

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

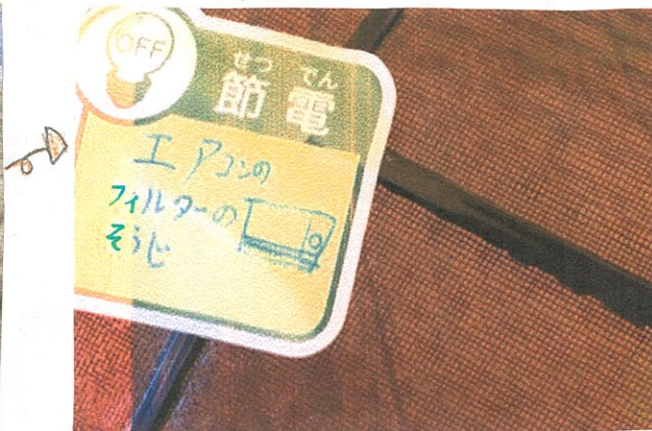
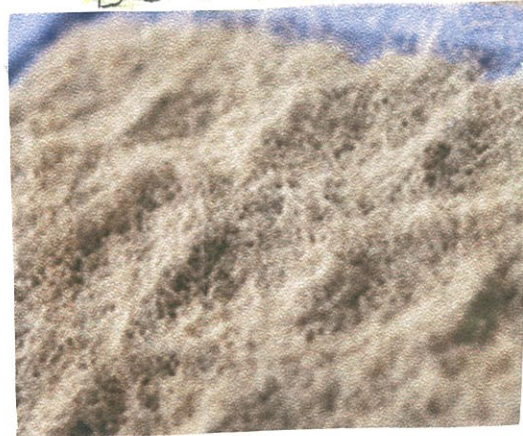
◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

活動レポート

～エコにチャレンジか～

Before

After



ホコリがっまっていて、エアコンにも負担がかかるし電気の使用量も多くなり、環境に悪そう。

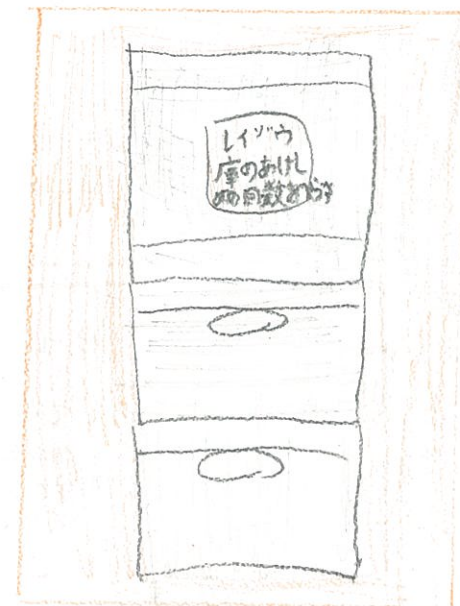
ホコリもなくなっぴかぴか。エアコンの使用の効率もよく、環境に優しくなったね。

＜フィルターをきれいにしてくれた父から＞

- ・おそうじ前を見て...
「ホコリがいっぱいで、エアコンがしんどそう。」
- ・おそうじ後に一言!!
「フィルターがきれいになって、うれしいな。」

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



夏は特に冷そう庫の開ける時間が長いほど中が温くなり、電気の使用量が多くなるので家族全員で気をつけるようになりました。

こどもチャレンジをして私の気持ちの変化

エコシールをはって、生活する前は、「節水」「節電」「ゴミの削減」にそれほど意識していませんでしたが、特に発見シールをはってから、私の発見したエコを家族もチャレンジしてくれるようになったのが、本当にうれしくて私がまず進んで取り組もうという気持ちになりました。!!

家族みんなで行ったエコはとても楽しかったのだから、これからもずっと続け、いつまでもきれいな地球をのこしていきたいと思います。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



みず
は出ら
ないけ
ません!!



私は、シャワーの
時間が長いから
短かくしようと思っ
ました。ばな

家族にインタビュー

⑤ エコチャレンジをして……
もっと、節電や節水できるなと思いま
した。工夫すればまたまた節約
できます。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



畑にコンポストをおいています。
料理するときに出たなまごみをご
みに出さず畑のコンポストに入れて、
自然にかえしています。

うちの家から生ごみは出ま
せん!!

ベランダに太陽でお湯
をわかす装置をつけています。

夏は家族6人全員分のシャワーと
浴そうにためるお湯がすべて
わきます!!



かなりのエコ♡♡♡

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）◇

家でやったこと

- ★みずをたしはなしにしない
- ★せんぷうきはわるもきにタイマーをつける。
- ★エアコンはつかわず、まどをあける
- ★なまみは土にうめる。
- ★紙はリサイクル
- ★お米をといいた水を花や木にあける。
- ★せいまいをしたあとの米ぬかはひりょうにする。

エコチャレンジでがんばったこと

- ★たべのこしをしないことを一番がんばりました。

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）◇

感想

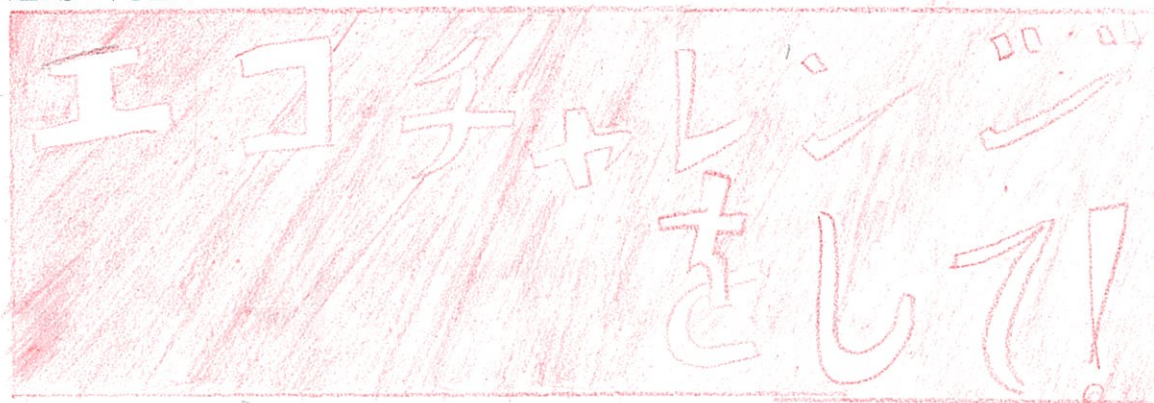
- ★エコチャレンジをしてあんなにきげしいなかった。せつていんの照明はこまめに消すをがんばりました。
- ★エアコンよりも風の方がきもちがいいのであまりエアコンをつけませんでした。
- ★父はせんぷうきをタイマーにしていないときがあるので注意してもらいたいです。

母から

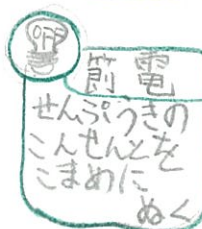
プラスチックゴミはもえるゴミと分別をみんなにしてもらっています。生ゴミは土にうめていることを続けていきたいです。家族みんなで協力してエコ生活をしていこうね。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

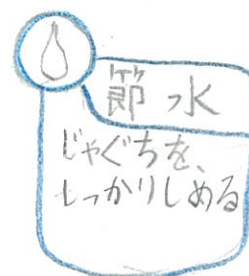
◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



自分で発見したエコ



この言葉を書くだけで「前は」は、みせんとをぬきわすれがおおかったけれど、少しづつみんなが協力してくれていたのでもう「エコ」を続けようと思った。



前まで、手を洗うとき、外にホースがあるのでそこで手を洗っていました。だと、お金がかかっていたので、バケツに水をくんでみんなそこで洗うことも「エコ」につながっていると思いました。

感想

自分で発見した「エコ」がみんな協力してくれたりすると思わなかったし、これからも、エコチャレンジを続けたいです。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

節水 については、家族全員が協力してくれてうれしかったです。

節電

については、お父さんが一番協力してくれているので、これからは、エアコンのスイッチを自分で設定したいと思いました。

ゴミのさくげん については、食べ残しをしない

について注目しました。

なぜかと言うと家族が仕事をしながらごはんを食べているからです。なのでこれからもみんな食べ残しをしないでほしいと思いました。

感想

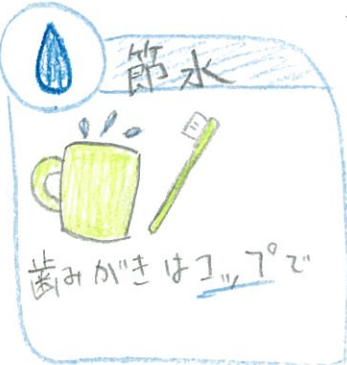
今回は、祖母がたふさんのことに協力してもらいました。なのでこれからも祖母にも続けてほしいと思いました。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト (自由記入)



たまに出しっぱにしているときがあるので、地震などの災害にあったときに、水がないと、とても大変になるので改めて、まだに水を出すのはやめたほうが良いと思います。



コップを使わないで、水を出しっぱにするのは、ダメなので、歯みがきをするときは、コップを、使おうと思いました。



電気をつけたままいるときもあるし、「あ、いや」と言って電気を消さないでつけたままにしているところがあるから、このエコチャレンジをして、こまめに、電気を消すようになりました。



エアコンを使用するときには、適温にしておかないと、体が冷えるので、あまり、温度を下げないようにしないと、ダメということが分かりました。



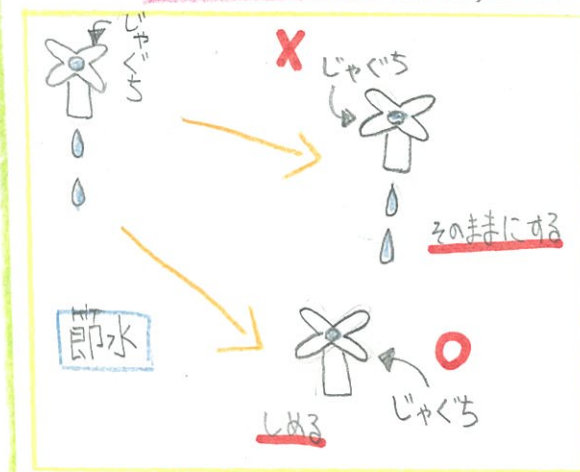
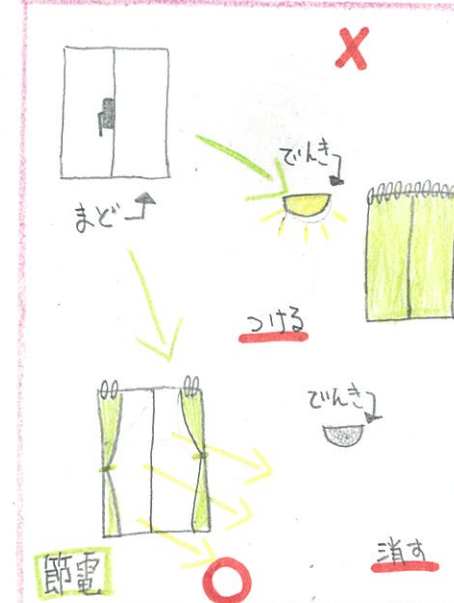
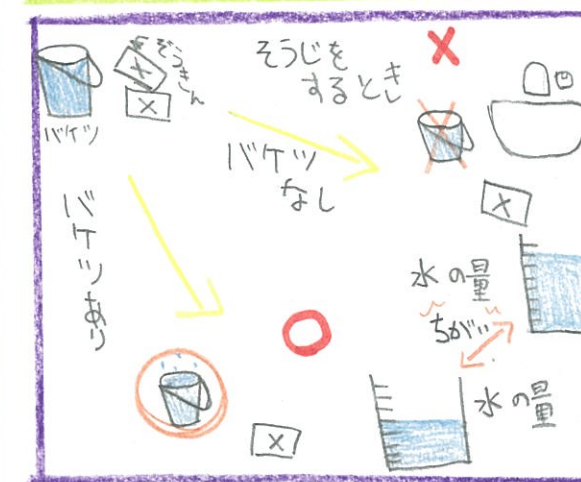
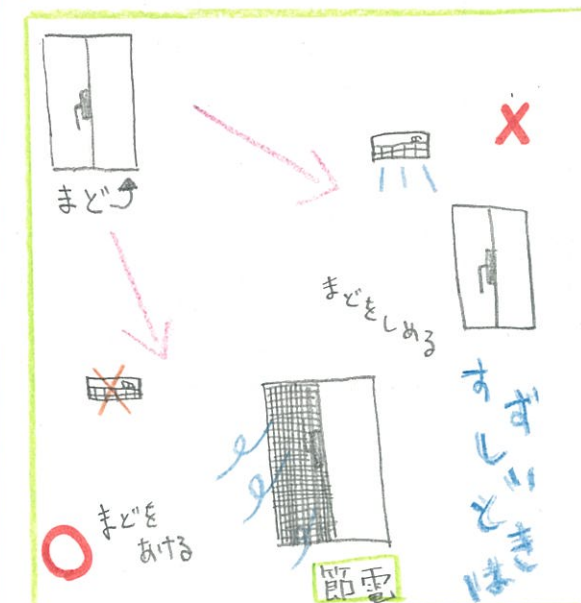
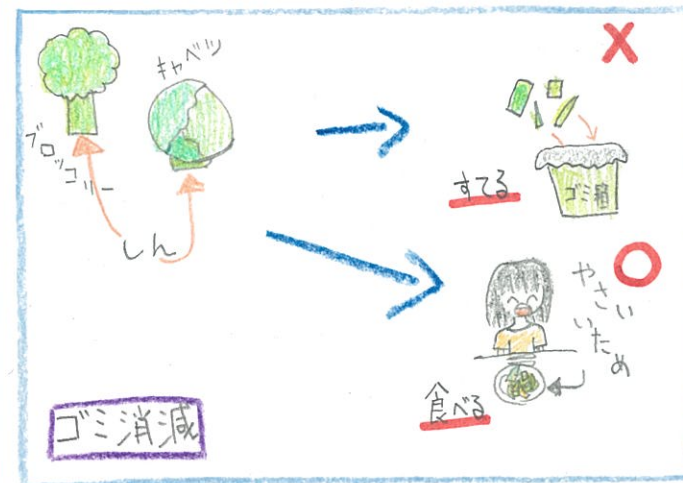
ゴミを分別することで、ペットボトルのキャップをよくばらばらにして、すてるようになりました。ゴミをすてるときは、お母さんたちのお手伝いをするようになりました。



世界には、食べ物をあんまり食べることができない国もあるから、食べるということは、しあわせなことだと思うから、食べ物をすてるのはダメ！

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト (自由記入)



わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

- ・家の西がわのまどの前に、おはあちゃん^{ちゃん}とゴーヤを植えて緑のカーテンをつくりました。緑のカーテンをつけたので、エアコンのききがよくなってセッてんになっていると思います。
- ・そして、ほかにも、部屋を出るときは、ドアをしめたりして、セッてんしています。
- ・また、家ではねる前におやすみタイマーをかけてねています。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

- ・家のうらにコンポスト（生ごみ入れのようなもの）をおいてそこにゴミを入れたりしています。
- ・家で野菜を育て、スーパーなどで野菜をスーパーで買わないようにしてゴミさくけんをしています。
- ・いらなくなった白い紙を計算用紙にしてさいりようしています。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

川の水みづを使っているの
で、水道代もいらないし
すずしくて一石二鳥
です。



これはぼくが
水をかけている
様子

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

コンポスト
これは畑
にあるコンポス
トです。たしか
けと、お店で売っ
ているひょうになり
ます。しかも、ごみ
をへらすことにつ
なかるのでエコです。



緑のカーテンはよ
ると、直射日光があた
らないので、室温が
上がるのを防ぐことが
できます。感想いろいろ
なことがやれ
て、いい勉強
になった。

ゴーヤも
おおい
かた
です。
緑のカー
テン

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコチャレンジ①

活動の内容

- ・ジールをいたる戸所に~~///~~を貼って、
- ・トイレで水を止むかけた。
- ・トイレ以外で、エコをしない人を作った。

活動の感想

あたしは、みんなにエコをしてもらって、電気代が1円、地球の環境を守りたいです。あたしは、みんなにこのエコにチャレンジしてもらいました。

その活動

活動には、「食べ残しなし」、「お風呂で水を止む」、「照明をこまめに消す」などありますが、私オリジナルに「トイレの大小区別する」などや、「使えるものやまだ新しい物をゴミにしない」などを作りました。

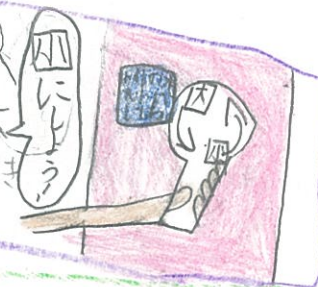
わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコチャレンジ②

活動の内容

トイレの大小区別するは、家族の4人のうち3人ができました。できた人のコメントは、「かいたと、少しでもせつすいできるので、手軽にできる」といっていました。



「照明をこまめに消す」は、家族のうち3人ができました。できた人のコメントは、「だれでも手軽にできていいな」といっていました。

結果 結果は、542kwhで、9,592円でしたが、今月は、499kwhの8,538円になりました。

わかやまこどもエコチャレンジ

みんながエコをいまして、水や、お風呂が1円、あと、節電やエコよびをしてくれて、たすかりました。

エコと太陽光で電気代が1円。

これから、エコ活動をつづけて、すべての人がやって、世の中の地球温暖化がとまるといいです。

3086

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

私の家では みんなが

いっしょに お風呂に入って

いっしょに ねます。

あたりまえと、思っていました。

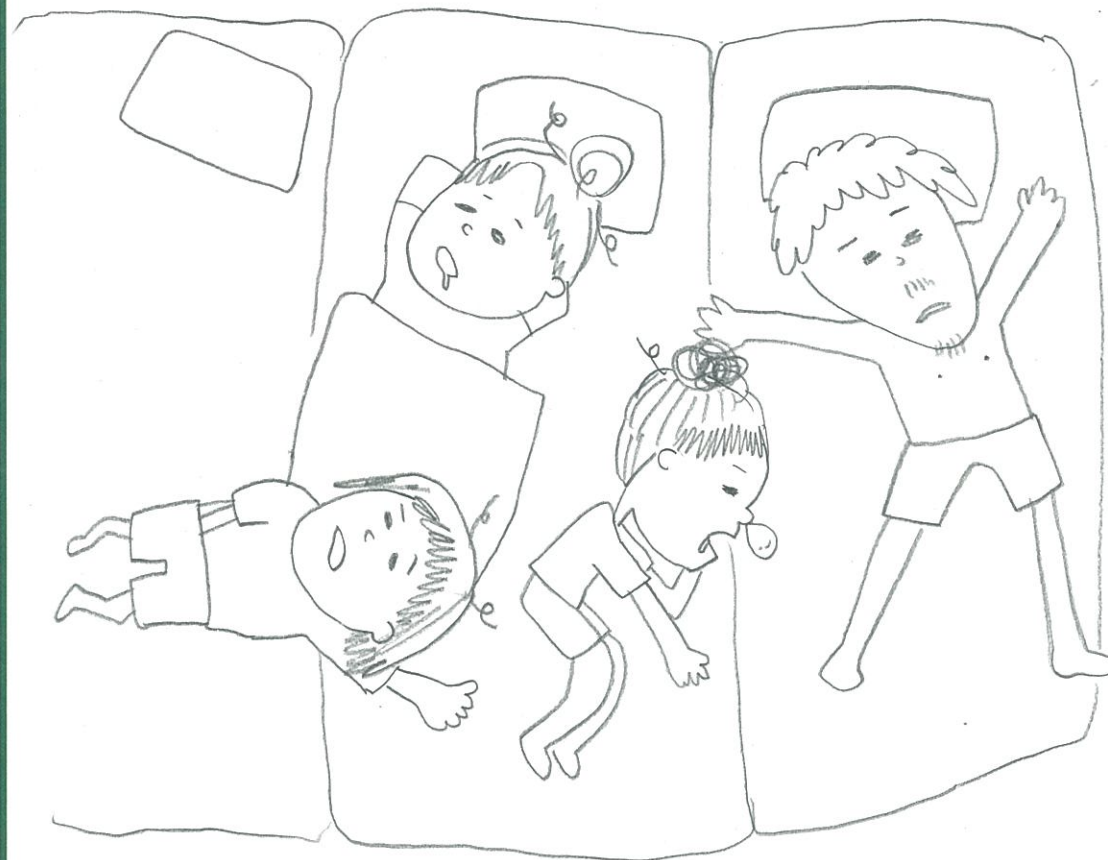
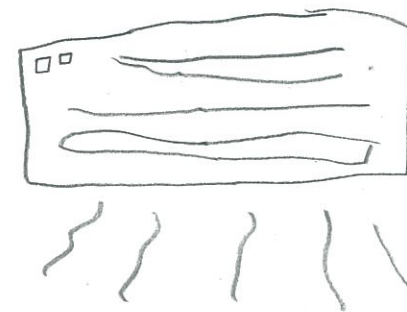
節電、節水に なっていると

しりました。



わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコチャレンジ (節電)

節電しようと思った場所にエコシールを
はりました。

一番家族が集まる戸口に、シールをはりました。



夏場はエアコンを
よく使うので室温
28℃で設定
フィルターのそうじを
こまめにしたよ。

感想

エコシールを家の中にはることで
「節電」をがんばろうと思いました。
電球が切れたのでLED電球
にしてみました。
これからエコ活動を続け
ていきたいです。

電気ポット 発見 すいはんき



温度調節
をつまこいでる。



お米が少い時の
ecoのスイッチが
ある。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコレポート



水道使用水 前回22m³
今回19m³

台所での節水のくふう
・お皿の食事はあらかじめ
にふき取る。
・あらかじめ順番を考える
水の再利用(せんたく)
・お風呂のこぼし湯を使う。

家の中で見つけたeco



すすぎ時やく20%
節水



シャワーのストップボタンで
節水30～50%



今日エコチャレンジをしてみても
発見することが多かった。
ぼくもエコについて勉強できて
よかったです。



わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



ティッシュをムダ
使いなかつたら
ゴミもへったし
ティッシュがへらない
ためお金もムダに
ならなかった。

歯みがきをコップ
ですると水のたし
はなしかへったし
水道代も安くな
ったろう。



家族の感想

電気代が
いなくて
よかった
父

みんなで参
りエコチャレ
ンジができてよ
ね。これから
つづけてい
うね。母

ティッシュを
たくさん使
おすに
すんでよ
かった
兄

ティッシュを
ムダにしな
かたが
お金もム
だにな
らな
いね。母

自分の感想
歯みがきをコップで
すると水のたしはな
しかなった。他にも
みつけてエコを
ふつしたいです。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



大小を使いわけ
ると、自動のとき
より水の量が少な
いことがわかった。

レシートをあけはなしに
すると、レシートの中
の温度が上がるから
レシートは開けたら
すぐ閉めないと
なことがわかった。



電気代をせやく
のため使わない
電気を消す!

