

◇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)

# 家族でエコチャレンジ



取り組んだこと。

『ゴミ削減』

『エコ』して、思ったこと。

『エコ』して、思ったことは、ゴミとかをすくるときに、分別を気にするようになりました。あとは、買い物に行くときには、エコバッグをもつようになりました。残りもしました。食べ残しもなくなりました。

取り組んだこと。

『節水』

『エコ』して、思ったこと。

わたしは、『エコ』で一番気にしたのは、節水です。よく、水を出しっぱなしにしてしまうのです。『エコ』をしてから、毎日気にするようになりました。そして、水の出しっぱなしがなくなると、とても、うれしかっただです。

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート

中貴志小学校 5年

名前 森本 柑奈

◇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  
は大切だ

~~おもしろい~~

せつじん  
をしっかり

分別  
だいい

私は、



をしました。とくにがんばったのはゴミさくげんの分別するです。

これからいろいろなエコチャレンジにとりか  
がんばりたいとおもいます♪

◇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）

## 身の回りのエコ

他にも発見エ  
コマーク!  
ペットボトル  
だたら、キャ  
ップとラベル  
のことはし  
たわ!!

### 氷まくら



### 冷蔵庫開け

たままにしない

あまり暑くなつた夏は、氷まくらで節電

食品が腐ったと  
ごしまうので  
食品ロス

ポイント  
氷まくらに  
タオルをま  
くとすうと  
して



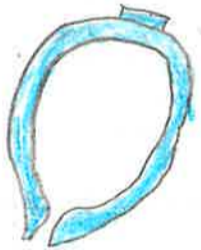
食品ロスとは  
食品ロスとは本来食べられるのに  
捨てられてしまう食品をいう。食べ物を  
捨てるのはもったいないことですが、  
きょうにも悪いえいごをあたえられて  
しまふ。

エコマーク



### 首リング

### あまったノート



くり返し使えて  
エアコンやせ  
風きを使用せ  
ずに使えて  
節電

### の紙でメモ



あまったノート  
の紙をすてずに  
再利用できてご  
みさくげん

1年間で食品ロスはどれ  
くらいたるのか  
本家の「食品ロス」の量は、  
年間523万tに達  
している

ポイント  
いろいろな  
プリントの  
うらみもできる

### 感想

私達ができるエコは、身近に  
いっばいあるとエコチャレン  
ジをや、て知りました。  
それからは、ふだんからエ  
コな行動をし、いっさいなと思  
いました。

### 家族にインタビュー

目につくところにシール  
をは、てくれていたの  
で、いっしょ以上に節電、節水  
を意識することができま  
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）

## エコレポート



### 節電

電気のよこにはりました。毎回消しわすれてたのが、はるどきちんと消しました。シールを取ってちんと消し続けでよか、たと思ひました消すのがくせにな、ていて他の所も消していました。



### 節水

洗面にはりました。よく出しはなしが多かっただす最後までき、ちと止めてほしか、たのではりましたシールをはるとし、かり止めてくれたしシールを見てまた確認してくれましたき、ちと止ま、でいるか確認してくれました。

## エコチャレンジを や、てみた感想

エコシールをはると思、てた以上みんなが協力してくれたから去年とくらべて節約できたと思ひました。エコは誰かが最後よろこんでくれたりうれしくなると思ひました。つけ、ばなしや出し、ばなしにしていると注意して次からはきちんとしているのですごくいいと思ひました。エコは地球環境を守ることになると思ひました。まだまだつづけたいと思ひました。

## ゴミさくげん



ゴミ箱には必ずました。前から分別をしてい、たけど、更にこまかく分別た、をしました。ゴミをば、た、らかしたしといたけど、し、かり分別してゴミをすてて、いまじた。シールをはると、よりこまかく分別すること、ができました。このまま続けたいと思ひました。

◇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

「取ッくんだこと」

水を最低限使わないのと

食べ残しをしない

家族にインタビュー!

「今よりもっと節電が出来て

良かった!

「みんなが食べ残しをしなくなると

楽になった!

エコチャレンジをやって、思ったこと

私は主に自分でも出来るかんたんな方をしたけど、  
ママたちはいろんなことをしてくれてうれしかった!

節電をしたことで電気の使用量がへって

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

中貴志 学校 5年

名前 吉田真介

◇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）

## 目標や取り組みのこと

- 出しっぱなしにしない
- 食べ残しをしない
- 分別する
- こまめに消す
- つけっぱなしにしない
- 買い物はエコバッグを使う
- 冷たんぽうは適温



## 取り組んだ結果

- 水を出しっぱなしにすることがなくなった。
- 電気のつけっぱなしもほとんどなくなった。
- これからもこのちょうしでいいこうと思った。
- 買い物のはきは毎回エコバッグをもっ、こい、こいたのでこのままつづりようと思います。
- 分別はペットボトルのキッララベルもし、かり分けをしたし、もえるごみも、もえないごみもし、かり分別をしてみました。
- 食べ残しはなかつたし、しっかりみんな食べていました。



## 取り組んで思ったこと感じたこと

- やったおかげで分別や出しっぱなしやつけっぱなしがなくなっ、よかったです。
- 続けをいくことでもっとよくなるんだなと思ったからつづきようと思いました。
- これからもエコチャレンジをやっ、こ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

中貴小

学校 5年

名前 酒井 紇羽

◇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）

せんぷうきを「じょうず」に  
取り入れてクーラー  
の電気代を節約!!



