

令和7年度 家庭で取り組むエコチャレンジ 事前審査結果

エコチャレンジ参加者							審査結果			
参加チーム		目標 (リーダーが記入)	削減 効果 g-CO2	省エネ行動		電気削減量		(電気使用量)増減の理由	票数	主な選考理由
No.	参加者			工夫したことや努力したこと(リーダーが記入)	わかったことや感想(サポーター、保護者が記入)	7月	8月			
80	小4	・無理をせず、家族みんな でせつ電する ・声かけをがんばる	9,945	<ul style="list-style-type: none"> テレビの時間をきめて、見る時間をへらした かぞくに、声かけをして、おなじへやですごした。 緑化まつりで買ったゴーヤを植えてグリーンカーテンを作った グリーンカーテンの水やり、打ち水をした 日よけのシェードをつけた。(日中、あつい時間)シェードのつけられない場所はシャッターをしめ直しや日光がはいらないようにした。 エアコンをつける前にまどをあけてサーキュレーターをつけた(あたたかい空気を出してからエアコンをつけた) サーキュレーター前に凍らせたペットボトルをおき温度を下げた→溶けた水を、打ち水として利用。 トイレのウォシュレットの温度をオフ ウォータージャグでお茶をつくり、冷ぞうこのあけしめをへらした 暑い時間に帰宅した時は、シャワーの温度を夜より低くして入った。 	<p>どんなことができるか、親子で考え工夫してやってみたり、家族で協力しながらチャレンジができました。環境や家庭にもやさしい取り組みができたのと、やってみて使用量の結果にあらわれていたので、チャレンジできて本当によかったです。これからも日々心がけてみようと思いました。</p>	-133	-22	7月分は旅行などで、るすにしていたからだと思う。熱中症をきをつけながら温度設定、(上)決めたことを毎日チェックしていたからだだと思います	11	<p>○家の中でできる色々な工夫を続けていて、とても素晴らしい取り組みだと思います。電気の使い方や無理なく続けられるお手本となる取り組みです。続けていくことで、もっと良い成果につながると思います。</p> <p>○取り組んだ行動の多さも大事ですが、何より親子できちんと何が大事かを学び、実践出来たことが、非常に大事だと思います。私も娘が大きくなったらやってみようと思いました。</p> <p>○様々な工夫や努力を実行しているため。今回の参加チームの中では一番工夫項目が多いと感じた。</p> <p>○数々の取り組みをチャレンジしていて良かったと思います。ゴーヤを植えて緑のカーテンを作ったり、サーキュレーターの前に凍らせた水を置いて溶けたら打ち水にしたりと、家族で協力して無理なく取り組んだことが良かった。</p> <p>○グリーンカーテンの設置、サーキュレーター前への凍らせたペットボトルの配置、溶けた水の打ち水利用、冷蔵庫の開閉を減らすためのウォータージャグの活用など、非常に具体的かつ多角的な工夫が見られます。「親子で考え工夫したことが結果(使用量)に現れた」と実感しており、データに基づいた達成感を得ています。「これからも日々心がけたい」という高い継続意欲も評価します。</p>
52	小5	・10日間、しっかりと節約し、電気等の使用量を減らす。 ・地球のため、みんなのために、CO ₂ 量を減らす。	9,527	<p>ごはんは自分が食べきれぬ量をよそった。テレビを見る時間をできるかぎり減らした。冷蔵庫の無駄な開閉を減らすために1度に必要な物を出すようにした。シャワーを使う時間を減らすために頭と体を洗ってからいっしょに流すようにした。</p>	<p>ムダを無くすことを意識して、声をかけ合い、取り組むことができた。今まで、気づけなかったこと(ムダ)に気づけたり、それぞれができるエコなことを考えるきっかけとなった。これからは引き続き、家庭でできるエコにチャレンジして行きたい。</p>	104	198	毎日暑い日がつづき、勉強をしたり、ねたりするのに各部屋でエアコンを使用したこと。	3	<p>○特別な道具や違ったことをしなくても、工夫しながら省エネに取り組んでいる点は素晴らしいと思います。これからは続けていける取組だと思います。</p> <p>○ごみ減量、電気、給湯、それぞれに努力したことが伺える。</p> <p>○テレビをみる時間を減らす、頭と体を洗ってから一緒に洗い流すなど、無駄をなくすことを意識して行動しました。無駄に気づくことで、今後もエコチャレンジをしていきます。</p>