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①



学校へもって行く。



ペットボトルをつぶす。

アルミ缶、スチール缶



アルミ缶をつぶす。
アルミ缶とスチール缶は分ける。

コンテナがいっぱいになったら、近くのリサイクル業者にもっていき、リサイクルしてもらおう。交かんにトイレットペーパーをもらおう。

夏休み中のトイレット
ペーパー 交かん 数

個

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト

2階でも紙類のゴミはよく出るので、紙類を入れるかばんをつっておき、いっぱいになったら1階のコンテナ入れに行く。

紙類 ポイント③



平らになるようにセリとる。

ダンボール類



ダンボールをかさねてできるだけ小さくする。

ペットボトル アルミ缶
スチール缶 紙類
ダンボール類

入れる4つのコンテナは、洗たく場の横にならべて置き、すぐに分別できるようにしておく。

ポイント①

ポイント②

空き缶やペットボトル、牛乳パックはにおいが出たりよごれたりしないように、よく洗ってからコンテナに入れるようにする。

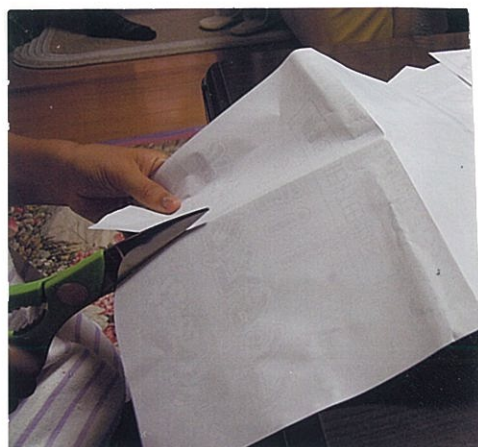


ポイント④
ゴミにする前に、何かに
利用できないか考えてみる。

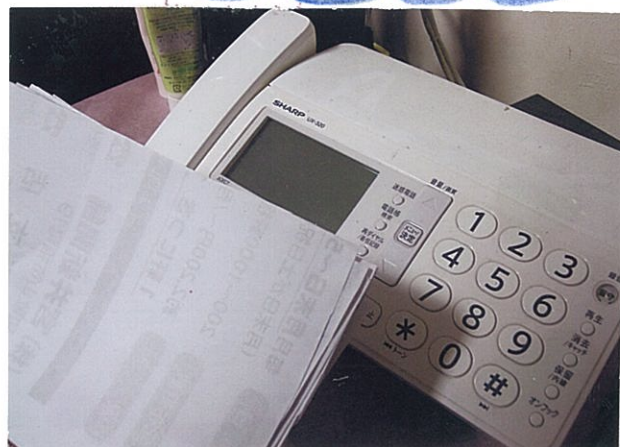
ポイント⑤
ゴミに出す時は、かさを
へらす工夫を考える。



たまごパックのように、
かさばる物は、はさみで
切って重ねることにより、
ゴミのかさをへらす。



広告の中でうらが
白い物は、メモサイズ
に切って、メモ用紙
にする。電話の横に
置いておくとグッド!



感想

ゴミのリサイクルはとても大事だと思
います。理由は、ゴミだと思っている
ふくろでも、また生ゴミ入れなどに
使うことができるし、ペットボトルや、
アルミ缶、スチール缶などをリサイクル業
者にもっていくと、みんながよく使うトイレ
トペーパーに交かんしてくれるからです。
だから、わたしはもっとゴミのリサイクルを
していき、新しいゴミのリサイクルを見
つけていき、そのリサイクルもできればいい
なと思います。



1度使ったふくろ
は、台所のすみのボッ
クスに入れておき、
生ゴミなどをまとめるのに
使う。

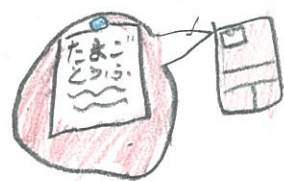
わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

ゴミをへらしてせつやくする。
 外出するときには、水
 とうを持参し、のどかわか
 わいてもペットボトルの
 水やお茶を買わない。



食料のむだなゴミをへ
 らすため、冷蔵庫に入っ
 ている物を、紙に書いてはっ
 ておく。



料理をするときに、食べ残しを
 ださないために食べられる分を
 作る。



この三つをいしきして、とりくんだことでだいぶ
 ゴミもへり、せつやくすることができました。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

せつ電にチャレンジ!!

お風呂に入るときは、湯がた
 めないうちに、時間をまと
 めてそれぞれ入る。



午前中のすずしい時間た
 いは、クーラーをつけずにうす着
 をして、せん風機ですごす。



夜は、家族全員がリビング
 に集まり、それぞれ勉強や家
 事などをし、それいかりの
 部屋は、電気とクーラーを消す。



以上のことにチャレンジして、電気をせつやく
 できた、おそらく今月の電気代は先月より安くなる
 と思う。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

写真やイラスト (自由記入)



エコ
節約

毎年する
ビニール
プール。

ポイント①

ホースの水遊びは、ちろちろ水で!!

ポイント②

プールの水は
木や花に!!



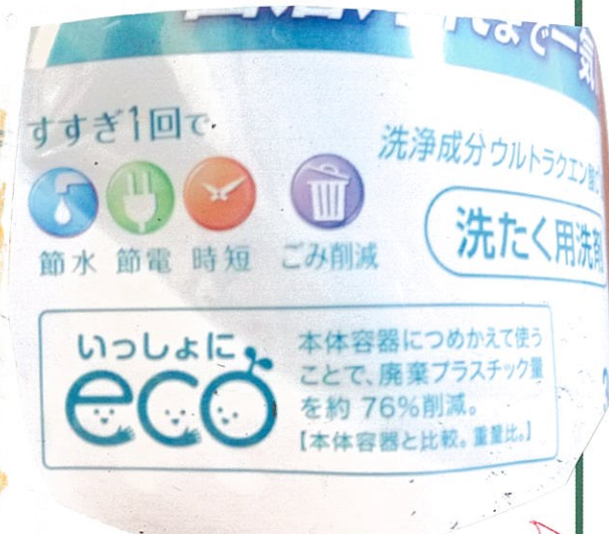
節約も大事
だけど
夏を楽しく
過ごすことも
大切!!

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト (自由記入)

ぼくの家のエコ 8/1 ~ 8/7の週間

- ① サイクル
ペットボトル 500mL 8本
2L 5本
トレー 9枚
牛乳パック 3枚
ビン 1本



- ② つめかえの代わりに
リンス・食器洗剤
シャンプー・ハンドソープ・ボディソープ
洗たく洗剤

- ③ 節電・エアコンの温度を調節
冷房の温度はすぐに閉める。

- ④ 節約・ビニールプールで使った水
は木花にあげる。

トイレは小で流す。

★ 週間をみるとたくさんエコを発見。
これから家族みんなで協力して
エコに取り組んでいきたい!!

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコチャレンジ!



よく私は、はみがきをしているとききちんと蛇口をしめたつもりが、しまっていないで少し水がでているときがあるからなおしたいと思います。

?なおすには?

- ・少しでも水がでていないか確認する。
- ・使う分の水だけを出す。

!注意する場所!

- ・台所
- ・洗面所
- ・お風呂(シャワー)
- など...



わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



私はゴミの分別はちゃんとしている方だと思います。もっとできるようにしたいと思います。

分別すると...



新しい新聞



などになる!

活動の感想

子どもエコチャレンジやってみて、節水・節電・ゴミ削減への意識が高まりました。私は、ご飯をのこしてしまうことが多いです。でものこしてしまうと、ゴミを減らすどころか増えてしまうのでのこさないようにしたいです。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

「エコ活動①」

〈感想〉

私は「エコ活動」をして、これからも、エコ活動をしていこう
と思いました!!

エコをすると、自然にもいいから、これからもがんばり
たいと、すごく思いました!!

エコをすることによって世界がきれいになって、だれもが
節約をするようになったらいいな!!と想着、がんば
ってエコ活動をしました!!

私共には、そういう思いで、エコをしている人もいるかも
しれません。いろんな思いでエコをしている人もいる
かもしれません。だから、その人のためにも、自分も、エコ
をすると、自分も、いい気持ちになるし、がんばってエコを
している人もいい気持ちになるので、エコ活動は、大切
だなとすごく思いました!!

自分も、エコ活動をして、本当によかったと思いました!!

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

「エコ活動②」

〈家族にインタビュー!〉

エコ活動をして...

姉「大変だったけど、電気が節約できたから、これからも続けて
いきな!!と思っ!!」

母「水をこまめに止めるようにお皿を洗った!!」

父「エコマークのかいたシールを見ることによってエコ活動をしよう
とこころがけるようにエコ活動をした!!」

電気について

「電気の使用量」

〈去年〉 430kwh



〈今年〉 300kwh



130kwhも減った!!

節約によかったと思っ!!

30/8

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

地球温暖化を防ぐには

きっかけ

地球の温度はだんだん上がっていると聞いたので、どうすれば
すずしくなるかを調べてみたくなったから。

実験内容

朝(10時)、昼(12時)、夕(16時)の三回測り、気温の変化を表に
まとめる

結果

	A	B	C	D	E	F	G
場所 時間	土 (打ち水)	土	緑(木・草)が タタイ場所	コンクリート	コンクリート (エアコン)	コンクリート (かげ)	土 (かげ)
朝	32.3℃	31.8℃	32.5℃	32.2℃	33.8℃	32.6℃	32.6℃
昼	34.8℃	34.2℃	32.8℃	35.5℃	37.3℃	32.9℃	32.9℃
夕	32.7℃	33.1℃	32.7℃	36.3℃	37.9℃	33.0℃	32.9℃
実験 の種類	打ち水の 実験		場所による 温度の実験		エアコンでの 温度の実験		かげの場所の 実験

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

結果

- A・B → 朝・昼は打ち水をすると温度があがったが、
夕方は逆に温度が下がった
- B・C・D → 温度が高い順にコンクリート、土、緑(木・草)がタタイ場所
になった
- D・E → エアコンをつけると、室外機近くの気温が1.5℃以上
も上がった
- F・G → かげでは、コンクリートと土どちらもあまり変わらなかった

考察

- A・B → 朝・昼に水をまいても地面の温度が低いので、蒸発し
にくいから、夕方は、地面の温度が高いので、水蒸気にな
り空気中を冷やすから
- B・C・D → コンクリートは熱をもちやすく、温度が下がりにくい要素を
もっているから、緑(木・草)がタタいと蒸散がおこり、水蒸気が
でて、空気中を冷やすから
- C・E → 室外機からでる熱風で周りの気温が上がるから
- F・G → コンクリートは熱をもちやすいが、日光があたっていない
ため、土と同じような気温になるから

わかったこと

木や草などを植えると、気温が下がることわかった。特に
都市部では、木や草が少なくコンクリートがタタいので、気温が上がり、
エアコンをつける人がタタいのかなと思った。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



! 注意した所 !

見落としがちな所を重点的に節約しました。

シールを貼った所は、

- トイレ
- 洗面所
- 台所
- お風呂の扉の横

節水



- スイッチ横
- エアコン横
- 洗面所
- テレビ横

節電

- ゴミ箱
- ティッシュの箱
- 台所
- メモ入れ

ゴミ削減

! エ夫した所 !

かんたんにハイハイ拾ってしまふ
メモやティッシュに注意して
シールを貼りました。

実際にやってみてティッシュやメモのムダづかひが
減った気がします。

(私)

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

貼って家族で注意した所

ゴミはくげんはむらさき、
節水は水色、
節電はまいるです。

- エアコンを使う時は適温でする。使わずにせんぷうきを使う。
- シャワーは決めた時間だけにする。
- 歯みがきするときにコップを利用する(出しっぱなしにしない)。
- ゴミを出すときは分別する。
- 食べ残さない。
- ティッシュをムダに使わず、使い回せる物で代用する。
- メモはあまり使わない。
- 家族のかんそう
- もっとせつやくできると思った。
- エコシール貼ってるから自然と注意してる...
- ゴミ減ったかな?
- 夜のはやい時は窓をあける。
- 昼はうすいカーテンをする。

感想



今年でできなかった
「グリーンカーテン」も
してみたいです。

エコチャレンジをしてふだんから気を付けてる「節約」
もエ夫すればもっとできておもしろかったです。
みんなで実行するのはすこしばかりしかたけれど、
目に見える効果が出たと喜んでいきます。
エコシールはそのまま、エコ活動をつづけていきたい
です。

3/10.4

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト (自由記入)

お母さんは買い物へ行く時は、エコバックを持っていた。ビニールのゴミを減らせた！
 お父さんは車を運転するとき一定のスピードで走るように気を配る。燃費がよくなる。
 お姉ちゃんはお風呂の水をためてシャワーの水をとめた。
 お父さんは冷めないうちに家族が食べているようにした。

ちりもつもれば山となる

ちりのようにごくわずかなものでも、つもりつもれば山のように大きくなるということ。
 ポットや電子レンジなど使わない時は待機電力をなくすためにプラグをぬいておいた。炊飯器の保温をとめた。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト (自由記入)

ぼくはテレビをみるのを一時間へらした。

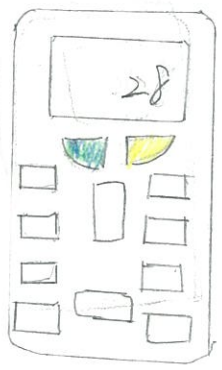
エコチャレンジは、おもしろいことが分かりました。これからもエコチャレンジを続けていこうと思います。

3/6/

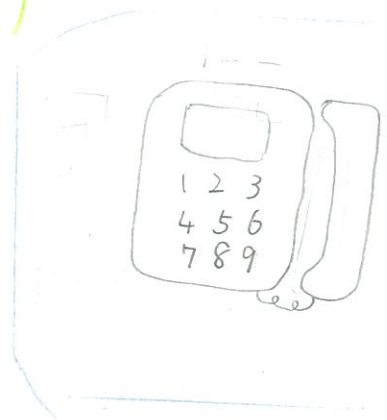
わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコ



エコシールをはる前は26°でした。
みんなに最低クーラーは28°にし
てほしくてシールをはりた所です。



最近長電話が多く
なってきたので節電
シールをはりました。



ほかにもトイレトペーパーを短くしたりして
います。



わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコをした感想

う、たんはあまり節約ができていない気がして
いました。食で無駄しはたれもあまりしていません
ほかのクーラーは28°のことは「28°にしよう」
と思、ていても、26°のままになってしまいました。
なのでクーラーの横にシールをはりま
した。

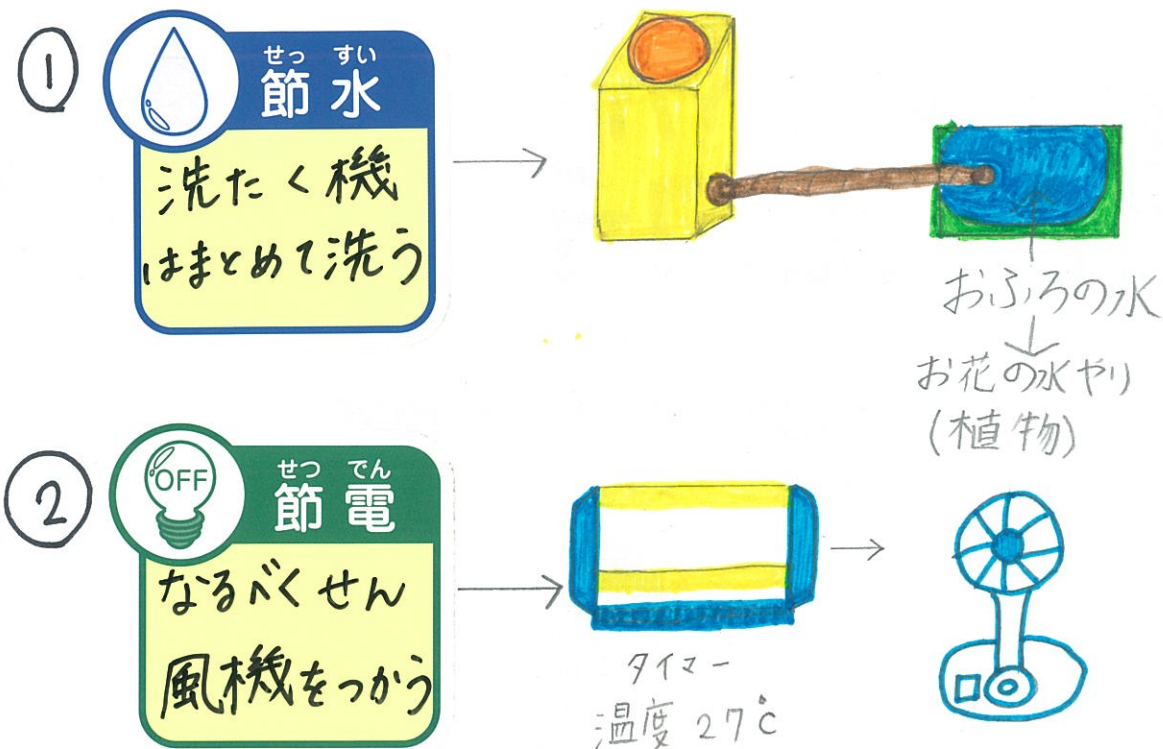
ほかは、冷蔵庫はすぐしめることです。
だまに冷蔵庫がほわいていないときがあります。
このときは、失敗したと思い冷蔵庫に、はりしました。
今では、冷蔵庫がほわいていないときはみか
けないようになりました。

お母さんはよくエコバックを持っていますか？
忘れるときがあります。
それをうせぐには、車にエコバックをいれて置く
ことに気がついたのでやると、
エコバックを忘れることがなくなりました。

なので、環境を守っていくため
には、節約をして行きたいと思いました。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



家族にインタビュー

① 洗たく機で小さくなくても洗う時があるのですが、なるべく水のことを考えてまとめて洗うようになりました。お風呂の残り水も使うようになりました。

② なるべく、エアコンを使わずせん風機を使いました。冷房の時は、温度27℃

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

に設定して、タイマーも使いました。朝はすずしいのであまり使うことはありません。

(こどもエコチャレンジをやってみた感想)
↓

エコルールをはたみて、家族のみんなが節約するようになりました。消しやすれなどがあたらみんなで注意しあって、消すようになりました。節水・節電して、地球環境を守り節約していきたいです。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

- 感想
- エコチャレンジをして「エコをしよう」と意識するようになりました。そのおかげで、エコがふえるようになり、とてもいいと思いました。エコチャレンジが終わっても、節水、節電、自分で見つけた発見エコをしていきたいと思います。そして、意識をしなくてもエコを出来るように身につけたいです。

家族の感想

いつもは、電気をつけたままにしている感じがありませんでしたが、今回は、本当にしまった！次から気をつけよう。」という様子が見られました。エコへの意識を高くもつことができ、夏休みの取り組みは、よかったと思います。また、エアコンの設定温度を低めにするこことや、できるだけ、使わないなど、家族も環境に気をつけるようにしていました。今後も、常にエコを頭において節電に取り組みたいです。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコチャレンジ！

。エコチャレンジでしたこと。

節水 水を出しっぱなしにしない！

みんな

コップに水をくんで

歯みがきをする。

発見エコ

水の量を多く出さない。

トイレの水は、大小分ける。

お母さん
お兄さん
お姉さん
おばあちゃん
おム

お姉さん
おム

みんな

節電 ぐまめに消す。

みんな

エアコンの温度は

てき温設定で

みんな

発見エコ 明るいときは

れいそく

みんな

ゴミ削減 ゴミを分別する。

みんな

食べ残しをしない。

みんな

発見エコ ゴミはすぐする。

みんな

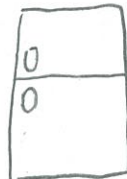
みんな

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

節電のこと

冷だんぼうのシールを
エアコンのスイッチの
横に張ると暑い時
は、何度以上になる
とクーラーをつけて
いい...と言うふうに
決めるとまどを開け
ていることがタタくな
った。

発見エコでれいそうを開けた
ら取るものをすぐとってすぐしめると
書いたシールを張ると取るものを
決めてから取ったり作るものを決
めてから取ったりするようになった。



感想

エコチャレンジは、地球にやさしい環境を少しでもス
て言うことなのかなあとエコチャレンジをしたので感じまし
た。

なぜかという、シールを張った時に、1人1人がシール
に書いていることを守ろうと協力した結果が、
あまり電気を使わずにできたからです。
エコチャレンジが糸冬わっても、1人1人が書いている
と、協力して地球にやさしい環境をスっていくたいです。

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

節水のこと



水を出しはなしにしないの
シールをはると水を出しは
なしにすることが少なくな
った。

また水を出しはなしにしてい
る時は、注意をしあえた。

発見エコで洗い物の時に、油物は
紙でふきとってから洗うと水の量やせんざ
いの量がへった。

発見エコでペットボトルに水を入れ
てお風呂の湯ぶねに入れるとお湯を
入れる量がへった。

感想

シールをはるといろいろなエコをやると水の量が少なくな
った。

ゴミ削減



ごみの分別をしっかりするのシールをはるとしっかりと分別をする
ようになった。
それと、前よりもしっかりと分別できた。

発見エコで野菜の皮やしをスプーンにするというシールやフレー
ツの残りは、動か物にあけると言うシールをはるとすてずにあげ
るようになった。

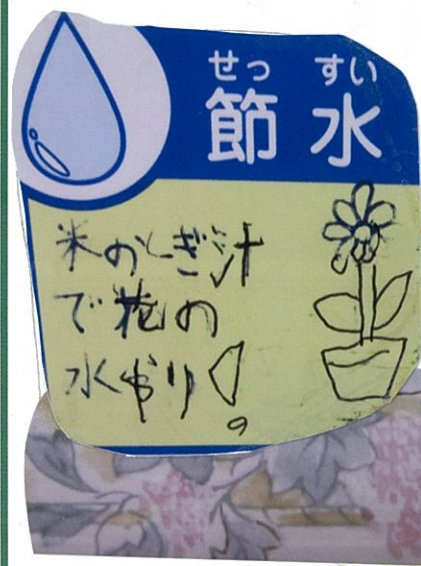
感想

前よりも、ゴミの量や食べ物の皮がへったので協力していると分か
った。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコレポート

水
エコ

いつも水道水で水やりをしていたけど、
米の栄養たっぷりのとき汁ですると
環境にもいいし、花も成長！！
でも、虫がわいてきちゃう...

