

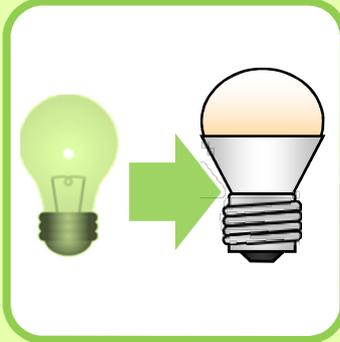
? 個の白熱電球
54Wを電球型蛍光
ランプ12Wに
交換した時の
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



? 個の白熱電球
(54W)から
LEDランプ(9W)に
交換した時の
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



12Wの蛍光ランプ
1灯の点灯時間
1日? 時間短縮の
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



54Wの白熱電球
1灯の点灯時間
1日? 時間短縮
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



冷房の室温設定
27°C→28°Cへ変更
? 部屋当たりの
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



冷房(28°C設定)の
1日? 時間
使用時間短縮での
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



1日? 時間
テレビ見る時間を
短縮での
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



暖房の室温設定
21°C→20°Cへ変更
? 部屋当たりの
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



暖房(20°C設定)の
1日? 時間
使用時間短縮での
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



12Wの蛍光ランプ1灯の点
灯時間1日？時間短縮し
た時のCO₂削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 3kg |
| 2 | 6kg |
| 3 | 9kg |
| 4 | 12kg |
| 5 | 15kg |
| 6 | 18kg |

？個の白熱電球54Wを
LEDランプ(9W)に交換
した時のCO₂削減量

| | |
|---|-------|
| 1 | 53kg |
| 2 | 106kg |
| 3 | 158kg |
| 4 | 211kg |
| 5 | 264kg |
| 6 | 317kg |

？個の白熱電球54Wを
電球型蛍光ランプ12Wに
交換した時のCO₂削減量

| | |
|---|-------|
| 1 | 49kg |
| 2 | 99kg |
| 3 | 148kg |
| 4 | 197kg |
| 5 | 247kg |
| 6 | 296kg |

冷房28℃設1日？時間
使用時間短縮での
CO₂削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 11kg |
| 2 | 22kg |
| 3 | 33kg |
| 4 | 44kg |
| 5 | 55kg |
| 6 | 66kg |

冷房の室温設定27℃→28℃
変更？部屋当たりの
CO₂削減量

| | |
|---|-------|
| 1 | 18kg |
| 2 | 36kg |
| 3 | 53kg |
| 4 | 71kg |
| 5 | 89kg |
| 6 | 107kg |

54Wの白熱電球1灯の
点灯時間1日？時間
短縮した時のCO₂削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 12kg |
| 2 | 23kg |
| 3 | 35kg |
| 4 | 46kg |
| 5 | 58kg |
| 6 | 70kg |

暖房20℃設1日？時間
使用時間短縮での
CO₂削減量

| | |
|---|-------|
| 1 | 24kg |
| 2 | 48kg |
| 3 | 72kg |
| 4 | 96kg |
| 5 | 120kg |
| 6 | 144kg |

暖房の室温設21℃→20℃
変更？部屋当たりの
CO₂削減量

| | |
|---|-------|
| 1 | 31kg |
| 2 | 62kg |
| 3 | 93kg |
| 4 | 124kg |
| 5 | 155kg |
| 6 | 186kg |

1日？時間テレビを
見る時間短縮での
CO₂削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 10kg |
| 2 | 20kg |
| 3 | 30kg |
| 4 | 40kg |
| 5 | 50kg |
| 6 | 60kg |

部屋を片付けてから掃除機をかける
1日?分短縮での
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



45°Cのシャワー
使用時間
1日?分短縮での
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



?年間
冷蔵庫を開けて
いる時間を
短くしてCO₂削減
(20秒を10秒で閉める)

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



?年間
ご飯保温せず
レンジで
3分加熱での
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



電気カーペット
?時間 (強→中)
で使用する際の
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



電気こたつ
?時間 (強→中)
で使用する際の
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



掃除機のごみパックを
取り換える
?個あたりの
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



ガソリン車を
ハイブリットカー
に買い替え?年間
乗り続けた時の
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



ノートパソコン
使用時間
1日?時間短縮
でのCO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



？年間 冷蔵庫を開けて
いる時間を短くした際の
CO₂削減量
(20秒を10秒で閉める)

| | |
|---|------|
| 1 | 4kg |
| 2 | 7kg |
| 3 | 11kg |
| 4 | 14kg |
| 5 | 18kg |
| 6 | 22kg |

