

COOL  
CHOICE

# クール・チョイス チェック!

ちきゅう 地球にやさしいエコ活動、どれくらいできるかな?



1 レジ袋をもらわないように  
エコバッグを持ち歩こう



2 歯をみがいているときは  
水をためよう



3 ペットボトルをやめて  
水筒を使おう



4 打ち水をすると  
涼しくなる♪



5 テレビを見ないときは消そう  
年間約 370 円の節約  
CO<sub>2</sub> 削減量 8.2kg



6 近所のおでかけは歩くか  
自転車



7 冷蔵庫がいっぱいと中の食べ  
ものが冷えにくいよ  
年間約 960 円の節約  
CO<sub>2</sub> 削減量 21.3kg



8 冷蔵庫を開けている時間は短く  
年間約 130 円の節約  
CO<sub>2</sub> 削減量 3.0kg



9 冬は寒いから、冷蔵庫の  
温度を上げて大丈夫!



10 宅配便を一度で受け取ると、  
宅配してくれるトラックの  
運転を減らせるよ



11 お風呂の沸かしなおしを減らす  
年間約 6,530 円の節約  
CO<sub>2</sub> 削減量 87.0kg



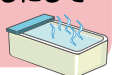
12 エレベーターをやめて階段を  
使えば省エネで健康!



13 お湯は必要な時に必要なぶんだけ  
沸かそう!



14 お風呂のフタを開ければなしにして  
おくと、すぐ冷めちゃうよ!



15 お風呂の残り湯で洗濯すれば、  
水を節約できるね♪



16 必要のない灯りはこまめに消そう  
年間約 100 円の節約  
CO<sub>2</sub> 削減量 2.1kg



17 緑のカーテンが夏の日差しを遮って、  
お部屋を涼しくしてくれるよ



18 エアコンをつけなくても、涼しく  
過ごす工夫をしよう



19 古い電化製品はたくさん電気を使うよ



20 ノートやえんぴつは最後まで  
使ってものを大切にしよう!



21 熱いものは冷ましてから  
冷蔵庫にしまおう  
熱いままだとまた冷やすのが大変!



22 お鍋を囲むと、体も  
お部屋も温まるよ♪



23 冷蔵庫を開ける回数を  
減らすと省エネ!



学校やお家で  
クール・チョイス  
活動をして、きれいな  
地球を守ろう!

24 1日1分、シャワーを短く  
年間約 3,190 円の節約  
CO<sub>2</sub> 削減量 29.1kg



25 食べ残しを減らして  
ごみを減らそう!



26 きちんと分別して  
リサイクル♪



27 掃除機の中にたまったごみは  
こまめに捨てよう  
年間約 30 円の節約  
CO<sub>2</sub> 削減量 0.8kg



28 部屋を片付けて、  
掃除機をかける時間を短くしよう  
年間約 120 円の節約  
CO<sub>2</sub> 削減量 2.7kg



29 プラグを抜いて待機電力をゼロ!  
年間約 2,460 円の節約  
CO<sub>2</sub> 削減量 54.5kg



30 晴れた日はお日様のおかげで  
洗濯物を乾かそう♪



31 使わない時はトイレのフタを  
しめよう! ※温水洗浄便座  
年間約 770 円の節約  
CO<sub>2</sub> 削減量 17.0kg



クール・チョイスに  
賛同しよう!  
~未来のために、いま選ぼう~

COOL  
CHOICE



豊島区ではみなさんのクール・チョイスアクションを応援しています。  
詳しくは、下記 URL または右の 2 次元コードから区ホームページをご覧ください。  
<https://www.city.toshima.lg.jp/149/2108031408.html>

【お問い合わせ】豊島区 環境清掃部 環境政策課 ☎3981-2771

経済産業省資源エネルギー庁 HP より抜粋



2018年12月制作