

よりよい地球環境を守るために、こんなことができそう！（抜粋）

1週間に1回 冷蔵庫の中身を綺麗にする

6月に車を手放しました。排気ガスや高齢者の事故を減らせるよう努力したつもりです。

Co2を出さないようにする

ECOの意識ごみ減量、エコカー利用

あいちeco ティチャーとして県内小学生に環境学習の講師をしている。名古屋市環境サポーターとして名古屋市内の保育園幼稚園小学校に出向いて環境講座を開いている。子どもたちに地球のためにできそうな事を考えお家の人と話し合っ

アイドリングストップ、エアコンの温度調整

アイドリングストップ、コンセントはこまめに抜く

いつもエコバッグを持ち歩く。詰め替え商品を買う。

いつも水筒を持参している。これからはマイストローも持参しようかな！

いろんなキャンペーンにあわせて、行動を起こすこと

ウォーキング、サイクリングの移動でエコ活動。健康増進にもなり、いいね。

うずら卵や卵の殻を砕いて、庭の土に混ぜ混む。

エアコンの温度に気をつけて節電する。

エアコンは一部屋だけにして、家族で過ごす。

エコバッグの携帯、使い捨ての紙皿や紙コップは極力使用を控える

エコバッグやマイボトル、マイ箸等の活用を続ける。不要なビニール袋は辞退する。

エコバッグ持参 迷ったら買わない（フードロス、資源を大切に）

お皿を洗うときに大きい汚れは紙等で拭き取ってから洗いを無駄遣いしないようにする。

お店が家から近いので、時折子どもと散歩がてらに、歩いてお買い物に行っています。

今日明日使う食材は手前取り。

お店で手前取りをする。

お肉は冷凍バラ凍結のものを購入して必要な時必要な分を使用して、プラスチックごみを減らすようお皿に入った冷蔵品は買っていません。

お風呂の残り水で洗濯をする

お風呂は家族みんなで入ることで、追い焚きしなくてもいいようにする。皿を洗う前に(要らなくなった布を小さく切って)その布で拭いてから洗う。

お風呂を沸かしたら、すぐ入るようにしている。

お弁当を作って持っていく

カタログ、ビニール袋、牛乳パックを回収してもらう

こまめに水は止めて節水している

こまめに電気をけす、移動は階段や自転車を使うなどして自分の運動にもなるし一石二鳥

ごみが増えそうな物は買わない

ごみの削減、使わなくなったものも自分でリメイクし、使えるものに変えるなど自分でできる小さなことでもコツコツ続けていきたい。

よりよい地球環境を守るために、こんなことができそう！（抜粋）

ごみの分別をして、再利用できるものはごみにしないようにする。こどもにも一緒に分別して伝えています。

ごみの量を 少しずつ もっともっと 減らしていきたい

ごみは必ずごみ箱へ

ごみも細かく分別をすることで リサイクルを心がけ リサイクル商品の購入を増やしていきたいです。

ごみや食品ロスの削減を心掛けて買い物、料理をする。

ごみを可能な限り分別して資源回収に出す。

ごみを増やさないために生ごみは段ボール箱で堆肥を作っている

できる限りごみを減らす為、トレイレスの野菜やお肉を購入している。

コンビニ等でスプーン、箸等はもらわないようにしている

ジモティーなど活用し、服や家具などリサイクル

シャワーの節水

スーパーで消費、賞味期限の短い商品を買うようにし、食品ロスが出ないようにする。

スーパーなどへリサイクルに協力している

すぐ食べるものはお値打ち品を購入するなどして、食品を無駄にしないようにしている。

ストローは紙を使う。

食べられる分だけ買ってフードロスをなくす

できる限り包装容器をリサイクルやリユースしています。

トレイ、ペットボトル、卵パック等を回収に出す

どんな小さな事でも常に心掛けていたい

なるべくごみを減らす努力をしている。庭に生ごみを埋めたり、まだ新しい物はリサイクルショップに持って行く。

なるべく公共の交通機関を利用して移動する。

なるべく洗剤や調味料は、詰め替えができる商品を選ぶようにしている。

エコ商品をもっと利用していきたい。

なるべく電気や水の使いすぎに注意し、食材も無駄にしないよう買う時も買いすぎないように気をつける

なるべく包装の少ない商品を買う

なるべく無駄を無くす意識を持って暮らす

バーベキューのときに、割り箸や紙皿を使わない。

パン屋さんで買う時、ビニール袋を買わない。バックに1つ入れています。