45°Cのシャワー使用時間
1日？分短縮での
CO₂削減量

| | |
|---|-------|
| 1 | 29kg |
| 2 | 58kg |
| 3 | 87kg |
| 4 | 116kg |
| 5 | 145kg |
| 6 | 174kg |

部屋を片付けてから
掃除機をかける 1日？分
短縮でのCO₂削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 3kg |
| 2 | 6kg |
| 3 | 10kg |
| 4 | 13kg |
| 5 | 16kg |
| 6 | 19kg |

電気こたつ？時間
(強→中)で使用する際の
CO₂削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 6kg |
| 2 | 12kg |
| 3 | 17kg |
| 4 | 23kg |
| 5 | 29kg |
| 6 | 34kg |

電気カーペット？時間
(強→中)で使用する際の
CO₂削減量

| | |
|---|-------|
| 1 | 22kg |
| 2 | 44kg |
| 3 | 66kg |
| 4 | 87kg |
| 5 | 109kg |
| 6 | 131kg |

？年間ご飯保温せずに
レンジで3分加熱での
CO₂削減量

| | |
|---|-------|
| 1 | 29kg |
| 2 | 58kg |
| 3 | 88kg |
| 4 | 118kg |
| 5 | 147kg |
| 6 | 176kg |

ノートパソコン
使用時間1日？時間
短縮でのCO₂削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 3kg |
| 2 | 6kg |
| 3 | 9kg |
| 4 | 12kg |
| 5 | 15kg |
| 6 | 18kg |

ガソリン車をハイブリット
カーに買い替え？年間
乗り続けた時のCO₂削減量

| | |
|---|--------|
| 1 | 400kg |
| 2 | 800kg |
| 3 | 1200kg |
| 4 | 1600kg |
| 5 | 2000kg |
| 6 | 2400kg |

掃除機のごみパックを
取り換える？個あたりの
CO₂削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 1 kg |
| 2 | 2 kg |
| 3 | 3 kg |
| 4 | 4 kg |
| 5 | 5 kg |
| 6 | 6 kg |

2 kmの距離の買い物を
徒歩または自転車で
週?回出かける際の
年間CO₂削減量

1

2

3

4

5

6



印刷やコピーを
1日?枚削減での
CO₂削減量

1

2

3

4

5

6



デスクトップ
パソコンの使用時間
1日?時間短縮
でのCO₂削減量

1

2

3

4

5

6



50kmの距離の
お出かけを
自家用車から
鉄道に変更
?人でのCO₂削減量
※1回のお出かけにつきの削減量

1

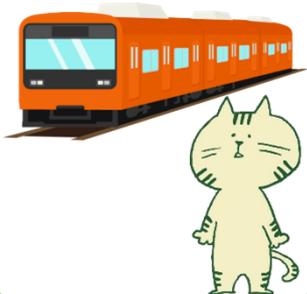
2

3

4

5

6



50kmの距離の
お出かけを
自家用車から
バスに変更
?人でのCO₂削減量
※1回のお出かけにつきの削減量

1

2

3

4

5

6



使用後の温水便座
トイレのふたを閉める
?年間継続での
CO₂削減量

1

2

3

4

5

6



?年間 お湯を
ガスコンロでなく
給湯器で
沸かした際の
CO₂削減量

1

2

3

4

5

6



?年間 レジ袋をもらわず
マイバックを使用
プラ容器の商品は
詰め替え式を
続けて購入する際の
CO₂削減量

1

2

3

4

5

6



?年間 自動車発進時に
ゆるやかに
(5秒間20km/h)
発進した際の
CO₂削減量

1

2

3

4

5

6



ふんわりアクセル
ゆったりスタートで

デスクトップパソコン
使用時間1日？時間短縮
した時のCO₂削減量

| | |
|---|-------|
| 1 | 19kg |
| 2 | 38kg |
| 3 | 57kg |
| 4 | 76kg |
| 5 | 95kg |
| 6 | 114kg |

印刷やコピーを
1日？枚削減した時の
CO₂削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 2kg |
| 2 | 4kg |
| 3 | 6kg |
| 4 | 8kg |
| 5 | 10kg |
| 6 | 12kg |

