

チャレンジ1 **エコな生活スタイルを選択しよう**

日々のちょっとした気遣いが積み重なれば、CO<sub>2</sub>の削減効果は大きく違ってきます。政府では、皆様のエコ生活を応援するため、環境家計簿やエコドライブに関する情報提供等を行っています。無理なく、そして無駄がない生活にチャレンジしていきましょう。

**チャレンジ**



夏は冷房の温度を28℃に、冬は暖房の温度を20℃に設定しよう



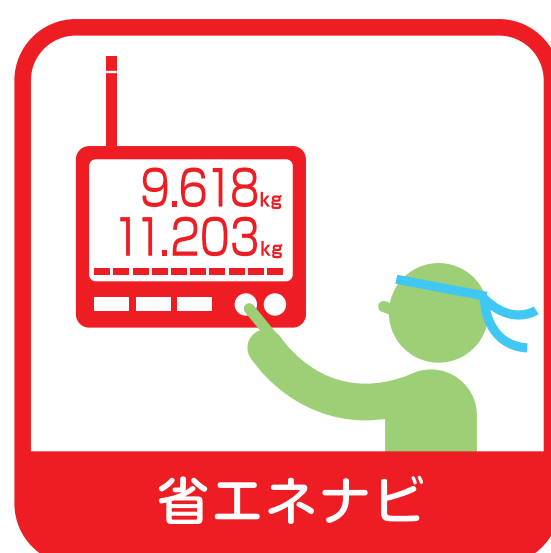
照明やOA機器等のスイッチオフを心がけよう



出かける際はバスや電車、自転車などの環境に優しい交通機関を利用しよう



蛇口をこまめに閉めるなど、節水を心がけよう



環境家計簿、リアルタイムにCO<sub>2</sub>排出量を見せる省エネナビなどを使って、CO<sub>2</sub>排出量の見える化をしよう



シャワーを使う時間を短くしよう



エコドライブ(ふんわりアクセル、アイドリングストップ)を実践しよう



マイバッグ、マイボトルを持ち歩こう



エコクッキング(食材を全部使い切る、中火を上手に使う)を実践しよう