①あまり使わ  
ない

つけたり消<sup>②</sup>  
たりせず、

<クーラー>

③クーラー  
の温度  
を27度  
28度  
にする

少し外出  
する時は  
消ない



せんぷうき<sup>④</sup>  
を強でつけ  
ないで弱や中で  
つける

〇〇〇  
弱中強  
<せんぷうき>

一人でがんばっ  
てもムリX家族  
でエコにチャレンジ  
しようと思った

⑤クーラー  
とせんぷ  
うきをつ  
けて空気を  
まぜる

せんぷうきの電気代は  
クーラーの1/10以下!!  
クーラー → 2678円  
せんぷうき → 251円

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート

紀の川市立  
中貴志小学校 5年

名前 阪口蓮士

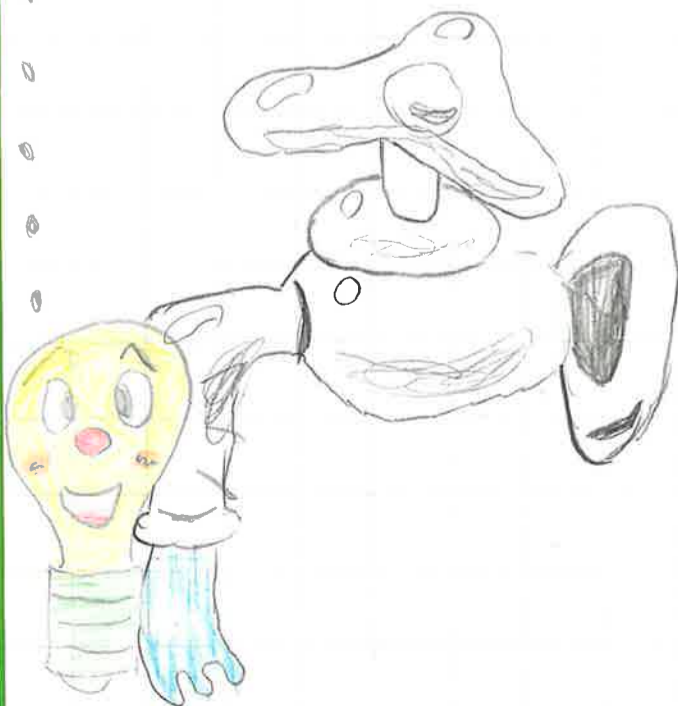
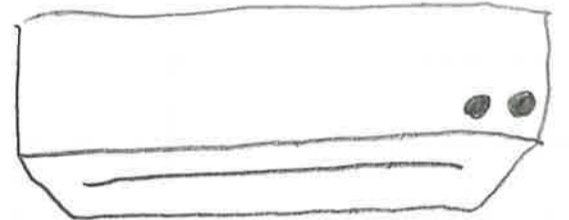
◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

節電

- ペットボトルをリサイクル
- ガス代節約
- 節水



- 夏場はシャワーですませる。
- エアコンを27度にする。
- 食べのこしをしない。
- 水道こまめにとめる。
- エコバッグを使う。
- せんたしはまとめてする。
- (エコチャレンジを取り組んだ感想)
- いつもおかあさんがしていることなのご
- ぼくもがんばろうと思う。





# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート

中貴志

学校 5年

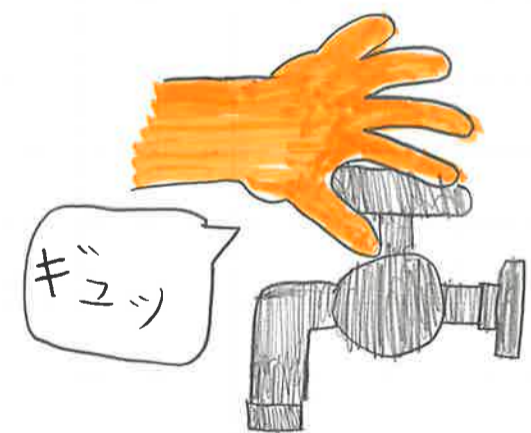
名前 前田 遥真

◇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

●目標や取り組むこと。

- ①歯みがきをするときは、コップを使う。
- ②水道のじゃぐちをこまめにしめる。
- ③お風呂の残り湯をせんとくに使う。
- ④トイレの大、小ボタンを使い分ける。



