ステップ1:エコライフDAY 「下のとりくみこうもくを見て、1日、かんきょうのことをかんがえてせいかつしてみよう!

ステップ2:エコライフWEEK 下のとりくみこうもくを見て、できるものを1しゅうかんつづけてみよう!

♥マークはせつでんにつながるこうもくだよ。

できたことに、「✔」をしよう。 「おうちのかた」はとりくめたにんずうをえらんでね。()のすうじ は、1년にへらせる「にさんかたんそ」 で、たんいは「ぐらむ(g)」だよ。

	できたことに、「V」をしよう	o . 00 ,		,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		, 110		<u> </u>		
	† 1(リビング)		♥ 2(リビング)		# 3 (リビング)		♥ 4 (リビング)		5(おふろ・せんめんじょ)	
みよう!	しつおん20℃をめやすに、だんぼ		テレビなどの かでんせいひんを つかわないときは、しゅでんげん		OFF.		OFF!		おゆやみずを	
\ \ \ \ \ \	うをひかえめにつかった。		をきったり、コンセントからプラグ		ほかのことをするときは、テレビを		へやをでるときは、あかりをけし		ながしっぱなしにしなかった。(は	
で	(131グラム)		をぬいた。(64グラム)		けした。(33グラム)		た。(17グラム)		みがきのときなど)(103グラム)	
じぶん	1日できたら ノ (131g)		1日できたら ノ (64g)		1日できたら ノ (33g)		1日できたら ノ (17g)		1日できたら ノ (103g)	
	1しゅうかん できたら ノ (917g)		1しゆうかん できたら ノ (448g)		1しゅうかん できたら ノ (231g)		1しゆうかん できたら ノ (119g)		1しゆうかん できたら ノ (721g)	
おうちの	1日 できたにんずう(131g)		1日 できたにんずう(64g)		1日 できたにんずう(33g)		1日 できたにんずう(17g)		1日 できたにんずう(103g)	
かた	1しゅうかん できたにんずう(917g)		1しゅうかん できたにんずう(448g)		1しゅうかん できたにんずう(231g)		1しゅうかん できたにんずう(119g)		1しゅうかん できたにんずう(721g)	
	へらせた「にさんかたんそ」(g)		へらせた「にさんかたんそ」(g)		へらせた「にさんかたんそ」(g)		へらせた「にさんかたんそ」(g)		へらせた「にさんかたんそ」(g)	
			2 2 7 7 2 2 2 3 2 3 2 3 3 3		2272 / 22/01/2/02/14/2/		J 2 / 2 / 2 / 2 / 2 / 2 / 3 / 3 / 3 / 3 /		2 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1	
	6(おふろ・せんめんじ		7(たべもの)		8 (がいしゅつ)		9 (がいしゅつ)		10 (がいしゅつ)	
みよう!	6 (おふろ・せんめんじ おふろはさめないうちに、 <i>a</i>	_' \$))
よう!		ょ) みんな	7(たべもの)	ずたべ	8 (がいしゅつ) ECO(く	9 (がいしゅつ)	かなどを		かわな
よう!	おふろはさめないうちに、み	、よ) みんな グラ	7(たべもの)	ずたべ	8 (がいしゅつ) ECO BAG	_	9 (がいしゅつ)	などを	10 (がいしゅつ)	かわな
よう!	おふろはさめないうちに、 <i>そ</i> でつづけてはいった。(292	,よ) みんな グラ	7 (たべもの) ではんやおかずを、のこさ	ずたべ	8 (がいしゅつ) ECO BAG かいものをするとき、レジふ	_	9 (がいしゅつ) でかけるときは、すいとう	などを	10 (がいしゅつ)	かわな
よう! じんなでとりくんで ぶん	おふろはさめないうちに、み でつづけてはいった。(292 ム)	,よ) みんな グラ	7 (たべもの) ではんやおかずを、のこさ た。(18グラム)	ずたべ	8 (がいしゅつ) ECO BAG かいものをするとき、レジふ もらわなかった。(33グラム)	9 (がいしゅつ) でかけるときは、すいとう もっていった。(51グラム)	などを	10 (がいしゅつ) でかけるときに、くるまをつかった。(192グラム)	かわな
よう! じんなでとりくんで ぶん	おふろはさめないうちに、みでつづけてはいった。(292 ム) 1首できたら ノ (292g) 1しゆうかんできたら ノ (2,044g)	,よ) みんな グラ	7 (たべもの) できたら ノ (18g)	ずたべ	8 (がいしゅつ) ECO BAG かいものをするとき、レジふ もらわなかった。(33グラム 1日できたら ど (33g))	9 (がいしゅつ) でかけるときは、すいとう もっていった。(51グラム) 1日できたら ノ (51g)	かなどを	10 (がいしゅつ) でかけるときに、くるまをつかった。(192グラム) 1首できたら ぐ (192g)	かわな
よう! じ ぶん	おふろはさめないうちに、みでつづけてはいった。(292 ム) 1首できたら ノ (292g) 1しゆうかんできたら ノ (2,044g)	,よ) みんな グラ	7 (たべもの) ごはんやおかずを、のこさた。(18グラム) 1日できたら (18g) 1しゆうかんできたらく(126g)		8 (がいしゅつ) ECOBAG かいものをするとき、レジふもらわなかった。(33グラム1首できたらい(33g) 1しゅうかんできたらい(231g))	9 (がいしゅつ) でかけるときは、すいとうもっていった。(51グラム) 1日できたらょ(51g) 1しゅうかんできたらょ(357g)		10 (がいしゅつ) でかけるときに、くるまをつかった。(192グラム) 1日できたら ょ (192g) 1しゆうかんできたら ょ (1,344g)	かわな

なまえ:

エコライフDAY&WEEKでへらせた「にさんかたんそ(g)」のごうけい