

73 家族（189 人）の応募がありました。

取組み期間：2018 年 7 月～2018 年 8 月末のうちの 1 週間です。

チャレンジシートから、みなさんの報告を紹介します。



(単位：%)

できた項目には○、少しできたら△、できなかったら×	○	△	×
食材を無駄にしない	92	6	2
ご飯やおかずを残さない	91	8	1
生ごみは水気をしっかり切ってから捨てる	92	7	1
洗顔や歯磨きの時に（シャワー時も）、水を出しっぱなしにしない	89	8	3
人のいない部屋の明かりを消す	89	9	2
近場の移動は歩きか自転車で、なるべく車などは使わない	89	7	4
冷房機器は、窓やカーテンの開閉や衣服などを工夫して使用する	91	6	3
みなさんの独自項目			
マイボトルに麦茶を入れて持ち歩く／油污れの皿洗いはふきとってから洗う			
エアコンの設定温度はギリギリ高め／外食をせずに手料理をし、無駄使いしない／他			

『我が家のエコアイデア』と感想（チャレンジシートより抜粋）

- ◆エアコンは家族がまとめて使用する。
- ◆エコを心がけると家計もエコ。無駄な出費をおさえられて一石二鳥と思うと続けられる。
- ◆風鈴をつけて涼しい雰囲気を出しました。日持ちするおかずを作りおきして冷凍したりして調理時間を減らしました。
- ◆夕方には残りの風呂水をベランダ全体に流し、熱がこもった所を冷やすようにしています。
- ◆湿らせたハンカチを首に巻いて気化熱で涼しく。

家族でエコについての話しができました

普段から取り組んでいるので負担はあまりなかったです。生ごみの水切り、気を付けようと思いました

今後も異常気象の年はくると思うのでエコライフが当たり前になるような工夫を行っていきたいです



限りある資源を大切に、一人ひとりが少しの心がけて良いので多くの方に取り組んでほしい

日本の夏季（6月～8月）の平均気温は、100年で約1.5℃上昇。とくに都心部ではヒートアイランドの影響などによって上昇率が高く、東京は同じ期間で約3℃上昇しているそうです。（環境省発行エコジン vol.65「日本で熱中症が多いワケ」より引用）

今後も私たちひとりひとりの省エネ行動がますます重要になります。これからは冬に向かう時季、みんなで力をあわせて、環境にやさしいエコライフを続けましょう。