ビニール袋は極力使用しないようにする

廃棄を減らすためすぐ使うものは賞味期限の近いものを買う

フードロスをなくす（ワゴンセール品を買う）

フードロスは家計も地球環境も守れるので出来るように頑張りたいです

プラスチックの包装でない商品を選ぶ

プラスチックや雑紙などの分別回収、ペットボトルやトレイの拠点回収に努めている

よりよい地球環境を守るために、こんなことできそう！（抜粋）

プラスチックを資源収集に出している

プラスチック製品の購入、廃棄を控えている

プラスチック製品の使用を減らす。

プラスチック製品は必要なものを最小限にしたい

プラ容器に入った惣菜を購入したときはごみにせずリサイクルにまわす。

フルーツや野菜のバラを買った時はビニール袋に入れない。

ペーパーレス

ペットボトル、アルミ缶はリサイクルに出してポイントゲットしています。

ペットボトルキャップ収集し「RECYCLE TO END POLIO」企業へ持ち込む

ペットボトルは洗って何回も使う

ペットボトルやトレイなどのリサイクルを徹底しています。

ペットボトル飲料をなるべく買わず、急須でお茶を入れて水筒を持たせている

ベランダなどで緑化ガーデニング

ポイ捨てごみを見捨てず回収

マイクロプラスチックを出さないため、服は綿、食器用スポンジはセルロースにしています。

マイバックを使ったり、コンビニで箸などを貰わないようにしている。

マイボトル、マイ箸、詰め替え出来る商品の利用ほか、小さなことでも多くの方がすれば地球環境を守る事に繋がると思います。

マイボトルの習慣を引き続き行いたいですあ

マイボトルやマイバックを持参する

マイボトルを持ち歩く。できるだけ4Rを実践する。

マイボトル持って出かけます 自転車で行きます

マイ箸、マイストロー持って行動している

マイ箸を持ち歩き、店で割り箸やプラスチックフォーク/スプーンを貰わない。暖房温度を1~2度下げ、冷房温度を1~2度上げる。

まずはペーパーレス

まずは商品が無駄にしないように意識する、

まとめて調理して光熱費(エネルギー)を削減する

まとめて買う方が安くても、食べきれ的分だけ買うようにしている

ムダなものは買わない ごみを分別してリサイクルできるものはリサイクルへまわし、可燃ごみを減らす

メモは裏紙を利用する

ものをできるだけ長く使うようにする

ものを増やさない

よく考えて物を購入し最後まで大切に使用する。ごみを減らす

ラップを極力使わず、電子レンジ対応の蓋などを活用する

リサイクル、リユース、リデュース 3つのR

よりよい地球環境を守るために、こんなことできそう！（抜粋）

リサイクル、リユースを意識し廃棄物を減らす。

リサイクル、子供にもリサイクルの大切さを伝える

リサイクル、車より公共交通機関を使う、ごみを出さない工夫。

リサイクルする 省エネ家電に買い換える

リサイクルできるものはリサイクルステーションや回収に出す。詰め替えの商品があるものは詰め替えを買う。

リサイクルの出来る容器を使う。野菜クズなどを肥料などにして活用する。

リサイクルペーパーを使う

リサイクルやリユースを心がける

リサイクル可能なごみの分別

リサイクル活動に参加する

なるべく、ごみを減らして頑張っています！

移動は自転車や徒歩

衣服類はごみを出さないようなるべく補修して使ってます

衣類を兄弟、親戚、友人などにリユースしてもらおう

一人で移動する時は自転車かバスか電車を使う。

一度にたくさんの量は買わない。マイバックを持参。

飲み干した缶を店に持っていく。

雨水を使って花木に水をやる

化粧水、洗剤などの詰め替えをして使い捨てを減らす。1

何でも〇〇過ぎに気をつけよう！

可燃ごみを減らし資源でリサイクル出来る物は資源で出しています。飲み物は自前の水筒に入れて持ち歩いています。

可燃ごみを減らす。

夏の季節以外の生ごみは庭のミカンの木の近くに埋めている

夏の日差しを和らげるため、よしずをかける。窓をペアガラスにする

夏はやカンなどに水を入れて暑いベランダに置いて温かくしている

夏場のクーラーの使用を控えたり、温度を低くしすぎないようにする。買い物時はエコバックを使う。

家でも外でも、食べ残しをしないよう工夫する

家にいらぬものをいれない

家族がなるべく一つの部屋で冷暖房を使う。

