

なにわエコライフ チャレンジシート

3か月(以上)取り組まれたらシートを下記までお送りください。

P.1 表紙

P.2 あなたのご連絡先

ご連絡先等を入力ください。

P.3~4 環境家計簿

電気とガスの使用料金、前年分の使用量、当年分の使用量を入力ください。

※水道とガソリンの取組みは、任意事項となっておりますので、未記入で提出いただいても結構です。

P.5 エコライフ10のヒント

取組みの参考にしてください。

★環境について楽しく学べる情報は、Web「なにわエコスタイル」から発信しています。ぜひご覧ください★

<http://www.naniwa-ecostyle.net/>

◆◆お問い合わせ、送付先◆◆

《Eメール》

ja0081@city.osaka.lg.jp

《郵送・FAX》

〒545-8550 大阪市阿倍野区阿倍野筋1-5-1あべのルシアス13階

大阪市環境局環境施策課「なにわエコライフ」係

電話 (06) 6630-3491 FAX (06) 6630-3580

●あなたのご連絡先を入力してください

名前			
住所			
電話			
区分	市内在住	市内在勤	市内在学
世帯員数			
メールアドレス			
取組みの感想を教えてください			

お名前・ご住所・電話・区分は必ず入力してください。

◎チャレンジシートに大阪市環境局がコメントを記載し、返信できます。

返信を希望しますか？	はい	いいえ
------------	----	-----

◎みなさんのアイデア・取組み内容を集めて、ホームページ等で紹介していきます。

紹介していいですか？	はい	いいえ
------------	----	-----

◎グループで提出される場合はこちらもご記入ください。

どのようなグループですか		
ホームページで紹介していいですか	はい	いいえ
グループのPRをお願いします		

記入例)ご近所仲間、同僚、クラスメイトなど

「はい」を選択された方の中から、大阪市ホームページでご紹介します。(ご紹介できない場合もありますので、ご了承ください。)

ホームページで紹介OKの場合に入力してください。

※ グループで提出する場合は、メールの件名にグループの名称を入力してください。

※ 本票にご入力いただいた個人情報は、本事業の運営のために利用するもので、その他の目的には利用しません。

環境家計簿

表の赤枠内に料金と使用量(当年・前年)を記入します。

電気 (必須)		※排出係数(H27) 0.51 (関西電力HPより)				ガス (必須)		※排出係数(H27) 2.29 (大阪ガスHPより)			
月	電気料金 (円)	使用量(kWh)		CO2排出量(kg)	CO2削減量(kg)	ガス料金 (円)	使用量(m3)		CO2排出量(kg)	CO2削減量(kg)	※取組み内容(大きく数字が変わった原因と思われることなど)
		当年	前年	当年使用量×係数 ^(※)	(前年-当年)×係数 ^(※)		当年	前年	当年使用量×係数 ^(※)	(前年-当年)×係数 ^(※)	
記入例	14,007	581	879	296	152	6,711	46	44	105	-5	娘の引っ越しにより世帯員数が1名減った 設備を変更した(オール電化、LED電灯購入等) 区役所の涼ん処に通ってエアコンの使用時間が減った
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
1											
2											
3											
合計	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

取組み期間(3か月以上)

あなたの目標:これはできる!というあなたのエコアクションを記載してください。(取組み前に記入します)

目標を達成できたかどうかチェックしてください。達成できた まあまあ達成できた 残念な結果に終わった

あなたの減らしたCO2はどれくらい???

CO ₂ 増減量合計	
電気CO ₂	kg
ガスCO ₂	kg
合計	kg

環境家計簿

表の赤枠内に料金と使用量(当年・前年)を記入します。

※水道とガソリンの取組みは、任意です。

取組み期間(3か月以上)

