

温暖化を止めるために私たちができること

取り組みの主役は自分自身です。
日常生活を見直し、できることから
始めましょう。



① 台所では

- ・冷蔵庫の扉は開け閉め回数を少なくし、開けたらすぐ閉めるようにする
- ・調理時は、鍋の蓋からコンロの炎がはみ出さないようにする
- ・油を捨てるときは新聞紙に染み込ませたり、固めたりして捨てる
- ・食事は作り過ぎず、残さず食べるようにする
- ・排水口や三角コーナーなどに、ろ紙袋やネットをつける
- ・ペットボトル、トレイ、牛乳パックなどはリサイクルに出す

② 部屋・庭では

- ・廊下や玄関、使わない部屋の照明はこまめに消す
- ・カレンダーやチラシの裏面などはメモ用紙として再利用する
- ・家具や家電はなるべく修理して使う
- ・ごみの分別には家族ぐるみで取り組み、地区やPTAの資源回収に協力する
- ・窓の明け閉めや、着るもので室温調節をする
- ・庭に樹木を植えたり、生け垣を設置したりして身近な緑を増やす



③ 風呂・洗面所では

- ・歯磨きをする時は水を出しっぱなしにせず、コップにくんで口をすすぐ
- ・洗濯はまとめて洗いをする(洗濯機容量の80%くらいが適量)
- ・衣類は天日乾燥するようにし、乾燥機を使う回数を減らす



④ 買い物の時は

- ・トイレットペーパーなどは再生品を買う
- ・シャンプーなどは詰め替え用を選んで買い、容器は使える限り何回でも使う
- ・紙コップ、紙皿、割り箸などの使い捨て商品は買わない
- ・買い物袋や買い物かごを携帯し、レジでポリ袋をもらわない
- ・必要のない包装は断る



⑤ 外出時は

- ・急発進・急加速をしないようにし、アイドリングストップをするなど、エコ・ドライブを心がける
- ・車に余計な荷物を積まない
- ・タイヤの空気圧を常に適正に保つ
- ・電車やバスなど公共交通機関をできるだけ利用する
- ・ごみは持ち帰る

