

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート

香取学園小学校 5年

名前 中野 匠

◇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理由



ドライヤーをした後そのまま放置して勉強もしたり遊んだりしてもったいないと思ったからコンセントが多い所にこのエコシールをはりました。



よく材料を取る時に一度にたくさん取るのでピーと冷える庫が鳴っているのを見て、もったいないと思い冷える庫のところにこの近くにエコシールをはりました。



よくお父さん水を出しすぎでもったいないと言われ、この世界でも水があまり無い地域がたくさんあるので無駄に使ってはいけないと思い自分にも注意するために洗面所にエコシールをはりました。



ぼくは、きらいな物が多いです。しかもあまり食べる事ができません。食べ物が無くて困っている人もいるのできらいな物でもがんばって食べるためにこのエコシールをはりました。

こどもエコチャレンジをやってみた感想

自分... エコチャレンジをやってみて、普段の暮らしを気をつける事ができました。きらいな食べ物やおなかがいっぱいの時も食べたくても食べれない人がいると思ったり、嫌でもがんばって食べる事ができました。またお父さん水を出しすぎに注意されたりしました。かもう注意されなくなりました。これがいい結果だと思います。

兄の前まではドライヤーを使ったらそのままにしていました。がエコをする事によって地球環境を守る事ができると思ったり、ドライヤーを使う時はかたつけるようになりました。



◇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）

## 夏休みだからやってみたい日のできるエコ活動

朝起きてからしてみた活動！（二酸化炭素減量と節約効果！！）

●まずはトイレに…温便座のフタをしめる。

→ 1日68円削減3円節約

消しても  
いいかも



控えめの温度設定。

→ 1日53円削減2円節約

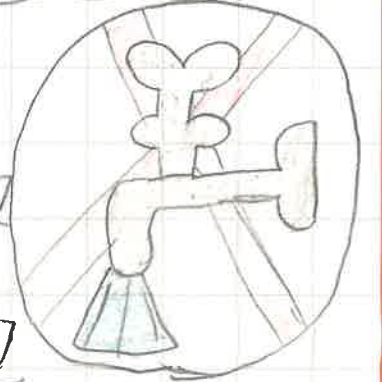
●洗顔に歯磨き、水をこまめに止める！

水の節水1リットルにつき → 0.36円削減0.3円節約

●洗濯にお風呂の残り湯を有効利用！

残り湯50リットル利用。→ 18円削減16円節約

●洗濯物をまとめて流す。→ 25円削減15円節約



お昼からのエコ活動は！

●エアコン設定温度1度下げる。→ 1台1日あたり78円削減

4円節約

●テレビを消す。→ 1時間あたり104円削減5円節約



夜のエコ活動！

●電子レンジで下ごしらえ。→ 1回27円削減3円節約

●炎が鍋底からはみ出さないように。→ 1日149円削減1円節約

●シャワー短縮時間。→ 1分あたり77円削減10円節約

●お風呂の追いだきをしらない。→ 1回あたり218円削減18円節約

★家の中だけのエコ活動だけでなく、自然環境についても考え取り組んでいこうと思います。



◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト(自由記述)

## 地球を温暖化から守ろう!!

温暖化とは...  
地球の気温が上がっていくことを地球温暖化といいます。

なぜ地球温暖化が起こるの?  
地球を暖めるとCO<sub>2</sub>(二酸化炭素)などの温室効果ガスが増えたことが原因といわれ、これは、石油や石炭など(化石燃料)をたくさん使用したことが大きな原因といわれています。