### 水不足になると。

- ①飲み水がなくなる
- ②農業用水がなくなる（食料不足になる）

### 感想

- ・水は、節水をして大切にしようと思った。
- ・節水をこころがけて、生活をしようと思った。

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート

中貴小 学校 5年

名前 北川 乃愛

◇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）

## 大ク 節電 をしよう!



見なくなったら  
テレビをけして  
節電する。

家をびと  
るときは  
なにかから  
セントをぬ  
て節電する。

閉るときは  
ねるとき、部  
屋に人か  
"ときにけし  
て節電する。



冷蔵庫の  
あけたら、ま  
ぐにしめて  
節電する。  
あけっぱなし  
はしな。



せんぷうきを  
つかわな  
きはけして  
節電する。  
どかけて  
ときは、けし  
て節電する。

## 節電をしてみた感想

節電は、いろいろな所ですることかできて、「もったいなら  
い」と思う気持ちや「節電しよう」と思う気持ちがあったら  
し、かりと節電してテレビが「こいたら」まぶら「どうこ  
があ」こいたらしめることをして「けばた」こと節電できる。  
こやがらも節電したいぞ。

◇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

## 取り組んだこと!



28度前後の温度に設定した。  
①電気をむだに使わないため  
20度前後にするようにしました。

水を使ったらすぐにじゃくち  
をしめた。②水道をむだに使  
わないためになりました。

他にも...いろいろなエコがあります!



これらも守ろう!

感想 エコチャレンジを通して、節電節水、ゴミさくげんが大切な事が良く分かった。エコチャレンジをすると大切なことに気がきました。これからも節電節水、ゴミさくげんをやり行きたいと思ってきました!

わかやまこどもエコチャレンジ

節電



節水

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート

中ぎれ小 学校 五年

名前 坪治 莉久

◇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 やってみよう



ペットボトルのキャップを集めた  
らどうなる？



ペットボトルキャップ2杯でワ  
チン1人分になる  
集めたキャップを市役所にもつて  
行った。  
少しでも支援国の子供たちへのワ  
チンになればいいなと思う。

古着のeワチンとは？



不要になった衣類を専用の袋、くろ  
に入れて送ることでも、ロゾラ人の  
命がすぐえるとわかりました。  
自分が着ていていらなくなつた服  
で人の役に立てるのはいい事だ  
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

中貴志小学校 5年

名前 田尻 千陽

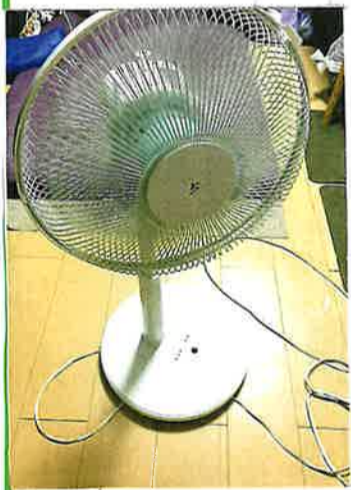
◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコレポート



とくに、パパとママに  
使われない時は、シャワ  
ーの水をきりなさい！！  
と、言われるので、こ  
くに水をっけました。

ママ  
パパ



いつも、しんしつ  
の電気をママが消  
してくれるので、か  
家族一しょに、ま  
んぱりしました。



いつも、部屋や外が暑い  
ので、せんぷうきやエア  
コンをっけ、ばなしにし  
ているので、消すのをか  
んぱ、てっけました。

### 目標と取り組む事

目標… 去年より  
水の使用量を  
ハらす事

取り組み… 水は使  
かめないと  
きは、止め  
る

にインタビュー

ママ、パパ… 電気代  
など値上がり  
しているので  
節約にとりく  
んでくれて助  
かされた。

自分… ママとパパの  
意見を聞いて始  
めは、しなかつ  
たことが後か  
う出来る  
ようにな、ても、とエ  
コにとり組みたいと思  
った。

エコチャレンジをや  
てみて！！

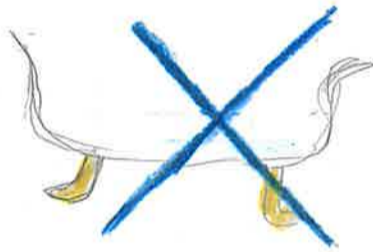
エコレポートを家の中では、てみると、家族のみんなが  
「節電や節水やゴミのさくけん」のことも一生けん  
しめい取り組んだりしたので、そこは、よか、たなと思  
いまして。次からは、エコシールをは、ていなりけど  
し、気づいた人が、すること自分から進んでや、ていまた  
いと思、い、ま、し、た！！