家族は私より意識が低いので、何度も啓発する。

家庭ごみの減量。洗い物の水量は細く流し放しはしない。ない

家庭でのごみの分別 資源ごみを資源として使えるように

家庭での光熱費削減もかねて無駄をなくすようにしています。

家庭内で食品ロスを減らす

家電は節電モードで

よりよい地球環境を守るために、こんなことできそう！（抜粋）

花を植える、生ごみなどを肥料として土に混ぜる。日々出来る事を少しずつ実践していきたい

過剰包装を避ける。マイバッグやマイカゴを持参。分別して資源をごみにしない。

外出の際はマイボトルを持参する

外出時には常にエコバッグを持参する。

外食は 残さないように完食しています

街でごみを見つけたら拾って街を綺麗にする

環境ごみをなるべくなら出さないように心掛けている

環境によい洗剤を使用している

環境に優しい洗剤を使う

寄付 廃品回収 自分で再利用などで徹底的にごみ削減する。

気がついたときに、道路のごみをこまめに拾うようにこころがけ、地球の美化に努めています

詰め替え商品がある場合はそれを買って新しいボトルを増やさないようにする

詰め替え商品を購入する。エコバッグを持参する。

詰め替え商品を使う

詰替商品を買う

牛乳パックのリサイクルやトレイのリサイクルに協力する

牛乳パックリサイクル

近場での買い物は、ウォーキングを兼ねて徒歩。生ごみは畑に。

近場は、なるべく自転車や徒歩で行動する

空き容器や ペット容器のキャップ、紙 など分別するかん

計画的食品購入と食材を使い切る・食べ切る事でロスを減らす

健康維持にもつながるので、なるべく徒歩1万歩

犬の散歩中にごみを拾う

古紙のトイレトーパーを使用

交通手段は、公共交通機関を利用する。

公共機関と自転車利用と資源の無駄考えてる

購入した食材を使い切る 詰め替えがあるものを使う

購入時はフードマイレージを気にかける。

合成洗剤を使わない。

今年、マイカーを電気自動車に買い替えた。なるべく公共交通機関で移動する。

最近、雑紙もリサイクルしたほうが良いと聞いて雑紙もまとめてリサイクルするようになりました。

雑紙、新聞紙、段ボールはリサイクルに回す

散歩の途中ごみを拾う

残さず食べる

使い捨てではなく、物を大切にしていた頃を振り返り、少し手間をかけるよう心がける。

よりよい地球環境を守るために、こんなことができそう！（抜粋）

使い捨てを減らす

使い終わった油のついたお皿は拭いてから洗う

使う分の食材だけ購入して、食べ残しや破棄しないようにする。

使えるだけ買う。買い過ぎに注意。ローリングストックをうまく日常に取り入れる。

使えるものはまだ使うリサイクル

使っていない電化製品は、コンセントから抜く。

使用していない部屋の電気は家でも職場でも消している。新しいメモ帳は買わない。広告の裏紙を利用。

子どもに分別などを教えていく

子ども達にも電気をこまめに消すことことが地球温暖化に繋がることを伝えていきたい

子どものプリントなども紙は出来るだけ資源に出すよう伝えている。自分だけではなく、親子でエコを心がけるようにしたい。

紙のリサイクル

紙パックや、ダンボールを資源回収に出すこと

紙類の節約

資源ごみの分別 ごみを出来るだけ出さない

資源ごみの分別を徹底してリサイクルできるようにする

資源ごみは分類してだし 再生に協力する。

資源ごみや紙ごみ、ペットボトルの分別に気がつかっている。

資源の無駄遣いを意識して、買い物も計画的に必要なものを必要な分だけ買い、余らせないように使い切ること。

資源回収に分けて出し、電気や水効率良く使うよう気をつけている。

資源回収を家庭で実行してます

歯磨き、シャンプー等の時、水をこまめに止める

自宅近辺のごみを拾ってます。

自転車通勤を続けます

自動車ではなく、自転車を使う。

自分で消費できる分量を考えて購入している

自分にできることを知り、日々の生活の中でそれらを意識して過ごすこと

車に乗らず、歩く

車のアイドリングストップ

車のドライブ設定をエコモードでなるべく走行

蛇口とシャワーヘッドを節水タイプに変えました。

手前取り 割引物を、上手に購入

出来るだけ小さなプラスチックでも資源ごみ扱いしている

商品を選ぶときに、環境に優しい商品をえらぶ