水道 (任意)		※排出係数(H26) 0.24 (水道局環境報告書より)		ガソリン (任意)		※排出係数 2.32 (環境省HPより)				※取組み内容(大きく数字が変わった原因と思われることなど)	
月	水道料金 (円)	使用量(m3)		CO2排出量(kg)	CO2削減量(kg)	ガソリン料金 (円)	使用量(L)		CO2排出量(kg)		CO2削減量(kg)
		当年	前年	当年使用量×係数 ^(※)	(前年-当年)×係数 ^(※)		当年	前年	当年使用量×係数 ^(※)		(前年-当年)×係数 ^(※)
記入例	3,325	20	25	5	1.2	6,868	53	62	123	21	娘の引っ越しにより世帯員数が1名減った 設備を変更した(オール電化、LED電灯購入等) 区役所の涼ん処に通ってエアコンの使用時間が減った
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
1											
2											
3											
合計	0	0	0	0	0.0	0	0	0	0	0	

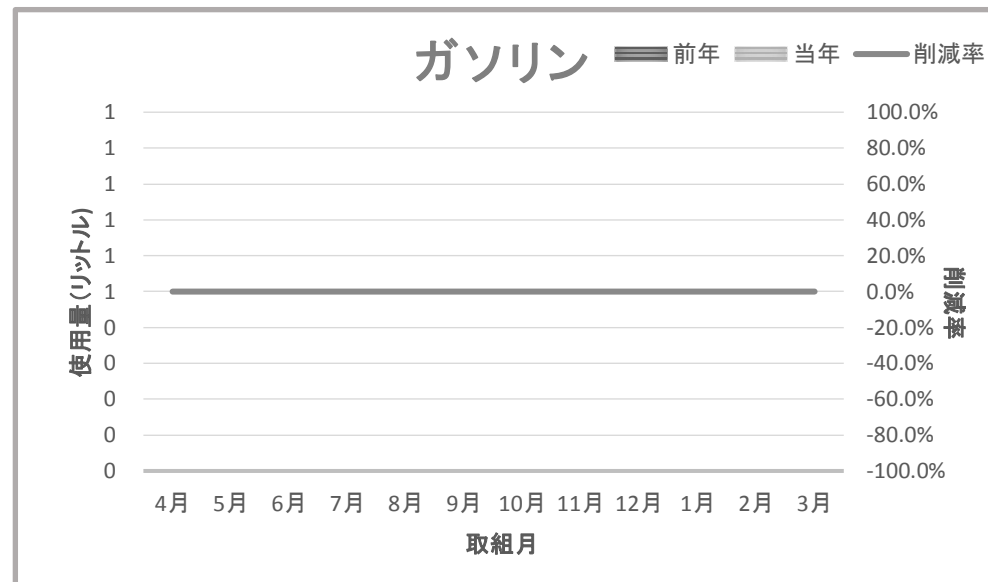
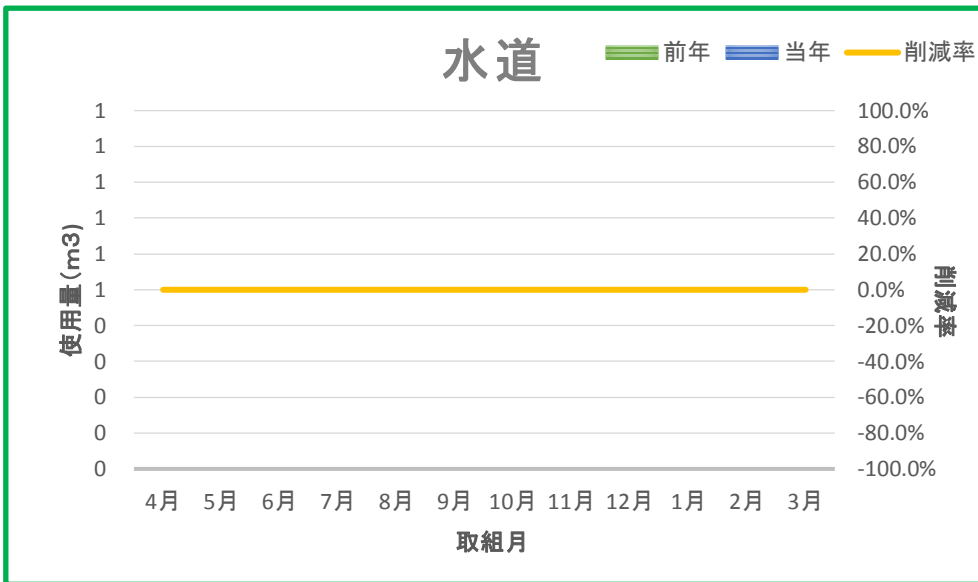
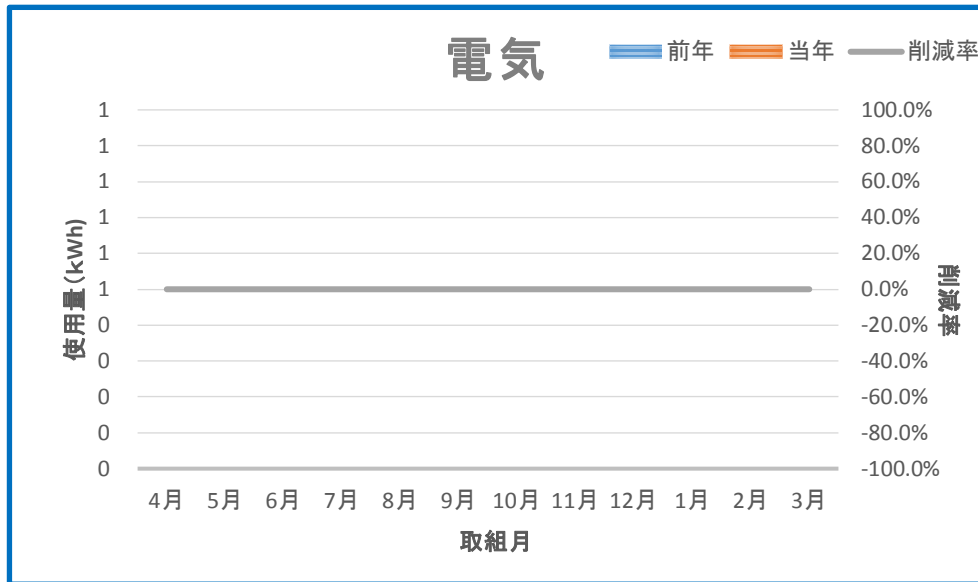
あなたの目標:これはできる!というあなたのエコアクションを記載してください。(取組み前に記入します)