◇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

### 節水

夏は暑いし、節水のこともおねてお風呂につかるのをやめて、シャワーだけでおわらせたりすると、1万円以上ぐらゐのねだんが7000円ぐらゐになっていたそうです。



10000 ○ 10000

5000 ○ 5000 + 1000 × 2

### 節電

エアコンの温度を28度ぐらゐにして、サーキュレーターをつけて、へやの中をすずしくしたりしてくふうしました。げんかんの電気や、キッチンの電気をつけっぱなしだったのも、「こまめに消す」のシールをはって消すよう工夫した。



⑤ エコチャレンジは、「節水」や「節電」や、「ゴミ削減」など、いろいろ協力することで、水代や、電気代もへらすことができるから、エコチャレンジは、とてもいいことだと思います。

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート

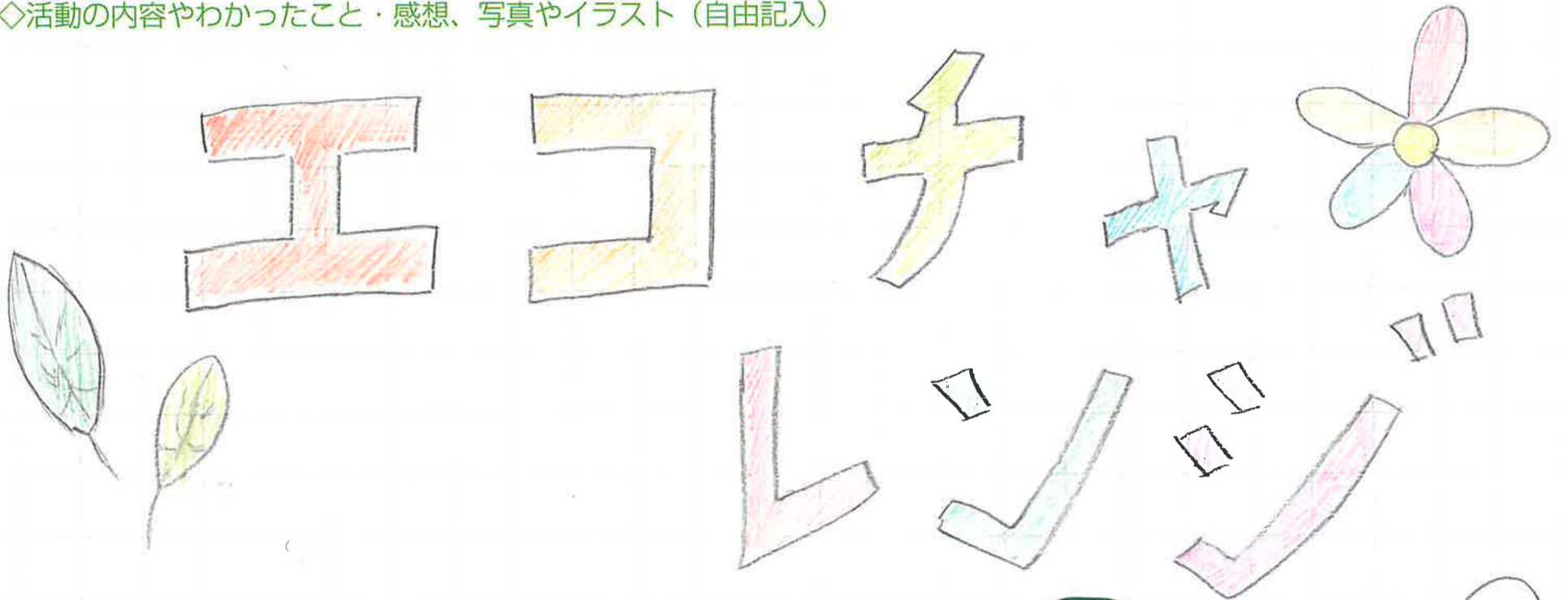
中巻

学校 5年

名前

友枝 咲良

◇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）



## 活動できたこと

- ・ 電気のつける、消すをこまめにする事ができた。
- ・ ゴミの分別をすることが、できた。

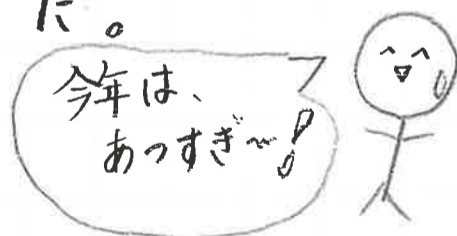


## あまり活動できなかったこと

- ・ エアコンの温度(設定)を適切にできなかった。



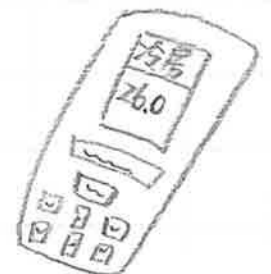
感想  
相心



世界中のみんながこのような活動をして、地球環境を取りもどせるといいなと思いました。できなかった、活動をできるようにして、活動してきたことをきっかけにこうと思いました。