商品を入れるビニール袋をごみ袋として再利用

商品案内等は全て資源ごみに出しています。

よりよい地球環境を守るために、こんなことできそう！（抜粋）

省エネの電化製品に切り替えるなど省エネを意識する

衝動買いしない 家の在庫管理をする ごみとして出すのではなく、使っていないものはリサイクルする

賞味期限の切れそうなものから購入して使っていく

賞味期限の迫っている商品を買うようにしている。

植物の水やりは台所で使用した水や風呂水を利用

食べきれない食材を買わない、計画的に買い物をする

食べ残しをしないよう、作りすぎない。

食器を洗う時 汚れをふき取り、余分な汚れをなるべく流さない

食器を洗う時も一枚洗ったらその都度水を止めています。

食器用洗剤をたくさん使わない

食材は使い尽くし、食べ尽くす。詰め替え出来るものを選ぶ。

食材や調理したものを残さないように気をつけています

食材を計画的に無駄なく使い切る

食事の献立をたて、計画的に買い物をする。

食事はなるべく残さず食べ切れるくらいの量で作る。

食洗機を使用し歯磨きの時の水など蛇口の水量を絞って節水する

食品の無駄をなくし、家庭菜園で野菜作りする。なるべく地産地消、国産国消費を考えて消費する。

食品は食べきれただけ購入する、物を多く持たない、リサイクルに出せるものは出す等、ごみの量を減らすこと。電気、水道の節約。もったいないという気持ちを大切に自分のできることに取り組んでいきたいと思えます。

食品ロスをなくすため、計画を立てて買い物をする

食品ロスをなくすように、在庫チェックをしっかり行う

食品ロスをなくすように、適量を購入する

食品ロスを無くすために、値下げ食品を選んで買っています。

食品を賞味期限内に消費する

食品を上手に使い切る

食品を無駄にしないで食べ切る。

食物繊維で作ったスポンジを使っている

食料品の食べ残しを無くす

食料品は無駄にしないように使い切り冷凍でストックできる物はしている

寝る時は電気を消したか、テレビのリモコンではなく本体の電源を切ったか確認をする。

新聞紙チラシ等をリサイクルへす

身近なところでは、毎日食事を作るのでフードロスには気をつけて行きたい

水の汚染にならないように

水の使用量を少なくするため油汚れは先に使用済みのペーパーなどで拭き取ってから洗うようにしている

よりよい地球環境を守るために、こんなことできそう！（抜粋）

水の出しっ放しや電気をLEDに交換など節約にも気をつけている

水道は必要な時以外はお湯ではなく水を使う

生ごみは、生ごみ処理機で、乾燥させて、庭に埋めているので、可燃ごみを減らすことが出来る。

生ごみはイーエムボカシを使って家庭菜園の肥料に。

生ごみはボカシと一緒にコンポストに入れて堆肥化する。草などはよく乾かして軽くしてから燃やせるごみに出す。

生ごみを畑に入れてごみの減量、その土を使い野菜を育てています

生協で計画的に注文し、無駄な買い物はしない

生協の案内書類やタマゴパック等リサイクル出きる物はごみにしない

生協商品の入った袋をごみ入れにして使っている

生協商品案内は生協に提出

節水、自動車の利用を減らす

節水が甘いと思うので、水を大事にしたい。

節電、最近日中はテレビを消しています。

節電、節水機能のある製品を優先して使う。包装紙削減の努力をされているお店で購入

節電節約

洗い物は拭いてから水で洗う

洗濯の濯ぎを一度にして水の節約

洗濯洗剤、食器洗剤は、環境にやさしい製品を選び、使用量は控えめにしている。

洗濯洗剤等で、詰替えが出来る物は詰替えて使用している。

洗濯物はなるべく外に干す

早寝早起き

太陽光パネルを設置して8年、売電してます

台所、洗濯、洗顔などは洗剤でなく石鹼に切りかえる

台所洗剤の使用を減らすために油物は麦茶や紅茶のバックで擦ってから洗い、コップや茶碗などは、水だけで油や茶渋を落とすスポンジを使っています。

宅配の留守時に入っている保冷剤の冷気エネルギーが勿体ないので、帰宅後は冷蔵庫に入れ、翌朝まで残りの冷気を使っています

宅配を利用し、買い物の回数や車の利用を減らす

暖房効果になるシールなど窓に貼っている

地球に優しい取り組みは、自分への節約にもなるからとてもいいと思うから頑張ろうと思う。

地球温暖化防止の為 エアコンの使用を控える(健康に害のないように)

