

# めざせ省エネ達人

～日常生活のかくれたエコをさがせ～

## 第1回：家族団らん

ID 059394

生活習慣を見直してアクションを始めることが、省エネ達人への第一歩。まずはあなたのエコレベルを確認しましょう。  
環境政策課/TEL674-7486

スタート

お風呂に入るタイミングは  
家族みんなバラバラだ

お風呂の温度が下がらないよう、  
保温シートを活用している

はい →

いいえ →

食事以外の時間は  
自室で過ごすことが多い

就寝・起床時間帯が  
家族そろってほしい同じだ

家族でのお出かけには  
車をよく使う

誰も見ていないテレビが  
ついてることがよくある

エコレベル上級 ★★★

あなたこそ、真の「省エネ達人」  
です。今後は周りの人も巻き込ん  
で、エコの輪を広げましょう

エコレベル中級 ★★

まずは、小さいアクションから。  
あなたをきっかけに、ムーブメ  
ントが巻き起こるかも

エコレベル初級 ★

まずはワンアクションから。  
地球の未来を救うのは、あなた  
かもしれません

アドバイス

「省エネ」と聞くと、電化製品の使用頻度や時間を減らしたり、最新の家電を使ったりというイメージを持ちますが、家族との時間を大切に過ごすることも、実は省エネでエコな行動の一つです。「省エネ」と「家族団らん」の両立で、心も体もお財布も温めましょう。