みんな、コップは使って
いなかったけど、これを
はってからコップを使って
くれるようになりました！
「このコップかわいくない？」
と、女子班で盛り上がり
ます！



水の使用量の変化

6月は...

410³m

7月は...

406³m-4³m!

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコレポート

電気



そうじきのコンセントは、
「またすぐ使う」と
つなぎっぱなしな時間が多
いんですが、みんな貼ったの
を見てくれて、ちゃんとコンセ
ントをぬいてくれるようにな
りました！

電気使用量はどうなってるかな♪

去年⇒669

7/1

今年⇒606

5/8/1

-9.4%の節電を
した！！

エコした
感想は？
「電気使用量の
おしらせ」を見て
ビックリした。
「エコってかんたん！
だからこれから
やりつづけよう！
シールをはったから、
やりやすかった。他にも
家族でいろいろエコを
考えてみたい。」

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



あけはなしにしない
というエコシールをは
たら、れいそうこが長
い時間あけていたらなる
音がきこえなくなりました。

トイレの電気を
消す人が少なか
たけど、はたら
つてはなしは少
なくなった。

家族はこう思ったか
エコシールを見て、
はいめは、こうして
こんなのはって
たのかと思って
いたけど、だん
だん見えて、自分
もやらないと。
思ってくれたら
いいです。

こどもエコチャレンジをして
私は、このエコチャレンジをして、
少しでもせつ電できてうれ
しいと思いました。
家の中にシールをはるだけで
家族がせつ電をいしめて
くれてよかったと思ってい
ます。そして、見るということ
を行動力で表してくれとて
もよかったと思いました。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



ビニールをもえるゴミ
に入れてしまう時
があるので、お母さ
んがこまめに消す
ので、もえるゴミの箱
の上にはりました。



レジぶくろをもら
わなくて、マ
イバックをもって
お店に行くと、
ゴミを少なく
できると思った。

思ったこと

レジぶくろは、子ども
はあまりかい物に行
かないのであまりきょ
うかできないけど、
母は、マイバックを持っ
て行っていたと思ひます。

エコチャレンジをしてみても...

私の家では、パン
のビニール等をもえ
るゴミに入れて、そ
れを母がひろって
くれているけど、さいきんは、
母がひろったすかたも
見ずに、もえるゴミ
の中にもえないゴミ
は入っていないので、
うれしいと思ひて
います。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコレポート 1

活動内容

- ・朝の早い間にそうじをした。
- ・夜に寝る前は、エアコンのタイマーを設定した。
- ・朝や昼の明るい間は、勉強と、食事をする時以外、電気を消して過ごした。
- ・勉強中はテレビを消した。
- ・エアコンの温度は適温で設定した。
- ・歯をみがく時は私と弟がいっしょに行って、水を出しっぱなしにしていた時は互いに注意した。
- ・読書時間を増やした。
- ・電気や、エアコンをつけた部屋のドアを開けっぱなし（つけっぱなし）にしていた場合、家族で注意した。
- ・外出するため、エアコンを消したら、帰宅し、冷気を感じられるようにドアをしめて外出した。
- ・そうじ機の使用回数を減らすため、少量のガムテープでゴミをくっつけてまとめて捨てた。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコレポート 2



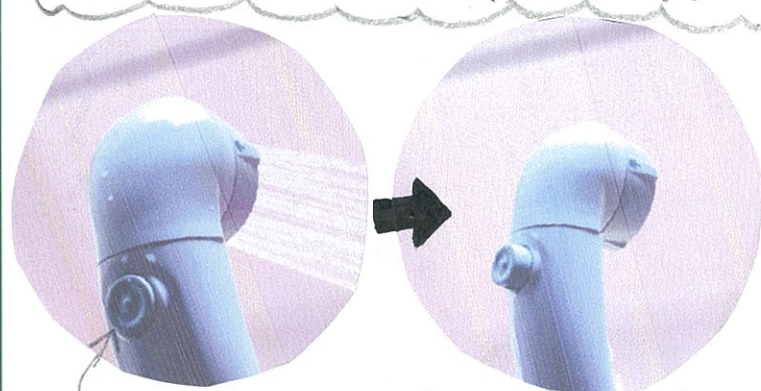
感想

エコシールを家の照明などにはって、照明などを使う際にシールを見て節電のことを考えるようになりました。ふたぶんから心がけているつもりだったけれど、まだ「できること」があり、これからはさらに気をつけて続けていこうと思いました。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

シャワーヘッド交換で節水にチャレンジ



ボタンをおすと口を止めなくても
水がかんたんに止まる

はじめに感じた
不安は……

- ・いちいち止めるのがめんどうではないのか
- ・今までどおり水が出るのか（水圧）

使ってみて感じた事……

- ・使いはじめは、ボタンをおして水を止めるのをよくわすれて、水が流しっぱなしになっていたけど、みんなで声をかけあいボタンをおすことになれていった。
- ・頭や体を洗っている時に流しっぱなしにならなくて使えるようになった。

エコチャレンジをやってみた感想

- ・まだ水道料金がどのくらいへったのか分からないが、ほんとに家内もボタンで水を止めるという意識が高まったと思う。お風呂よりトイレの水の方が多く使われているそうです。お風呂だけでなくトイレや手洗いの節水にも気をつかうようになったのでこれから先も続けたいと思う。