地元の農作物を選んだり、食べ物を無駄にしないようにする。

地産地消、食品ロスを無くすため、必要な分だけ購入、賞味期限の早いものから購入

着なくなった衣類はリサイクルや資源回収へ持って行く



よりよい地球環境を守るために、こんなことできそう！（抜粋）

着古した服や、裁縫の余布はパッチワークでいろいろな大きさのクロスを作りちよこつと掃除に使ったりハンカチとして使用したり、何かのカバーにしています。

虫の少ない冬季は、段ボールコンポストを活用したい

陳列されている商品は手前からとる

追い焚きをしなくていいようにお風呂は沸いたらすぐ入る。

庭や畑の水撒きに雨水を貯めて利用している

庭木、花を植える。風呂の残り湯を活用。

電気はこまめに消す。水もまとめ洗いをしている。

電気を使わないように早く寝る

電子レンジを活用して、ガスの使用を極力少なくするようにしている。

当たり前かもしれないですが、資源の有効活用、リサイクル品の購入、明るいうちに料理をする。動線を考えて車にのる

道路に落ちているごみは払う 資源回収に取り組む

鍋帽子（保温調理道具）の活用

燃えるごみの減量

廃油を固めたり不要な紙に染み込ませて破棄する

買いすぎをやめてごみを減らす

買い物する時は、必ず保冷バックやエコバッグを持つてでる

買い物する時値引きの商品を選ぶように心がけています。

買い物をするとき、できるだけ包材が紙やびんや缶のものを選ぶ。

買った食材は使いきる。食べきれ的分だけ作る。作ったものは食べきる。

必要な量を買って 材料を使いきるようにして、フードロス減らす

必要以外に電気を使わない

必要以上にものをふやさない

必要以上に買わない、食べ残しをなくす

必要枚数のチラシだけもらう、いらぬ紙の裏面はメモ用紙、資源に出せる物は可燃や不燃ごみでなく資源回収日にだす

部屋の温度を適切にする。

風呂の残り湯の再利用

風呂水は花の水やりをしています。

風呂水を庭の植木や植木鉢の水遣りに使っている

服などはリユースを積極的に活用しています。最終的に衣料品は端切れにして油汚れや掃除の乾拭きなどに活用しています。

物を最後まで使い切る（タオルはボロ雑巾になるまで使うなど）

物を大切に使う

物を大切に使う。

分別の徹底、資源回収に協力、詰替え商品の購入、キッチンペーパーの段階再利用等です。

よりよい地球環境を守るために、こんなことできそう！（抜粋）

分別をする。フライパンなどに残った油を排水溝に流さないようにする。

毎日出すごみを少しでも減らす様に気を付けています

毎日食べ残しのないように心がけるなど

無洗米を利用し、とぎ汁を流さないようにする

無駄な買い物をなるべくしないようにし、ごみ削減を。

無駄な買い物を減らして食品ロスを減らす

無駄な買い物を減らす

無駄に大袋などの野菜などを買わない。食べられる分だけ買うようにする。

無駄をなくすこと、物や資源を大切にすること、生協さんで買い物すること♪

無農薬や露地栽培など環境負荷の少ない旬の野菜を選び、それらを出来るだけ葉や皮も調理して生ごみを減らす。

無理をすると続かないので、また、家族に強制すると拒否されるので、これとは思うことだけ続行しています。例えば、お風呂のお湯は洗濯に使うなど。

無料でもいらない物は貰わない。献立を考えて計画的な買い物、調理をする。

名前のついている古紙も、個人情報などは消して、なるべく可燃込みではなく、廃品回収へ出すようにしています

綿の古着やタオルを切って、キッチンの汚れや油を拭くのに使っている

夜ふかしをやめて電気代節約

野菜くずは畑に埋めて可燃ごみを減らす

野菜などの生ごみはコンポストに入れて堆肥にして、家庭菜園に利用ごみを減らす努力してます

野菜の皮など、捨ててしまいがちなところも工夫して食べる。

野菜の皮はキレイに洗って剥かずになるべく食べる

油で汚れた食器は古い布で拭いてから洗う

Tシャツやタオルなど捨てる布を使いやすい大きさに切っておいて、油もののお皿やフライパンなどを拭いてから、洗剤をあまり使わなくていいように心がけています

余分なものをもらわない、買わない

要らない物があれば捨てずに欲しい人に譲るようにする。オーガニックのものやフェアトレード商品を購入する。自然界で分解される洗剤を使用する。お風呂はなるべく家族続けて入って燃料使用を抑える。

裏紙を使う 移動は自転車 電気をこまめに消す

緑を植えて増やす

冷蔵庫の中を確認してから買い物に行き食材を使い切る

冷蔵庫の開け閉めを少なくするため、食材をメモしておく

冷暖房の設定温度を見直す

冷房暖房をなるべく使わずに服装で対応する