やってみよう!  
9つの行動を1週間行い、1000gのCO<sub>2</sub>削減をめざしました

	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	合計
① 使わない部屋の照明を消す。CO <sub>2</sub> 10g/1日 ② 家族が同じ部屋で同じ照明を30分消す。CO <sub>2</sub> 10g/30分 ③ テレビゲームを10分かき止める。CO <sub>2</sub> 10g/10分 ④ がまん	10g	0g	10g	15g	0g	10g	20g	10g	10g	85g
⑤ テレビを15分かき止める。CO <sub>2</sub> 10g/15分 ⑥ 夜の間は、すいこぼし器やポットの保温は切す。CO <sub>2</sub> 100g/夜間 ⑦ シャワーを流しはなす。CO <sub>2</sub> 10g/1日 ⑧ やめよう	0g	10g	10g	15g	0g	10g	20g	10g	10g	85g
⑨ 買い物をするときはレジ袋を減らす。CO <sub>2</sub> 20g/1枚 ⑩ 冷蔵庫の設定温度を下げよう。(冷蔵28℃・凍結10℃がおすすめ) CO <sub>2</sub> 10g/1時間 ⑪ 冷房を10分消す。CO <sub>2</sub> 10g/10分	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
⑫ 洗濯機を10分消す。CO <sub>2</sub> 10g/10分 ⑬ あっ上!! CO <sub>2</sub> 10g/10分	10g	0g	10g	15g	0g	10g	20g	10g	10g	85g
⑭ ⑮	10g	0g	10g	15g	100g	0g	20g	100g	10g	185g
⑯	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
⑰	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
⑱	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
⑲	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
⑳	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉑	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉒	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉓	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉔	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉕	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉖	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉗	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉘	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉙	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉚	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉛	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉜	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉝	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉞	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㉟	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊱	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊲	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊳	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊴	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊵	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊶	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊷	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊸	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊹	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊺	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊻	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊼	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊽	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊾	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
㊿	10g	10g	10g	15g	100g	10g	20g	10g	10g	195g
結果										1025g

私の家では、1025gのCO<sub>2</sub>を削減することができました。テレビをみるのをがまんするだけで15g減らすことができました。なので、私は、9つの行動をこれからも続けて、地球を温暖化から守りたいです。

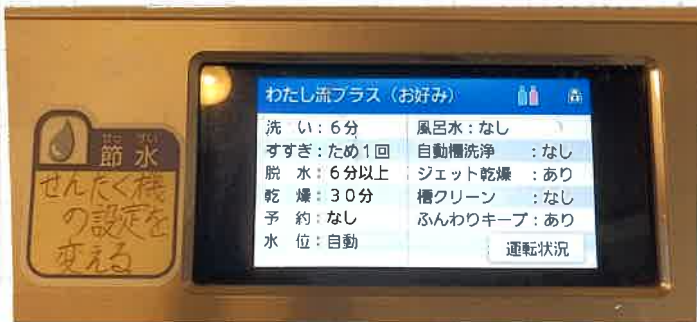


◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## 我が家のエコチャレンジ!!

### 節水

① せんたく機の設定を変える。



「すすぎ1回」でいいせんざいを使い、せんたく機の設定を「すすぎ1回」にすると、節水になる。

② シャワーのストップボタンをおす。



かみの毛や体をあらっている途中で、まめに止める。

③ 水を出しはなしにしないように心がけ歯みかきはコップの水で行った。



### 節電

① エアコンの設定を「快適エコ自動」にして、室温を約28度になるようにした。



快適エコ自動運転では、温度としつ度、気流をコントロールすることで節電しながら室内の快適性を得ることができ。

② 使っていない部屋の電気をこまめに消す。

③ 明るい間は電気をつけずに過ごす。

### ゴミ削減

① ゴミの分別をする。



「カン、プラスチック、紙」のゴミ箱にゴミを分別して入れた。

② 買い物にはエコバック。



エコバックを使うことによって、レジふくろを使わないので、お境に良い。

③ 食べ残しをしない。

### エコチャレンジをした感想

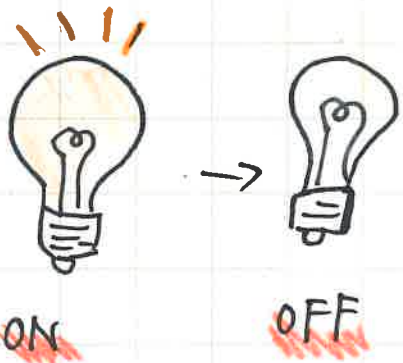
今年の夏は雨が続き、比較的暑さがましで過ごしやすい夏でしたが、それでも暑い時は、うちわやハンディファンを使って暑さをしのぎました。また、今までせ、かく「すすぎ1回」でいいせんざいを使っていたのに、せんたく機の設定を変こうしていなから、ため、今回変こうすることができ、これからずいぶん節水できると思います。エコチャレンジをして良かったです。



◇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）

## <目標>

# 家族で、Let's 節電!



## <方法>

- 1, 声かけ（つけっぱなし防止）
- 2, なるべく家族が同じ部屋にいる。
- 3, 時間を決めてTVを見る。

## <感想>

- 1, 今年は、雨が多かったの  
で涼しく、冷房はあまり  
つけなくてすんだ。
- 2, 雨が多か、たから、乾燥  
機の使用頻度が高かった。
- 3, TVの時間を決めたこと  
で、メリハリある1日を  
過ごせて良かった。

