



西九州させほ
広域都市圏

おやこ

親子でエコチャレンジ

かつどうほうこくしょ

～活動報告書～



れいわ ねん がつ
令和3年3月

させほし かわたなちょう はさみちょう ひがしそのぎちょう さざちょう
佐世保市、川棚町、波佐見町、東彼杵町、佐々町

1 「親子でエコチャレンジ」概要

(1) 目的

「親子でエコチャレンジ」はご家族で省エネに取り組み、環境にやさしい暮らしを实践するために、電気やガスの省エネなど地球温暖化防止のために具体的な取り組み方法を記載した「エコチャレンジシート」に取り組んでもらうことで、家庭での環境への負荷が少ないライフスタイルを身につけていくことを目指します。あわせて、日々の暮らしと環境とのかかわりを知り地球温暖化問題への意識向上を図るものです。今年、佐世保市、川棚町、波佐見町、東彼杵町、佐々町と協力して行いました。

(2) 実施方法

小学生とその保護者を対象として、実施期間中の1週間、家族で省エネに取り組んでもらい、エコチャレンジシートを付けてもらいました。

手順	家の中で、自分でできること					家族と協力してできること						
	テレビ	照明	冷蔵庫	お風呂	ごはん	はみがき	エアコン	料理	洗濯	照明	ごみ出し	買い物
① できた項目に○をつけよう。												
② 取組を1週間続けよう。												
③ 1週間後に○の数を数えて、合計の欄に記入しよう。												
④ おうちの人と一緒に感想をかこう。												
												
〇の合計												

1. 取り組んだ感想を書いてね!
2. おうちの人にも感想を書いてもらおう!

図1. エコチャレンジシート

2 取組結果概要

(1) 実施期間 12月21日から1月29日までの期間中の1週間

(2) 取組世帯数 217世帯

※内訳：佐世保市118世帯、川棚町18世帯、東彼杵町20世帯、波佐見町31世帯、佐々町30世帯

(3) エコチャレンジで減らすことができた二酸化炭素の量

エコチャレンジメニュー	○の数	1日で減らせる 二酸化炭素の量	1週間で減らすことが できた二酸化炭素の量
① テレビを見ていない時は電源を切ろう	1,333	27.1 g	36,124.3 g
② 照明を使わないときはこまめに消そう	1,352	7.1 g	9,599.2 g
③ 冷蔵庫の開け閉めは短い時間で	1,431	9.9 g	14,166.9 g
④ シャワーを出す時間を短くしよう	1,292	79.5 g	102,714.0 g
⑤ ご飯を残さず食べよう	1,345	20.2 g	27,169.0 g
⑥ 歯を磨くときは水道を止めよう	1,457	1.6 g	2,331.2 g
⑦ 冬は室温20度に設定しよう	795	85.5 g	67,972.5 g
⑧ 生ごみは水切りをして捨てよう	1,452	44.7 g	64,904.4 g
⑨ お風呂の残り湯を洗濯に使おう	661	19.2 g	12,691.2 g
⑩ 省エネ電球を使うようにしよう	1,169	144.7 g	169,154.3 g
⑪ ごみの分別をしよう	1,421	37.4 g	53,145.4 g
⑫ マイバッグを持っていこう	1,301	158.9 g	206,728.9 g
※全世帯が1週間取り組むと、「1項目の○の数の合計」は 1,519個		合計	766,701.3 g

みなさんがエコチャレンジに取り組んだ結果、

なんと「**766,701.3g**」の二酸化炭素の量を減らすことができました！

体積になおすと、どれくらいの二酸化炭素を減らすことができたのか見てみよう！



サッカーボールの場合

約76,670個



浴槽の場合

約2,050杯 (200ℓを対象)



ゴミ袋の場合

約9,110袋 (45ℓを対象)

杉の木は1本で1週間あたり

268.5gの二酸化炭素を吸収しているんだ！

つまり、杉の木2,855本分の二酸化炭素を

削減したことになるね！



(4) ○の平均個数と実施率

エコチャレンジメニュー	○の数	世帯あたり平均 (○の数÷世帯数)	実施率
① テレビを見ていない時は電源を切ろう	1,333	6.1個	87.8%
② 照明を使わないときはこまめに消そう	1,352	6.2個	89.0%
③ 冷蔵庫の開け閉めは短い時間で	1,431	6.6個	94.2%
④ シャワーを出す時間を短くしよう	1,292	6.0個	85.1%
⑤ ご飯を残さず食べよう	1,345	6.2個	88.5%
⑥ 歯を磨くときは水道を止めよう	1,457	6.7個	95.9%
⑦ 冬は室温20度に設定しよう	795	3.7個	52.3%
⑧ 生ごみは水切りをして捨てよう	1,452	6.7個	95.6%
⑨ お風呂の残り湯を洗濯に使おう	661	3.1個	43.5%
⑩ 省エネ電球を使うようにしよう	1,169	5.4個	77.0%
⑪ ごみの分別をしよう	1,421	6.6個	93.5%
⑫ マイバッグを持っていこう	1,301	6.0個	85.6%

