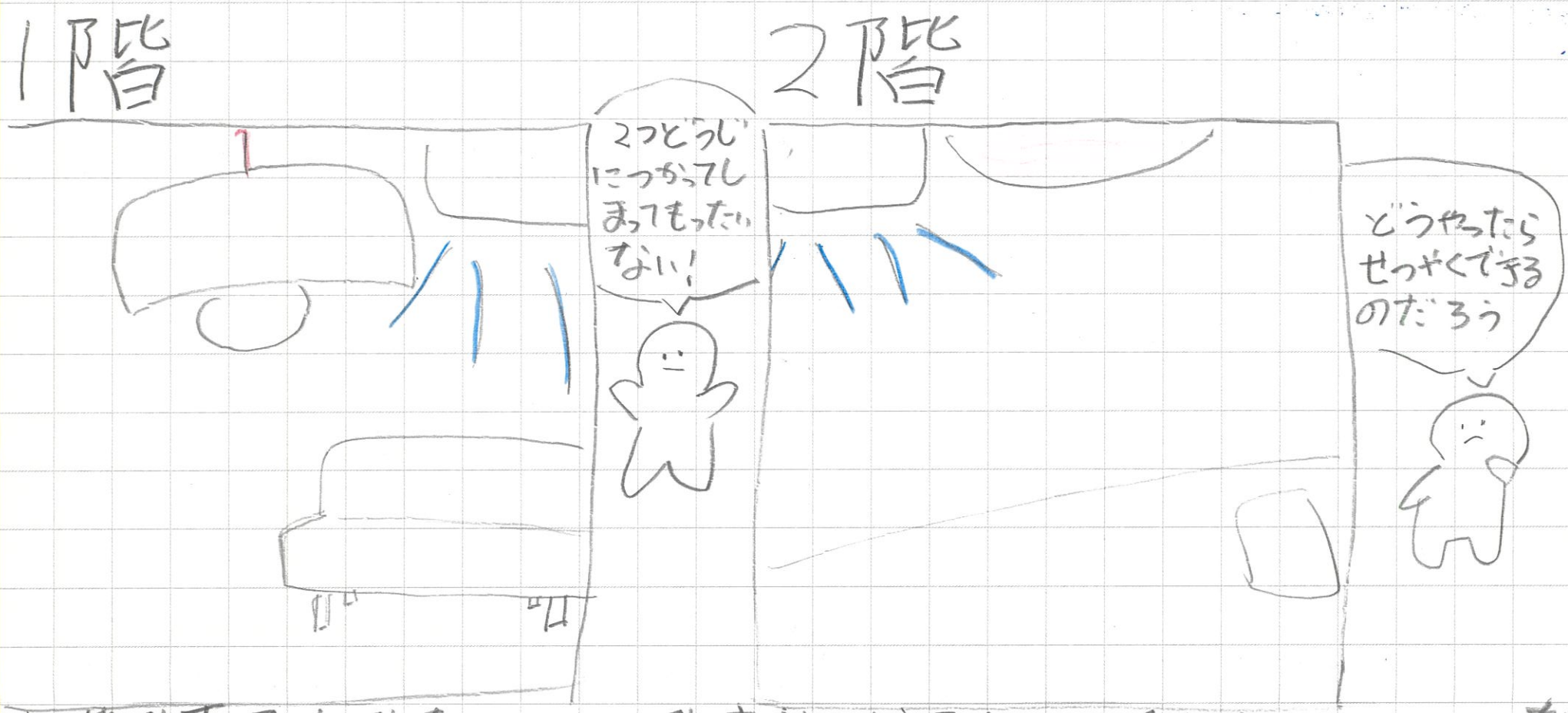
2026わかやまこどもエコチャレンジ
活動レポート

中芳養　小学校　6年　名前　下向ちの

※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。

電気代のせつやくにチャレンジ!

いつも2かいとかであそんだりするとき、1階も2階もクーラーをつけて電気をつかっていることに気づきました。



1階であそんでもいいのですが、犬をかっていて、こまかいパーツなどをおとすとあぶないから2階でいつもあそんでいました。
まずは1階と2階でどれぐらいつかっているか考えてみました。

1階…昼も夜もクーラーと電気はだいたいずっとついている

2階…たまに昼ぐらいに1時間ぐらいとねるとき2時間

・1階はずっとついているから温度をちょうせつしたらいい!
・2階は昼どきなら電気をつけなくてもあかるいからつけなくてもいい、まどをあけて風を入れる!
などという方法が考えられました。

まとめ
電気やクーラーは明るいときにあそんで電気をせつやくしたりクーラーはまどをあけて、風をとおすということが考えられました。電気代をせつやくするためにいろいろな工夫をしていきたいなと思いました。

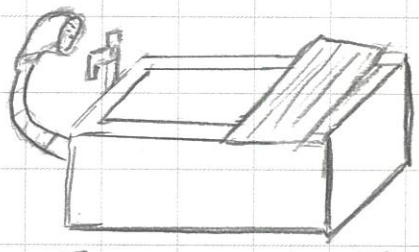
「だったん」
和歌山県環境ポータルサイト
イメージキャラクター

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

中芳養 小学校 5 年 名前 月刀田 航成

※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。

おふろでエコチャレンジ!!



毎日入るおふろ。無理なく続けるために…。

1日目 まずは汉元を変更！
- 給湯温度を1℃下げる。
- 浴そうにためるお湯の量を1目盛りだけへらす。

2日目 家族の協力！
- お風呂わいたよ！すぐ入れる人と聞く。
- おいだきを使わない。
- 使わない時はフタを閉める。
- シャワーをこまめに止める。

3日目 残り湯の活用を考える！
- 洗濯に使う
- 外まわりのそうじ
- 植物の水やり

4日目 自分の体を洗うのにどれくらい水は必要？
→ ふつうにシャワーで洗ってみたらなんと40L。

5日目 シャワー1分間で水はどれくらいでるの？
→ なんと2Lのペットボトル5本分。約10Lの水がたまりました。

6日目 シャワー時間を1分短く！
- かみの毛・顔・体の順番で洗う。
- リンスインシャンプーを使う。

→ 少し工夫するだけで無理なく節水できた。

7日目 究極の節水！
- 10Lのバケツのお湯で体はきれいに洗えるのか？

→ 全身をぬらすのに2L上から下へあらい流すのに8Lくらいあればきれいになる。

まとめ

家の中で一番水を使うおふろ。

1週間チャレンジしてみると、色々な節水の方法があることに気づいた。究極の節水は災害の時にも役立つと思った。

これからも、毎日の習慣として、家族で工夫してできる時にできる方法で無理なく節水を続けてみたいと思った。