節水・節電することで節約にもなっていると思う。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

手作りコンポストでエコチャレンジ



←手作りコンポスト
~~~~~



すいかの  
食べのこ  
しや  
ニワトリ

コンポストとは？  
・野菜くずや食べ残しなどの生ゴミをたいひ（みじ）に変えて活用する事。  
・生ゴミをバックテリアやミジンなどのカをかりて生ゴミをたいひにかえる方法。

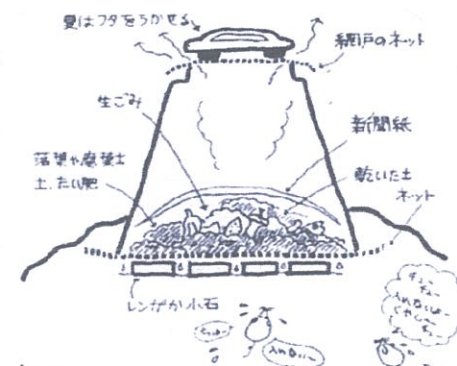
## コンポストの仕組み

## 《わが家のコンポストの工夫》

- ・コンポストに入れる前にまだ食べられそう野菜や野菜くずをニワトリに食べてもらう。
- ・庭の落ち葉や米ぬかなどを混ぜて発酵を早めるようにしている。
- ・コンポストを高く上げて設定してからたいひを取り出しやすくしている。
- ・ミミズをたくさん入れている。

## 《エコチャレンジをやってみた感想》

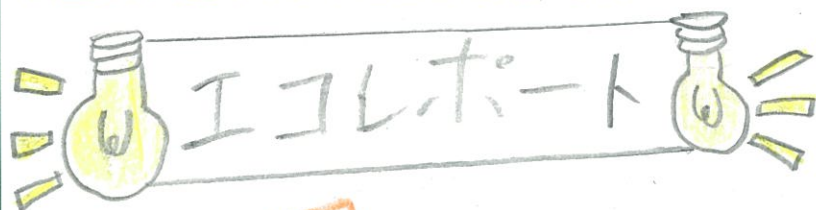
- ・家の中で少しでも生ゴミを出さないように食べのこをしない、きれいに食べるようになった。
- ・家から出るゴミの量がかなり減ったとお父さんから聞きました。生ゴミをいれないうえからすやねこなどにゴミをあらされることも少なくなりおしめ気にならなくなりました。





## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



電気の使用量

7/6 ~ 8/2

(今年) 562 kWh

(去年) 648 kWh

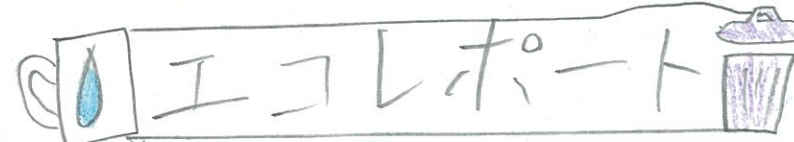
はった理由

消したれが  
多かったから。がんばった事  
テレビのリモ  
コンを主電源  
で消す事クーラーを  
なるべく  
使わない  
ようにどカ  
した事ほんのちよとの間、  
すばしめるからと開い  
ていた事が  
あったから。

和歌山こどもエコチャレンジをした感想  
エコシールを家で気のつく戸所には、いくと、  
本当に今までにくらべて、とても節電はうと  
思えてきて、気をつけるようになりました。これから  
も引きつづき節電をして、CO<sub>2</sub>をでるだけ  
おさえられるように、どカをしていきたいです。  
これからも家族みんなでいざくしていきたいと思います。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



はった理由

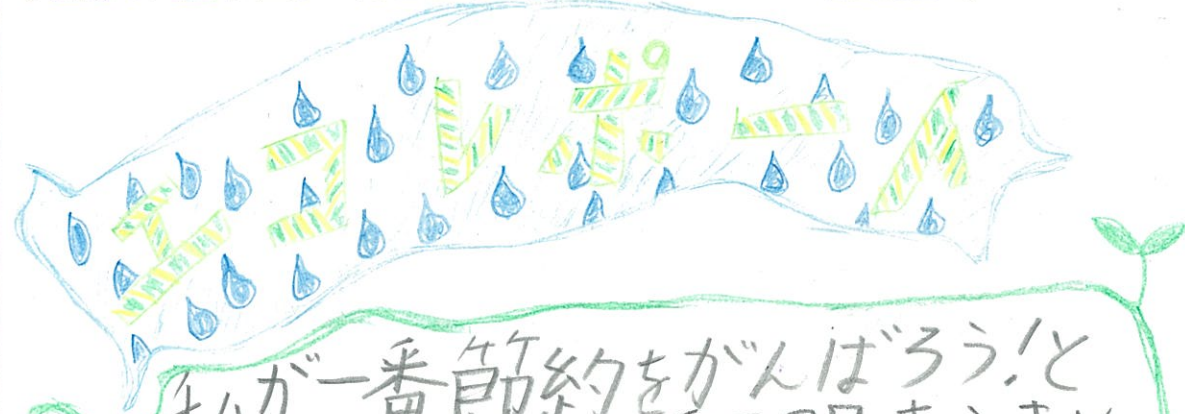
ビニールの資源  
ゴミをへらせる  
から。コップに水をく  
んで歯みがきをした  
方が水のむだに  
ならないから。がんばった事  
「お風呂で  
シャワーをあ  
まり使わない  
事」「ゴミを分  
別する  
事」

こどもエコチャレンジをした感想  
今までは、シャ  
ワーでかみをあらう事が多かったのですが、エコシールをは  
いたら、とても気をつけるようになりました。そして、今  
までやっていた、エコバックのゴミさくげんはお母さん、  
お父さんが本々やっていたので、こんな小さな事がゴミ  
さくげんにつながるんだ、と思いました。今まで考  
えずにやっていた小さな事の節約も、地球のた  
めになるんだな、と思いました。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



私が一番節約をがんばろう!と思ったのは、**節電**の「照明はこまめに消す」です。理由は、よくトイレやうが部屋など、電気のつちがはなしが多かったからです。それから、家族でできるだけ同じ部屋にいらるなどするようになりました。

二番目に節約をがんばろう!と思ったのは、**節水**の「水を出しっぱなしにしない」です。理由は、お父さんやお母さんが水を出しっぱなしにしているのを見た事があつたので、自分でもたまにしてみようと思ったからです。それからみんな気をつけてあつた。

節電

あつた。



あつた。

節水



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

1. 家族みんなて節約できた日が一番多かったのは、**節水**の「コップに水をくんで歯みがきをする」でした。

二番目は、**節水**の「水を出しっぱなしにしない」と、**ごみさくせん**の「食べ残しをない」でした。

三番目は、**節電**の「エアコンの温度は7度温設定」でした。

そして、私だけが節約した日が一番多かったのは、**節電**の「照明はこまめに消す」でした。目標どおしやれました! 家族はエコチャレンジをして、どう思ったのか聞いてみた。

私のエコチャレンジをしての感想

私は、エコチャレンジをして、前よりも節約をがんばろう!と思うようになりました。理由は、**節電**と**節水**は前から知っていたので、**ごみさくせん**もがんばっていきます!

チャレンジをして、どう思ったのか聞いてみた。

①「**節電**と**節水**を、これからがんばるぞ!

②「電気をこまめに消す、いいよ。これからずっと節約をがんばる」

③「節約できた日が少し少なかつたからこれから気を付けてみるわ」





## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコキャップの運動

キャップを回収しています

～エコキャップ運動の流れ～

ペットボトルキャップを集める

↓

回収場所へ持っていく

↓

エコキャップ運動をしている団体へ

↓

サイクルメーカーへ売却

↓

売却益を「世界の子どもにワクチンを」本委員会」に寄付

↓

ワクチンが発展途上国へ届く

あなたの行動が世界の子どもと地域の未来を創ります！  
小さなキャップでも、分ければ資源！  
リサイクルして価値ある材料に  
もしキャップ430個をゴミとして焼却処分すると、3,150gのCO2が発生！  
ペットボトルのキャップをみんなで集めよう！  
キャップは430個で10円になります  
ポリオワクチンは1人分20円  
キャップ860個で一人の子どもの命が救えます

\*キャップに貼ってあるシールは剥がし、キャップをきれいに洗う。  
\*キャップの種類は、ジュース・お茶・水などの清涼飲料水のフタ。  
(しょうゆ、ソースなどの調味料のフタは対象外)

回収場所】紀の川市社会福祉協議会各支所  
【お問合せ先】紀の川市社会福祉協議会 ☎66-1211

いつもキャップを捨ててたけど、1年ぐらゐ前からエコキャップ運動のことであって、家族みんなが月に1回スーパーのふくろ31本分約900こぐらゐを社会福祉きょうぎ会ながし市の人口におかれています。リョウボックスに入れて行っています。

キャップ860こで1人分のポリオワクチンになって1人の子どもの命が救えます。キャップをいっぱいあつめてもと力になりたいです。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコレポート



昨年まではあつ日は温度設定を18度以下に下げていたりしていたけど、今年はずっと25度設定にしています。

電気使用リョウ  
7月4日～8月1日  
1,218 (去年)  
1,160 (今年)  
去年をくらべて-4.7%でした。

エコチャレンジをやってみた感想。キャップを集める事はすごくかんたんで、子どもの命がすぐえらと思うとうれしいです。これからエコ活動をつづけていきたいです。



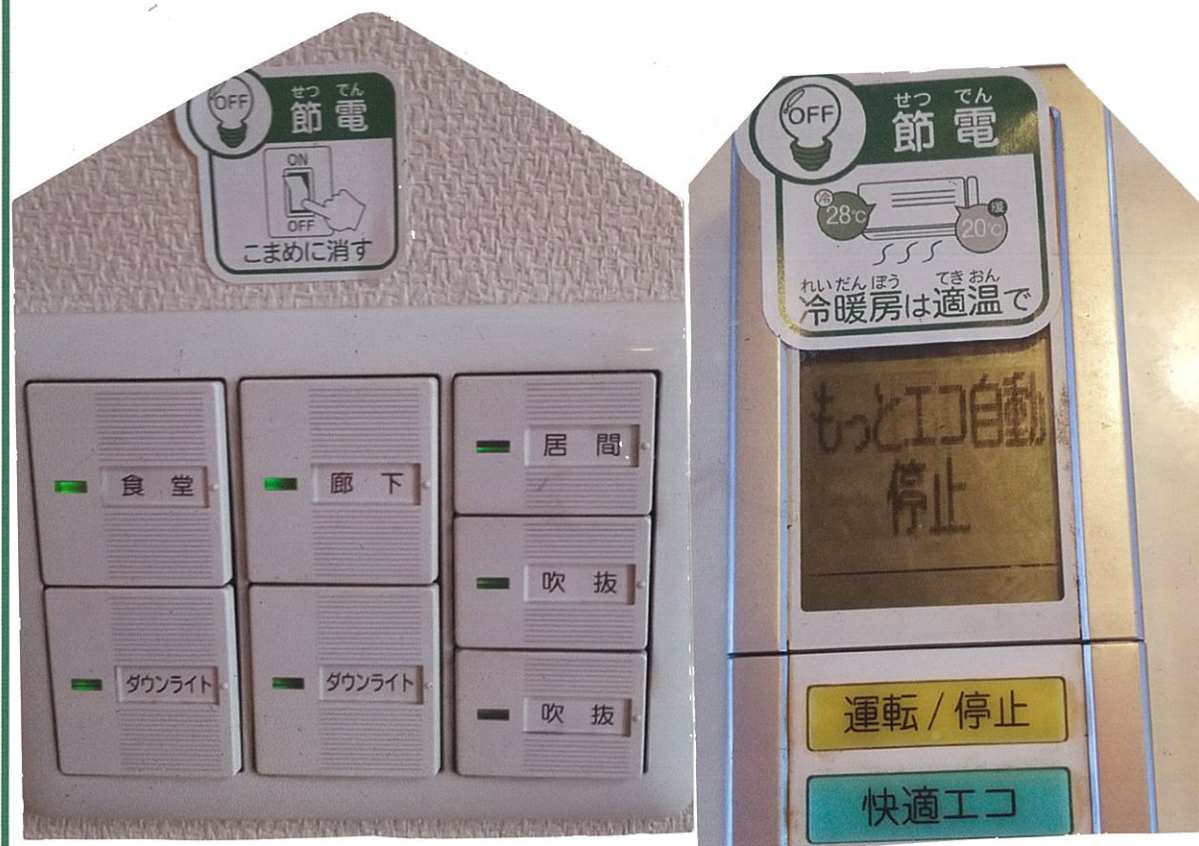
## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコチャレンジ

自分で考えたエコチャレンジ

- ①シャワーの水は弱く ②コンロの火は弱く  
 ③物を大切にす ④トイレの水を使わない  
 ⑤テレビを見すぎない ⑥エコバッグを使う



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

電気使用量

(ワット)

去年 684kWh

↓ -3.8%

今年 658kWh

去年よりも少なくなった。

エコチャレンジした感想

エコチャレンジをして火を弱くして料理を  
 みんなエコに気を付  
 けながら行動をしてい  
 ました。

少しでも地球温暖化を  
 減らすことにしたいな  
 と思いました。  
 そしてこれからもエコを  
 続けていきたいです。

家族にインタビュー

(パパ) 今まで水の出しっぱなし  
 が多かったけど水の使  
 い方を教わったから水を  
 出しっぱなしにするの  
 がなくなりました。

(ママ) 前よりもエコに  
 対する意識が高まっ  
 て電気をこまめに消  
 した。コンロの火を  
 弱くして料理をする  
 ように心がけました。

(弟)

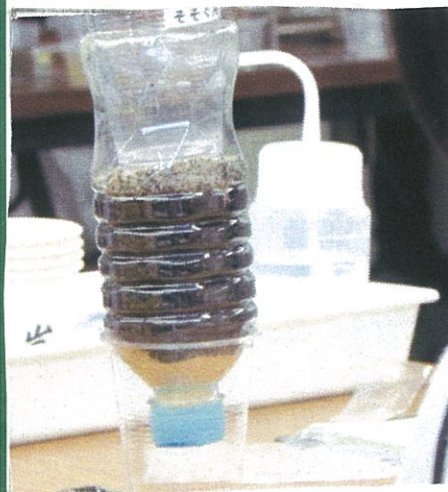
きれいな食べ物も  
 残さないうちに、か  
 んはって食べました。





◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## 水をきれいにする



ろ過器

## ろ過器を作ってみる

- ふたのところに綿をつめます。
- ろ過材を鹿沼土、炭、砂の順につめます。
- そそぐ用のコップをのせます。
- 受け取り用コップの上にセットして出来上がり

よごれた水(米のとぎ汁)をろ過してみるのが見た目はきれいになったけど、魚がすめるほどのきれいな水にするにはまだまだほとんどおい事が分かった。一度汚れた水をきれいにするには、とても大変です。

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## 私たちが水を汚さないために出来ること



油などは流しに流さず、新聞紙などに吸わせて捨てる

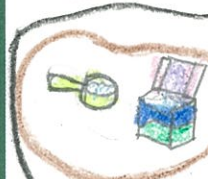


料理は必要な分だけ作って、残さず食べよう



米のとぎ汁は植木にまこう

生ごみは肥料として活用する



洗ざいが必要な量だけ使う



シャンプーやリンスは使い過ぎに注意する

## 感想

ちょっとした工夫が水を汚さない事にうながかる事が分かりました。なので、これから出来る事にチャレンジしていきたいです。



3017

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## 節電にチャレンジ

- ・使わない部屋、ろう下、階だんの電気は消す
- ・テレビもたらたら見ずにこまめに消す
- ・テレビの明るさを調整する(最大→中へ)

💡調べてみると液晶テレビで年間 16.79 kWh  
 プラスマテレビで年間 56.58 kWh

省エネになるとされている。

- ・エアコンの設定温度の目安は28℃

冬は20℃

- ・1か月に1〜2回フィルターのそうじ
- ・弱運転にするより自動運転の方が電気代が安い
- ・夏はせん風機とW使い
- ・冬はまどに断熱シート

💡室外機の周りに草が生えていないか、  
 上に物が置いてないか点検する

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコチャレンジをした感想

節電を意識してみると

洗面所など電気がつけっぱなしになっていることに気がつきました。

みんなで注意しあって、こまめに消すようになりました。

家族みんなで同じ部屋ですごしたり  
 ねるのも同じ部屋にしたのも楽しかったです。

これからも合い言葉は「家族で楽しくエコライフ!!」で  
 かんきょうにやさしい生活をしていきたいです。

## 母の感想

日頃から節電・節水は心がけていたつもりだったが、  
 もっとやる事があるなと気がきました。

来年はゴーヤのグリーンカーテンにチャレンジしたいです。



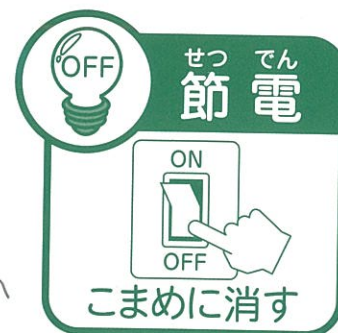
30/6

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

節電

午前<sup>ないよう</sup>は、電気をつけずに午後からは勉強をする方だったので、電気をつけるようにしました。



↓結果  
よって、地球や自然にやさしいかんきょうのになりました。



家族の意見

「電球をLED電球にかえて、電気代をせつやくするようにしています」父

「たれもいていない、もしくは、明るいときは、電気をきると心がけています」母

「電球のよじれをこまめにそうじするようにします」祖母

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

卓月のすずしいうちは、せつたいにクーラーをつけず、27度以下にし、すずしい日は、せんぷうきにする

↓  
真夏は暑いけれど、地球にやさしいかんきょうを作るために、これからも節電を心がける



家族の意見

「するきかいもないし、クーラーやせんぷうきでお金がかかるからんせい」母

うちみ

「うちみずは、周りの温度を下げる力があるから、夏のきかんは、やっていて、クーラーのせいで温度を少しでも下げれるよう協力します」父

感想

冬も同じでこたつやたんぽうをつけずにふとんでかましていきたいです。エコチャレンジをすることでみんな少しずつ気にするようになりました。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコレポート

山本家

カーポート

カーポートの屋根に  
たまた雨水がバケツ  
にたまるように  
している

バケツにたまた雨水を庭で育て  
いるトマト・キュウリ・花の  
水やり利用できた。

感想

自分

大雨のときは水が  
たまるいきおいがすご  
くおどろきました。  
このエコをつづけて  
いきたいです。

お家の人から

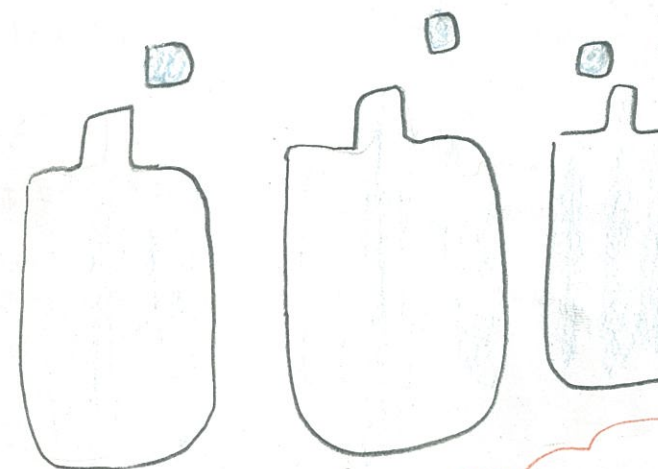
夕立ちが何回か  
つづいたときは  
ほとんど水道の水を  
使わなくてよかった  
のでラッキーでした。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコレポート

山本家



エコキャップは  
海外の子供の  
注射のために  
あつめた。



ペットボトル・新聞はリサイ  
クルや 再利用できるように  
いっぱいあつめた。

感想

ペットボトルの  
キャップをもと  
いっぱいあつめて  
海外の子供たち  
を助けてい  
ます。

お家の人から

ペットボトルやキャップは  
きれいに洗ってスーパーに  
おいてあるリサイクルボックス  
に持っていった。家からでる  
ゴミが減ってよかった。  
これからもあつめよう。



30/5

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

家族でエコ

8/4(土)~8/12(金)

1週間チャレンジ

目標 今年の基本エコはもちろん、  
発見エコには得に力を入れたい。

おぼくのエコ発見



節水

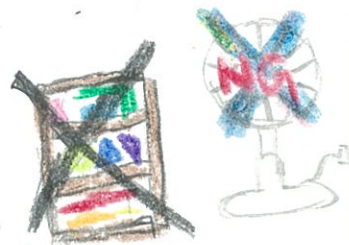
- 1...野菜の水やりは、みそ水を使う。
- 2...雨水もためて水やりを使う。

節電

- 1...風がある時は、まどを開けよう。
- 2...できるだけ同じ部屋にいる。

ゴミ削減

- 1...買いためをしない。
- 2...要らないものは買わない。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

気づいたこと

- ・じゃ口をひねれば、簡単に水がでるけど、水路の水をくんで、水やりをするのはなかなか重労働だった。
- ・いつもみんなちがう場所にいるけど、同じ部屋に居るだけで、節電がでることに気づいた。
- ・おかしとかで、賞味期限が過ぎてしまっ食べれなくなることがあったので、必要な時に必要な分だけ買うようにしたいです。

ふり返り

今までの一週間だけで、節水、節電、ゴミ削減がけこうできたと思う。これからも、家族一人ひとりがこの取り組みを続けていけば、貴重な資源を守っていくことができると思います。





## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

ぼくの家は家族9人です。一人一人がバカバカして  
毎日エゴをチャレンジしています。

○ト、さくおんはあつ、い、とスーパーにてかけていたが、  
 こ、い、はあつ、い、時間、は、川、に、は、い、水、あ、ひ、を、し、て、す、ご、し、て、い、ま、す、  
 昨日、年、同、木、美、今、年、五、向、と、サ、国、

2. 昨年同様、今年も家庭菜園にチャレンジしました。  
 昨年同様で、菜園をした。野菜の種や料理に使った  
 野菜の皮などをまぜまぜに夏野菜のなえを植えました。  
 頃によく食べる野菜です

3. トマト、きゅうり、なす、ピーマン、ししとう、里いも、うきなど、は毎日  
水まきが、このように、子どものプールにあま水をためて毎朝、夕方に  
なると水まきをしたら結果、あまて水ずくずしいおいしい野菜  
沢山とれました。ばくもしゅうかくのてつたいをしました。  
そのごかれた葉は、秋の野菜のため、土をつくらねば  
4. えいようのなくなった土に、しゅうかく、づの葉はをひ  
うがてのせる石灰をまき、また、葉のせめ、水をまき  
野菜の土を作りやる。

そして秋に封=苗を植えて美味い野菜を作封。

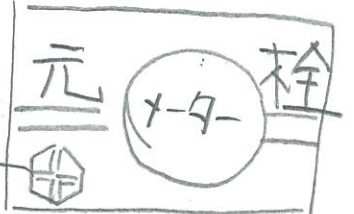
5. しゅうかくした野菜やばくたち家族で釣りに出掛け  
つれた川の魚や海の魚を祖母が調理して食卓に  
出してやる。時々海の魚も干物にしたりして

食卓に出してくれた食べ物など、互手したり、めまわり

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

すると誰かが食べた食材を無駄に  
しないようにして貰え。  
ぼくの家でできたルールがあります。



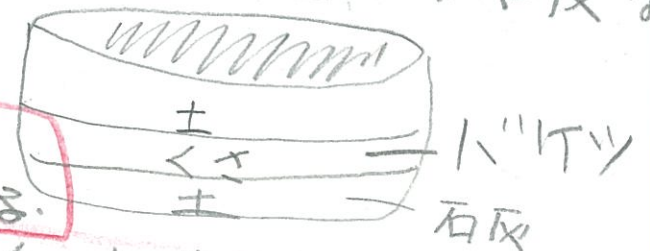
1、水道水を飲む必要はない。使ったあと必ず水道水の元栓を絞める。

2、おたがは金い

あかったこと。水道の料金が安くなる。

2. むだな食材の使い方や食べかたをしない。  
家の方針で削減して365日エコライフしています。

① 家庭菜園について。 土の作り方  
 昨年菜園をした野菜のクズも料理に使った皮などを  
 じっくり腐らせる。



あかつきと、美味しくて  
栄養のある土がでる。

② 美味しい野菜の作り方 美味しくて

古くなった土に 手作りの  
土を混ぜた土に 里芋の  
苗を植える わかったこと

③ あまくて みつ"みつ"しいて"いる。  
美味しい 野菜が"で"いる。



◇活動の

## エコじっせんレポート

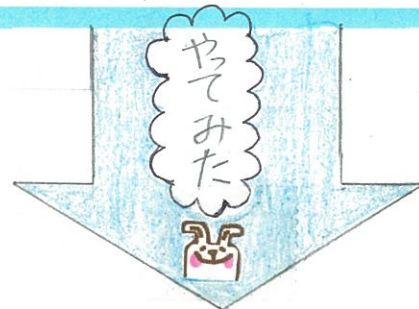


1. こおうせたペットボトルを  
せん風機の前に置いて  
風を送る。



こおうせたペットボトルを置いただけではすずしくならなかった  
ので、首に小さい保冷ざいをタオルにくるんでまきつけてみた。  
い外にすずしくなて午前中はクーラーなしですこすことができ、少しは  
節電できました。

2. 米のとぎ汁を花の水やりを使う。



3合の米をたくときに米のとぎ汁が糸々6Lできた。  
米のとぎ汁はえいよう分がほうう、で、米のかわりにもなるので  
一石二鳥です。

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト (自由記入)

3. 新聞・ざし・アルミかんをリサイクル業社へ  
もって行く。



自分たちで持て行けば重さに応じて  
ポイントがつきます。500ポイントで  
500円分のスーパーの商品けんに交かん  
することができます。



## 感想



エコを伝えることによって、家族全員が、  
「せ水」「節電」「ゴミさくけん」を心かけてくれました。  
家族全員心かけてくれたので旧に使う水の量  
電気の量が少なくなりました。このエコチャレンジ  
の週間だけでなくこれから毎日エコを心  
かけていきたいなと思いました。





## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

こまめに  
消すエコチャレンジを  
した結果は...

いっもより 部屋の電気が  
消されていたり、水の節約のために  
みんなが水の工夫をしていた!!

## エコチャレンジ



近所のゴミ  
捨てをしてみた!

おかし  
の食べか  
に注意し  
よう!!

ハニカチや  
くつしたなどの  
小さい物を  
自分で洗って  
みた!



水の  
工夫を  
しよう!

テレビの  
つけっぱなし  
に注意!!

出しっ  
ぱなしに  
しない!!

食べるのし  
なし!!

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

変化!? やったこと!

## 水

・ハニカチやくつしたなどの  
小さい洗い物は自分達で  
洗うようになった。(子ども)

## 電気

・出かける時は電気を  
消したかたしかめるよう  
になった。

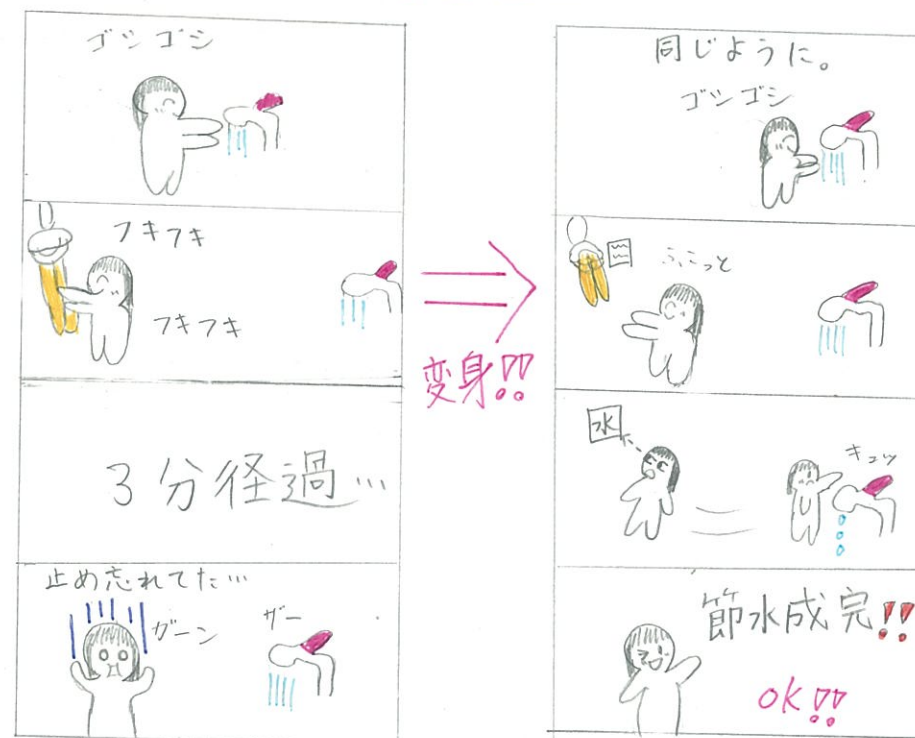
## かんきょう

・家の周りや近所のゴミ  
捨てをたまにするようにな  
った。

## その他

・家の節約のことにつ  
いてきょうだいで考えて  
話した。

エコチャレンジでマンガを書いてみた!!





## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコチャレンジ



～暑い夏を、快適に過ごすために～

簡単！

## 暑い夏に、車内で快適に過ごす方法！！

## 1. 車内の熱を早く逃がす方法！

① 助手席側のドアを大きく開ける。

＊大きく開けられない時は、一緒に窓も開ける。

② 運転席側のドアを5、6回大きく開閉する。

どうして？

ドアを開める勢いで、車内の熱気が助手席へと流れていき、外へ出され、その流に乗って、外の空気が入ってくるので、一気に車内の空気が入れ替わり、車内の温度が外の温度と同じになるからです。

その後、全部の窓を開けたまま1、2分走ってから冷房をかけると、涼くなります。

## 2. 車に断熱フィルムをはる！

## 3. こまめに休けいをして、水分ほきょうをする！

家族や友達と楽しく

話をしたり、好きな音楽をかけて、歌ったりするのも、暑い夏を快適に過ごす方法の一つだと思います！

一酸化炭素や、はきかスを削減し、エンジンに負担をかけないので、エコにつながる！



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