おん  
わ



◇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）

## ぼくの夏休みエコレポート日記

ぼくは、夏休みに入った7/22、7/25、7/28の3日間、国の節電チャレンジに参加しました。



28度に設定した！



ぼくは食べ残しはイヤー



節電チャレンジ、何？

節電チャレンジとは、ゲーム感覚で楽しく節電してポイントをかく得できるエコ電気アプリです。

資源エネルギー庁が定めるガイドラインを元にそれぞれのお家が無理のない範囲で節電に成功したら目標達成です！

エコてんきりんが節電ポイントを教えてくれたよ！



エアコン

- 設定温度を1℃見直すと、0.03kW | 1時間で節電！
- 冷房は必要な時だけ、0.17kW | 1時間で節電！



テレビ

- テレビを見ない時は消す、0.05kW | 1時間で節電！

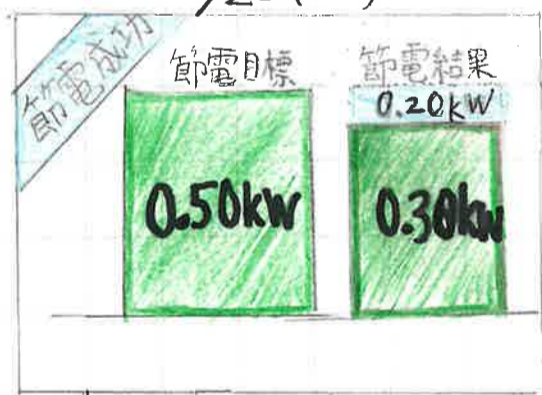


テレビを見ない時はちゃんと消したよ！

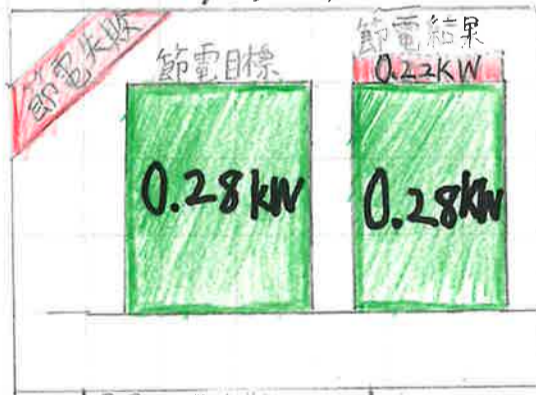
7/22(土)

7/25(火)

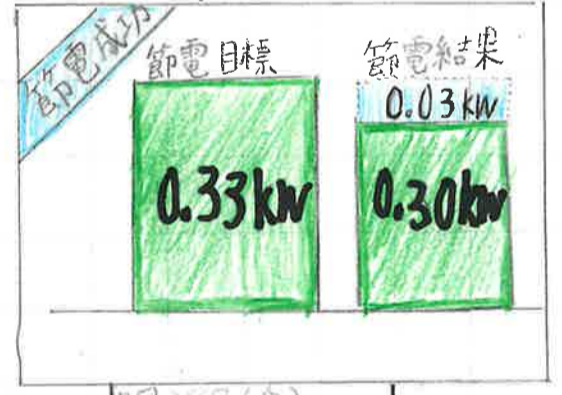
7/28(金)



7月22日(土)  
19:00~19:30  
かく得ポイント1ポイント



7月25日(火)  
19:00~19:30  
かく得ポイント0ポイント



7月28日(金)  
16:30~17:00  
かく得ポイント1ポイント

なぜ節電失敗してしまったのかな？



ぼくは暑いのが苦手だから、適切にエアコンなどを使ってほしいな。

7月25日は1日中とても暑か、たので、朝からねる前までエアコンをつけ、はなした。た。

ぼくの家では、0.72kgのCO<sub>2</sub>（二酸化炭素）を今まで削減しています。まだまだ杉の木一本分にもならないけれど、これからもできる範囲でコツコツと節電にチャレンジしていきたいです。  
(杉の木1本の年間のCO<sub>2</sub>吸収量は14kgだよ)



# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート

中ぎし 学校 5年

名前 土木 高 たつき

◇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食べのこしをなくす。

②ゴミの分別をする。

③歯みがきはコップを使ってやる。

④電気をこまめに消す。

・すききらいがあるので残すこともあった。  
これからなくすようにがんばろうと思った。

・プラスチックと生ゴミの分別をするようになった。

・歯みがきはコップを使ってできた。

・使っていない部屋電気を消した。

・きらいな食べ物がタイルので食べ残しをなくすのがむずか  
しかった。

・プラや生ゴミがタイルのことが分かりました。



# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート

中貴志小学校 5年

名前 村友唯

◇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）

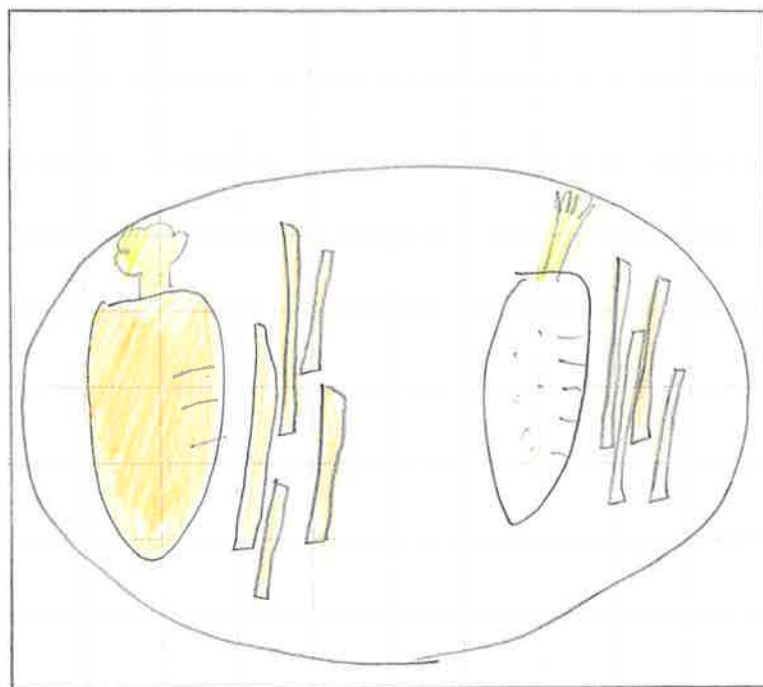
わたしは、てもあら、たっかみのけもあら、ているときにみずを出し、ばなしにしなっようにしました。そっいうこともすると、せっすっにつながるとわかりました。そしとおふろのお中のすてているとちゅうどとめて、せんざいを入れて、せんたくものをふんどあらしました。



じ、ちいにしていようす。

これをして、せんたくするのにも水をあまり使わなくていいと思いました。

ほかにも、食べのこしもへらししました。そして、だっこんとにんじんのかわできんぴらをつくりました。これをするとにんじんやだっこんのかわをむだにすることなくなるし、おっしっのじっっと思いました。



エコチャレンジをしてとてわたのしか、たびす。

◇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 に挑戦!!



- 。はみかきをする時にずと水を出しっぱなしにしない。
- 。お風呂の時は、あらう時以外は、おゆを出さない。

節水!!!



- 。家から出る時は、電気は消す。
- 。明るい時間の時は、電気を消すのもいいかも!!!

節電!!!



- 。ビニールより、自分のエコバッグを持って、出かける。
- 。ゴミ削減しよう。

まとめ 私はいっもエコバッグを持って出かけるようと思いました。

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート

中ぎい 学校 5 年

名前 矢田 煌真

◇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）

●目標を取り組むこと

①エアコンを節電することをおぼがける。

●取り組みの結果、家の人と話したこと

・去年の夏としてるべるとかなり節電できていました。

去年 8月 388kwh → 約44kwh 今年 344kwh

1日あたりの使用量

8月 今年 11.5kwh ⇒ 約1kwhの節電  
1日 去年 12.1kwh



たとえば

100Wのドライヤーを1時間使用した量と同じ

・ふだんは設定温度を25℃にしていましたが節電をおぼがけて、28℃にしてみました。

・外気をしかだんするたぬにカーテンを利用しました。

・部屋の開け閉めをなるべく少なくしました。「かみだ以外」

・家族でなるべく同じ部屋ですごしました。

・エコチャレンジに取組んで感じたこと。これがほしいこと

・エコチャレンジをして自分たちのことだけじゃなく自然のことまでできていたのがたが。たが、節電をするの味、自然をたがすることたが感じました。

・これからは、電気がたがなく水を節約したつたべ残しをしないように気をつたつたつたながら生活していきこうと思ひました。節約は自分たちのことだけたなく、自然をたがすることたができるのたこれからは続けたいこうと思ひました。これからは無たない電気が水を使たないように気をつたつたつた生活していきこうと思ひます。



◇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）

## なくそう！食品ロス



### 大きな社会問題に...

農林水産省によると、令和3年度の日本の食品ロスは約**523**万トンに上る。世界全体で見ると、年間約13億トンの食品が捨てられている。これは、生産された食料の約3分の1にあたる量というから驚きだ。

### ぼくがチャレンジした取り組み

①「ドギーバッグ」の活用  
外食時の食べ残しは店員さんに聞いてOKであれば、ドギーバッグに詰め持ち帰るようにした。ドギーバッグはコンパクトにたためるものをこら入したので、かばんに入れて常に持ち歩いている。



### ②農業体験

おばあちゃんの畑で、野菜のせいばいを手伝った。ナスやとうもろこし、ゴーヤ、ピーマンなどおいしい野菜がたくさん収穫できた。農業体験をすると、育てる苦労がよくわかり、より食べ物を大切に食べようと思うようになった。

