

## エコライフチェックシート

「○」 みんなができたら

「△」 家族の半分ができたら

「×」 だれもできなかったら

「斜線」 該当しない場合

		／ ～	／ ～	／ ～	／ ～
1.	使わないときは、コンセントからプラグを抜きます。(充電器、パソコン、電子レンジ)				
2.	使っていない部屋の明かりはこまめに消します。				
3.	エアコン等の設定温度は夏は28度、冬は20度を目安にします。				
4.	他の用事をするときは、テレビを消します。				
5.	冷蔵庫の扉はすぐ閉めます。				
6.	お風呂はさめないうちに、みんなで続けて入ります。				
7.	水やお湯を流しっぱなしにしません。(歯磨き、シャワーなど)				
8.	風呂の残り湯は有効に使います。(洗濯、洗車、庭の水やりなど)				
9.	シャンプーや台所用洗剤は使いすぎません。				
10.	レジ袋は、もらいません。				
11.	野菜などの食料品は近くの産地のものを買います。				
12.	ごみの出し方(分別収集、収集日時など)を守ります。				
13.	ごはんやおかずを、残さず食べます。				
14.	出かけるときは、水筒やマイボトルを持っていきます。				
15.	車の使用を控え、徒歩や自転車、電車、バスを利用します。				