

## 令和6年度 家庭で取り組むエコチャレンジ 審査表

参加チーム		目標 (リーダーが記入)	削減 効果 g-CO2	省エネ行動		電気削減量		(電気使用量)増減の理由
No.	参加者			工夫したことや努力したこと(リーダーが記入)	わかったことや感想(サポーター、保護者が記入)	7月	8月	
69	小3	気が付いたらすぐ行動する(電気の消し忘れ)。家族に声掛けをする。	6,704	①1つの部屋で家族で過ごすようにした。 ②出来るだけ同じような時間に外出するようにした。 ③トイレの便座の温度設定を弱からオフにした。 ④カーテンを閉めて気温が上がらないようにした。 ⑤外に日よけカバーをした。 ⑥エアコンを付ける前は窓を開けた。空気の入れ替え ⑦サーキュレーターとエアコンを同時に使う。 ⑧サーキュレーターの前に凍らせたペットボトルを置いた。風の温度を下げて除湿させた。 ⑨携帯式保温容器(大きい卓上ポット)にお茶と氷を入れて冷蔵庫を開けずにたくさんお茶を飲めるよう工夫した。	一人だけが頑張るのではなく、家族全員の協力が大事だと子供が分かってくれて、声掛けや昨年と別のことを考えて取り組んでくれました。これからも地球にやさしい取り組みをしようと思いました。	0	-25	
32	小3 小6	・たべものをのこすと、大きくもならないし、エコにもならないからたべる ・海外のエコ事情についてもいろいろ調べてみよう ・ゴミをしっかり分別して資源として使えるようにする	4,671	人がいない部屋のエアコンは消した。電気をこまめに消した。ご飯を残さず食べた。消し忘れたエアコンを母さんがいつも消してくれた。「捨てればゴミ。生かせば資源」を合言葉に分別をがんばった。スーパーでは手前から取った。今回子供たちと外国のエコ事情についても調べました。台湾に住む友達と家族でゲストへ。食べきれ的分だけ注文。台湾のSDGsについていろいろ話を聞いた。市報にごみ処理の記事があったのでみんなで読みました。リーダーの優賢が「テレビを消そう」と声かけしてくれた。	エアコンをつけっぱなしにすることが多かった。台湾にはゴミ捨て場がなく、だいたい決まった時間にゴミ収集車が来て収集車へ直接投げ込む。海外でもごみの分別をしている。リーダーの優賢はエコを意識するあまり暑さを我慢してエアコンを使わなかったので、「熱中症にならない様に28℃に設定してつけようね」と伝えました。外食の時は食べきれる量を頼むよう徹底した。	45	—	子供は児童館、親は仕事で家にいない時はエアコンを必ず消した。洗濯物は乾燥機をなるべく使わず外へ干した。
20	小4	ぜつめつしかけている動物を少しでもなくしたいので、この「家庭で取り組むエコチャレンジ」でどれくらいやってみようと思ったからです。	6,710	プラスチックごみは(よごれているもの)ちゃんとあらってからすてたり、ごはんをのこさずたべたりすることを工夫したり、洗濯物をほすときはいっしょにほしたりしました。そして、「エコチャレンジ」をこれからもつづけていきたいと思いました。	思っていたよりも日頃から達成できていることが多く、大変に思う項目は無かったようです。酷暑でエアコン28°が難しかったので、夏後半からのスタートとなりました。食べ物を多く作りすぎないように親としては気を付けていきたいところでした。子供にとっては良い学びとなり、続けていこうと思える課題となったようです。	—	—	記録を探しきれませんでした。今後気を付けてチェックしていこうかと思います。

参加チーム		目 標 (リーダーが記入)	削減 効果 g-CO2	省エネ行動		電気削減量		(電気使用量)増減の理由
No.	参加者			工夫したことや努力したこと(リーダーが記入)	わかったことや感想(サポーター、保護者が記入)	7月	8月	
52	小4	みんなで協力して電気の使用時間を短くしよう	6,870	具体的な注意点をみんなと声掛けしあった。給湯メーターをよくチェックして、使用量と目標をみんな確認しながら使用した。	声をかけ合って取り組むことができました。目に見えて削減できたことは少なかったかもしれませんが、積み重ねが大切であることをこれからの生活にも生かしていきたいです。	-5	121	兄が夏期講習のため夏休み中も連日自室エアコンを使用したことで使用量が大幅に増えてしまった。
	小6							
	4歳							
34	小3 4歳	10日間みんなで声をかけ電気使用量を削減する。	4,559	テレビを見ないでカードゲームを家族みんなです。歯磨きの時は水をこまめに止めた。	10日間意識的にエコチャレンジに取り組むことで、習慣が身についたと思うので、これからも続けていきたいです。	-	-	8月は夏休みで家にいる時間が長くエアコンをつける時間が長かった。
56	小6	家族みんなで協力して取り組む。	6,612	夏休み中も夜更かししないで早く寝る。エアコンと一緒に扇風機も使って、エアコンの設定温度を下げすぎないようにする。いるんな部屋のエアコンを付けなくても良いように家族みんな同じ部屋で寝る。	子供達もエアコンの設定温度を気にしてくれるようになった。今年はオリンピックがあったので、テレビの前で応援したかったが、テレビを付けっぱなしにはせず、見たい番組を決めて見るようにした。	-25	49	昨年は8月に2週間ほど帰省していたが、今年は帰省しなかったので、その分電気使用量が増えた。
	小4							
	小3							
	小1							

