

# のエコ日記

## チャレンジする10項目

※⑨は、じぶんで項目を考えてみよう。

- 1 冷房は温度は高めに、暖房は低めに設定した。
- 2 だれもない部屋の照明は消した。見ていないテレビを消した。
- 3 顔を洗うときや歯磨きのときは、蛇口をこまめに閉めた。
- 4 シャワーの水をこまめに止めて、使う時間を少なくした。
- 5 3R ごみを分別して捨てた。
- 6 好き嫌いしないで残さず食べた。
- 7 近くに行くときは、歩くか自転車を使った。遠くの移動はバスや電車を利用した。
- 8 今日はいきものを観察した。
- 9
- 10 今日もエコライフを心がけて、エコ日記をつけた。

地球に優しいことを毎日の生活にとり入れて、どれくらいできているか日記をつけてみよう！  
1日の終わりに、その日できた項目に自分の好きなマークをつけね。  
マークの数で、きみのエコライフ度がチェックできるよ。



エネ丸

	例	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目	10日目	11日目	12日目	13日目	14日目	15日目	16日目	17日目	18日目	19日目	20日目	21日目	22日目	23日目	24日目	25日目	26日目	27日目	28日目	29日目	30日目	31日目
1	☺																															
2	☺																															
3																																
4	☺																															
5	3R																															
6	☺																															
7																																
8																																
9																																
10	☺																															
合計	5 ☺																															