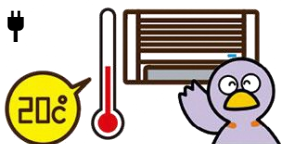


《エコライフDAY&WEEK埼玉2024(冬) 取組項目一覧》

※g（グラム）は取組によって減らせる二酸化炭素の量です。⚡ コンセントマークは節電になる取組です。

リビング

室温 20℃を目安に暖房を控えめに使用した。《144g/日・ひと冬で 1,781 円節約》



リビング

エアコンのフィルターを掃除した。《280g/週間・1年で 1,072 円節約》



リビング

ほかのことをするとき、テレビを消した。《36g/日・1年で 968 円節約》



リビング

テレビなど家電製品を使わないときは、主電源を切ったりコンセントからプラグを抜いた。《70g/日・1年で 1,879 円節約》



リビング

照明は、省エネ型のLED照明を使用した。《819g/週間・1年で 3,121 円節約》



リビング

部屋を出る時は、明かりを消した。《19g/日・1年で 514 円節約》



お風呂・洗面所

お湯や水を流しっぱなしにしないで、こまめにとめた。《103g/日・1年で 3,103 円節約》



お風呂・洗面所

お風呂は冷めないうちに、みんなで続けて入った。《292g/日・1年で 6,229 円節約》



お風呂・洗面所

トイレの便座暖房の温度を低くした。（夏は電源を切った。）《231g/週間・1年で 885 円節約》



キッチン

炊飯器の保温機能を使わなかった。《53g/日・1年で 1,415 円節約》



キッチン

電気ポットを長時間使用しないときはプラグを抜いた。《135g/日・1年で 3,606 円節約》



キッチン

冷蔵庫にものを詰め込み過ぎなかった《55g/日・1年で 1,471 円節約》



キッチン

冷蔵庫の庫内温度設定を、「強」から「中」に変更した。《539g/週間・1年で 2,071 円節約》



キッチン

冷蔵庫の食材をチェックし、買うものを決めてから買い物に出かけた。《19g/日》



食・食べ物

ご飯やおかずを、残さず食べた。《18g/日》



食・食べ物

野菜は旬のものを選んだ。《97g/日》



外出

宅配は 1 回で受け取った。《470g/日》



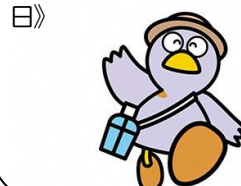
外出

買い物をするとき、レジ袋をもらわなかった。《33g/日》



外出

出かけるときは、水筒やマイボトルを持ち歩いた。《47g/日》



外出

出かけるときは自動車に乗らずに、徒歩・自転車・バス・電車を利用した。《188g/日・1年で 2,528 円節約》



⇒どれだけ取り組めたか、特設サイトで報告しましょう！

「エコライフDAY&WEEK埼玉特設サイト」 <https://ecolife-saitama.jp>



二次元コード

埼玉県環境部温暖化対策課 / 埼玉県地球温暖化防止活動推進センター
TEL : 048-830-3033 FAX : 048-830-4777