今回のエコチャレンジを通してー

家ではいつも食べられる量だけを出してくれるので、食べ残しをしたことはないが、外食をした時は少し残してしまうことがあった。ドギーバッグで持ち帰って、温めなおせば、またおいしく食べられることを知った。

また今日のエコチャレンジを始めるにあたり家族と食品を捨てずに済むための工夫について話し合った。お母さんからは、消費期限と賞味期限の違いについて教えてもらった。これまでは、賞味期限をすぐ気にしていたが、味やにおいをチェックした上で問題がなければ食べようと思った。

### 何か問題なのかな？

①地球温暖化の原因になる。

捨てられた食品の多くは、生ごみとしてもやされるので、地球温暖化を引き起こしてしまう。

②もったいない！

日本の食料の半分以上が輸入にたよっている。ロスをなくして、かぎりある資源を大切にしなければならぬ。また、栄養不足に苦しむ国の人々のことを考えると、食品を捨てるなんてぜいたくだ。

# わかやまこどもエコチャレンジ 活動レポート

学校 年

名前 土橋 みお

◇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”のかんそう！！

## 取り組んだこと

- おかいもののをするときにエコバック  
がカゴをもつていくようにした。
- でんきをっけ、ばなしにしな  
いようにした！

• たべのこしをしなないように  
かんばつ、たけど”ときどき、  
たべものをのこしていもうことか  
あった。こんどからのこさないようにかんばろうと思

ど”きたこと・つきからかんばろうと思ったこと！



をきちんとできた。これ  
からもかんばろうと思

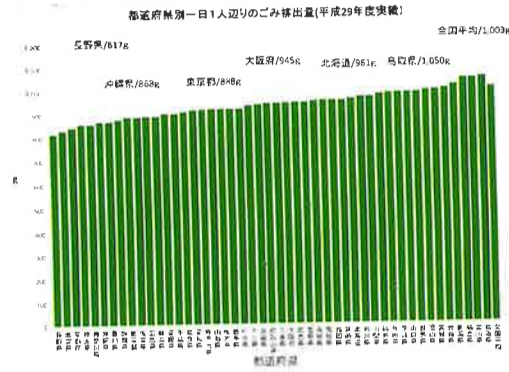


たべのこしをしなように  
にかんばろうと思

◇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

ぼくは、一日にでる一人分のゴミを調べます。  
 一日でる一人分のゴミの量は、八百九十グラムです。そして日本で  
 出る一日のゴミの量は四千九十五トン（東京ドーム約百十はい分）です。  
 （右の表）左から長野県八百七グラム、東京都  
 八百八十八グラム、大阪府九百四十五グラム、北海道九百六十一グラム、  
 鳥取県千五十グラム、全国平均千三百グラムです。



ぼくの、ごみさくげんのエコチャレンジは、好きな物を使  
 って毎日を過ごします。

まずは、スーパーに行く時は、必  
 ず、エコバッグを持って行きます。  
 なぜならエコバッグを持って行け  
 ば、プラスチックのふくろをへら  
 せるからです。そしてエコバック  
 も自分の好きながらや色やイラスト  
 を持って行くことができます。



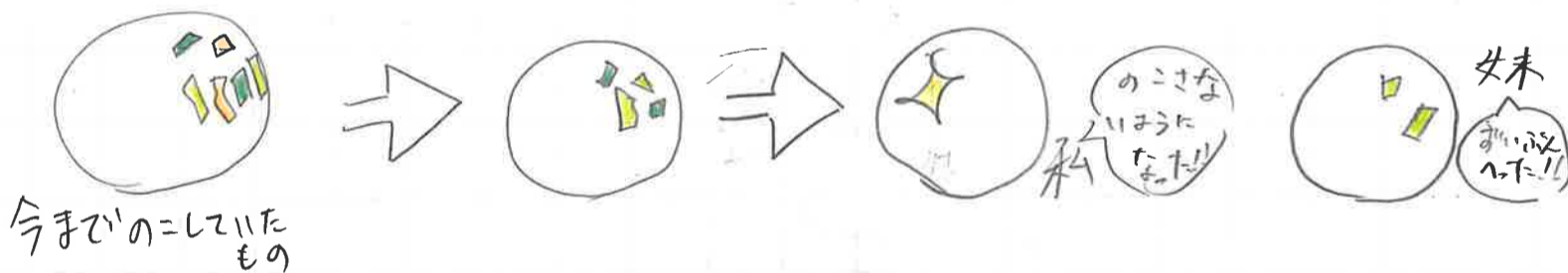
もう一つは、ペットボトルを使  
 わずに、水とうを持ちあるきま  
 す。これをすることによって、  
 プラスチックさくげんにもなる  
 し、自分の好きな水とうを使い  
 自分のモチベーションを上げた  
 と思います。