2kmの距離の買い物を
徒歩または自転車で
週？回出かける際の
CO₂削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 14kg |
| 2 | 28kg |
| 3 | 32kg |
| 4 | 56kg |
| 5 | 70kg |
| 6 | 84kg |

使用後に温水便座
トイレのフタを閉める
？年間継続でのCO₂削減量

| | |
|---|-------|
| 1 | 20kg |
| 2 | 40kg |
| 3 | 60kg |
| 4 | 80kg |
| 5 | 100kg |
| 6 | 120kg |

50kmの距離のお出かけを
自家用車からバスに変更
？人でのCO₂削減量
※一回のお出かけにつきの削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 4kg |
| 2 | 8kg |
| 3 | 12kg |
| 4 | 16kg |
| 5 | 20kg |
| 6 | 24kg |

50kmの距離のお出かけを
自家用車から鉄道に変更
？人でのCO₂削減量
※一回のお出かけにつきの削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 6kg |
| 2 | 12kg |
| 3 | 18kg |
| 4 | 24kg |
| 5 | 30kg |
| 6 | 36kg |

？年間 自動車発進時に
ゆるやかに（5秒間20km/h）
発進した際のCO₂削減量

| | |
|---|--------|
| 1 | 194kg |
| 2 | 388kg |
| 3 | 582kg |
| 4 | 776kg |
| 5 | 970kg |
| 6 | 1164kg |

？年間 レジ袋をもらわず
マイバックを使用
プラスチック商品は詰め替え式を
続けて購入する際のCO₂削減量

| | |
|---|-------|
| 1 | 19kg |
| 2 | 38kg |
| 3 | 57kg |
| 4 | 76kg |
| 5 | 95kg |
| 6 | 114kg |

？年間 お湯をガスコンロ
でなく給湯器で沸かした際
のCO₂削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 14kg |
| 2 | 28kg |
| 3 | 42kg |
| 4 | 56kg |
| 5 | 70kg |
| 6 | 84kg |

?年間
おふろの残り湯を
洗濯に使った際の
CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



?年間 洗濯物を
少しずつ洗わず
まとめて洗濯するよう
にした際の
年間CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



?年間 割りばしや
プラスチックスプーンなど
使い捨ての物をもらわず
使わないようにした際の
年間CO₂削減量

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



?年間 ジャガイモの
下ごしらえをガスから
レンジに変えた場合の
CO₂削減量
※1日1回使用

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6



テキスト

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6

イラスト

テキスト

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6

イラスト

テキスト

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6

イラスト

テキスト

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6

イラスト

テキスト

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6

イラスト

?年間 割りばしやプラ食器
など使い捨ての物をもらわず
使わないようにした際の
年間CO₂削減量

| | |
|---|-------|
| 1 | 38kg |
| 2 | 76kg |
| 3 | 114kg |
| 4 | 152kg |
| 5 | 190kg |
| 6 | 228kg |

?年間 洗濯物を
まとめて洗濯した際の
年間CO₂削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 10kg |
| 2 | 20kg |
| 3 | 30kg |
| 4 | 40kg |
| 5 | 50kg |
| 6 | 60kg |

?年間 お風呂の残り湯
を洗濯に使った際の
年間CO₂削減量

| | |
|---|------|
| 1 | 12kg |
| 2 | 24kg |
| 3 | 36kg |
| 4 | 48kg |
| 5 | 60kg |
| 6 | 72kg |

| | |
|---|--|
| 1 | |
| 2 | |
| 3 | |
| 4 | |
| 5 | |
| 6 | |

| | |
|---|--|
| 1 | |
| 2 | |
| 3 | |
| 4 | |
| 5 | |
| 6 | |

?年間 ジャガイモの
下ごしらえをガスからレンジに
変えた場合の年間CO₂削減量
※1日1回電子レンジ下ごしらえする

| | |
|---|------|
| 1 | 13kg |
| 2 | 26kg |
| 3 | 39kg |
| 4 | 52kg |
| 5 | 65kg |
| 6 | 78kg |

| | |
|---|--|
| 1 | |
| 2 | |
| 3 | |
| 4 | |
| 5 | |
| 6 | |

| | |
|---|--|
| 1 | |
| 2 | |
| 3 | |
| 4 | |
| 5 | |
| 6 | |

| | |
|---|--|
| 1 | |
| 2 | |
| 3 | |
| 4 | |
| 5 | |
| 6 | |

