

「千曲市地球環境デー2017冬」 チェックシート（一般用） 29. 12. 17

みんなで1日、環境のことを考えて生活してみましょう。

今日できたことに○してください！ いつもやっていることも○してください！



主催:千曲市地球温暖化対策協議会

1	家族みんなで同じ部屋ですごした	489 g
2	暖房は20℃までにした	45
3	トイレは使い終わったら忘れずにふたをしめた（ふたのないトイレは両方に○）	14
4	こたつの設定温度をひとつ下げた（こたつを使わない家は両方に○）	42
5	蛇口をこまめにしめた	3
6	風呂のふたをこまめにしめた	45
7	自動車を使わず、バスや鉄道、自転車を利用した	192
8	テレビをつけっぱなしにしなかった	22
9	シャワーの時間を1分間短くした	83
10	家族が続けてお風呂に入った	99
	一日に減らせる二酸化炭素の重量 ☆合計	1,034 g



いつもは、あまりやっていないという人は、今日の省エネ活動を頑張ってください。
今日できた人は、これからは、いつもできるよう頑張りましょう！

「今日できた」の合計から「いつもやっている」の合計を引くと
いつもより減らすことのできたCO₂の量が出ます。

「今日」を「いつも」につなげてCO₂を減らし、地球温暖化を防止しましょう！

20歳未満
60歳以上
男 女

20～60歳

（○をしてください）

一日で減らせる二酸化炭素の重さ(g)

数字に○をしてください		
今日できた	いつもやっている	
489	489	
45	45	
14	14	
42	42	
3	3	
45	45	
192	192	
22	22	
83	83	
99	99	
計	計	
今日	いつも	削減量
()g	— ()g	= ()g

き
り
と
り
せ
ん

今日はいつもよりどれだけ減らせましたか？
両方とも全部○なら削減量は0gですが
あなたは素晴らしい！！