## <まとめ>

天候で温度や状況が変化するので、使用する電  
化製品にも変化があることに気づきました。充電して使  
用する電化製品が多いので充電器は細めに片  
付けることが大事だと気づけたことが良かったです。

## <実際したこと>

- 1, 夜は家族同じ部屋でねる  
ことで、冷房を色々な部  
屋でつけないようにした。
- 2, 毎日2時間と決めてTV  
を見た。
- 3, みんなで声かけをするよ  
うに心がけた。

## <気づいたこと>

- 1, 電気代には変化がなか  
った。（乾燥機が盲点だっ  
たと母が言っていました。）
- 2, 宿題を姉と一緒にするこ  
とで冷房も1部屋ですむ  
し、宿題も教えてもらえ  
てよかった。
- 3, けい帯電話などの充電器  
がささったままが多くみ  
られた。



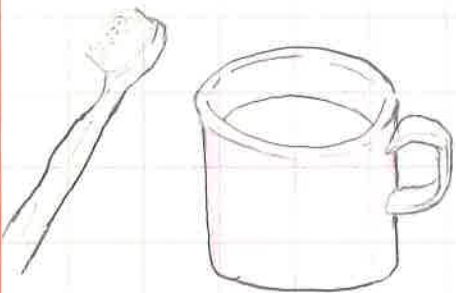
◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコチャレンジ

### 節水

歯みがきは  
コップで

- コップ1杯の水で歯みがきをするのはむずかしかった。
- 水の大切さに改めて気づいた。



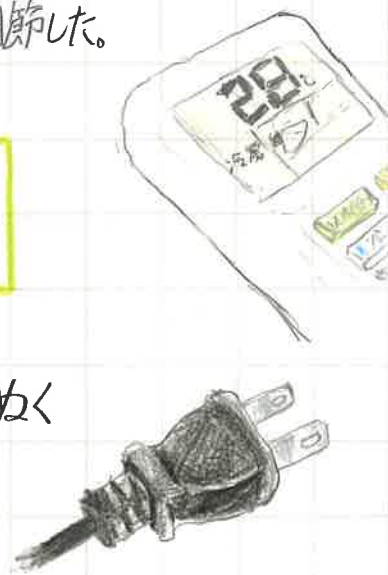
### 節電

こまめに消す

- つけっぱなしにすることが減った。
- 意識がよくなりやすかった。

使わない時はコンセントをぬく

- 使い終わった後コンセントをぬくように意識できた。



冷暖房は  
適温で

- ふだんよりも、冷暖房の温度を気にした。
- 気づいたら、温度を調節した。

ドアを  
しめる

- クーラーをむだに使用しなかった。

### ゴミ削減

生ごみは  
水をきる

- 気持ちの良いことではないが、エコにつながる大切なことだと思った。



## エコチャレンジをした感想

- ささいなことを大切にするというのが、大事なことだと分かった。
- だれかが忘れていても、家族で協力しあってエコをすることができた。
- ふだん以上に意識することができ、楽しくエコをすることができ、よかった。



◇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）

## Let's エコチャレ!

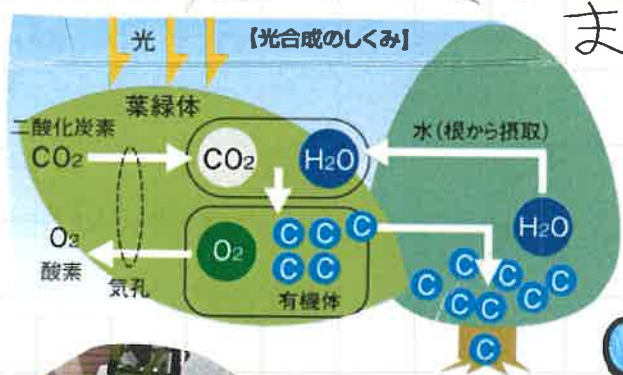
### ecology(エコロジー)とは?