令和7年度 家庭で取り組むエコチャレンジ 事前審査結果

エコチャレンジ参加者							審査結果			
参加チーム		目標 (リーダーが記入)	削減効果 g-CO2	省エネ行動		電気削減量		(電気使用量)増減の理由	票数	主な選考理由
No.	参加者			工夫したことや努力したこと(リーダーが記入)	わかったことや感想(サポーター、保護者が記入)	7月	8月			
74	小5 小4 小2 小1	自分にできるエコチャレンジを探して取り組む。	10,863	<ul style="list-style-type: none"> ・食材は買すぎずに使い切れる量を買う。 ・出かけるときはマイボトル(水筒)を持ち歩き、ペットボトル飲料を買わないようにする。 ・テレビはダラダラつけっぱなしにせず、見たい番組を決める見るようにする。 	「もう少しエアコンの温度高くしても大丈夫じゃない？」など、家族で声をかけあって無理のない範囲でエコチャレンジに取り組めたと思います。エコチャレンジ期間外でも、照明をつけっぱなしにしない、テレビをだらだら見ないなど、省エネ行動を少し意識できるようになったのが良かったです。	23.2	-18.6	夏休みで家にいる時間が長かったが、エコチャレンジに取り組んでいたことで、省エネ行動を意識できたからだと思う。	3	<ul style="list-style-type: none"> ○4人の子供達が自分出来るエコチャレンジを探して取り組んだこと、マイボトルを使ったり、テレビを見たい番組を決めて見たり、使いきれぬ食材を買う等家族が声をかけあったことで、省エネ行動が意識出来るようになった事が良かった。 ○必要なものを必要なだけ使ったり購入することで、限りある資源を大切にするという精神が素晴らしい。 ○出かける時に水筒を持ち歩く、見たい番組を決めてテレビをだらだら見ないなど、無理のない範囲で取り組み、省エネ行動を意識できるようになっています。

令和7年度 家庭で取り組むエコチャレンジ 事前審査結果

エコチャレンジ参加者							審査結果			
参加チーム		目標 (リーダーが記入)	削減効果 g-CO2	省エネ行動		電気削減量		(電気使用量)増減の理由	票数	主な選考理由
No.	参加者			工夫したことや努力したこと(リーダーが記入)	わかったことや感想(サポーター、保護者が記入)	7月	8月			
1	小6 小3	・家族みんなで協力して節約する!エコする! ・地球の事を考えて真剣に取り組む!	10,026	<ul style="list-style-type: none"> ・家族1人1人が毎日少しずつエコするだけで省エネにつながる。 ・エアコンを1度上げる。 ・食材は食べる分だけ買う。 ・昼間はなるべくリビングの電気はつけない。 ・せんぷうきを併用する。 ・シャワーを出し放しにしない。 	この様に表にして書いてみると日々の使用状態が目に見えてわかりました。何気なく使っているもの、行動、見直すことも必要だなと感じました。今後もチェックシートがなくてもしっかりエコチャレンジして行こうと心に決めました。	22	—	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年より今年の方が気温が高く毎日ずっと冷房をつけていた ・犬を飼ったので室温を涼しくしないといけないので冷房を消す日が全くなかった 	2	<p>○「表(チェックシート)にして書くことで日々の使用状態が目に見えてわかった」という、可視化による気づきを明確に述べています。「チェックシートがなくてももしっかりエコチャレンジしていく」という強い決意があり、一時的なイベントで終わらせない高い意識を評価します。</p> <p>○エアコンの温度を1℃上げる、昼間リビングルームの照明をつけないなど、できることから努力している様子がわかります。今後もしっかりエコチャレンジしていく決心をしています。</p>
18	小6	ごみをしっかり分別する。	8,049	プラごみはいままで燃えるごみにすてていたけど、洗ってから棄てるようになった。	自分のへやができエアコンも+1台分電気代を使うようになりましたが、ゴミの点では、リサイクルを意識してくれるようになりました!!	41	11	自分のへやも、寝る時以外はリビングに集まるようにしましたが、暑すぎました。	2	<p>○プラごみ分別、完食で生ごみ削減、入浴など、骨折中にもかかわらず、兄弟・家族と協力して取り組んだことが評価できる。</p> <p>○ごみの分別や資源の再利用について意識できている。家族で一緒に行動することで省エネにつながっている。</p>
	小5	1.シャワーをこまめに止め、使う時間を減らす。2.洗顔や歯磨き中、水の流しっぱなしをやめる。	8,185	いっしょにお風呂に入った。洗顔をしなかった。	手を骨折してしまい、一緒にお風呂に入らなければなくなり、自分で洗顔できなく、自然と省エネ行動につながりました(笑)お風呂に続けて入るのは続けてほしいです。			骨折したので日中も外に出れず、家で過ごすことが多かった事が要因にあると思います。		
	小2	①お風呂にはいるときは、かんかくをあけない。 ②ごはんは、おかずをのこさず食べる。 ③シャワーをこまめにとめる。	8,263	<ul style="list-style-type: none"> ・一緒にお風呂に入る事により、シャワーや追い炊きの回数を減らす事ができた。 ・いつもごはんは残し気味であったが、間食を減らし食事に集中できた。 	しっかりごはんを食べる事により、好き嫌いが少し減らすことができた!!継続したいと思います。			今年の夏は暑すぎでした...		
25	小4	◎と○を少しでもふやして電気使用りをへらす。	10,490	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴーヤをうえて緑のカーテンにした。 ・レースのカーテンをしめて、直しや日光をさけた。 ・ごはんを残さず食べた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ノーメディアチャレンジ(テレビやスマホにさわる時間をへらす)もやっていたので、テレビを見る時間は朝と夕方だけにした。 	16	16	暑い日が続いたので、エアコンつける日が早かったので前年より高くなった。	2	<p>○ゴーヤを植えて緑のカーテンを作るというのが、無理なく継続して行える省エネ行動かと思いました。近年は平均気温が上がっており、エアコンを短くするなどは、危険な場合もあるのでこういったアイデアを増やしてほしいです。</p> <p>○ゴーヤのカーテンはできる家とない家があると思いますが、レースのカーテンやノーメディアチャレンジなど、新しく誰にでもできるものをこつこつ続けたのがよかったです。</p>