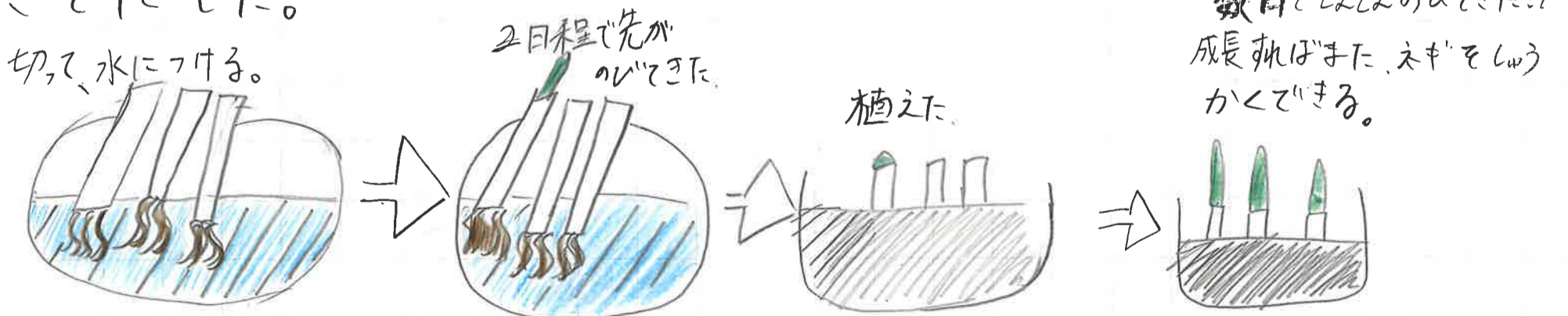
◇活動の内容やわかったこと・感想、写真やイラスト（自由記入）

## エコレポート

私は、食品ロスをなくすことにチャレンジしました。理由は「すゝいゴミの話」という本を読み、ゴミについてもっと知りたいと思い環境省のホームページをみてみると「今から17年後の2040年には、ゴミのうめたてるさいしょうしよぶんじょうが失われる」とかいていて私は、自分にできることはないかとかんがえ、私は、食品ロスをへらそうと思、た。まずは、自分がじ、こうし家族の手本になるようにした。家では、ふだん私は、たべものこしは、ないがきらいな食べものかでてくるのをこしてしまいうめですききらいをせむにたてきることにチャレンジした。妹もよくきらいなものをのこすので妹にも説明し、一緒にがんばることにした。



次に今まで捨てていた食材で何かできなにかと考之、家に根付きのネギがあったので、根付近をきって水につけ、植えることにした。



## 感想

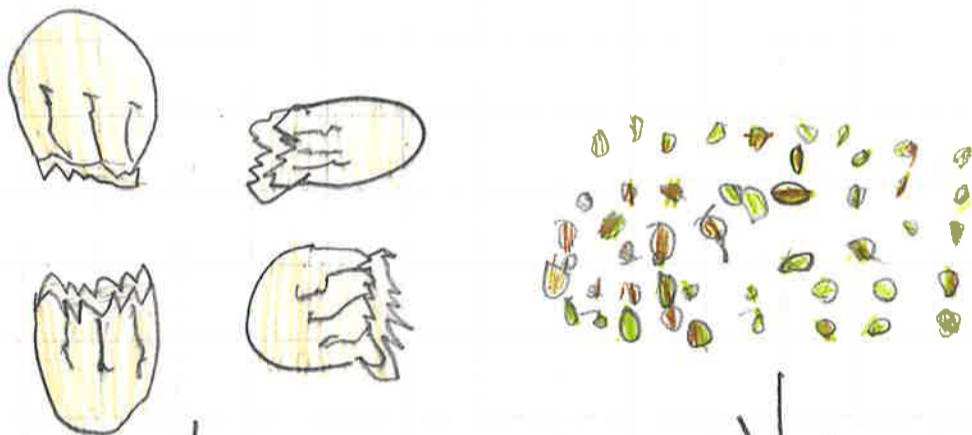
わたし一人でも一人なにゴミをへらせれるのなら日本中、みんな一人一人がいきをかえることでこれからのゴミをへらしていきけると思、た。



◇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）

## ごみをへらそう

ぼくの家には畑があります。  
ひりょうにたまごのからとお茶の葉っぱ  
を使っていきます。





いちじくにいい トマトにいい

ごみだと思っ、ていけものものが  
役立つのがすごいいと思っ、た。  
さい利用できるものはすてず  
に使ってごみをへらしたいと  
思っ、た。

◇活動の内容（いりよう）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

- ・ 取り組んだこと
- ・ 出しゃばなしにしない（節水）
- ・ こまめに消す（節電）←できた
- ・ 分別する（ゴミ削減）←できた
- ・ 食べ残しを減らす←できた 
- ・ 買い物はエコバックを持って

## まとめ

取り組んで思ったことは、エコをした方が電気代がかからなかつた。プラスチック（海洋プラスチック）問題をなくすためにもエコは大事だと思いました。これからもエコをしていこうと思います。