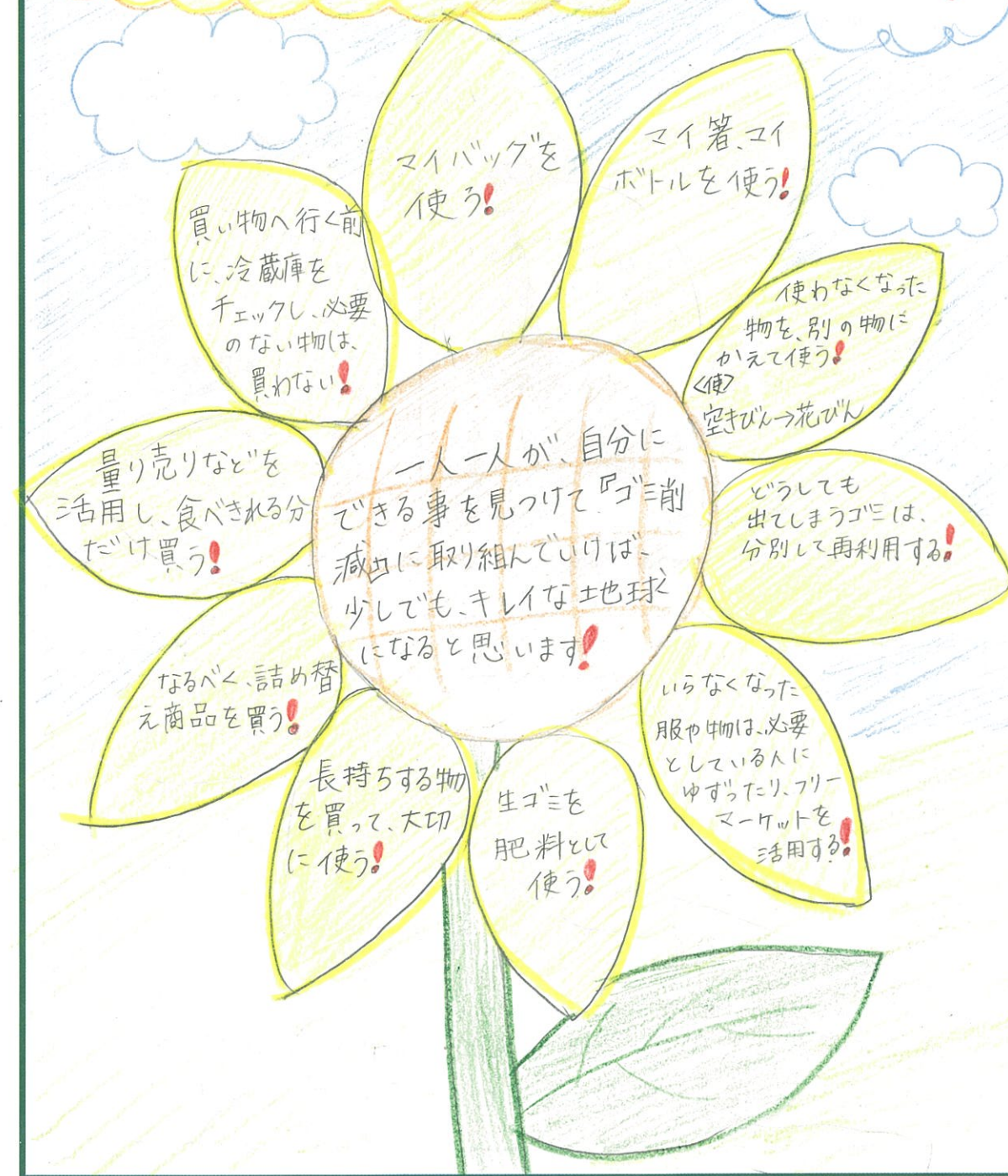
◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコチャレンジ



～ゴミ削減で、キレイな地球～

エコの花、さかせよう！





## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

私の家で出るゴミで

リサイクル活動をしてみよう!

## ① 空のビールびんとそのケース



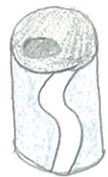
販売店に持って行くと、びんビール1本につき  
5円返却してもらうことができる。  
1ケースは300円返却してもらうことができる。

## ② ダンボール、新聞、雑誌



リサイクル業者に持ちこむと、重さに応じて  
ポイントがつき、ポイントが貯ると500ポイント  
で500円分のスーパーの商品券と交換して  
もらうことができる。

## ③ アルミ缶

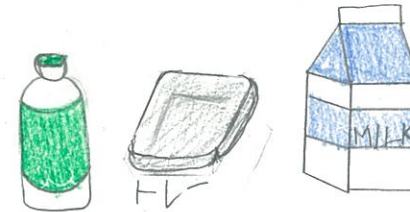


アルミ缶を小さくつぶして、大きな袋にためておいて  
リサイクル業者に持って行くと②と同様交換して  
もらうことができる。  
(アルミ缶は、軽いのでできるだけたくさんためて置いて  
行きま。だから小さくつぶしておくとかさかへって置いて  
おく場所も少しですみます。)

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## ④ ペットボトル、食品トレイ、牛乳パック



スーパーの、買い物に行ったついでに  
店に設置されている回収BOXに入  
れます。そうすれば、スーパーに回収車が  
来てリサイクル設に持って行ってく  
るので確実にリサイクルされます。

でも...

④のリサイクルは、きれいに洗った  
ものをBOXに入れないといけません。  
だから、水で洗わないといけないので、  
リサイクルはできるけど、節水にはな  
らないと思いました。

## 感想

今回、このリサイクル活動をやってみて思ったこ  
とは、今までは、私と妹以外の人たちがリサイ  
クル活動をしていていました。でも、今回やってみ  
て、なにがなにをすてていたものか、どのようにな  
っていくのかや、リサイクルするとどんな良いことがあ  
るのかということがよく分かった。  
これからも、リサイクル活動を続けていきたいと  
思う。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



家では、水をたしはなしのときがあるので、じゃくちの戸にシールをはりました。すると、水をエコするまえより、エコしているというかんじがしました。

## 電気使用量

7月分 733 kWh

8月分 407 kWh

エコチャレンジで、電気使用量が1か月で、エコできたと思いました。

## エコチャレンジをやった感想

家の中にシールをはってみると、水の出しはなしや電気使用量を家族が意識するようになりました。食べのしかなかったのも、母は、食器があらうやすいと、よろこんであらっています。ぼくは、エコをつづけようと思いました。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

ワクワク

エコライフ

①まずは、**節水**から！

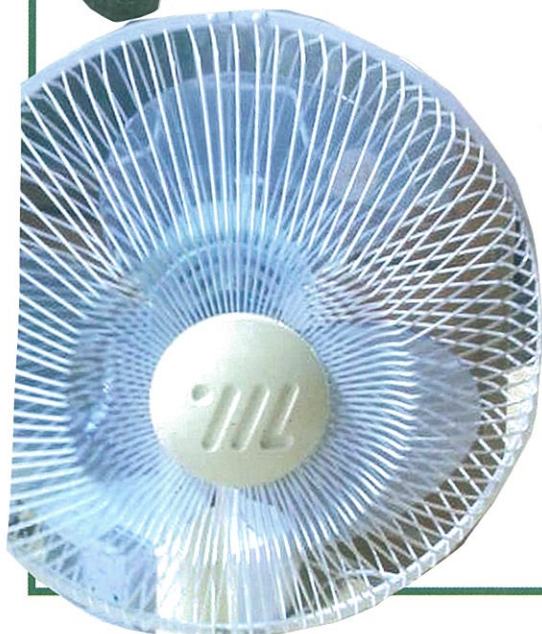
私の家は、水道をあまり使わず、  
「井戸水」を使うなどという  
工夫をしている！これなら、  
水道費もお金のムダに  
ならない！



OFF **せつでん**  
せん風機を  
使う。

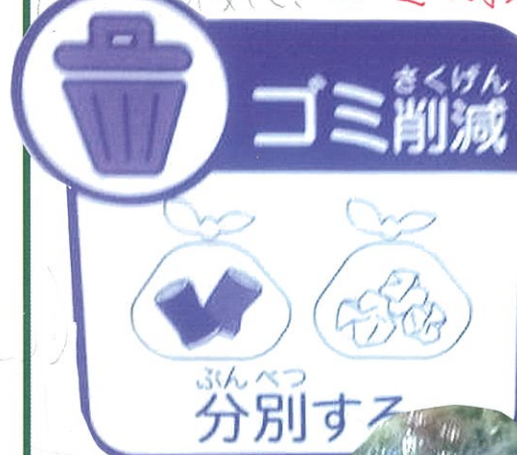
②次に、**節電**！

私の家は、木造なので、  
冬は温く、夏は涼しい！  
でも、せん風は、必需品！  
30°を越えと、さすがに  
あつい！と思った。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

③最後に、**ゴミ削減**！

私の家では、数ヶ月前から  
分別に取り組んでいるの  
ですが、燃えるゴミと  
ビニール類などの  
ミスがあるので、  
少しこまっていた。

たけどシールをはると  
入れちがひもなくなった！

♪エコ活動をやってみた、実感♪

正直すごく大変だった。昨年度もやりましたが、両年度  
とも大変！エコは、大変！けど、地球かんきょうに  
やさしくできることに実感を持っています。

今後エコについてどうするか

。エコを頭に入れ、エコに心がける。

。みんなにもエコについて  
考えてもらう

家の人の感想

自分もなかなかエコにま  
手が回らなくなっていま  
したか最近手が回るよ  
うになったので良かった。



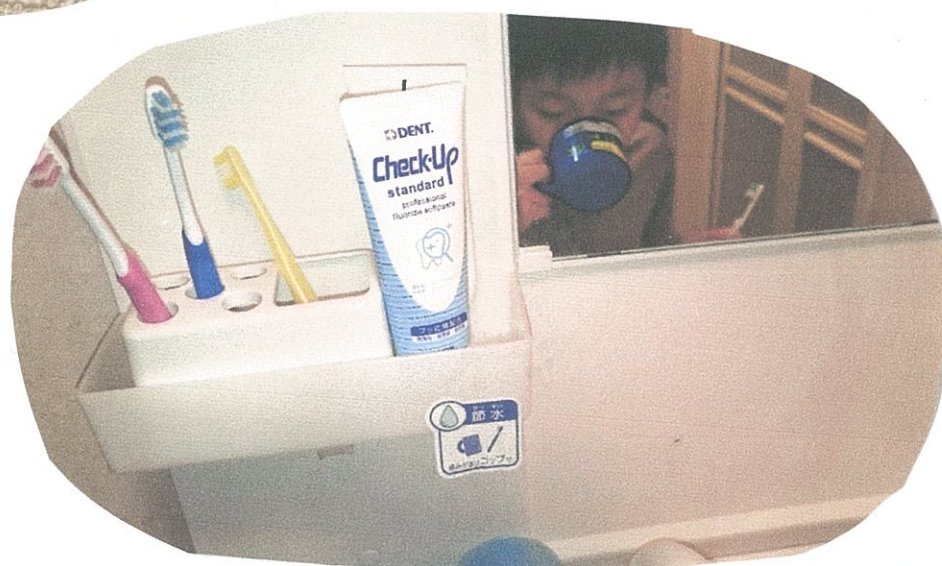
## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



使っていない部屋の  
電気はこまめに消すようにし  
ました。

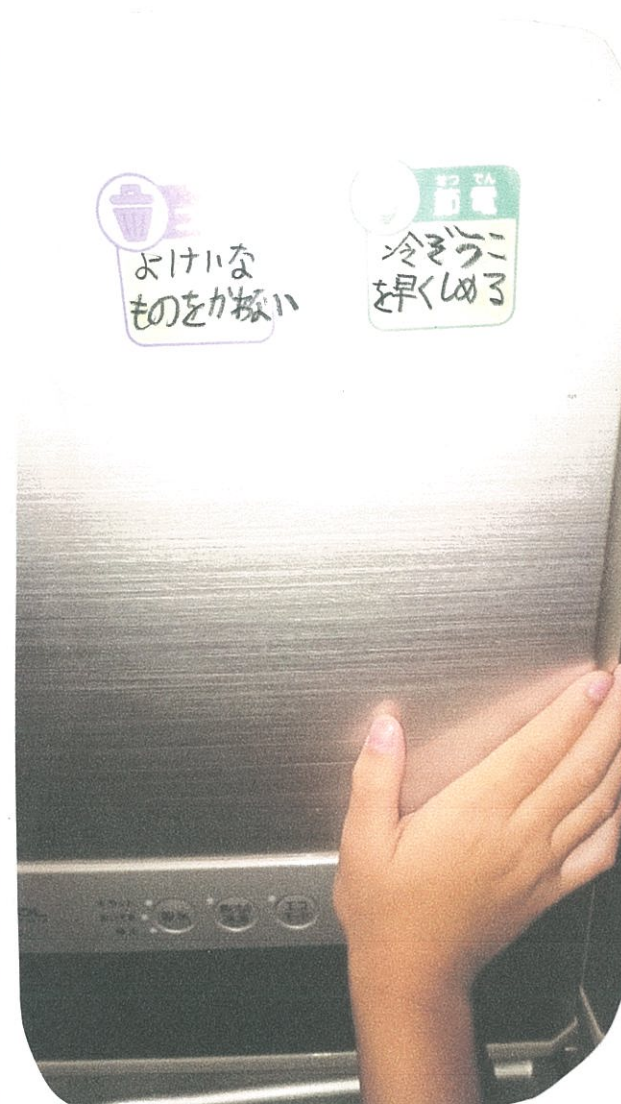
電気代の節約になった  
と思う。



はみがきはコップはいたけどオカすすげた  
弟も協力してくれた。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



冷蔵庫の音を  
聞くことが少なくなった。

食べ物をささせる  
ことがなくなった。



いつも気にせず大を使っていたので水の節約  
になった。

感想

エアコンの温度 28℃はパパは暑いと言っていた。  
でも協力してくれた。食で残しをしないチャレンジ  
で弟が野菜を食べた。うれしかった。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコ新聞



ティッシュのムダ使いをいまだに  
ついつい使ってしまうティッシュ。  
ミニハンカチを使って出来るだけ  
ティッシュを使う回数を減らせる  
ようがんばってみよう。



生ゴミを土にかえす。  
生ゴミを庭につめるのを  
手伝いました。とても楽しくて、  
しんどい作業でした。  
約1ヶ月で大きなバケツ1杯  
これでずいぶんゴミの量も減るし、  
畑も元気に。

★  
コロシ先生の本を読んで、紙はゴミじゃないと気がつきました。  
本の木を救うためには、古紙50kgのサイクルをすればいいので、  
ゴミを捨てる時、古紙リサイクルも気をつけるようになりました。  
エコチャレンジに取組んで、ゴミについて考える機会  
が持てました。まず意識することが大切だと思います。

★本コロシ先生の情熱、古紙リサイクル

協業

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコ新聞



コップの水で歯みがき。  
家族6人で約200Lの水の節  
約になる。  
シャワーの出しっぱなしを気を付けて！



お米のとぎ汁はお花の水やり用に。

水についてのいろいろな資料を図書館から借りて読みました。  
世界には、有害な水を飲まなくてはならない国が多くいると知り、  
ショックを受けました。バングラデシュでは毒のヒ素入りの水と知らな  
からでも、今日を生きるために水を飲まなくてはならないのです。  
日本の水も昔に比べればお世されてきたけれど水道が通って  
その水をそのまま飲むことはとてもめづまれていると改めて  
感じました。

★本100年後の水を守る



3067

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



わたしはたまにテレビをみていないのにつけていることがあります。みていないのにつけています。もったいないと思いました。勉強などをするときはけすようにしました。

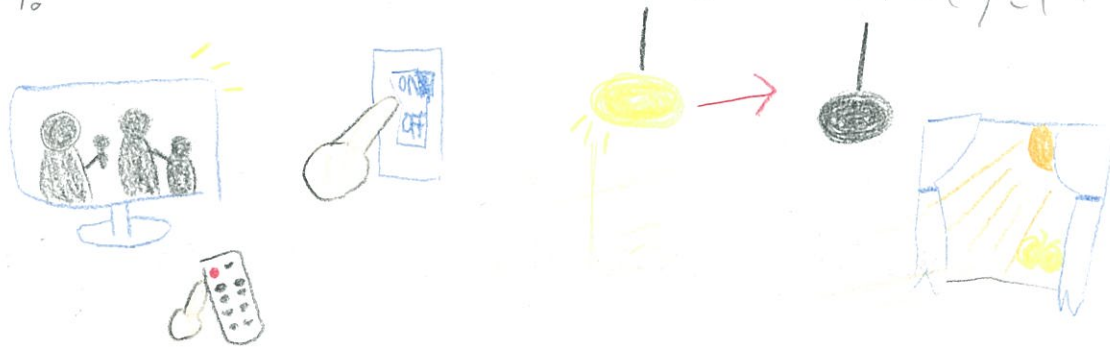
前26℃にしているとすごくさまいかんじがしました。さまいのたたらかせをひいてりしてしまいます。温度を28℃にするとすすいしかせもひかなさそうでした。いいと思いました。ねるときもタイマーをかけておいています。



感想

節電すると電気代が減ると思います。

これからもつけはなしなどをしていきたいと思います。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



わたしはティッシュをいっぱいつかってすくなくなるのがもったいないと思いました。

なのでティッシュを半分にして2倍にしました。ゴミ削減にも節約にもなりました。



水を出すとき、水はちゃんとしか使われないのにいっぱい出してしまふときがあります。

なので水の出す量をえんぴつの糸田の量を少なくするようにしました。



私の家ではペットボトルをいっぱいからたくさん空のペットボトルがでできます。なのでペットボトルをかかわないよう水とうをもちあうようにしました。



3098

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



## 地球温暖化防止

毎日の暮らしで排出しているCO<sub>2</sub>の量は1人あたり1日約6kg。自分でできることから、ひとつずつ取り組み1人1日1kg CO<sub>2</sub>減少を目標にチャレンジしよう。

## 自分でチャレンジ

CO<sub>2</sub>を減らす(1日)

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| ★冷房の温度を2℃上げる。            | 減少量 83g |
| ★シャワーの使用時間を1分短くする。       | 減少量 74g |
| ★お風呂に入る時は前の人が出ると、すぐ入る。   | 減少量 86g |
| ★買い物に行く時は、必ずマイバックを持っていく。 | 減少量 62g |
| ★リサイクルできる物は分けて捨てる。       | 減少量 52g |
| ★冷房の使用時間を1時間減らす。         | 減少量 26g |
| ★電源は主電源で切る。              | 減少量 65g |
| ★電灯は必要ときだけつける。           | 減少量 2g  |
| ★テレビを見ていないときは必ず消す。       | 減少量 13g |
| ★冷蔵庫の開放時間を短くする。          | 減少量 3g  |

## まぐの感想

エコチャレンジをして、節電が大切さがわかりました。  
1人1人がエコチャレンジをすることによって日本は低炭素社会になれると思う。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## 低炭素社会

地球温暖化の原因となる温室効果ガスのうち最も量がタチのものはCO<sub>2</sub>です。このCO<sub>2</sub>を出す量が少ない社会のことを低炭素社会といいます。



## 家族矢とチャレンジ

|                           |          |
|---------------------------|----------|
| ★お風呂に残った湯は洗濯用にする。         | 減少量 7g   |
| ★車が止まっている間はエンジンを止める。      | 減少量 45g  |
| ★車はゆっくり発進する。              | 減少量 207g |
| ★炊飯ジャーの保温をやめる。            | 減少量 37g  |
| ★冷蔵庫と壁に間をつくる。             | 減少量 19g  |
| ★皿洗いのときは、水温を低くする。         | 減少量 29g  |
| ★やかんの底の水をふく。              | 減少量 1g   |
| ★パソコンの使用時間を短くする。          | 減少量 13g  |
| ★蛍光灯を使う。                  | 減少量 45g  |
| ★ガスコンロの炎をなべの底にはみ出ないようにする。 | 減少量 5g   |

## 家族矢の感想

父：色々な家電の使い方を工夫すると節電にもなり、地球温暖化防止になる。  
母：自主的に積極的にエコチャレンジしてくれありがとう。

|                             |        |              |
|-----------------------------|--------|--------------|
| 28年 8月分                     | ご使用期間  | 7月26日～ 8月25日 |
| 契約内容                        | 従量電灯A  |              |
| ご使用量                        | 393kWh |              |
| 計器番号                        | 540    |              |
| 当月指示数                       | 7165   |              |
| 前月指示数                       | 6772   |              |
| ご参考：前年同月ご使用量（期間 7/24～ 8/25） | 46kWh  |              |
| 対前年同月比                      | -14.7% |              |



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコシールをはった場所

せん面所、台所、トイレ、  
せんたくき電気のスイッチ、クーラーのリモコン  
テレビのリモコン、冷蔵庫

ゴミ箱、台所、



水  
 節水

- ・水を出しすぎにしない
- ・コップに水をくんで  
歯みがきをした。
- ・シャワーは使う時  
だけ水を出すように  
した。
- ・お風呂の湯で  
せんたくをした。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

電  
 節電



- ・照明はこまめに消す。
- ・エアコンの温度は28°C
- ・冷蔵庫のドアは開けたら  
しめる。
- ・テレビはつけっぱなしにしない。
- ・プールへ行ったり外出した。

## 〈感想〉

家族そろってご飯を食べたり、  
お風呂は間をあけずに入ったり、  
家にいるとクーラーを使うので外出  
して家族みんなで協力した。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



ときどき消し忘れが  
あったので、気を付ける。  
**電気のスイッチ**



取り出す物を決め  
てからとびらを閉  
める。  
すぐに取り出せる  
ように、中を整理  
しておく。  
**冷蔵庫**



だれもない時  
に回ってつりするので、  
忘れずに消す。  
**せん風機**



エアコンとせん風機を上手  
に使い分ける。  
**エアコン**

**(チャレンジ 節電!)**

体や顔を洗う時は、  
洗面器を使うと使う  
水の量がへる。



器をゆすぐ時だけ水を  
出す。洗ざいで洗っている  
時は出しっぱなしにしない。  
**器の洗い方**

**洗面器 (チャレンジ 節水!)**

トイレの水は、大と小を使い分  
けると、使う水の量がへる。  
**トイレ**

家族四人全員がコップを  
使うと、とても水の使う量が  
へらせるといった。  
**コップ**



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

**(チャレンジ ゴミ削減!)**

好ききらいをしな  
いようにする。  
**食べ残し**



うらが白い紙は、  
メモ用紙にする。  
ビニールは、も  
う一回使う。  
**リサイクル**



ゴミが減るよ  
うに、しっかり分別  
する。  
**分別**



買い物に行く時はビニールゴミが  
減るように、エコバックを持って行く。  
**エコバック**

**(感想)**

宿題をする時は、兄・妹・べつべつの部屋でやっていたけど、エアコンを付ける日は、同じ部屋でいっしょにするようにした。夏はすごく暑いので、がまんするだけでなく、クーラーとせん風機を上手に使い分けることが大セオだったと思った。

コップを使ったりトイレの水の量の使い分けなど、かんたんにできることは、これからもやっていたらいいなと思った。

私は、苦手なものもあって、食べ残しをしないということは、むずかしかった。私の家は、生ゴミしお理機を使って、生ゴミを火のひききにしていく。これからは、もっと続けていきたいと思った。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

- ①お風呂に、系統けて入るようになって、おいだきの回数をへらすようにしました。
- ②歯みがきの時もコップを使い、水と同じ時間にして、照明の使用時間を短くしました。
- ③勉強も居間でおようにして、エアコンの使う台数もできるだけ一部屋ですまなうにしました。勉強している間はTVを消したりして、家族に協力してもらいました。
- ④午前中よりも午後の太陽（西日）の方が暑いので、緑のカーテンをたてて、日光をさえぎり部屋のエアコンの設定温度も希望より2℃高くして過ごししました。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

- ⑤野菜クズなどの生ゴミをコンポストで肥料にして、畑で利用するようにしました。
- ⑥燃えるゴミ、ビン、カンを分けてゴミに出したり、ペットボトルをスーパーで回収してもらうようにしました。

## 感想

・少し心がけるだけで身近に節約できる。

資源がみんなにもたくさんあることにおどろきました。

小さな気づきがユミを財産にかえていくことになるのだと実感しました。

これからも気づき心がけていきたいです。





## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## ぼくのエコチャレンジ



## ＜コップの使用＞

水をあまり  
出しすぎないよ  
うにコップに水  
をつけよう



## ＜こまめに消す＞

部屋から出て  
行くときは少  
しの時間でも  
消すようにする。



## ＜洗面器の使用＞

顔や体を洗うと  
きは洗面器に  
水をためて使うと  
節約することが  
できる。



## ＜水の大小の使用＞

大は小の4倍  
の水が必要にな  
るので使い分  
けなくてはい  
けない。

(家のトイレの場合)



## ＜出しはなしに注意＞

手を洗ったり、食  
器を洗ったりする  
ときはむだに水が  
でていることが  
ないようにする。



## ＜冷房は適温で＞

エアコンと扇風  
機を適度に使  
分ける。



## ＜消した水ない＞

だれもい  
ないにまわっている  
ことがないよ  
うに気をつける。



## ＜冷蔵庫のあけしめ＞

中から出し  
やすいように  
整理し、

出したいものを決めてから  
あける

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## ゴミ削減

## ＜できるだけ使う＞

むだなくものを使ったり、  
できるだけ  
使い切ってから  
かえるというよう  
に捨てるものを  
減らす。



## ＜食べ残しをしない＞

好ききらいを減らし、作りすぎで  
余ってしまうと  
いうようなこと  
がないように  
する。



## ＜ゴミの分別＞

ペットボトル  
やトレイ、燃え  
るゴミなどを  
分別する。



## ＜エコバックの使用＞

お店に行くときにエコバ  
ックをもち、ビニ  
ール袋などのゴミを  
減らすようにす  
る。



## エコチャレンジをやってみて

去年もエコチャレンジをやり、環境のことを考えたが、  
時間がたつとコップを使うことなど忘れてしまっていた。今  
年はそ気をつけて忘れないうようにがんばりたいと思った。  
インターネットで調べると最新のトイレでは小で4L、  
大で4.8Lの水の量があるということがわかった。少し  
気をつけるだけで節水につながって、くんだなと思った。  
食べ残しをしないという目標でも、僕は好き嫌いしない  
ようにして、母は作りすぎないというように、同じことでも役割に  
よってできることが変わってくるということがわかった。



3/27

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

**ECO** **せっすい**

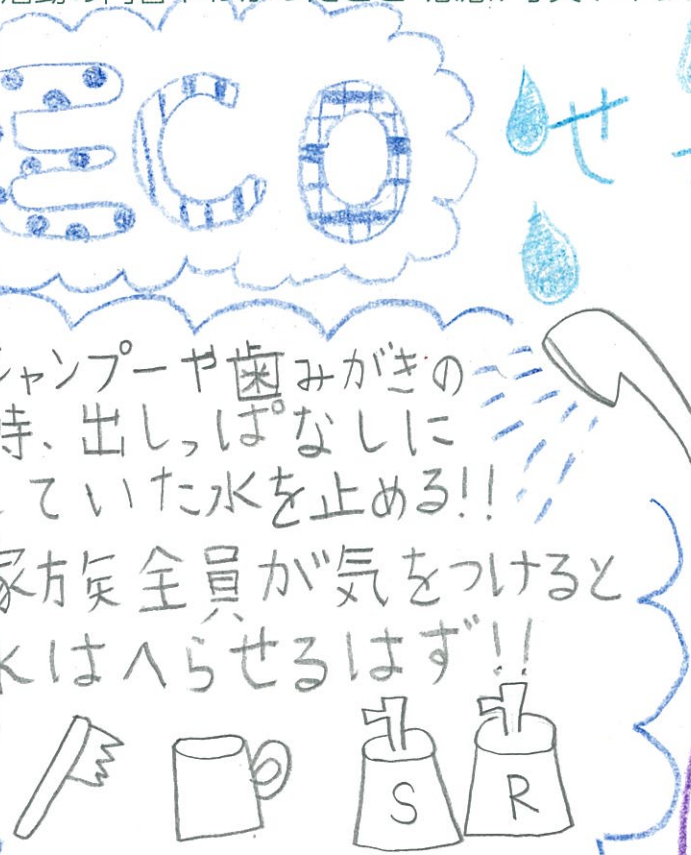
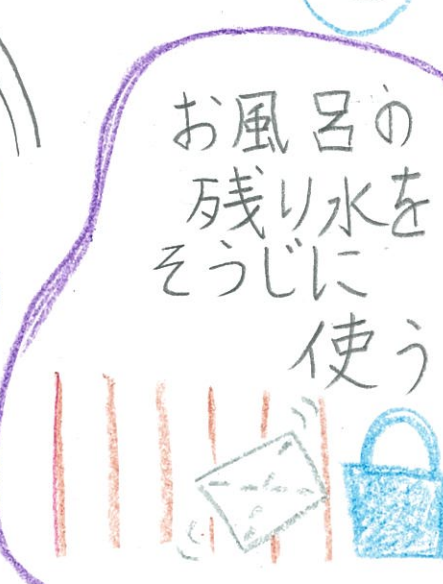
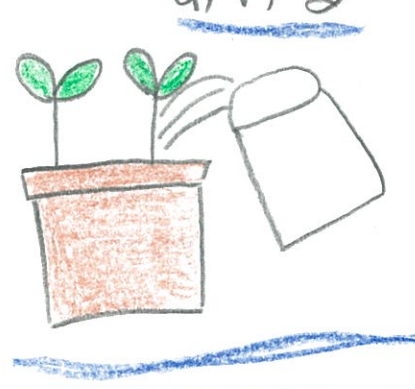
シャンプーや歯みがきの時、出しっぱなしにしていた水を止める!!  
家族全員が気をつけると水はへらせるはず!!

お風呂の残り水を  
そうじに  
使う

トイレの水の使い分けをする  
大レバーと小レバーでは  
1回の水が、2リットル  
差があるそうなので  
大きなせっすいになる。

お米のとぎ汁を  
かんよう植物に  
あげる

家族みんなでチャレンジしたよ

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

**ECO** **せっでん**

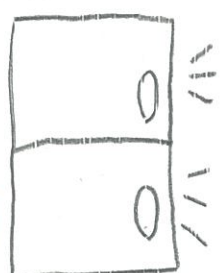
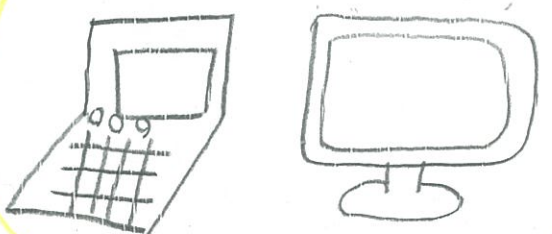
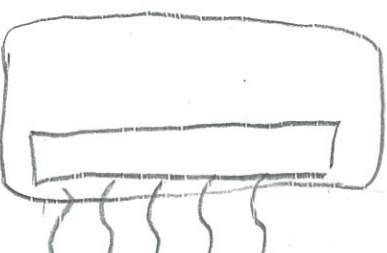
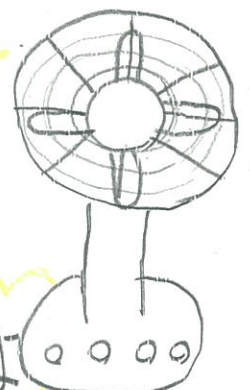
冷蔵庫の開け閉め  
を少なくする

テレビやパソコン  
を見ない時は  
消す

せ、てい温度 28℃で  
暑い時には、  
せん風機  
をまわす

なるべく、1つの部屋  
に集まる

家族みんなでチャレンジしたよ



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

リビングとろうかの  
照明をLEDにかえた。

| リビング                  | ろうか                   |
|-----------------------|-----------------------|