令和7年度 家庭で取り組むエコチャレンジ 事前審査結果

エコチャレンジ参加者							審査結果		
参加チーム		目標 (リーダーが記入)	削減効果 g-CO2	省エネ行動		電気削減量		票数	主な選考理由
No.	参加者			工夫したことや努力したこと(リーダーが記入)	わかったことや感想(サポーター、保護者が記入)	7月	8月		
49	小1	家族みんなで電気の使用料を減らす!	9,895	テレビの時間を減らしたり、みんなリビングに集まり別の部屋のエアコンを消すために家族で遊べるおもちゃ(オセロ、パズルなど)を買って遊びました。	電気使用料を減らすのは簡単ではないと思いました。小1の娘が節電の意味を知ることができ、家族で意識して夏休みを過ごすことができたのでとても良い経験でした。どのようにしたらもっと下がるのか…できるなら来夏もチャレンジしたいと思いました。	11.1	46.7	前年より上回ってしまいました。昨年より意識して過ごしたのに結果に現れなかった理由はわかりません…	2 ○テレビを見る時間を減らしたり、エアコンを消す為リビングに集まり家族でオセロやパズルで遊んだり工夫されてたのが良かった。小1の子供さんが節電の意味を知ることが出来たというのが良かった(来年もチャレンジしたいという思い)。 ○「家族みんなで同じ部屋に集まり、他の部屋のエアコンを消す」という目的のために、あえて新しいおもちゃ(オセロやパズル)を購入し、家族で遊ぶ時間を作ったというエピソードが非常に独創的。1年生のお子様が「節電の意味」をしっかりと理解し、家族一丸となって楽しく取り組んだ点は、本事業の目的に最も合致します。
81	小6	・電気は必要な場所だけつける。 ・電気を使わない遊びを増やす。 ・ゴミを分別してリサイクルできる物をさがす。	10,806	画面をなるべく見ずに電気を使わない遊びを増やした。洗面所の照明は他の場所の照明より消し忘れが多かったのでこれからは気を付けようと思いました。	・自分たちで工夫して電気を使わない遊びを考え楽しんでいました。 ・洗面所の照明が消し忘れやすいことに気がつけていました。	-45	-27	8月はエコチャレンジを通して27kWh減ったと思いました。 7月はいまだにナゾ!	2 ○3人で協力して実践している。「電気を使わない遊び」を工夫して、家族と一緒にボードゲームなどに取り組む姿勢が評価できる。環境行動は、環境資源の削減だけでなく、他の付加的な価値、この場合は楽しさ・家族内のコミュニケーションなどを生み出すことができる。それらが体现されている様子が推察されていることも評価できる。 ○(行動の統一感から)家族全員で取り組む様子がある事。我慢の行動ではなく、遊びの変更という楽しみながら工夫するという視点は面白いと感じたこと。排出量、電力量共に成果に結び付けているため。
	小4	必要な場所だけつける。ゴミをぶん別してリサイクルできるものをさがす。でんきをつかわないあそびをふやす。	10,690	がめんをみるじかんをなくしカードゲームなどの電きのつかわないあそびをした。				チェックひょうがあるとやるきがでる	
	小1	ゴミを分別してリサイクルできる物をさがす。電気は必要な場所だけつける。電気をつかわない遊びを増やす。	10,666	でんきをつかわないあそびをふやした。				でんきをつかうかはずは7月よりすくない	
9	小4	出来る限りさくげんする。	10,677	・シャワーをきりにした ・エアコンの風向きを、自動ではなく一定にした。	備え付けのエネファームに加え、蓄電池を導入したことにより昼間発電した電力を夜に使えるようになったのでだいぶ節電になったと思います。娘もシャワーの時間やごみの分別などしっかり取り組めていました。	—	—	ちく電池のおかげで、電気代はほぼ基本料金だけです。	1
20	小2	みんなできょうりよくしてへらす	10,790	はじめに「みんなできょうりよくしてへらす」ときめて→できた	子供が取りくむと、大人も意識するようになり、家族全員の意識が自然と上がりました。	-62	-134	・蓄電池をつけたから ・きょう力したから	1 ○大人という自分以外の主体を巻き込みつ、実際に電気使用量の削減を実現できているため。