(5) 考察

令和2年度の「親子でエコチャレンジ」では、216世帯の親子が、エコチャレンジメニューの12項目について1週間取り組みを行いました。

チャレンジシートの集計結果から、エコチャレンジメニューの取組のほとんどが実施率90%前後となっており、全体的に実践できていましたが、エアコン、お風呂の項目の実施率はばらつきが大きく見られました。

エアコンは、エアコンの設定温度を20度にするのではなく、部屋の温度が20度になるようにすることが、大切です。部屋の温度を確認できるよう温度計を設置したり、「見える化」するとより取り組みやすくなると思います。

お風呂は、残り湯を洗濯に使うことで、水道代の節約にもつながります。もし実践していない方は1度お試しください。

親子でエコチャレンジの取組期間は1週間ですが、これらの取組は1年中行うことができる取組ばかりです。これをきっかけに、今後もエコな取組を続けていただければと思います。

3 「親子でエコチャレンジ」に取り組んだ参加者の感想

(1) 子どもの感想

- 家の中で自分でできることがたくさんできたのでうれしかったです。
- えこちゃれんじで地球温暖化のことがまなべてよかったです。
- エコチャレンジをしていてできた時などに○をしていくと、何ができたのか、出来なかったのかがわかり、これからの目ひょうにしようと思います。
- もっと水をたいせつにしようと思った。
- ごはんをのこした日があったのでこれからはのこさずたべたいです。
- エコのために家でできることがたくさんあることに気づきました。
- 自分ができるときに○がけっこうついたのでよかったです。
- これからもエコをやっていきたい。
- 洗濯や照明が○がつかなかったのが親子でエコチャレンジが終わっても全部できるようにがんばります。
- じぶんで、できることは、ちゃんとしないと、とおもってがんばれました。
- マイバックをいしきして持っていきました。
- 地球温暖化は自然環境などいろいろな影響をうけていることがわかった。エコチャレンジはほとんどいつもしていることと同じだったから続けていききたいと思った。

(2) 保護者の感想

- お風呂の残り湯を洗濯に使ったことがないので、今後は少しでも使うよう心掛け、節水するようがんばります。
- 特にテレビを見ていないときは消すように気をつけて下さい。大人（親）も気をつけたいとおもいます。
- この機会に親子で声をかけあい、エコに取り組めるきっかけとなりよかったですとおもいました。
- かぞくみんな「エコ」に気をつけられてよかったです。つづけていききたいです。
- マイバックを持っていますが、なかなか使わずにいたので、自分でも気にかけて使おうとおもいます。
- この表は普段からしていたことでした。地球のためにこれ以上の事も考えてこれからも親子で取り組んでいこうとおもいます。
- 自分から積極的に取り組んでいました。親の私たちが考えさせられました。いい経験になったとおもいます。
- もう1枚上着を着る、くつ下をはくや、「ごはんは残さずたべよう」はおかずを大皿にして食べきる量を取り皿に取るなど、家族で工夫をして省エネにチャレンジしていききたいです。
- 日頃からエコを気がけて生活しているので、これを機に、家族でできる事をもっと増やしていききたいとおもいます。
- 毎日コツコツと続けることで、未来の地球の為になるので、これからも家族で協力してつづけていこうとおもいます。

4 家庭からはじめる10の取組

地球温暖化の原因である二酸化炭素を減らすためには、電気などのエネルギーのむだ使いに気を付けることが大切です。

「むだ」なエネルギーを使わないために、私たちが生活の中でできる工夫はたくさんあります。

「家庭ではじめる10の取組」を紹介いたしますので、地球温暖化を防ぐために、地球にやさしいエコライフを送ってみましょう。

家庭ではじめる10の取組	減らすことができる 二酸化炭素の量 (年間)	節約できる金額 (年間)
①エアコン利用時の室内温度は、冷房28℃・暖房20℃を目安に	約 49 kg	約2,250円
②使っていない照明はこまめに消灯。一つの部屋で家族団らん	約 3 kg	約120円
③テレビ番組は選んで、見る時間を減らしましょう	約10 kg	約450円
④冷蔵庫は整理して使いましょう	約26 kg	約1,180円
⑤ガスの炎が、なべ底からはみ出さないようにしましょう	約5 kg	約430円
⑥シャワーのお湯はこまめに止め、1分減を目標に	約29 kg	約3,300円
⑦洗濯物は、容量の8割を目安にまとめ洗いをしましょう	約4 kg	約3,980円
⑧車の運転は、ふんわりアクセル等エコドライブをしましょう	約344 kg	約17,790円
⑨買い物のときは、マイバッグを使いましょう	約58 kg	—
⑩ごみカレンダーをチェックして、きちんと分別リサイクル	—	—

これらの取り組みを1年間続けると、年間で約29,500円の節約と、約528kgの二酸化炭素の削減につながります(数字はあくまで目安です)

きょうりよく

ご協力ありがとうございました!