| 144W                  | 60W                   |
| ↓                     | ↓                     |
| 43W                   | 8.2W                  |
| <hr/>                 | <hr/>                 |
| -101W                 | -51.8                 |
| ( $\frac{1}{3}$ になった) | ( $\frac{1}{7}$ になった) |

同じ明るさでも電気の  
使用量がすくなくなった。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

水道の出口に節水シールをはった。  
①はみがきに使う水がへらせた。  
②シャワーの出しっぱなしがへった。

照明スイッチに節電シールをはった。  
①にまめに電気を消すようになった。  
②けしわすれがすくなくなった。

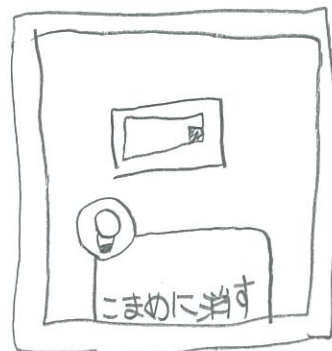
テーブルしにゴミ削りげんシールをはった。  
①ごしはんはせたいたづられるふんまでいれる。  
②こぼさないようにたべるようにきをつける。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## 活動レポート



リモコンを  
うけたまま  
ずっと  
リモコンを  
うけたまま  
ずっと  
リモコンを  
うけたまま  
ずっと

朝は電気を付け  
ないでカーテンをあけて  
太陽の光で明るく  
するようにして節電  
をしました。

感想 シールをはってみるとクーラー  
のスイッチがつけっぱなしになっていました。  
「食べ残しを少なく  
なって自分でもうれしい」と思っています。  
「節水も少しですが水がたしかに少ないと  
おだづかいになることがわかりました。  
これから「ゴミの削減」「節水」「節電」を  
少しでもおだづかいをなくそうと思っています。

エコシールをはってから  
何を気にするようになりました。  
＜家族インタビュー＞  
③残さず食べるようになった  
④いらぬ紙があったら私は  
はたいていたけどメモ帳と  
かにして使った。

祖父 これからも  
少しでも「節水」をする  
祖母 これからも  
毎日「節水」「節電」  
をしているけど、  
気にするようになった。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## 活動レポート



時々水を  
だしはなして  
注意されて  
いまはシール  
をはからず  
にはいられ  
ない



いつも歯みが  
きする時はコ  
ップに入れて  
やっていたが  
もっと、気に  
するおになっ  
た。

## 感想

家の中にエコシールをはたらむく気にするよう  
になりました。「節水」は今までやっていた事を、もっ  
と気にして、いろいろむだな水が「シールをはた  
てから」「節水」をちゃんとできたので、自分でもうれ  
しいです。ゴミの削減も「食べ残しを少なくして、自分  
でも残さず食べるよう努力しています。  
これからも、少しでも水がたしかに少ないにしてい  
たら、注意して、むだをなくしたいです。



3/25

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

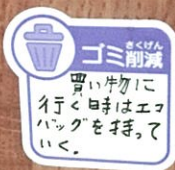


写真やイラスト (自由記入)

米のとぎ汁を  
植物にあげると  
少し元気になっ  
たような気がした。



げんかんドアにシールを  
はることで、わすれいても  
だれかがきづいて  
声をかけることでせつ  
やくをつづけること  
ができた。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト (自由記入)

# エコ活動を 一週間つづけて みて

エコシールを家のわかりやすい  
所にはることで、ふだんから  
していた事も、おたかばい声に  
出して、注意することかでき、  
みんなでエコチャレンジが  
できた。せつやくする事で  
今までより地球温暖化  
を広げない事がとても大事な  
事だと思った。これからも自分  
ができるせつやくを、つづけて  
いこうと思った。



3/26

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト (自由記入)

## 電気使用量をへらすぞ! 大作戦

電気を作るときはCO<sub>2</sub>を出していて、それが地球温暖化の原因になっていることを知った。そこで、自分の家での電気使用量をへらしてみようと考えた。

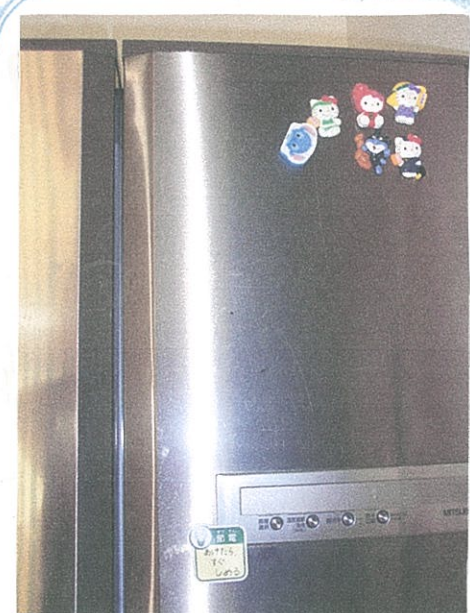
まず、ふだんどのくらい使っているかというと、

| 月日        | 7/12 | 7/13 | 7/14 | 7/15 | 7/16 | 7/17 | 7/18 |
|-----------|------|------|------|------|------|------|------|
| 電気使用量(kw) | 25   | 24   | 24   | 22   | 23   | 23   | 21   |

使用量をへらすためにどんなことができるかを考えてみた!



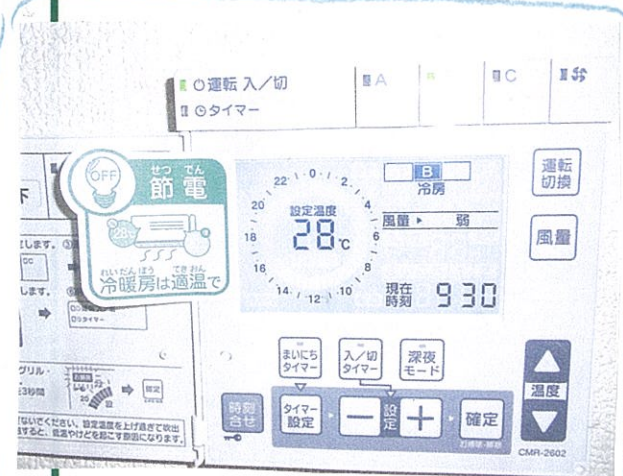
テレビは、ダラダラ見ないで、時間を決めて見る。



冷蔵庫は、温度が上がらないように、あけている時間をできるだけ短くする。

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト (自由記入)



クーラーの温度設定は28℃、夜は、タイマーを使う。せん風機や氷まくらを使うと効果的!!



電気は、つけっぱなしにしない。

## その結果

| 月日        | 7/24 | 7/25 | 7/26 | 7/27 | 7/28 | 7/29 | 7/30 |
|-----------|------|------|------|------|------|------|------|
| 電気使用量(kw) | 19   | 18   | 21   | 21   | 21   | 20   | 25   |

少し、気をつけるだけで、電気使用量はへった!!

## エコチャレンジをして...

シールをはって、家族みんなで注意することで、節約にもなった。電気使用量がへり、他にへらせる所がないかをみんなで考えるのも楽しかった。なにより地球温暖化をふせぐことに

つながるので、いいなと思った。

お休みでみんな1日家でいた。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト (自由記入)

エコレポート



← 雨電気のスイッチ



ゴミ箱

電気をこまめに消せば、電気代があまりかからないと思った。



電気代 (去年) 7813円

(今年) 6015円

おんななゴミを  
ださなかつたら  
ゴミの量が  
へるよ。



これぞエコ

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト (自由記入)

感想

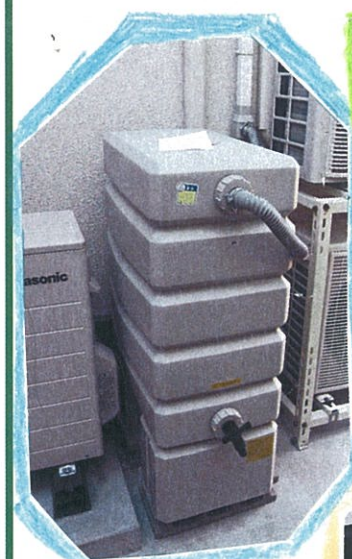
エコシールをはたら 電気代や水道代

がへった。家方矢もきょうよくしてくれた。ほとくの家には、雨水タンクと充電池があります。家方矢みんなでこれからもエコにとりくみたいで。土也玉求を守りたいです。

家方矢にインタビュー

母にものは、圧力なべを使う。

父 家庭の光熱費が安く、うれしい。しげんのせつやく。



雨水タンク





## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## わが家のエコチャレンジ



みんな水を多めに出すのではりました。私もペットのそうじのとき以外は、水の量を気にしていました。



「こまめに消す」をやる日は少なかったけれど、今までよりもっと家族みんなが気にするようになりました。



特に妹が「使えそうなものはまだ使う」をやってくれました。トイレットペーパーの芯でポプリスティックを作ったり、ティッシュの空き箱でケースを作ったり……他にもいろいろ作ってくれました。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## ポプリスティックの作り方

## 材料

- ・トイレットペーパーの芯
- ・ポプリ、ハーブ、スパイスなど
- ・きり
- ・カラーマジック
- ・ひも
- ・お茶パック



- ① トイレットペーパーの芯にカラーマジックでもようをかく。
- ② ①にきりで穴を開けて、芯の中にひもを通して結ぶ。
- ③ お茶パックにポプリなどをつめる。
- ④ ③を②の芯の中に入れる。

## エコをした日の回数

節約



..... 27回

節約



..... 13回

ゴミ削減



..... 20回

## 感想

エコシールを貼ったら、家族みんな気にするようになりました。特に「水を出しっぱなしにしない」と「食べ残しをしない」はみんながんばってくれました。ふだんから気を付けていたつもりだったけど、もっとできると思いました。これからも続けていきたいです。



3/21

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコ  レポート   

エコシールをはった場所



など...

↓  
ゴミの分別は、うだん  
母しか、していないので  
がんばってみよう!と  
思い、シールを、  
はりました。

↓  
うだん コップを使って  
できているけど、  
わたしなりに、  
使う分量だけを、  
コップに入れて、  
がんばりました。

↓  
わたしは、お風呂をくんだり、  
してなくて、母・父だけ  
やけど、せんめんきに  
くんだお湯を入れ、  
シャワーをできるだけ、使うのを  
少なくするのを、がんばっていました。

活動内容

電気使用量  
去年 270kwh → 今年 250kwh

このように、少しでも  
削減したい  
エコを目指せ



① 母と話し合い、シールをはる場所を考えた。(7月、後半)

② エコ生活を始めた(8/1~8/7)

③ 自分なりに...

わたしの部屋は、エアコンがついてなくて、  
せん風きがついています。暑い時が多かったため、  
せん風きをつける、きかんが多くなったけど、  
できるだけ「弱」の风量にして、暑さをしのいだり、  
まどをあけたりなどして、自分なりに工夫しました。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

家族にレポート 

母...クーラーをけして、せんめんきにかんたり、  
まどをあけたりなどの工夫。

父...体を洗う時はせんめんきをつかって、流し  
たり、ねる時のクーラーの温度セッてい。

妹...食べるのこしをしないようにがんばったり、  
苦手な野菜をがんばって食べる工夫。

家族みんなの工夫



↓  
こまめに電気を消す。  
クーラーを、せんめんきに  
かんたりなど...



↓  
ゴミの分別を  
がんばったり、  
使うまじいから  
使ったなど



↓  
出しはなしや、  
お風呂に入った時の  
水の使いすぎに注意!

わたしは、エコチャレンジをして、  
少しでも、エコするだけで、水や、  
電気、ゴミがへり、未来へつな  
がっていく事が分かりました。これから  
チャレンジがおあつたけど、自分なりに  
家族なりに、エコをつづけ、未来へ  
つなげようと思いました。

かんそう





◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

# エコレポート

## エアコン

## の

## 室

## 外

## 機

## カ

## バ

## ー

## を

## 作

## っ

## て

## 節

## 電

（自分の予想）

エアコンの室外機は、  
熱くなると、家の中に  
熱い空気が入りこま  
と思う。それで、エアコン  
は、へやの中をむりにすずくしようと  
電気を使い、へやの中の空気を  
ひやそうと思った。

結果

？カバーを  
つけたから

電気代

7月：9,913円 8月：10,500円

家族からの  
声

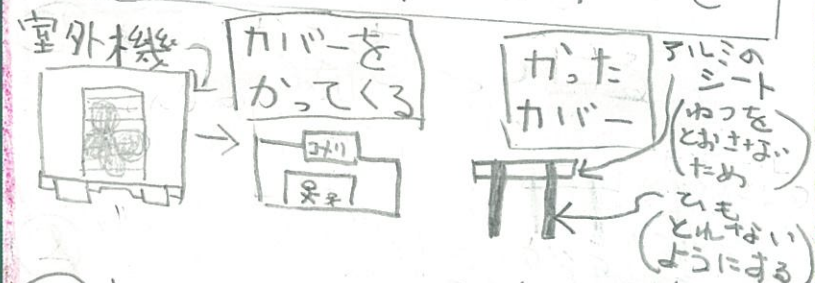
「去年の8月よりも  
安くなったな」と  
父はよるこんでいた。

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## 方法

①室外機の温度をはかる。

なにもしていない時？ 34℃  
カバーをつけた時  
50℃



②室外機にかたカバーをつける

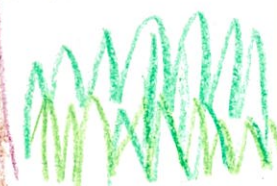


完成

カバーをつけたあと

かんそう

きょねんの8月より電気代が安  
なて、こんなに室外機の電気  
代がかかわるのか〜と分かり  
ました。カバーをつけ  
る時もわくわくしてはのし  
がたびす。





3/16

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコ・レポート

活動！ (横によむ！)

ティッシュのムダ使いをしないようにシールをはりました!!  
いつもティッシュペーパーを一回ほど使った後すぐに「ポイ」と捨ててしまっ  
もったいなかったからです。  
今は何度か使って捨てています。



・使わない電気は消す！ことをこ  
ろかけていました！でもシールをあえてはることでもっと気にす  
るようになっていました。心もともと気を付けていても、もっと気  
を付けることが出来る！ということを知りました。

・シャワーのムダ使いをしないように努力をつくしたつもり  
なのですが、これは すぐ 忘れてしまっ  
たので あんまり 節約 できて ません でした。  
すみません...

家の人にインタビュー！  
(横によむ！)

みんなにいろいろ聞いてい  
ました！😊

母：エアコンの電気代せつや  
くのためにリビングにいた時間  
が長くなってよかった。

妹：いつも自分からやっているの  
(せつやく)えらい！と思った。(らしい)

父：コメントをまめにぬく  
ようになつてよかった！

他にも家族がいますが入らなかったの×

やってみた感想！ (横によむ！)

あまり自覚  
ものも、ち  
ることがで  
です！また来年やりたいです!!

とにかくわかった結果！

・節約するといいいことたくさん！(当  
たり前😊)

・地球にとにかくやさしいこと！

！ っ

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



3/07

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

### エコレポート



水を出す量を減らすと、水道代も少なくなった。とお母さんも言っていたのでよかったなと思いました。

歯みがきをゴップですると水の量も減るし、出しはなしにもならないので少くすみました。



#### エコチャレンジをやってみた感想

私の家ではよく、テレビを見ていないのに、テレビをずっとつけはなしの時間がよくあります。だからエコチャレンジをしてみようと思、7日間シールを付けていたら自然とみんなやってくれるようになりました。お母さんもめっちゃ喜んでいました。エコチャレンジをやれてよかったです。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



### エコチャレンジ



げんかん  
ドア

食べ残しがちょこちょこあっては、みたらみんな食べさせてくれたのでお母さんも楽になったと言っていました。

上のシールをはったことでゴミがすごく減りました。このエコは味もよくかかしてくれました。



れいぞうこ

#### 家族にインタビュー

- 母 エコチャレンジをして...  
いつも注意していることを自分でしてくれたから目かかった。
- せ末 がんばったところ...  
食べ残しをしないようにがんばった。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコレポート(節電)

冷暖房は  
28℃で!このシールをはると、  
家族のみんなは、  
28℃に、設定  
するようになりました。

つかわ

ない所の電気を消す!

このシールをつけると、  
つかわないほうの  
電気を切ってくれ  
るようになりました。

## まとめ

この2つのシールをはると、家族のみんなは、節電をしてくれるようになりました。  
テレビを見る時は、食事室の電気を消したり、エアコンでは、ちょっとでもあかしくなると、28℃にしてくれました。  
だから、これからも、いろいろな節約をして行きたいと思います。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコレポート

? 私の家では、どんな節約をしているの  
だろうかな?

家の中でさかしてみまし=?

- その1 口をすすぐ時は、コップに水を入れている。
- その2 トイレの水をながす時は 大・小と使い分けている。
- その3 エアコンの(冷暖房)温度は 28℃ にしている。
- その4 ゴミは、生ゴミ・ビン・プラ・カと 分別している。
- その5 食べ残しは、していない。
- その6 水は、出しっぱなしをしていない。

## ★まとめ★

私の家では、いろいろな節約をしていました。  
もしかしたら、ほかにも、いろいろ節約をして  
いるかもしれません。だから、私は、  
ほかにも、いろいろな節約をしていきたい  
と思います。



3/12

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

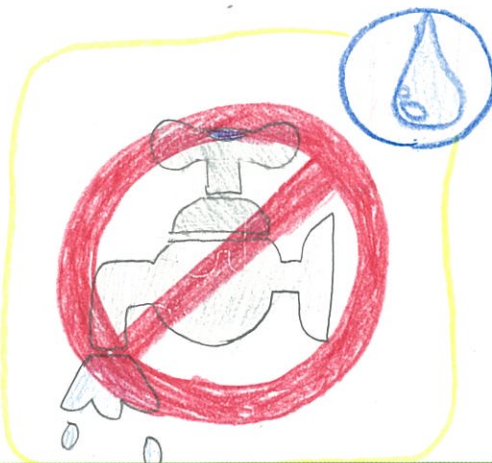
エコチャレンジ  
レポート

## 節水コーナー



私は、いつも、歯を  
みがき終わって  
からうかいをす  
るとき水を出し  
っぱなしにしてい  
たけど、これをき  
かずに、水が少な  
くてすみました。

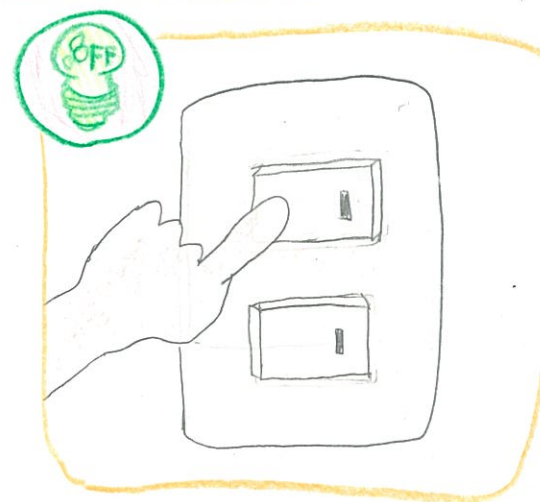
いつもは、お風呂や  
手を洗うとき、顔を洗  
うときに、水を出し  
っぱなしにしていたけど、この  
シールをはってから、水を出  
しっぱなしにすることが  
なくなりました。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## 節電コーナー



今まで、もうその場  
所に用はないのに、  
電気をつけっぱなし  
にしていました。  
でも、節電シールをは  
てから、こまめに電気  
を消すようになりま  
した。

## ゴミ削減コーナー

いつもは、ふきん  
をしまっでいけい  
いいところも、ティッ  
シュでふいていま  
した。でもそれだっ  
たら、ゴミが増えるな  
と思い、このシールを  
はりました。





3/69

## わかやまこどもエコチャレンジ

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト

母と調べる

## わが家のエコ活動！

## 節電

- ・冷蔵庫のドアをすぐにしめる。
- ・いらないところの電気を消す。
- ・冷房の温度を28℃にする。
- ・使わない電化製品は、プラグをぬく。
- ・テレビやゲームは、時間を決めて、読書をする。

## 節水

- ・水を出しっぱなしにしない。
- ・トイレの水を大と小で使い分ける。
- ・おけに水を入れて、食器の下洗いをする。
- ・米のときじるで、花の水やりをする。

## 感想

私の気づかないところで、いろんなエコをやっていることが分かりました。

## ゴミを減らす

- ・エコバックを持って買い物に行く。
- ・小さくなった服をほかの人にあける。
- ・家で使わない景品類は、バザーに出す。
- ・マイおはし、マイボトルを持って出かける。
- ・あまった木材を使って、本立てを作った。
- ・残り布で、小物を使う。
- ・資源ゴミを分別する。
- ・ペットボトルのキャップはエコキャップ運動に寄付する。

## これからやりたいエコ活動

- ・生ゴミから土を作りたい。
- ・エアコンから出る水を、花の水やりに使いたい。
- ・自動車を使わずに、自転車での移動したい。

(◎は、私が知らなかったエコ)



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト (自由記入)

## 生ゴミから土を作る

今まで、キャベツのしんや、ニンジンの皮は、ウサギのエウにしてみました。でも、ウサギが死んでしまったのでどうしようかと考えていました。いろいろ調べていると、生ゴミから土を作れることがわかりました。コンポストという専用の道具がなくてもかんたんに、できる方法があるので、ためてみることにしました。

- ① はじめてなので、虫がわきにくく、分解されやすい、キャベツの外がわの葉、しんや、ニンジンの皮を使います。表面積が大きくなるように、細かく刻みます。

- ④ 雨がつかからないように、プランターをのき下におきます。

- ⑤ 一週間くらいで、土ができてあかいます。



- ② 植えていたものをぬきとって、プランターに生ゴミをうめるための穴をほります。

- ③ 生ゴミを入れ、EMほかしを生ゴミの上にかけます。その上に土をかぶせます。

土を作るのは簡単で、作った土を使って、チューリップの球根を植えて、きれいになるまで育てようと思います。

感想



3/10

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコレポート

## コーヒーかすの消臭剤

コーヒーかすを天日干しする  
 とき、生きているとカビの原因に  
 なるのでよくかわがす。

お茶パックに入れてから、古くなった  
 土などに入れて、かわいくリボン  
 でしばる。

くつ箱のはしに置いておく。

コーヒーかすは酸性物質

なので、アルカリ性のいやな

アモニア臭をぐんぐん

吸収してくれます。



## まとめ

使い道がなく捨ててしまうものでも消臭剤や肥料など別のものに再利用できるものもたくさん  
 あります。卵のからは肥料のほかにも食器や布製品の汚れ落としにもいいようです。調べてみる  
