

# ゼロカーボンチャレンジメニュー P:ポイント

※わからないことは調べてみよう!



## 【エネルギーの節約、省エネ行動】

1	使わない時は電気を消す(5回以上)	10P
2	水を使わない時はジャグチをしめる(10回以上)	10P
3	夏は部屋の温度を下げすぎない 冬は部屋の温度を上げすぎない	20P
4	たくはいサービスを1回で受け取る	20P
5	省(しょう)エネの電化製品(でんかせいひん)を使う	20P
6	地元でつくった野菜、肉等を食べる (チソチヨウ)	20P



## 【CO<sub>2</sub>の少ない移動手段の活用】

7	通きん・通学・買い物に行く時は徒歩または自転車にする	20P
8	エコドライブを実施(じっし)する (10回以上)	20P
9	足バスアッシー又は電車を利用する	20P
10	車の移動は乗合(のりあい)で移動する	20P



## 【脱炭素製品・サービスの選択】

11	環境配慮(かんきょうはいりょ)マークのついた製品(せいひん)を買う	10P
----	-----------------------------------	-----



## 【食品ロスをなくす】

12	食事は残さず食べる(5回以上)	10P
13	9のつく日は冷蔵庫(れいぞうこ)等の食品の在庫(ざいこ)チェックをする (もったい9 (ナイン) デー)	10P
14	「てまえどり」を実践(じっせん)する (賞味期限(しょうみぎげん)の近い商品から購入(こうにゅう)する)	10P
15	余(あま)っている食品があったらフードドライブに参加する	20P

## 【3R+1の推進】

16	燃(も)えるごみと資源(しげん)ごみ(紙類)を分別(ぶんべつ)する(5回以上)	10P
17	買い物をする時は、マイバックを使用する(5回以上)	10P
18	マイはし等を使うようにし、食品を買う時は、わりばし、スプーンは買わない・もらわない(5回以上)	20P
19	フリーマーケット、バザー、リユースショップを利用する (3回以上)	20P
20	今持っている服を長く大切に着る	20P
21	日用品の修理(しゅうり)や補強(ほきょう)をする	20P
22	コンポスト※ を利用する ※家庭から出る生ごみ等を肥料(ひりょう)にする容器(ようき)	20P



## 【環境保全活動への参加】

23	市主催(ししゅさい)の環境(かんきょう)イベントに参加する	20P
24	ごみ拾い運動、まちをきれいにする活動に参加する	20P

チャレンジしたメニュー番号に○をつけてね! その合計ポイントを下の四角の枠内(わくない)に記入! **200P**たまったらオウボできるよ★  
【オウボは切令和4年12月31日! ゆうそうの場合、当日消印ゆうこう。まどぐちじさんの場合、12月28日切。】

ゼロカーボンチャレンジ



ムービーグリーン ショウエネイエロー マモレッド エコピンク サステナブル

合計ポイント:  ゼロカーボンチャレンジでエコな景品Get !!

実施(じっし)したチャレンジ No. \_\_\_\_\_