地球の生き物の仲間である人間の生活と自然が調和できる「環境に気を配る」という事である。

そこで、私がこの夏取り組んだエコチャレは、庭の水やりです。地球温暖化を少しでも和らげるためにCO<sub>2</sub>(二酸化炭素)をすって酸素を出す。植物を育てる、木や花に水をあげる事にしました。木は光合成により、大気中のCO<sub>2</sub>(二酸化炭素)を吸収するとともに、酸素を発生させながら炭素を蓄え成長します。

また、夏の日差しを和らげる芝生は

ヒートアイランドの防止となり、保湿力もあり、照り返しを緩和する効果が期待できます。



ジャイアントサンパラリル



もみじ



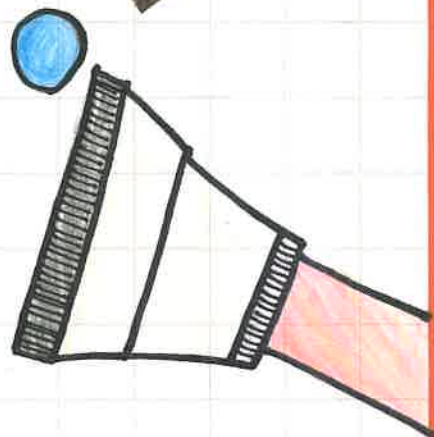
シャクナゲ



芝(しば)



ハナミズキ



感想  
 これからもCO<sub>2</sub>(二酸化炭素)を少しの量をへらして、熱中症や夏バテしないようにしたいと思います。そして、朝早く起きれるようにして、続けていきたいです。



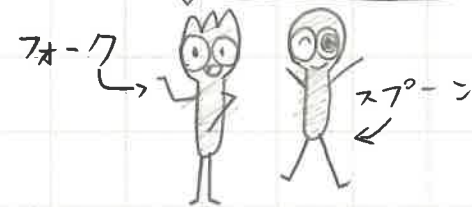
◇活動の内容<sup>ないよう</sup>やわかったこと、感想、写真やイラスト(自由記入)

## なくせ! 食品ロス



### ■ 家で食品ロスになりやすいもの

- ・ 一度にたくさんいただいた野菜など
- ・ 作りすぎた料理 
- ・ 買いすぎた食材 

セミナーにも行ってきたよ!



### ■ 食品ロスをなくすためにわか家でした工夫

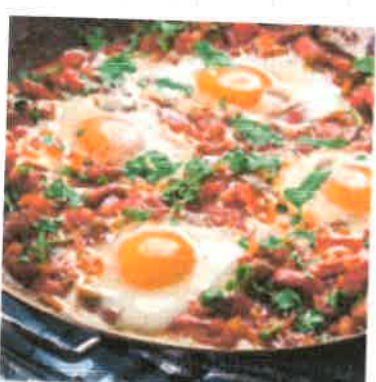
- ① 黄色くなつたゴーヤを食べても安全かネットで調べた  
 → 熟しているだけで大丈夫!  \* ゴーヤチャニプル  
 色々な料理にしていただきました \*  
 \* 野菜サラダ \* ジュース 



2021年度も開催決定!  
 ウェブサイトは8月末OPEN!

## ゼロハンガーチャレンジ

国連WFP世界食料デーキャンペーン2021  
 (#食品ロスWFP2021) 2021年9月29日-10月31日



#食品ロスゼロアクション  
 #ゼロハンガー2020  
 #国連WFP

捨ててしまいがちな食材を使った料理の写真をSNSにアップしてね!

- ③ フードバンク  
 私も野菜を届けました。

食料提供寄付金 募集中!

8月27日まで  
 医療生協本部1階まで  
 電話 092-924-3101(受付時間:10時-16時)

生活が困難されている方に向けて  
 食料支援 & なんでも相談会 を実施します!  
 つきましては、食料、寄付金を募集しています!  
 (寄付金は、食料や日用品の購入に使わせていただきます。)  
 (米、日持ちする野菜類、カップ麺、レトルト食品、缶詰、飲料水、生活用品、文具等) ご注意ください。



途上国に食料が届く

1投稿 = 120円で  
 4人の子どもたちに給食が届きます



◇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）

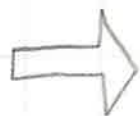
## きっかけ

東京2020オリンピックの関係者用のお弁当が大量に捨てられたニュースを見てビックリした。もったいないと思ったのでフードロスを取り組んだ。

- 家族と話し取り組んだこと。
- 食料は、こん立を決めてから必要な分だけ買う。
- 食材をフル活用する。
- 量り売り、ばう売で必要な分だけ買う。
- 食へのこさないように心がける。
- 消費期限内に調理する。
- 保存方法を工夫する。