 と、自分たちができるエコな活動はたくさんあるので地球の環境を守るためにも続けていくことが大切だと思  
 います。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## 卵のからが肥料に

卵のからをきれいに洗って、  
 しっかりとかんちうさせて  
 から、細かく砕いて家庭  
 菜園用のプランターの土  
 などと一緒に混ぜて。

野菜を育てるとふつうに

育てるよりも元気に育ち  
 ます。こちらは、植物の  
 まちに混ぜてみました。

水やりは去年  
 から続いて、卵のから  
 米のとぎ汁を  
 使っています。が、  
 多くふくまれる  
 カルシウム  
 ので家庭菜園の  
 肥料としては非常  
 に向いています。





◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

# ゴミを減らす3R作戦 エコチャレンジ

## Reduce(リデュース):消費する資源を減らす

- ・買い物には、マイバックを持参する。
- ・食料品は、ムダにならないように、必要な分だけ買う。
- ・シャンプーなどのせんざいは、つばかえ製品など、はきける割合の少ない製品を選ぶ。

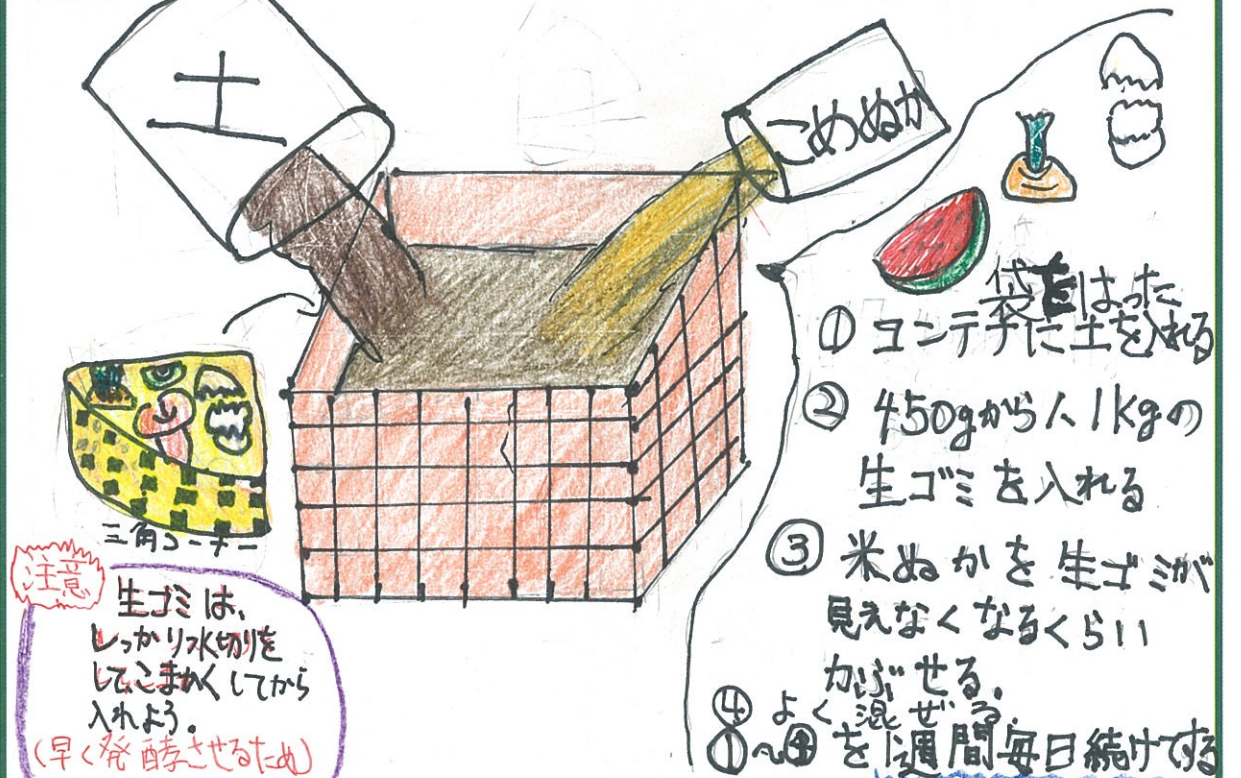
## Reuse(リユース):再使用する

- ・いらなくなった紙はメモ用紙に使う。
- ・いらなくなった服は、ボロぎれとしてふきうしろに使う。
- ・不用となったおもちゃや服などは必要としている人に譲る。

## Recycle(リサイクル):再生利用する

- ・空き缶や空きビン、牛乳パックなどの容器は、資源回収に出す。
- ・古新聞、ダンボールなどは資源回収に出す。
- ・生ゴミは処理野菜などを利用し、堆肥として利用する。

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



コンテナがいっぱいになったら、虫除けのために袋の口をくくり、コンテナの上から黒のビニールシートをかぶせて、ひかげに置く。

2週間後、袋を空けてみて、土葉土のにおいがしたのを完成です。できたので、火田にまいて、火田を耕しました。

## エコチャレンジをした感想

エコチャレンジをしたことで、生ゴミカブりはいへらせて、畑の肥料になって一石二鳥になってよかったです。これから、秋冬野菜のたねをまくので、自分で作った月巴料をつかって、育てたいです。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



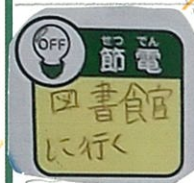
せつ電



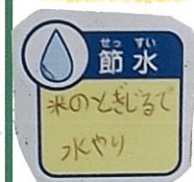
せつ水



ゴミをリサイクル



昼間は暑いので、家にいるとクーラーをつけてしまいがちですが、図書館は涼しいので、家にいるよりせつ電になります。だから僕は図書館で本を読んだり勉強をしています。ふだんより本を読む時間がうえました。



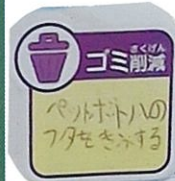
米のとぎるで花の水やりをしました。一日のとぎるの量は、少ないけど、毎日つづけると、たくさんのお水になります。だからつづけたいと思います。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコキャップ運動



エコキャップ運動とはペットボトルのキャップを集め、そのリサイクルで発生した利えきを使って、上田の子ども向けワクチン代として、寄付する運動です。ゴミの分別にもなり、一人の命でも助けたいから参加しました。



糸己の川市では、天ぷら油のはい油をねん米斗にして走るバスがあります。家で使った天ぷら油

を捨てるよりバスのねん米斗にした方が乗る人の役に立ちます。

まとめ リサイクルをするにもお金がかかるとお母さんに教えてもらいました。だから僕は、むだ使いをしないように、ジュースやおかしを買うことも、少しがまんします。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

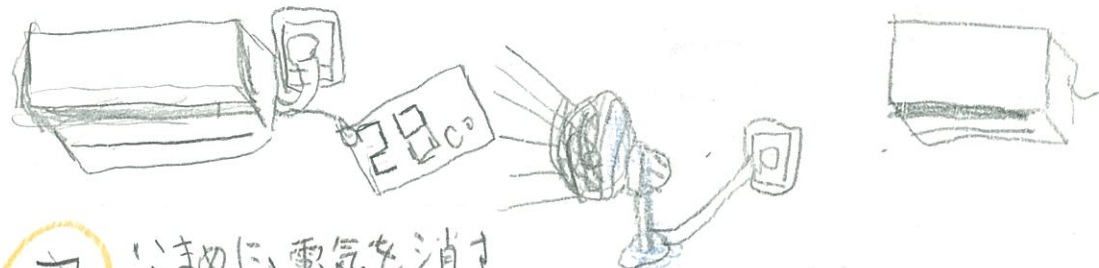
③ ゴミの回収がいつかはいいになるし、  
吸引力がさがるのでこまめに替えよう。  
掃除機をかけるには、部屋の整理整頓をしてから  
いっしょにかけよう。



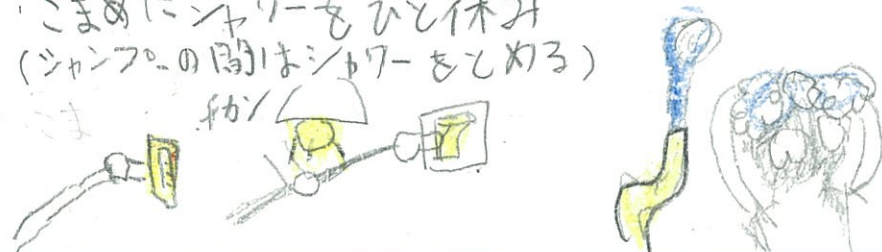
④ れいそうこは、あけしめすまやく。  
食べ物はさましてから、れいそうこへ。  
れいそうこはつめすぎコの字型に置く。



⑤ エアコンの部屋のせい温度28℃!  
センサーをつかって部屋全体にじつかんさせる  
フィルターをおそうじをする。(月に1~2回)



⑥ コ いまめに電気を消す  
つかっていないコンセントをこまめに抜く  
こまめにシャワーをひし休み  
(シャワーの時はシャワーをしめる)



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿



① すすしいグリーンカーテンやブラインドをで日差しを、  
いれない  
すすしくしよう打ち水で  
すすしいふろしん心をすすしい



感想

あまりエコのこしをかんがえたりはなな  
ったけれどかんがえてみればせつやく  
にもなるしいいなと思いました。  
これからもつづけていきたいです。



◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコチャレンジ 節電

- ①エアコンの設定温度は28度にした。
- ②エアコンのフィルターをそらした。
- ③エアコンは必要な時だけ使う
- ④エコシールを使いリモコンに「外出の15分前にクーラーを消す」をした。
- ⑤日光をさえぎるためすだれやカーテンを使う。
- ⑥暑い時はせん風機やうちあななどを活用した。



## 電気使用量

7/25 ~ 8/24

804 kWh (去年)

844 kWh (今年)

エコチャレンジをして去年とくらべて  
-4.7%になりました。電気代も安くな  
りました。

## 感想

家族みんながエコシールをはる  
ことで暑くなるようになり「節電」  
になりました。エアコン以外にも  
テレビや電気を使っていない時は  
消すようになりました。これからも  
エコ活重カをしていきたいと思ひます。



◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコチャレンジ

とぎじる



エコチャレンジをしていて  
きがついたことがありま  
した。それは米のとぎ  
じるをひまわりにあ  
げていくと、きれい  
なひまわりができて  
うれしかったです。これ  
からも米のとぎじる  
をあげたいと思います。

米のとぎじる  
に、くまれ  
るぬかには、  
えいようが  
ほうふです。

トイレ

お母さんに「ここをおすと節水にな  
るよ」と教えてもらいました。  
エコチャレンジをしてはじめて  
知りました。それからはいつも「小eco」  
のボタンをおします。

|   |   |     |
|---|---|-----|
| 大 | 小 | eco |
|---|---|-----|

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコチャレンジ

節水

節電

～私たちにできること～  
お父さん ほしい物が無いのについっいいい  
ぞう庫をあけたりします。それ  
をなおしてもらいました。

お母さん

お皿を洗うとき、水をだし、は  
なしにしてることが多いで  
す。節水シールを前には、て出  
し、はなしをやめてもらいました。

弟

おふろで豆乳とか体をあらうとき  
きちんと水をとめています。

いもうと

水遊びをするとき、前日のおふろの  
のこりに湯を使っています。

妹

うがいをする時、コップを使ったら節水  
になると知って、コップでするようにな  
りました。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



## エコチャレンジをやってみた感想

緑のカーテンを作ってみたら、ひざしをさえぎってくれて家族の人たちは「すずしくなった」と言っていました。エアコンなどせんぷうきの使用をひかえることができ、省エネにもなります。しゅうかくした実を料理することもできます。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



## エコチャレンジをやってみた感想

米のとぎじろを残しておくと、植木や野菜の水やりにつかったり、打ち水としてもさいてきです。食べ終わった後の食器のつけ置きにもなります。とぎじろをつかった米料理や、そうじ体のケアにもなりせ。水にもいいと思いました。



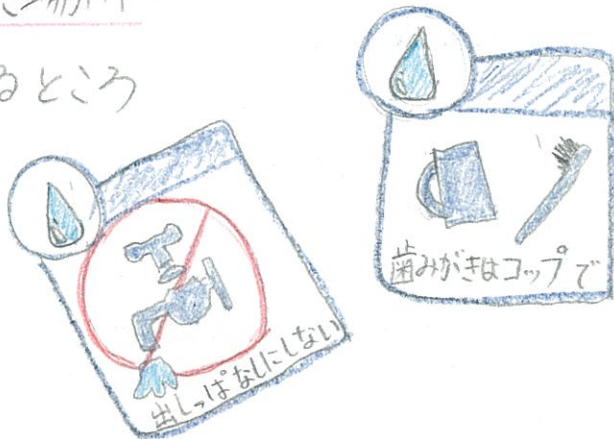
## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

水  
即水

エコシールをはった場所

- ・歯ぶらしを置いていところ
- ・水道のじゃぐち



なぜその場所にはったのか（理由）

水を出しっぱなしにしていると、もったいないし、歯みがきをコップですると、水が少なくてすむので、その場所にはって、少しでも節水できるようにと思ったから。

エコチャレンジをして

まだまだ節約できるところがあつた。だから、これからも、家族と協力して、節約し、エコ活動を続けていこうと思った。

エコシールを見て

エコのシールをはることによって、『エコ』ということを気にするようになって、がんばろうと思えた。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

電  
即電

エコシールをはった場所

- ・電気を消すスイッチのところ
- ・テレビの近く



なぜその場所にはったのか（理由）

ずっと、電気や、テレビをつけっぱなしにすると、あじく、電気代がかかるとい、節約したかったから。

ゴミ削減

エコシールをはった場所

- ・ごみ箱



なぜその場所にはったのか（理由）

少しでもゴミを減らしたかったから。

こどもエコチャレンジをした感想

家族で、楽しくエコできたのでよかった。まだまだ節約できるところがあると分かりました。テレビや電気をつけっぱなしにしていたら、声をかけ合ったり、注意し合ったり、切ったりしている。ずっとエコ活動を続けて節約し、地球かん境を守っていかねければならないと思った。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



家で「行った事」



私の家族のだいたいの人は  
頭や体を洗う時も水を出しっぱなし  
にしているのでもったいないと思って  
このシールを作り、はりました。

すると止める人が多くなりました！



最近暑い日が続いているので  
クーラーをつけているけれど、  
夕方や夜は涼しい日があるので、

窓をあけたりしています。



箱を小さくおリたたんだら、

ティッシュを一度に使う使う量を減らすと、

ゴミ袋代が減り、ゴミ袋をちゃんと使えることが  
できました。

そしてティッシュの使用量を減らすと  
すぐになくなることかいいと思いました。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

家族にインタビュー（やってみての感想）

祖父 大事な事だから、続けてほしいネ！祖母 エコチャレンジをやると、続けていい、続けてほしいです。父 ムリを使い、をしない事は大切なね

母 小さいことわり、コリゴツと様々を考えると、続けていく事が大切  
弟、このチャレンジをやってみて、食べるのこすことがへりました。

こどもエコチャレンジをやってみた感想



こどもエコチャレンジをやってみて私は、  
 良い体験になりました。

私はいつも、水を出しっぱなしにしてしまっていたけれど、  
 このチャレンジをきっかけにとめるようになりました。





# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

①家の中で節水を必要とする場所を考えました。

- 洗面所
- お風呂（シャワー）
- 台所
- トイレ

それぞれの場所にシールをはりました。

水を流しはなしで、洗った物をしたり、頭を洗う時、シャワーを出しはなしにしないように意識する事ができた。

ふきとり、洗った物をしています。よごれを全部、水で流すよりも、その方が節水だなと思いました。

## ②節電

①エアコンのリモコンを、シールの横におくことを決めました。そうすることで、節電を意識するようになりました。



## ③の写真



お母さんは使えなくなったタオルを小さく切っておいてます。ソースなど、よごれた、フライパンなどがある時は、先によごれを

——エコチャレンジの感想——  
節水や節電のシールをはる事で、口で約束事を決めるより、忘れる事もなく、目に見えて意識するので、エコに取り組めたと思います。水も電気も大切な資源なので、これからも、できることは続けたいと思いました。

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

お母さんが家でやってるエコ活動

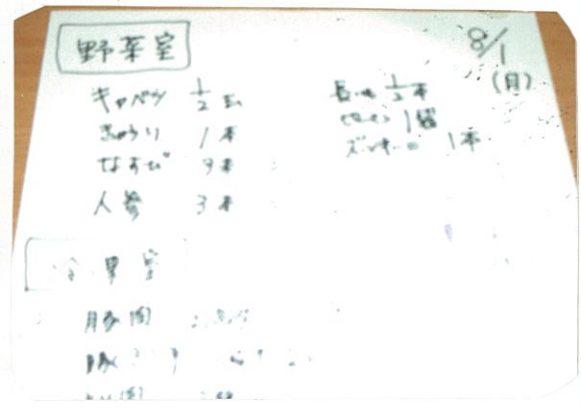
## ①節水

台所の流し台の下や洗面所の水道のもとせんをしめて、たくさん水が出ないように調整しています。



## ③ゴミ削減

食べ物をくさしたり、無だな買い物をしないように、冷蔵庫の中にある物を書き出しています。そうすることで、こんだても立てやすいそうです。



## ②節電？

バンタナに小さな保冷ざいをまいて、首に結んでいます。買い物や仕事に行くとき、ご飯を作る時などに。



最初は首にまくのは変だと思ったけど、バンタナを首にまくのは、はやりだから、OK!!



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



中西家は全  
員水を出ら  
ばなしにしない  
ことが分かりまし  
た。だから8月の水量は  
少ないだろう。



中西家は、  
父以外、照明  
を消さずほと  
いていたことがわ  
かた。これからは家族全  
員達成をすること  
と目標にしなければな  
ない。



実は母がこみタリ機  
とワオ幾木戒を使って経  
済的にもかんまう的にも良  
いらしいのだ。まず一つ経済的  
にいいのは、生ごみは水が  
たくさんこれを入るから、  
の金がかかることになるが、  
木戒を使うと水分がなくなるので  
コストが減って経済的に良い。次  
にかんまう面でいいのはこみタリ  
をしている時に、ごみが減るとい  
うエコなところもある。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

中西家ではゴミ分別をは  
っきりさせるため、右の絵のよ  
うな物を使って、ゴミを  
減くしているらしい。右の  
絵の糸金（糸金）の物を使うと、  
木の重さを分けるから、  
だからゴミの出しちがいを  
減くしている。



中西家ではエアコンの  
温度は28℃であるが、  
エアコンの温度28℃は、  
もつけないのは、  
由なのです。もし、25℃と電  
気代が6000円になるが、28℃  
だと4380円になります。た  
くさんでこんなに料金が  
ちがいます。だから28℃し  
た方がいのです。

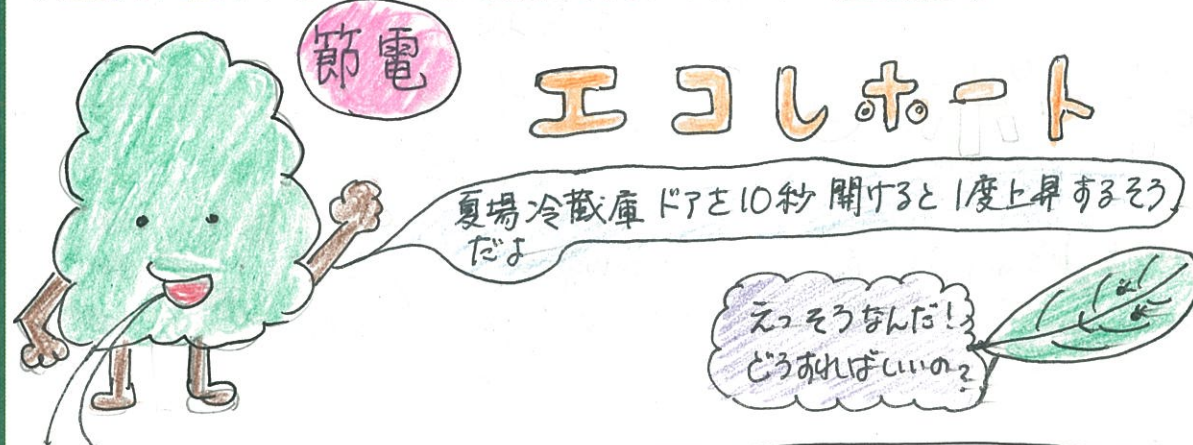


感想 節電やゴミ  
を減くしただけで、  
地球を救える事  
が分かりました。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



- ・冷蔵庫のドアの内側にビニールのカーテンをつけると冷気が流れることを遮断できる。
- ・冷蔵庫の中身を半分にすれば電力消費量が10%程度減る  
しかし冷凍庫は詰め込むことで空き間が少なくなり冷凍の食材とおしお互いに冷やすので節電できる

## 感想

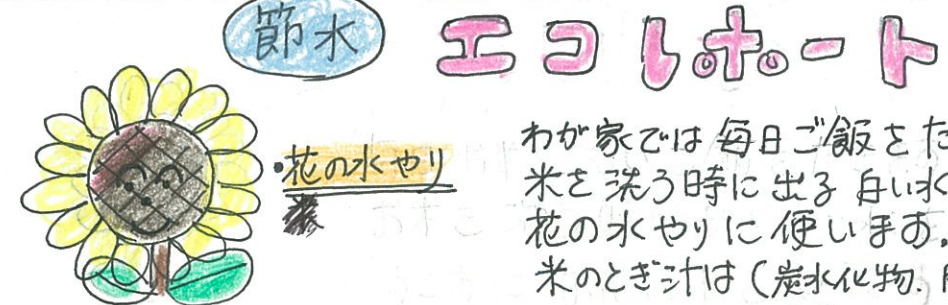
このエコ調べで  
お母さんは冷凍室は  
いっぱい入れた方が  
いいのだと  
いい発見できたと  
言っていました



冷蔵庫のドア  
開けたらすぐ閉める  
エコカーテンを  
つける

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



わか家では毎日ご飯をたきます  
米を洗う時に出る白い水をあておに  
花の水やりに使います。  
米のとぎ汁は（炭水化物、脂質、ビタミン  
ミネラルを含む）

栄養もあり花も元気に育ちます。

## 料理

アケの出やすい野菜 タケノコ ゴボウ 人参  
の下ゆひや豚の角煮など作るとき米のとぎ  
汁でゆくと肉がやわらかくなる。

## 手洗い

洗浄効果があるためあらかじめ  
米のとぎ汁を容器にためておき  
料理中の頻回な手洗に使うとよい  
水道水の節約になる。

## 感想

米のとぎ汁をあけ続け  
た時のほうが水道水  
より花が元気で  
生々生々しているおに  
思いました。  
これからもう少し面倒  
だから米のとぎ汁  
はすてずに花に水  
まぎしたいと  
思いました。





## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

### エコ活動

電気をこまめに消すとで、ちょっとでも節電になって続けるとエコになる。



設定を(冷)の時は28℃(暖)の時は20℃にしたら、節電になってエコになる。

使わないのに水を出しっぱなしにするとエコにもならない、水がもったいない。から水を出しっぱなしにするのはダメ。



冷蔵庫のドアをあけっぱなしにすると、節電で済ませたいけど、電気がもったいない。

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

### エコチャレンジをしての感想

私は、日ごろ「エコ」や「節電」については、気にしてなかったけど、エコミールをはっていると、気にするので、エコミールをはるだけで「ぜんぜん」エコや節電に対する気持ちがちがうことに気づきました。

私は、これからも **エコ、節電、節水、ゴミの削減** を、続けていきたいと思いました。

### みんなにインタビュー

かんはったことは...

「**節水**」です。  
いつも、水を出しながら、つかうので、気をつけました。  
別に、しんどくなくて、やりやすかった。

エコミールを見ると、  
自然とエコミールを見ると節電しなきゃと考えて、節電、節水することができた。  
とりはずして、できるから安心。





## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコレポート



家族皆が「こまめに  
電気を消すように  
なった。」

## 家族インタビュー♡

- 「エコシールは、節電を思い出させてくれて、忘れる時がなかった。」
- 「簡単なことでもエコにつながると思った。」

## 自分の感想

- 「エコシールをはることで、家族皆が「節電」をきにするようになった。」
- 「節電をやる事によって、家族へのおしやり合いが増えたように感じた。」

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコレポート

## ゴミのリサイクル



「ペットボトルにマスキングテープをはりつけて  
デコって、リサイクル!!」

## 感想

ペットボトルでえんぴつ立てを作るなら、家にある物で作れるので、すごく安いし、世界に一つしかない物も作れるから、お気に入りの物になりそう。  
何個も作れるので、また、必要になった時に、すぐできる良さもできた。  
こうして、リサイクルでゴミを減らして、いけなう!!  
思いました。



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

①私の家は、エアコンをつける時間などに気がついた。

AM 11:00 ~ 正しい温度を28℃にしてつけてみた。

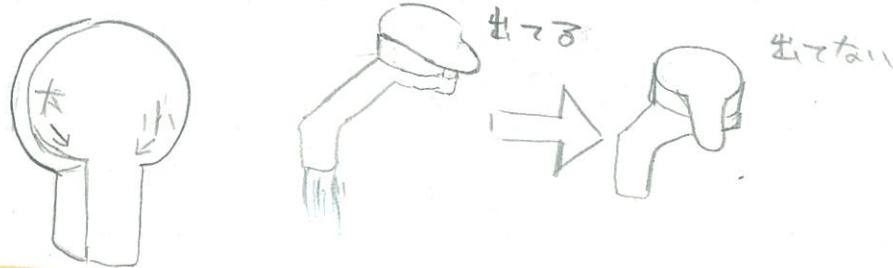
母は「エアコンをつけたほうがいいでね」とか「机の電気は机からはなれる時必ず消してね」といふ人なことを言ってくれた。



水を節約に気がついたこと...

それは「トイレの水」と「水道水」です。

トイレに気がついたかというて、私の家には姉と弟がいるので、水を無駄に  
 につかってしまうことがあるので、すぐに止めるように言いつけて、水を2人が  
 使うときには横にいたりとかしました。  
 トイレの水は大と小をわかりやけました。こういう節約のために必要な  
 と思いました。和式トイレには大と小が使い分けが出来ないので「あまり  
 使わない方がいい」と思いました。

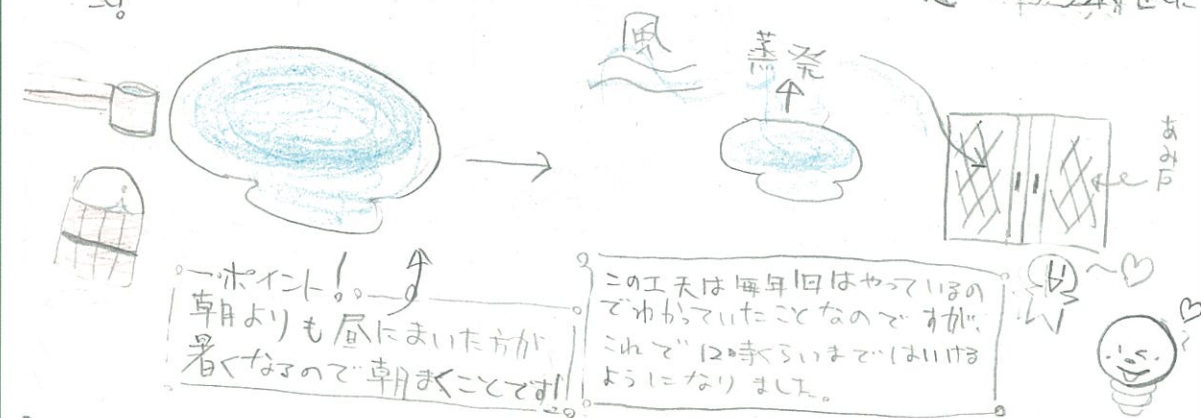
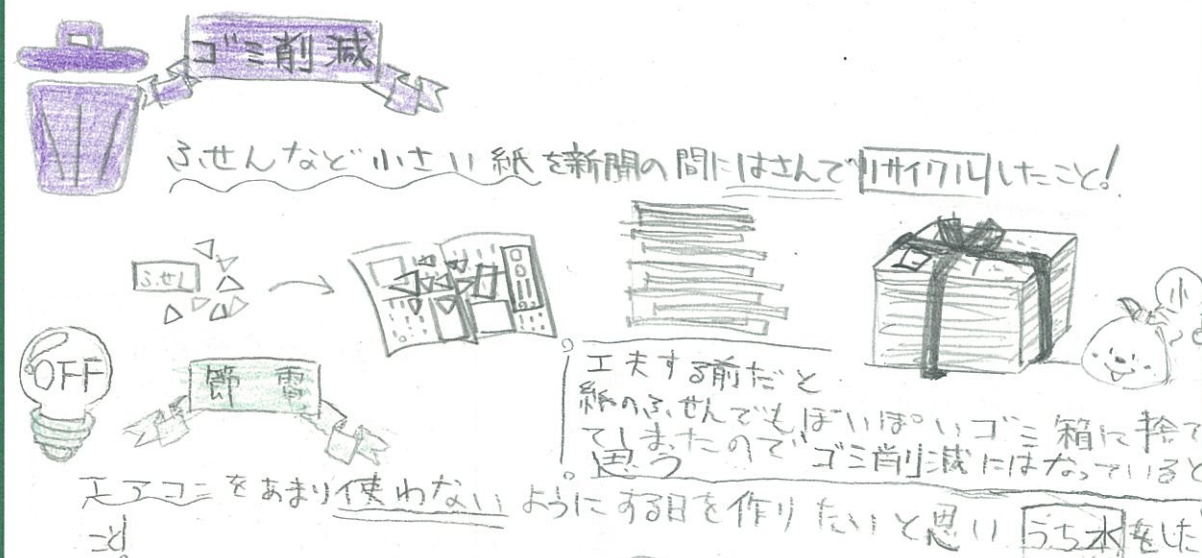


エコレポート

## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

～エコチャレンジでの工夫～



感想

Eco...って大切だと思いました。

なぜならコースでも、やってくれるおんたんかが進んでいる  
 とかきりてかわいい自分たちでやれていると思ったで  
 悲しくなってしまうからです。自分たちでなん  
 とかなるのに...

エコレポート



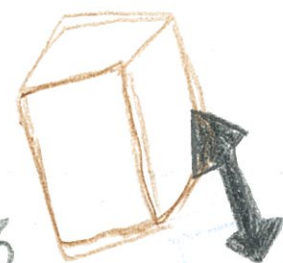
## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

私の家で行った事

エコ  
チャレンジ1日目  
明るい時は電気をつけない

これは私の部屋で行いました。  
今は夏で明るい時間が長いですが、  
つい、くせでつけてしまうのが多い  
です。なのでそれを直したくては  
りました。

2日目  
ごみを分別する

これは、ふつうにあるので、  
すが、それだけじゃ、絶対に  
ききめがないと思ったの  
で、嚴重にしました。(つまり  
X2です)



## わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

電気使用量

昨年? Kwh

今年600 Kwh

? % OFF!

昨年の何Kwhか分からないけど、かなッ減  
たかなと思います。

これからもこれを続けてもっとエコにチャ  
レンジしていきたいです。

