

はる
春にも!

家族で実践! アクションカード

1 使わ^{つか}ない部屋^{へや}の照明^{しょうめい}は、こまめに消^けす。

2 ドライヤーをする前^{まえ}には、タオルで髪^{かみ}の毛^けをしっかりとふいてから乾^{かわ}かす。

3 冷蔵庫^{れいぞうこ}の中^{なか}に、食べないまま棄^すてられ
そんな食物^{たべもの}がないか確認^{かくにん}する。

4 寒^{さむ}いときは暖房^{だんぼう}の温度^{おんど}を1℃上げる前^{まえ}に、
一枚重ね着^{いちまいかさぎ}をする。

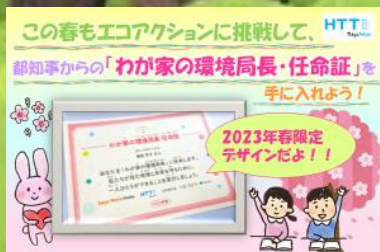
5 おうちの電気^{でんき}の契約^{けいやく}アンペア数^{すう}を調^{しら}べて
下^さげられるか家族^{かぞく}で考^{かんが}えてみる。(電気代削減^{でんきだいさくげん})

6 冷蔵庫^{れいぞうこ}の中^{なか}が見えやすいよう整理^{せいり}して
良^よく冷^ひえるようにする。

年間
約1400円節約

7 金^{きん}など貴重^{きちょう}な資源^{しげん}が使^{つか}われているスマホや
ゲーム機^きなどの小型家電^{こがたかでん}はリサイクルする。

8 暖^{あた}かくなってきたら、
シャワーの設定温度^{せっていおんど}を下^さげてみる。



どんなエコアクションに取り組めばよいか悩んだら、
これを参考^{さんこう}にしてみてくださいね。