## してみたこと

### 玉ねぎのお茶



玉ねぎの外皮を水で洗い、酢入りの水に20~30分つける。再び水で洗い、お湯で10~15分煮出す。



皮付き



### コーヒーの消しゅう剤



皿に平らにして自然かんそうさせる。フライパンで煎って水分を飛ばす。電子レンジで皿に入れ平らにしてレンジで加熱する。サラサラになれば完成。

## 感想

エコする活動も良いと思った。玉ねぎのお茶は少し苦いけどおいしかった。



◇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）

## ① 我が家のつけはなし率 NO.1



トイレの電気 つい忘れがち

消し忘れて、トイレのドアを開けてしまうと、消し忘れに気が付きにくい😞😞😞



❗工夫した所も

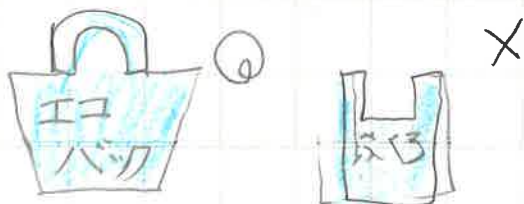
① トイレドア内側に節電シールをはる。

② トイレから出る時必ず見えるようにすると、消し忘れがなくなった。😊😊😊



## ② エコバックでゴミ削減!!

買い物事は必ずエコバックを持参する。😊😊



お母さんは、車にたくさんエコバックを積んでいる。

① エコカゴを使うと、時間も時短できて、お母さんのお気に入り①

☆ エコカゴ情報 ☆ スーパーで買入れし、不用になれば買入れたスーパーに返却できる。



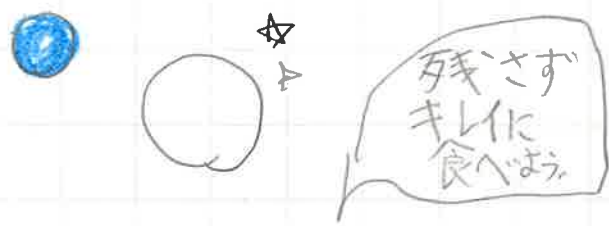
## ③ 食品ロスを防ぐには...

必要な分を買う。... 本当に必要? 考える → 買う。

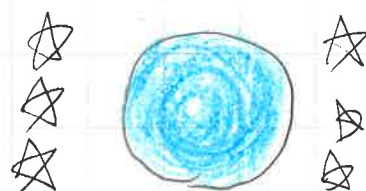
好き、キライは X ダメ!!

感謝の気持ちで食べ残しせずに食べる。

あと一口がんばる。



① 目標① 生物を守ろう。(キレイに)







◇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

「エコに取り組んだこと」

① 私 照明はこまめに消す！

② 祖母  買い物はエコバッグを持って！

③ 家族全員  水を出しっぱなしにしない

エコをすることで、地球環境を守ることが出来る！自分は今エコを出しているか考えて、今後おと地球で自分達が生まれるように努力しよう！

## 取り組み方

- ・役割を決め、役割事にエコをする。役割だけだと他のエコが出来ないので気づいた人がする。
- ・家族全員が見れるように、分かる所にシールをはる
- ・声をかけあい、常に意識する。

我が家は太陽光発電で「エコ」もしています！



我が家では太陽光発電をして、電力会社に送られています。自分で発電して自分達の家でつかうことは出来ます。

自立用とふっうのコンセントの色はちがう！



◇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)

