エコライフチェックシート

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 「○」 | みんなができたら | 「△」 | 家族の半分ができたら |
| 「×」 | だれもできなかったら | 「斜線」 | 該当しない場合 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | ／　　〜 | ／　　〜 | ／　　〜 | ／　　〜 |
|  |  | ／ | ／ | ／ | ／ |
| １． | 使わないときは、コンセントからプラグを抜きます。(充電器、パソコン、電子レンジ) |  |  |  |  |
| ２． | 使っていない部屋の明かりはこまめに消します。 |  |  |  |  |
| ３． | エアコン等の設定温度は夏は28度、冬は20度を目安にします。 |  |  |  |  |
| ４． | 他の用事をするときは、テレビを消します。 |  |  |  |  |
| ５． | 冷蔵庫の扉はすぐ閉めます。 |  |  |  |  |
| ６． | お風呂はさめないうちに、みんなで続けて入ります。 |  |  |  |  |
| ７． | 水やお湯を流しっぱなしにしません。(歯磨き、シャワーなど) |  |  |  |  |
| ８． | 風呂の残り湯は有効に使います。(洗濯、洗車、庭の水やりなど) |  |  |  |  |
| ９． | シャンプーや台所用洗剤は使いすぎません。 |  |  |  |  |
| １０． | レジ袋は、もらいません。 |  |  |  |  |
| １１． | 野菜などの食料品は近くの産地のものを買います。 |  |  |  |  |
| １２． | ごみの出し方(分別収集、収集日時など)を守ります。 |  |  |  |  |
| １３． | ごはんやおかずを、残さず食べます。 |  |  |  |  |
| １４． | 出かけるときは、水筒やマイボトルを持っていきます。 |  |  |  |  |
| １５． | 車の使用を控え、徒歩や自転車、電車、バスを利用します。 |  |  |  |  |