



未来へつなぐ ゼロカーボン!
ZERO CARBON CITY
SASEBO



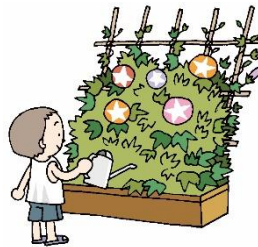
西九州させぼ
広域都市圏

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6年3月

させぼし 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

Ⅰ 「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「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付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、脱炭素への意識向上を図るものです。今年は、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。

手続 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。 	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
見ているときは電源を切ろう	照明を使わないときはこまめに消そう	冷蔵庫の開け閉めは短い時間で	シャワーを出す時間を短くしよう	残さず食べよう	歯を磨くときは、水道を止めよう	冬は室温 度に設定しよう	生ごみは水切りをして捨てよう	お風呂の残り湯を洗濯などに使おう	省エネ電球を使うようにしよう	ごみの分別をしよう	マイバツグを持っていこう
月 日 ()											
月 日 ()											
月 日 ()											
月 日 ()											
月 日 ()											
月 日 ()											
月 日 ()											
○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22日から1月31日までの期間中の1週間

(2) 取組世帯数 201世帯

※内訳：佐世保市58世帯、川棚町37世帯、東彼杵町4世帯、波佐見町8世帯、佐々町94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	〇の数	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	1,258	27.1 g	34,091.8g
② 照明を使わないときはこまめに消そう	1,268	7.1 g	9,002.8g
③ 冷蔵庫の開け閉めは短い時間で	1,314	9.9 g	13,008.6g
④ シャワーを出す時間を短くしよう	1,218	79.5 g	96,831.0g
⑤ ご飯を残さず食べよう	1,276	20.2 g	25,775.2g
⑥ 歯を磨くときは水道を止めよう	1,364	1.6 g	2,182.4g
⑦ 冬は室温20度に設定しよう	847	85.5 g	72,418.5g
⑧ 生ごみは水切りをして捨てよう	1,319	44.7 g	58,959.3g
⑨ お風呂の残り湯を洗濯に使おう	487	19.2 g	9,350.4g
⑩ 省エネ電球を使うようにしよう	1,161	144.7 g	167,996.7g
⑪ ごみの分別をしよう	1,343	37.4 g	50,228.2g
⑫ マイバッグを持っていこう	1,202	158.9 g	190,997.8g
※全世帯が1週間取り組むと、「1項目の〇の数の合計」は 1407個		合計	730,842.7g

みなさんがエコチャレンジに取り組んだ結果、

なんと「**730,842.7g**」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73,084.2個



浴槽の場合



約1,950杯 (200ℓを対象)



ゴミ袋の場合



約8,680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2,722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	1,258	6.3個	89.4%
② 照明を使わないときはこまめに消そう	1,268	6.3個	90.1%
③ 冷蔵庫の開け閉めは短い時間で	1,314	6.5個	93.4%
④ シャワーを出す時間を短くしよう	1,218	6.1個	86.6%
⑤ ご飯を残さず食べよう	1,276	6.3個	90.7%
⑥ 歯を磨くときは水道を止めよう	1,364	6.8個	96.9%
⑦ 冬は室温20度に設定しよう	847	4.2個	60.2%
⑧ 生ごみは水切りをして捨てよう	1,319	6.6個	93.7%
⑨ お風呂の残り湯を洗濯に使おう	487	2.4個	34.6%
⑩ 省エネ電球を使うようにしよう	1,161	5.8個	82.5%
⑪ ごみの分別をしよう	1,343	6.7個	95.5%
⑫ マイバッグを持っていこう	1,202	6.0個	85.4%

(5) 考察

令和5年度の「親子でエコチャレンジ」では、201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全体的に実践できていましたが、室温の設定、お風呂の残り湯の項目の実施率はばらつきが大きくなりました。

皆さんのコメントを見てみると、今年の冬は例年と比べてあたたかく、エアコンをつけない家庭も多かったようです。

いちばん取組が少なかったお風呂は、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。

1,2番目に取り組んだ数が多かった「歯を磨くときに水道を止めること」「ごみの分別をすること」については、皆さんの学校での取組が身についている結果だと思えます。

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

- いつもできていることからしようとしたのでむずかしくなかった
- のこさずたべたりおふろの残り湯をせんとくなどに使えなかったけど、これからも「エコ」にちゅういしながらとりくみたいと思います！
- これからもつかわないときはでんきをけしたり水をとめたりしようとおもいます。
- 「これからもしょうめいをつかわないときはけす」ともくひょうをたてている
- おふろののこりゆをせんとくなどにつかうのがむずかしかった
- つかわない時は、電気をけしたり、コンセントをぬいたりして、電気や水をもっと大切につかおうと思いました。
- 外のきおんがさむかったりあつかったりするのでちょうせいがむずかしかったです。
- これからもSDGsの様に続けて行こうと思います。
- こうゆう事が地球のためになっていることが分かりました。
- お風呂の残りを洗たくにつかうのを一回もできていないので残ねんだと思いました。
- 1週間やると、だんだんなじんできて、楽しくチャレンジすることができました。
- こうやって書いてみるとできているのとあまりできていないのとの差があることが分かり、取り組んでみてよかったです。

(2) 保護者の感想

- ほぼ守る事は出来ましたが、エアコンの温度だけは中々むずかしかったです。
- 自分でできることに限ってはほとんど出来ていたので、これを機会に家族一緒に取り組んでいきたいと思います。
- エコについて、親子で考えることができ、良いきっかけになりました。
- 省エネ電球、全部を取り替えるようにしようと思いました。(少しずつ…)
- いつも時短で取り組んでいるので、これからも子供たちと一緒に取り組みたいと思います。
- 冬の室温は今までは23度にしていましたが、20度でも少し厚着をするなど工夫をし過ごすことができました。
- 室温20度は難しいと思ったけど、けっこうあったかく、温度を上げると逆に暑すぎると感じるぐらいだった。
- 日常生活の中で意識している事、していない事が明確に知れた。
- 日常的に行えていることと、今回の取り組みで不十分だと気付いたことがあり日頃行えていなかったことを振り返って今後行えるようにしたいです。
- 今回は基本的に実践している内容だったので全部○になり良かったです。そのほかにもエコ活動は多々あると思うので、これからも心がけたいと思います。
- エアコンは22度に設定していますが、ヒーターは20度に設定していました。お風呂の残り湯はそうじには使っています。こうやって調べてみると考えずにやっていたことがエコチャレンジになっていてびっくりしました。

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」を紹介するので、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 4 9 kg	約 2, 2 5 0 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 k g	約 1 2 0 円
③テレビ番組は選んで、見る時間を減らしましょう	約 1 0 kg	約 4 5 0 円
④冷蔵庫は整理して使いましょう	約 2 6 kg	約 1, 1 8 0 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 k g	約 4 3 0 円
⑥シャワーのお湯はこまめに止め、1分減を目標に	約 2 9 kg	約 3, 3 0 0 円
⑦洗濯物は、容量の8割を目安にまとめて洗いをしましょう	約 4 k g	約 3, 9 8 0 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 3 4 4 kg	約 1 7, 7 9 0 円
⑨買い物のときは、マイバッグを使いましょう	約 5 8 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！