

これからゴミ・水・電気に気をつけた6日間の生活を実際にはじめるよ!

エコチェックボード

これから6日間やってみようと思うことを「ゴミ・水・電気」のなかから5つ選んで☺に色を塗ってね!! 必ずやるもの☹の2つと合わせて7つのことやってみよう!! おうちの人に手伝ってもらってもOKだよ!!

		今までどうだったか ○×でチェック!	項目	内容	日にちを入れて毎日できたかどうかを ○×でチェック!!						6日間の ○の数の
					/	/	/	/	/	/	
	必ずやる	☹	1. ものを大事にする	ノート・えんぴつ・消しゴムなどを大切に、使えるものは最後まで使う。							
		☹	2. 早寝早起きをする	早寝早起きは、健康にも環境にもいい。早寝早起きをする。							
川		☺	3. ゴミの出し方	ゴミの出し方(分け方)を知っていて、そのとおりやっている。ゴミを出す日にやっていればそれ以外の日も○。							
		☺	4. リサイクル	リサイクルできるものはリサイクルに出している。ゴミを出す日にやっていればそれ以外の日も○。							
		☺	5. 紙を大切に使う	うらが白紙の紙は、メモ用紙などに使う。							
		☺	6. 買う前に考える	買い物のとき、本当に使うものなのかもう一度考えてから買うようにしている。何も買わなかった日も○。							
		☺	7. 残さず食べる	給食や食事のとき、残さず食べる。							
		☺	8. 部屋をきれいに	そうじをしっかりとやり、学校や自分の部屋をいつもきれいにしておく。							
		☺	9. ポイ捨てはしない	出かけたとき、ポイ捨ては絶対にしない。							
水	この中から5個選んでね	☺	10. 洗顔・歯みがきで節水	洗顔と歯みがきのとき、洗面器やコップに水をためて洗う。							
		☺	11. 手洗いで節水	手洗いのとき、必要以上に水をジャージャー出さない。							
		☺	12. シャワーで節水	お風呂で体を洗うとき、シャワーはこまめに止める。							
		☺	13. 洗たくで節水	洗たくのお手伝いで、お風呂の残ったお湯は、洗たくに使っている。							
		☺	14. 油よごれはふいてから	油でよごれた食器は、油をふき取ってから洗う。							
電		☺	15. いない部屋の照明は消す	だれもいない部屋の照明は消している。							
		☺	16. エアコン温度をひかえ目に	エアコン(冷ほう)の温度は、冷ほう28℃、暖ほう20℃を目安にかけている。							
		☺	17. テレビの時間を減らす	テレビはつけっぱなしにしない。消すときはテレビ側のスイッチで消す。							
		☺	18. 冷蔵庫はすぐ閉める	冷蔵庫は取り出すものを決めてから開ける							
		☺	19. 使わないコンセントを抜く	使わないときには、電気器具のコードを抜いておく。							
合計											

6日間のエコチェックは どうでしたか。



36個以上

あなたはエコ名人!!

その調子でこれからも続けよう。
あなたの行動が地球を守っている。



25~35個

おしい、あと一歩!!

もう少し地球のことを考えてみよう。
少しでもいいからできることを続けていこう!



24個以下

残念。まだまだ!

このままでは地球がダメになってしまうよ。地球のためにできることはないかな?



**消しゴムで消して
何度でも挑戦!**