令和7年度 家庭で取り組むエコチャレンジ 事前審査結果

エコチャレンジ参加者							審査結果			
参加チーム		目標 (リーダーが記入)	削減効果 g-CO2	省エネ行動		電気削減量		(電気使用量)増減の理由	票数	主な選考理由
No.	参加者			工夫したことや努力したこと(リーダーが記入)	わかったことや感想(サポーター、保護者が記入)	7月	8月			
30	小5	毎日意識して取り組み、電気をへらす。	10,578	麦茶を飲むことが多くて、れいぞうこのとびらをあける回数が多いので水とうに麦茶を入れて回数をはらしたことです。	お風呂に入る時なるべく続けて入るために妹と3人一緒に入る日が増えました。入る時は洗面所の電気も消してみようなど意識して取り組みました。	52	-34	7月、8月とも8月の方が使用量が多かった。8月の方が暑く朝から夜まで冷房をつけている日が多かったからだと思います。前年の8月より今年の8月の方が使用量が低くなったのはこまめに電気を消したりエコを意識したからなのではと思いました。	1	○麦茶を水筒に入れるところ、3人でお風呂に入るところ、洗面所の電気を消すところなど、家族で楽しみながら意識できた点がよかったです。自分もやってみようと思えるアイデアは素敵です。
31	小6	毎日五個以上◎をつける!	9,183	家を長時間留守にするときはエアコンを消すようにこころがけたり、シャワーもできるだけ短くしました。	シャワーが長い子でしたが、意識してくれました。日中、出かける時はエアコンの消し忘れもなかったです。	-	-	大変申し訳ありません。7月より海外より入居してきて前年度がわかりません。家族単位が大きいので、エアコンはムリせず使い、他のことを意識的にしました。	1	○(親御様のコメントから)家族全員で取り組んでいること。◎5つ以上/日と目標を具体的に明示していること。目標に向けての取組みが率直で、削減量も申し分ないことからしっかりと取り組んだことが分かるため。
	小4	一日に五こ以上チャレンジをやる!	10,853	エアコン6日間ぐらい付けなかった。ふだんやっていることをした。	ゴミを分別することがかなりCO ₂ との関係が高いことを知りました。自治体によって違うのは仕方ないことなのではないでしょうか?我が家はマンションで、分別後すぐに集積所におけますが日本の狭い部屋に分別したゴミを分けておくのはとても大変と感ずます。気軽に外に出すわけにもいけませんし、ペットボトルや野菜トレーなどは、近くにステーションが沢山あるとよいのでしょうか?管理が大変なのか?家族で考えるきっかけとなりました。					
	小4	テレビの時間をできるだけへらす。	8,608	しょうめいをいしきてきにけしました	CO ₂ をへらすは、いいとおもいました。目標としていたテレビを消すは難しかったようですが、部屋の照明を消していました。(ニトリの照明展示を省エネとって消してしまいました。)成長した後に、企業で取り組めることにも目を向けられるよう話をしました。					
39	小1	ちきゅうのために、じぶんのいえのでん気をへらす。	9,555	上の10こをおぼえれば、かんたんでした。	日常の生活で少し気を付ければ出来るエコがたくさんあるとわかりました。また、ゴミの分別がCO ₂ の減少に一番効果的なので、これからも気を付けていきたいです。	16.8	-34.8	このチャレンジをしていない7月は去年よりも使用量が増えているが、気を付けた8月は減っているので、小さな心がけで使用量は減らせると思いました。	1	