~~~~~

家族のエコチャレンジの感想

弟 エコが何か分かった!

妹 シールをはるのが下のしかった!

母 エコでまたかな?

姉 エコに気をつけようと思う事ができた!

父 できたけどあったけどできなかったものもあった。

エコチャレンジをやっての感想

エコチャレンジを初めてから、家族 みんなが、「食べ残したら
めかんで」や「電気けしなよ」と声をかけあうようになしま
した。私自身もこまめに電気を消すなど心がけました。
できなかった事もありましたが、できた事の方が大きかったと
私は思いました。

これからエコチャレンジのシールを作、てもっと地球
をエコにしていきたいです。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコ活動

レポート

電気使用量 $\frac{7}{14} \sim \frac{8}{16}$

465 kWh (去年)

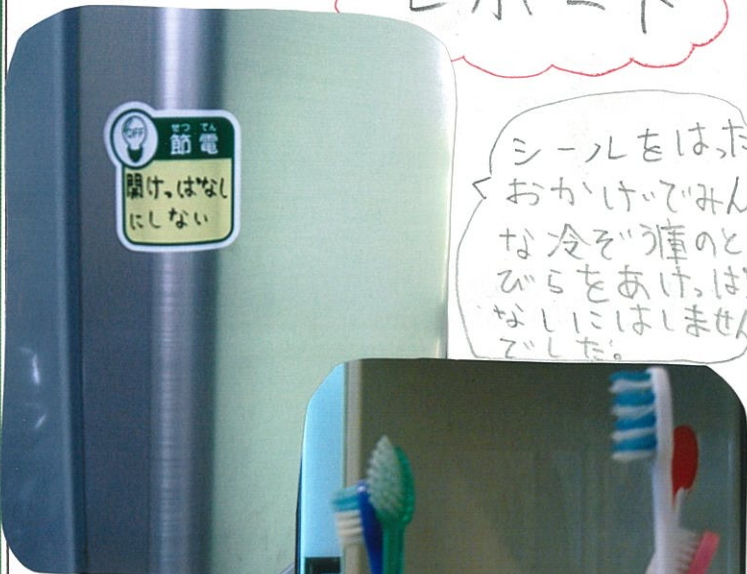
438 kWh (今年)

去年と比べて
-5.8%だけと節約
ができたのうれしいか
たです。

家族にインタビュー

エコチャレンジをしてみても
「エアコンの設定温度を
上げるだけでこんなに
も電気代が変わるんだ
なと思いました」

かんはったところ...
・きれいなピーマンやなすび
を残さず食べたこと
・洗面所など家中の
電気をこまめに消した



「エコ」のシールを
はると家族が
水をたしは
なしてはな
く、コップでし
てくれるよう
になりました。

～エコチャレンジをしてみた感想～
エコシールを家の中のさまざまな場所にはると、
家族のみんなが「節水」や「節電」や「ゴミ削減」を
気にしてくれるようになり、
エコができたように感じました。
これで、地球の環境を守ることに
一歩ずつ近づけていけたと思います。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

エコ活動

レポート

水道使用量7月分

17 m³ (去年)15.5 m³ (今年)

去年と比べて、
-約10%減っているの
でとてもうれしいで
す。

家族にインタビュー

エコチャレンジをしてみても
「夏は水道の使用
量が多いように
感じました。」

かんはったこと...
ゴミの分別
をしたこと
水道の水を止め
たこと



洗い物をす
る時、お母さ
んも、水を
たしはなしに
しないよう
になりました。

ゴミ分別の
シールをは
ると、弟や妹な
ども、フーヤ
ゴミで
分けてくれ
ました。



エコチャレンジをしてみた感想

エコシールを家の中にはると、家族のみんなが
「水道」や「冷蔵庫」などを気にしてくれるよう
になりました。
これからはもっとエコをつづけていきたいな
と思いました。

3095

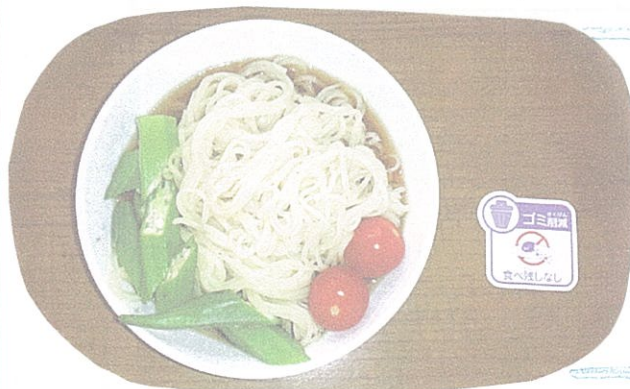
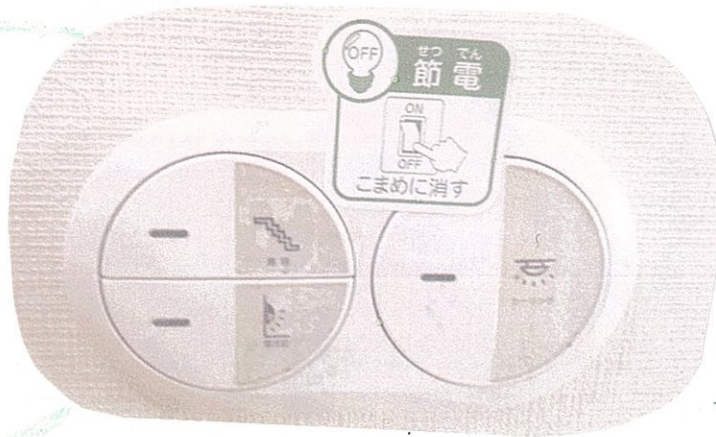
わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）



家族みんな歯みがきをしているとき、水を出しっぱなしにしていたので、シールをはりました。そして、みんな水の出しっぱなしに気を付けて、コップを使って歯みがきをしていました。

明るいときでも電気をつけていたけど、シールをはってから、家族みんな電気をこまめに消すようになりました。



エコチャレンジをする前は、食べ残しをすることがありましたが、エコシールをしてからは、食べ残しが少なくなりました。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

冷暖房などは前から気を付けていて、適温にしています。エコチャレンジをして、もっと気を付けています。



みんな冷房庫を開けたら、長い時間開けていることがあるので、気を付けてほしいです。

エコチャレンジをしてみて

私はエコチャレンジをしてみても、節水、節電、「ゴミ削減」ができたと思います。一人一人が節約に気を付けたら、地球環境がよくなると思います。なので、私はこれからもエコチャレンジを続けたいと思います。

3070

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート①

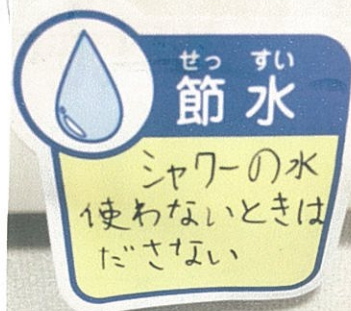
◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト (自由記入)

ぼくがエコチャレンジをして、いちばん変わったと思うところは、水やお湯の出しっぱなしです。エコチャレンジを始めてから、家族みんなが気を付けるようになりました。他にも色々な節約に気付いたので、これからもエコ活動を続けていきたいなと思いました。

歯みがきのときはコップに水を入れるようにして、水の出しっぱなしに気を付けました。



ぼくの家のお湯はガスであたためているので、お湯をあまり使わなくすると、その分ガスもへらせることが分かりました。



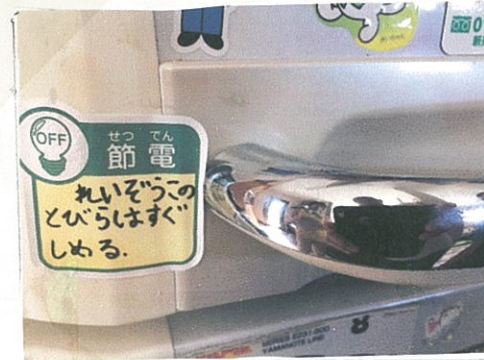
前までずっと出しっぱなしにしていたけれど、止めると、ガスの使う量も減るから、これから止めようと思いました。

わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート②

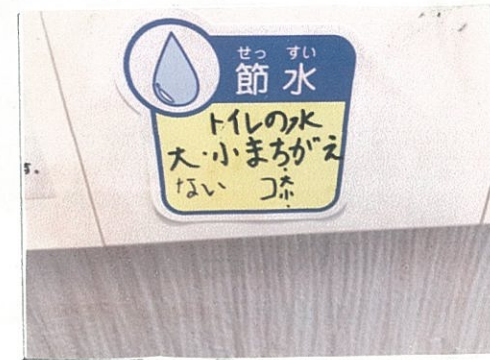
◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト (自由記入)



前まではレジぶくろがたぶられていてもやぶられていなくてもすてていたけれど、このシールをはってからには、やぶれていないぶくろはすてずに再利用するようになりました。



れいぞうこのとびらを長い時間開けていたけれど、すぐ閉めるようになりました。



ぼくが、トイレの水を流すとき、大と小をまちがえたのがき、かけで、シールをはってからには気を付けるようになりました。



紙パックは、かわかして、開いて、米料理をする時に、まな板の代わりに再利用しているのを知りました。