

エコライフDAY 2026

あなたが減らせた二酸化炭素は何g？



中学・高校生用

中学校・高校 年 組 番

1

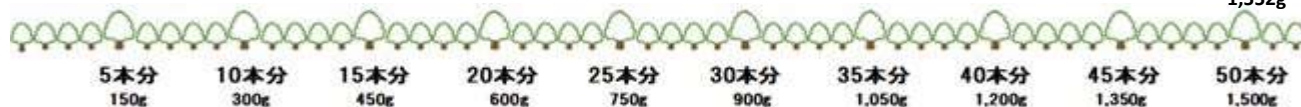
今日できたことや普段やっていることに○をつけてください。

電気・ガス	誰もいない部屋の明かりを消すようにした。	きりとり
	見ていないときは、テレビを消すようにした。	
	テレビゲームや携帯型ゲームは、時間を決めてするようにした。(しなかった。)	
	電化製品を使わないときは、主電源を切るかプラグを抜くようにした。	
	冷暖房の設定温度は年間を通して控えめにした。(目安：夏は28℃、冬は20℃)(使わなかった)	
食	お風呂はさめないうちに、みんなで続けて入るようにした。	きりとり
	ご飯やおかずを残さず食べるようにした。	
	近くの産地でとれたものを食べるようにした。(家の人にきいてみよう)	
資源	レジ袋をもらわないようにした。	きりとり
	マイボトルを持ち歩くようにした。	
	エコ商品を使うようにした。(エコマーク  のついたものや省エネ型製品など)	
	ごみ出しルールにしたがって分別するようにした。	
水	水やお湯を流しっぱなしにしないようにした。(歯みがきやシャワーのときなど)	きりとり
	シャンプーやハンドソープなどを使いすぎないようにした。	
車	外出するときは、歩いたり、自転車・バス・電車を利用するようにした。	

※全部できたら1,552gの二酸化炭素が減らせます。 生活の中で、一人一日4,833gの二酸化炭素を出しています。

ブナの木何本分の二酸化炭素が減らせたかな？(減らせた本数の木に色をぬろう。)

51.7本分
1,552g



ブナの木一本の一日当たりの二酸化炭素吸収量は約30gです。

※樹齢100年で、1haあたり500本のブナの森林の場合(森林の条件等により吸収量は異なります)

あなた	家族もさそってね				
30	30	30	30	30	
24	24	24	24	24	
111	111	111	111	111	
65	65	65	65	65	
125	125	125	125	125	
233	233	233	233	233	
48	48	48	48	48	
37	37	37	37	37	
56	56	56	56	56	
43	43	43	43	43	
108	108	108	108	108	
128	128	128	128	128	
245	245	245	245	245	
45	45	45	45	45	
254	254	254	254	254	

※数字は一日で減らせる二酸化炭素量です。

2

○をつけた数字を合計して下さい。

g	g	g	g	g
---	---	---	---	---

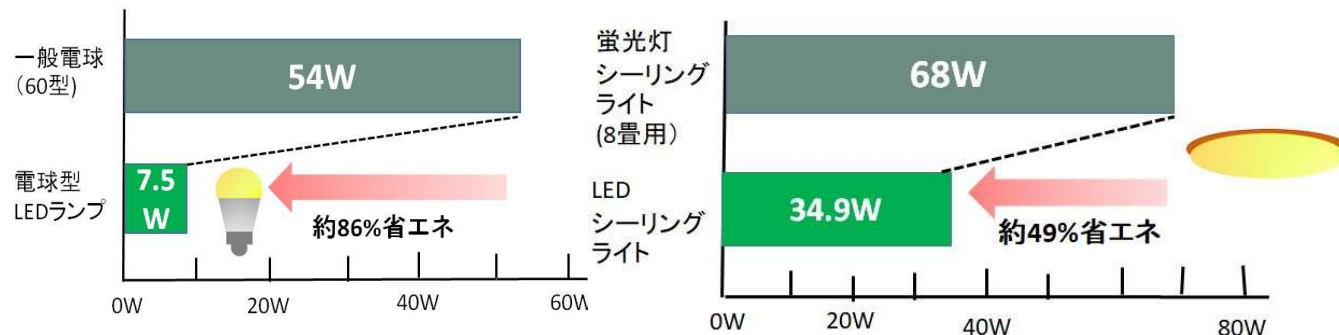
裏面にも書いて下さい。ご協力ありがとうございました。

参加しての感想や、環境に対して日ごろ感じていることなど自由にご記入ください。また、イラストも歓迎です。

地球温暖化の原因になるCO₂を減らすために、エコライフを実践しましょう

近年、世界各地で熱波や豪雨、干ばつ等の異常気象が増加していて、地球温暖化の影響が心配されています。地球温暖化の主な原因のCO₂(二酸化炭素)を減らすためには、誰もいない部屋の明かりを消す、省エネ型製品等のエコ商品を選ぶなど私たち一人ひとりのエコライフの取り組みが大切になっています。たとえば、家の中の照明を、一般電球（白熱電球）からLED電球に替えると86%の節電に、蛍光灯シーリングライトからLEDシーリングライトに替えると49%の節電になって、CO₂排出量を大幅に減らせます。地球の未来のためにできることを始めてみませんか。

LED照明に替えた場合の省エネ効果



出典:「あかりの日」委員会作成「住まいの照明BOOK Lighting5.0」。

昨年の結果

昨年のエコライフDAYでは、65,202人が参加しました。これは川口市民の10.7%が参加したことになります。
また、二酸化炭素は一日で51,510,210gを減らすことができました。

主催: 川口市・川口市教育委員会・認定NPO法人川口市民環境会議
後援: 川口商工会議所、川口市商店街連合会
報告: 広報かわぐち、PRESS530、ホームページ
問い合わせ先: 川口市 環境総務課 地球温暖化対策係 048-228-5320
認定NPO法人川口市民環境会議 080-5699-1154
くわしくは、川口市民環境会議のホームページをご覧ください。

ご記入いただいた内容は、HP・ポスターなどに使わせていただく場合があります。