目標を達成できたどうかチェックしてください。 達成できた まあまあ達成できた 残念な結果に終わった

あなたの減らしたCO2はどれくらい???

CO ₂ 増減量合計	
水道CO ₂	kg
ガソリンCO ₂	kg
合計	kg

環境家計簿取組グラフ



●エコライフ10のヒント～取組のご参考に～

1	冷暖房の設定温度を夏は28℃以上、冬は20℃以下にする。 (CO2削減量46.2kgで、約2,250円お得 ※2.2kwのエアコンの場合)
2	テレビを見る時間を減らす。 (CO2削減量9.3kgで、約450円お得 ※32インチ液晶テレビの場合)
3	部屋をかたづけしてから掃除機をかける。 (CO2削減量3.0kgで、約150円お得)
4	冷蔵庫のドアの開閉を減らし、詰め過ぎない。 (CO2削減量30.0kgで、約1,460円お得)
5	お風呂は続けて入浴するようにする。 (CO2削減量87.0kgで、約7,140円お得)
6	洗濯物はまとめて洗う。 (CO2削減量3.3kgで、約4,310円お得 ※容量6kgの洗濯機の場合)
7	トイレの温水便座を使わないときは、フタをしめる。 (CO2削減量19.3kgで、約940円お得)
8	駐停車する場合は、自動車のエンジンを切る(アイドリングストップ) (CO2削減量40.2kgで、約2,390円お得 ※2000cc普通乗用車の場合)
9	電気ポットを長時間使用しないときはプラグを抜く。 (CO2削減量59.5kgで、約2,900円お得 ※容量2.2Lの場合)
10	白熱電球を電球型LEDランプに取り替える。 (CO2削減量53.5kgで、約2,600円お得 ※54W→9Wに交換した場合)

表示している削減量・節約料金(電気・ガス・水道等含む)は年間の削減量です。取組の目安としていただき、お手元の各料金のお知らせ等でご確認ください。

出典:一般財団法人省エネルギーセンターの算出データ(H28.9時点)を使用