

ムリせずできるエコのツボ

節約・CO₂削減のめやす

室温のめやす
夏 28℃ 冬 20℃

おひさまのチカラを使おう

ソーラーパネルをつけよう
年間 14,800 円 1,829kg-CO₂
再生可能エネルギー電気に変えよう
年間 1,359kg-CO₂

冷やしすぎず、暖めすぎず

夏は 1℃上げ、冬は 1℃下げる
年間 1,860 円 46kg-CO₂
服で調節、時間を減らそう
年間 1,625 円 44kg-CO₂

それ、 まだ使えませんか？

だいに使えば
一生モノ

お風呂時間にもできる

流しっぱなしのシャワーを1分間止める
年間 3,300 円 29kg-CO₂
節水シャワーヘッドに交換
年間 7,000 円 74kg-CO₂
追い炊きせず続けて入る
年間 6,880 円 87kg-CO₂

熱は夏入れない、 冬逃がさない

すべての窓に内窓をつける
年間 4,800 円 222kg-CO₂

照明にも休息を

1日1時間 OFF にする
年間 530 円 12kg-CO₂
LED に取り替えよう
年間 2,280 円 53kg-CO₂

それ、本当に 見たい番組？

1日1時間 OFF にする
年間 450 円 10kg-CO₂
画面の明るさを最大→中にする
年間 730 円 16kg-CO₂

沸いたら抜こう電源プラグ

1日6時間の保温をやめる
年間 2,900 円 63kg-CO₂

[中]ぐらいが ちょうどいい

冷蔵庫の中は隙間をあけて
年間 1,180 円 26kg-CO₂
夏以外は設定温度を [中] に
年間 1,670 円 36kg-CO₂

流しっぱなしは NG

1日2分間流水を止める
年間 2,000 円 5kg-CO₂

ふんわりアクセルでGO

発進時のアクセルはゆっくりと
年間 10,030 円 194kg-CO₂
歩いて行こう！チャリで行こう！
年間 4,320 円 80kg-CO₂

算定根拠はこちら