参加チーム		目標 (リーダーが記入)	削減 効果 g-CO2	省エネ行動		電気削減量		(電気使用量)増減の理由
No.	参加者			工夫したことや努力したこと(リーダーが記入)	わかったことや感想(サポーター、保護者が記入)	7月	8月	
71	小6	洗面所で無駄に水を出さない。ごみの分別をする。エアコンの設定温度を28℃にする。	5,117	スーパーでペットボトル、牛乳パック、トレイの分別をした。洗面所、シャワーでは水を節約できた。	SDGSの勉強を学校でしてるので、リサイクル、リデュース、リユースについて話すようにした。水の節約は弟とともにできた(時々注意したが)。洗濯をしたり(洗剤量を守る、一日1回するように努める)、干したり(外に)、する手伝いをした。古布を小さく切って掃除に使った。	—	—	今年の夏は特別暑くエアコン使用量は増えたのが、原因だと思う。エアコン使用と熱中症にならないよう努力する事、両方気を付けなければならぬため難しかった。扇風機、冷風扇を使って、エアコン使用量を減らすようにしたが、難しかった。子供が大きくなると一部屋だけに集まり、エアコンを付けるのは難しかった。二部屋につけるよう努力した。
	小2	水を節約する。歯磨きをするときは水を止める。食べ残しをしない。	5,212	お風呂には入らないようにしたが、シャワーで水を流しっ放しにし、叱られることがあった。歯磨きをするときは水を止めてやった(守ることができた)。食事は残さないようにし、守ることができた。	プラごみ、紙ごみの分別は忘れることがあったので注意した。部屋を出るときは電灯を消す事ができたが、エアコンはつけっ放しの時があったのでリモコンの正しい使い方と消す習慣を身につけさせたい。	—	—	今年の夏は前年に比べてかなり暑くエアコンの設定温度を28℃にするように心がけたが、気温が高いときは最初26℃27℃にすることがあった。落ち着けば28℃に上げるようにした。夜はタイマーをかけて寝るようにしたが、起きて付けるときもあった。エアコンの使用量が増加した分の理由だと思う。
5	小5	CO2削減を目指し、工夫して電気使用の節減を心掛ける	6,630	使用しない時は、プラグを抜いておく 冷蔵庫は開けたらすぐ閉める 水まきなど少しでも涼しくなる行動をする	朝夕に水まきをした事で少しだけ涼しく感じられた。	-14	42	7月はエアコン使用減をなんとかたえたが、8月は一日中エアコンを使用する日が多くなってしまった。
15	小6	家族全員で電気利用量を削減する。	5,946	・緑のカーテンを作った。 ・冷蔵庫を買い替えた。 ・照明が切れたら、LEDに買い替えた。	家族全員でエコへの意識を高め、頑張りましたが、8月の猛暑には勝てませんでした。必要な電気は上手に使用することも学べました。	-20	99	夏が暑くなりエアコンをつけすぎていた。
21	小3	早ね早おきをして電気のせつやく	2,938	ごはんはのこさず食べるようにした	毎日暑かったので一日中エアコンを使っていた。28℃ではきびしかったので、26℃ぐらいの設定にしていた。カーテンなどで室内に熱が入らないような努力はしていたが、エアコンを消すことはできなかった。	-7	-14	エアコンの掃除を業者をお願いしてきれいにしてもらったこと。

参加チーム		目標 (リーダーが記入)	削減 効果 g-CO2	省エネ行動		電気削減量		(電気使用量)増減の理由
No.	参加者			工夫したことや努力したこと(リーダーが記入)	わかったことや感想(サポーター、保護者が記入)	7月	8月	
27	小2	シャワーをこまめにつかわない。	3,842	ごはんやおかずをあんまりのこさずたべた。(お皿洗いの際の水を減らすという意味があるそうです)	娘が一人でシャワーを浴びられるようになったのですが、けっこう時間がかかっていました。しかし今年のエコチャレのおかげで水を大切にしようという気持ちが生まれたようで早く上がってくるようになりました。TVや照明についても去年より意識高く取り組んでいました。成長が感じられるのも嬉しいポイントです。	8	18	とにかく暑く一番減らすのが難しいところでした。
28	小4	電気などのむだづかいに気づく	6,477	家族で声をかけあって電気のむだ使いをへらした。	普段はあまり気にかける事がないのでムダをなくすきっかけになりました。期間が終わっても「エコチャレンジだよ」と言うと「そっか」と行動するようになりました。	-124	-140	太陽光蓄電池の導入
	小1	でんきのむだづかいをなくす	4,703	れーぞーこのあけつばなしにきをつけた				
31	小3	エアコンをつけるじかんときるじかんを決める	5,763	おねえちゃんにはやくねてといった	節電を心がけていましたが、高校生の姉たちが夜遅くまで起きていてなかなか難しかったです。	—	—	
38	小3	エコを意識して夏休みをすごす	6,801	できるだけ1つのへやですごした。お風呂はみんなですべて声かけてはいる。そとであそぶ時間をつくる。	自分が意識して取り組んでいるエコを見える化、デジタル化することでどのくらい省エネとなっているかが分かるので、子供も大人も楽しみながら工夫して取り組むことができました。	27	43	お家にいるじかんが多かった
57	小5	電気代を減らす。	6,628	涼しい服をする。自転車をを使う。(なるべく)	子供と一緒にやったことで、子供が色々なことが省エネにつながっていると気づき「電気消そう」、「水を使いすぎない」と家族に声をかけたりしてくれて、とても良いきっかけになりました。生活の仕方が変わったので、結果として昨年より節電はできなかったのですが、今後も意識していきたいです。	55	106	中1になった長男が昨年までは日中リビングで過ごし、夜も家族で同じ部屋で就寝していたところ、今年は昼も夜も自分の部屋でエアコンを付けていた。8月に実家に帰省せず、自宅にいた時間が多かった。
	中1							