令和7年度 家庭で取り組むエコチャレンジ 事前審査結果

エコチャレンジ参加者							審査結果			
参加チーム		目標 (リーダーが記入)	削減 効果 g-CO2	省エネ行動		電気削減量		(電気使用量)増減の理由	票数	主な選考理由
No.	参加者			工夫したことや努力したこと(リーダーが記入)	わかったことや感想(サポーター、保護者が記入)	7月	8月			
42	小6 小4	家族で協力して電気の使い方を考えて減らせるようにがんばる!	10,000	だれもないへやの電気をけすようにした。	エコチャレンジに参加することで、普段は意識せずに使っていた電気の使い方について考え、話題に上がるようになりました。地球沸とう化によって気温が上がると、エアコン使用量が増え、CO ₂ 排出量が増えがちですが、根気強く各自の努力と意識付けを継続することが大切だと思いました。	58	80	冷房の設定温度が低かった。 冷房を使うへやが多かった。	1	○家族で話し合いながら、どうしたら電気を大切に使えるかを考えて行動しているところがとても良いと思いました。毎日の生活の中でできることを続けている点が素晴らしいです。
44	小5	二酸化炭素の排出量を減らして地球温暖化を進めないようにする	10,920	エアコンをつけているときはドアをしめる。電気は使わないところは消すということなどを両親に注意してもらいながらエコをした。	こまめに省エネ行動をすることの大切さを改めて認識してもらえたようですので参加して良かったです。	-117	-65	明確な理由は定かではないですが、冷蔵庫を買い替えたこと、テレビ視聴時間が短くなった他、省エネを意識した行動の結果と思われます。	1	○二酸化炭素排出量削減という明確な目標があり、こまめな省エネによって電気使用量の削減を実現できているため。
46	小5	地球に悪えいきょうをおよぼさないために節電する	10,875	ねる時に、豆電球を消した。 ねる時に、アイスまくらを使い、エアコンの温度を28度でねむることができた。	日中は、アイスリングなどを利用することで、エアコンの設定温度が低くならず済みました。 自分や他人の行動で、どれがエコで、どれがエコじゃないのかを意識することが増えているように見受けられました。	96	73	今年、エアコンを1台新設している分、使用量が増えたのだと思います。	1	○熱帯夜を乗り切るためのエアコン設定の努力とアイス枕の合わせ技が素晴らしい。熱帯夜をエアコンなしで乗り切ることが、なかなか困難であるようになった今、設定温度を上げるだけの手法だと限界が来てしまう可能性が高い。このような状況の中で、ちょっとしたアイデアを組み合わせ、実践者が「眠ることができた」「あつくなかった」と成果を実感していることが、評価に値する。
	小2	毎日、つかう電気をへらす	10,885	ねるときに、アイスまくらをつかったら、エアコンのおんどは、28どでねむれた。 リビングのカーテンを半分しめたら、あつくなかった。	エコチャレンジを意識しながら、食事は残さずがんばって完食していました。 すぐに実践できることは、自ら行動してエコチャレンジに取り組んでいるようでした。					
70	小4	10日間、おたがいに声をかけあい、できるだけ電気使用量をへらし、最後までしっかり取り組む。	10,614	クーラーの温度をあまりひくくしないようにした。 日よけに、朝顔を育てて緑のカーテンを作った。	エコチャレンジに取り組むことで、普段出来ている事とそうでない事がはっきり分かりました。 エコチャレンジ後も気をつけて行きたいです。	-10	-1	エコチャレンジ後も、1人1人が、せつ電を心がけた。	1	○朝顔を育てて緑のカーテンを作ったのが非常に素敵です。何事も継続が大事かと思うので、期間中だけでなく、今後も続けてほしいです。