## ECOチャレンジ

### エコ活動の目標

- 1 家族みんなで節電!
- 2 水を使いすぎないようにする
- 3 食べ残しをしない
- 4 買い物にはエコバック
- 5 ごみの分別をがんばる



洗面所では、顔を洗うとき、歯を磨くとき、必要な時以外はとめました。



シャワーの水は頭や体を洗うとき、フワフワ出しっぱなしにしてしまいがちですが、そのつととめるようにしました。



食べ残しをしないことが大切です。お皿を洗うときも、水や洗剤が少なくて済むようにペーパーでふいてから洗いました。



★今年は雨が多くて蒸し暑い。エコ活動として28°Cに設定温度。  
★冷蔵庫は開けたらすぐに閉めるように気をつけた。

★家族みんなで部屋の電気をこまめに消すように声かけをして気をつけた。

エアコンを使うときすると効果的なこと

- ① 扇風機を併用した
- ② フィルターの掃除をした。
- ③ バケツを使って、朝夕打ち水をした。



ごみ収集の日に関に合うようにきちんと分別しました。何度もしていると、スムーズに手が動きました。



買い物にはエコバックを持って行きました。慣れてくると、これかほつうになります。(COOL CHOICE!) かにいい選択

「エコチャレンジ」とりくんだ感想 目標のうちどれも続けていくと、大変なことではなくなって、自然なことだと気がきました。続けることで全ての生物にとって、住みやすい環境になります。大切な地球を自分たちで守るために、小さいことから長く続けていこうと思いました。





ゴミ削減

## 生ゴミを たい肥に

こと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## 生ゴミでたい肥作り

### ～ゴミの減量からレインボープランへ～

生ゴミは、燃えにくく、有毒ガスを出さないように燃やすには、多くのエネルギーが必要となる。生ゴミを、ゴミとして出すのではなく、たい肥として再利用することで、土にやさしい天然肥料となる。この肥料を使って育てられた農作物を地域で販売したりする。循環するしほを「レインボープラン」という。

### 日常で私たちにできること

「生ゴミ」を減らすには、生ゴミには3つある。

- ① 調理するときに出る調理くず
- ② 食べのこし
- ③ 買ったもので手を付けなままの手つかぬ食品。

### 対策

- ① 調理くずをへらす  
食料を使いきるメニューを考える。野菜の皮(ニンジン、大根)などを使いきる。
- ② お買い物の時に食品ロスを意識する。買いすぎない。
- ③ 食べ残しをしない。(食べれるだけ盛りつける。注文する)
- ④ 家にある食品の整理をする。  
冷蔵庫内の整理をして、使いかけや消費期限の近いものを目立つ位置にする。

日本は、大量の食料を輸入し、大量の食品を捨てている!!

日本の食品はいき量は年間2250万トン。食べられぬに捨てられる「食品ロス」は年間612万トン。(平成29年推計値)日常の食事に例えると、国民1人が毎日、茶碗1杯の食品を捨てている。

食品ロス大国日本

★そこで、私は、調理くずから、たい肥作りを行ない、生ゴミの減量に取り組んだ。★

- ① 生ゴミを分別し、水分を切りかきそうさせる。
- ② 生ゴミを糸でかくカットする。
- ③ ペットボトルに、葉土+生ゴミ+葉土でつめる。
- ④ 風通しの良い日陰に置き毎日、かきはくする。
- ⑤ 約2～3週間、たい肥の完成。
- ⑥ 火田にできた、たい肥をまいて野菜作りをする。





