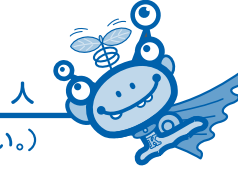


おうちエコチェックシート

(隊員名)

(家族人数)



YESの項目に○をつけてね！(持っていない機器は、○として下さい。)

※省エネルギーセンター発行「家庭の省エネ大辞典」より抜粋

	チェック日		
	1回目	2回目	3回目
<p>冷暖房</p> <p>① 暖房は20℃、冷房は28℃を目安に温度設定をしている。</p> <p>② 電気カーペットは部屋の広さや用途に合ったものを選び、温度設定をこまめに調節している。</p> <p>③ 冷暖房機器は不必要なつけっぱなしをしないように気を付けている。</p> <p>④ こたつはこたつ布団と一緒に敷布団と上掛けを使用し、温度設定をこまめに調節している。</p>			
<p>照明</p> <p>⑤ 省エネ型の蛍光灯や電球型蛍光灯を使用するようにしている。</p> <p>⑥ 人のいない部屋の照明は、こまめな消灯を心掛けている(自動消灯を含む)。</p>			
<p>娯楽</p> <p>⑦ テレビをつけっぱなしにしたまま、他の用事をしないようにしている。</p> <p>⑧ パソコン、ゲームを使わない時は電源を切るようにしている。</p>			
<p>台所</p> <p>⑨ 冷蔵庫の庫内は季節に合わせて温度調節をしたり、ものを詰め込みすぎないように整理整頓に気を付けている。</p> <p>⑩ 冷蔵庫は壁から適切な間隔をあけて設置している。</p> <p>⑪ 冷蔵庫の開閉は少なくし、開けている時間を短くするように気を付けている。</p> <p>⑫ 洗い物をする時は、給湯器は温度設定を出来るだけ低くするようにしている。</p> <p>⑬ 煮物などの下ごしらえは電子レンジを活用している。</p> <p>⑭ 電気ポットは長時間使わない時には、コンセントからプラグを抜くようにしている。</p> <p>⑮ 食器洗い乾燥機を使用する時は、まとめて洗い温度調節もこまめにしている。</p>			
<p>浴室・トイレ</p> <p>⑯ お風呂は、間隔をおかずに入るようにして、追い炊きをしないように気を付けている。</p> <p>⑰ シャワーはお湯を流しっぱなしにしないように気を付けている。</p> <p>⑱ 温水洗浄便座は温度設定をこまめに調節し、使わない時はふたを閉めるようにしている。</p>			
<p>洗濯</p> <p>⑲ 洗濯をする時は、まとめて洗うようにしている。</p>			
<p>その他</p> <p>⑳ 電気製品は、使わない時はコンセントからプラグを抜き、待機時消費電力を少なくしている。</p> <p>㉑ 電気・ガス・石油機器などを使う時は、省エネルギータイプのものを選んでる。</p>			
			<p>○の合計 ➡</p> <p>個 個 個</p>

どちらかに
できる方法で
提出してね。
(写メールでもOK)

宇部市地球温暖化対策ネットワーク

FAX 050-1298-4065

E-mail ubeondankanet@ybb.ne.jp

株式会社エフエムきらら

FAX 0836-35-1651

E-mail info@kirara804.com



みんなでシェアして、
低炭素社会へ。

おうちの
省エネ度は？

○が16個以上

ズバリ省エネ派

○が15～10個

まあまあ省エネ派

○が9～4個

まだまだ省エネ派

○が3個以下

もっと省エネ派