◇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）

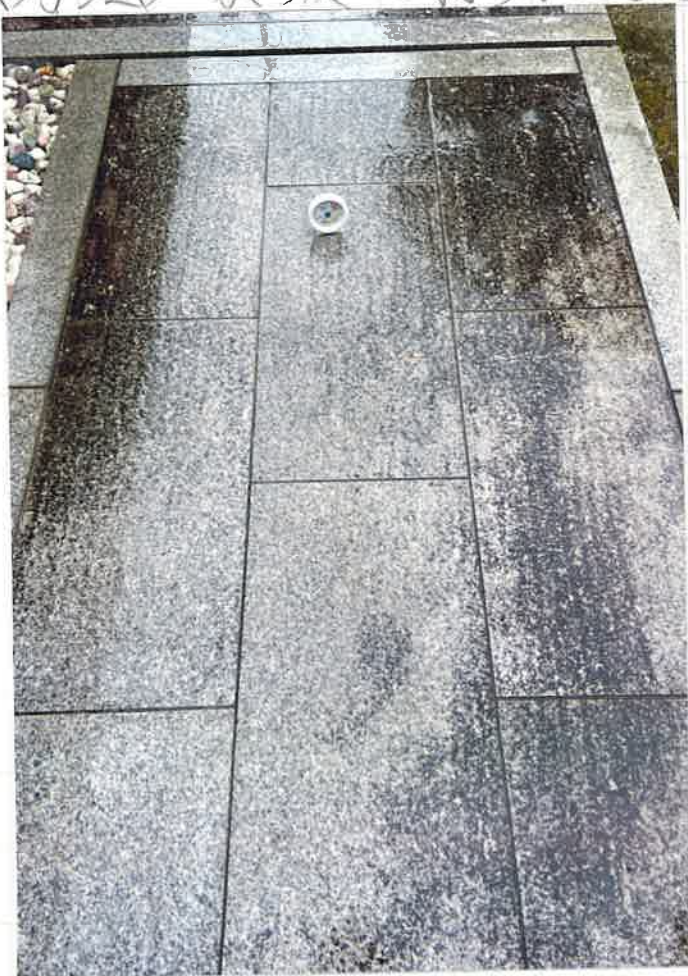
## エコな暑さ対策

### 打ち水<sup>（水）</sup>の効果を検証<sup>！！</sup>



昔から親しまれてきた「打ち水」の効果を実際に調べてみました。

〈方法〉家の庭に打ち水をまき、温度と湿度を測定しました。



### 〈結果〉

8月6日(金)	打ち水前		打ち水後
午前9:30	温度 32℃	→	31℃
	湿度 60%	→	68%

### 〈分かったこと〉

打ち水をするとわずかでしたが、温度が1℃下がりました！少しの差でしたが「打ち水」の効果を検証できました。打ち水をすることによって気化熱で地面の熱が大気中に出され、周囲の温度を下げるにつながります。今回朝に行ってみましたがおおむねの時間帯は気温が上がらない朝と気温が下がっている夕方といわれています。打ち水を使う水は、節約を考え、お風呂の残り湯、雨水、エアコンの室外機に貯まった水を活用するとよいそうです。ちなみに私の家は井戸水があるので井戸水を使いました。

おまけ

### 樹木による暑さ対策

庭の木を植えている地面付近の温度と湿度を同じ時刻に測定しました。



### 〈結果〉

8月6日(金)  
午前9:30  
温度:28℃  
湿度:66%

参考文献) [jalan.net/news/article/562561/](http://jalan.net/news/article/562561/)

### 〈分かったこと〉

同じ時刻の日なたでも、コンクリートの上より木を植えている地面の上より木を植えている地面の方が温度が低いことが分かりました。樹木を植えたりすることでも暑さ対策になるのではないかと考えました。



◇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）

## エコチャレンジ!

### 活動の目標★取り組むこと

1. コップに水をくんで歯みがき
2. 買い物にはエコバッグを持っていく
3. テレビはつけっぱなしにしない
4. 水とうを使う。

### 取り組みの結果

1. コップに水をくんで歯みがき



節水

もともとはあまりやっていたけど、気をつけるようになった。よくできたと思います。

2. 買い物にはエコバッグを持っていく



ゴミ削減

少し、エコバッグを家に忘れてレジふくろを買ってしまう事があるので、常に車においておこうと思いました。


3. テレビをつけっぱなしにしない



節電

テレビのつけっぱなしが、1人1人の心がけで「見てないなら消す」という心がけができるようになった。

4. 水とうを使う



ゴミ削減

水とうを持っていくことでペットボトルの水やお茶を減らすことができました。

### 感想

1～4の中で一番これからはがんばろうと思ったのは2で、これからは、エコバッグを1つはいつでもおこうと思いました。身近なエコはたくさんあるので、これからはエコ活動をしていきたいです。



◇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）



お家の無だを調査しました!

## ～気になった所①～

水道 1L 節水したら、約0.98wh節電



- 水の出しすぎ
- 水を出しっぱなしにせずこまめに止める(手あらいはみかき)
- 1回で約12Lの節水が出る!
- 1回約5.4L・節水

## ～気になった所②～

電気 節電することで地球を守る。



- 電気のつけっぱなし
- 人がいない所はこまめに消す
- 電気が少なくてすむLED照明にかえる。
- 一家がらんらんをして同じ部屋で過ごすのも大切

## ～気になった所③～

ゴミ



- 出すゴミを出きるだけ少なくする
- リサイクルしやすいようにプラートをつけた。

## ～気になった所④～

クーラー



- 24℃→28℃に設定
- 日光をさえるカーテン、たれを使う。
- ほりやゴミをつけたまま動かない。
- こまめにろいをして空気の流れをよくして電気の無だをなくす。

## まとめ

節水・節電・ゴミなど、少しの心がけを続ける事でエコに少し近づけました。これからも意識し、家族で協力していきたいです。