

エコライフ診断

「くらしのアドバイザー養成講座」修了生の活動

●平成27年11月1日/関宿街道まつり

関宿街道まつりに出展した亀山市総合環境研究センターのブースにおいて、亀山市民大学キラリ「くらしのアドバイザー養成講座」の6名の修了生の方々が、来場者に呼びかけて、「エコライフ診断」を行いました。相談者の家族構成や生活習慣などの聞き取りを基に、省エネ生活の工夫や重要性を熱心に丁寧にアドバイスしました。

エコライフ診断記入シート/エコライフ診断書

エコライフ診断 記入シート

自分の家庭で、エコライフがどのくらいできているのか、診断書を作成することができます。

【1】次の取り組みができていますか？あてはまる番号に○をつけてください。

| | 1 できている | 2 半分くらい | 3 できていない | 4 持っていない・関係ない |
|------------------------------------|---------|---------|----------|---------------|
| (1)冷蔵庫のドアの開閉は回数を減らす | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (2)食器洗いで節水を心がける | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (3)生ゴミは水分を十分切って出すか、コンポストしている | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (4)電子レンジや冷蔵庫保存はラップを使わず、ふた付き容器を使用する | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (5)使い切るだけのお湯を沸かす | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (6)使っていない部屋の照明はこまめに消す | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (7)テレビは点けっぱなしにせず、見たい番組のときだけ点ける | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (8)冷暖房の設定を控える(冷房は28℃、暖房は20℃が目安) | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (9)物は大切に、長く使うように心がける | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (10)家族で「省エネ」「リサイクル」「環境問題」などの話をする | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (11)シャワーで使用するお湯を少なくするよう気をつける | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (12)お風呂はさめないうちに、家族が経て入る | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (13)お風呂の残り湯を、洗濯や庭の水やりに利用する | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (14)掃除機をかける前に、まず部屋を片づける | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (15)洗濯は量をまとめて行い、洗濯回数を減らすようにする | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (16)洗剤を適量確認して使用する | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (17)買い物のときは買い物袋を持参する | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (18)エコマーク商品など環境にいい商品を意識的に選んで購入する | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (19)リサイクルや、各自自治体の分別収集のルールを守る | 1 | 2 | 3 | 4 |
| (20)近い所へは徒歩や自転車を使い、自動車の使用はひかえる | 1 | 2 | 3 | 4 |

【2】一ヶ月のおおよその光熱費を記入してください。

| 電気代 | ガス代 都市ガス | LPガス | 灯油代 | ガソリン代 | オール電化 |
|-----|-------------|------|-----|-------|-------|
| 円 | 円 | 円 | 円 | 円 | 円 |

【3】あなたの家族人数と、お名前をご記入ください

| | |
|----|-----|
| 人数 | お名前 |
| 人 | |

【4】鉄道やバスを利用しやすい地域ですか

はい・いいえ

ご記入ありがとうございます。

エコライフ診断書 kirari 様

あなた

【1】エコライフの取り組み度

取組み項目を、「台所」「部屋・生活」「風呂・洗面」「掃除洗濯」「買い物・外出」の5種類に分類して、得点を左のグラフにしてみました。五角形が大きいくほど、よく取り組んでいることを示しています。

掃除洗濯についてよく取り組んでいます。台所の取り組みがやや低めです。

「使い切るだけお湯を沸かす」、「電子レンジや冷蔵庫保存はラップを使わず、ふた付き容器を使用する」といった取り組みをすすめてみてください。

【2】光熱費・ガソリン代の標準との比較

1ヶ月の光熱費・ガソリン代(円)

| 項目 | あなた | 4人家族の標準 |
|------|--------|---------|
| 電気 | 10,782 | 10,000 |
| LPガス | 3,500 | 8,333 |
| 灯油 | 2,837 | 5,000 |
| ガソリン | 16,092 | 10,000 |

| 項目 | 標準の | 評価 |
|------|------|------|
| 電気 | 0.9倍 | ふつう |
| ガス | 0.4倍 | 少なめ |
| 灯油 | 1.8倍 | やや多め |
| ガソリン | 0.6倍 | 少なめ |

【3】二酸化炭素排出量

あなたの家庭の1ヶ月の生活で出ている二酸化炭素は

重さは **509.1 kg**

2Lペットボトル **123,700 本分**

4人家族標準の **0.8 倍**

あなたの家庭では、4人家族標準と比べて、0.8倍の二酸化炭素が出ています。この中でいちばん割合が多いのは、電気で、家庭全体の39.8%を占めています。

二酸化炭素は、地球温暖化の大きな原因です。現在もすでに、世界中で氷河が溶けたり、海面が上昇する現象が起っています。将来の子どもたちのためにも、少しでも排出量を減らしましょう。

●地球温暖化を防止するには、家庭での省エネが大きな成果をもたらします。エコライフ診断は、記入シートの各項目（①できている②半分くらい③できていない④持っていない・関係ない）のどれかを選んで記入したデータをコンピューターが分析し診断書を作成します。それを用いて、くらしのアドバイザーがエコ生活の具体的な取り組みの助言等を行います。

アドバイザー参加の感想 (宮崎 洋子)

地球温暖化を止めるために私たちはどうすべきか！ 市民の意識向上のためアドバイザーとしての心得はできていたか、関宿街道まつりで「エコライフ診断」のお手伝いをして感じたことは、今年度はアンケートに参加して頂いた方が協力的でした。ご夫婦で家庭での協力姿勢をみせて頂き嬉しく思いました。見ていないテレビ、外出する時は節電することなど日常に声かけが出来れば小さい一歩でも皆が意識を持ち高めていくことに繋がる。目標数値などを明確に揚げ、近づけるようにもっと働きかける（市民に）必要があるのではないかと思いました。オール亀山の幸せ、子どもたちの未来の幸せのために精一杯大人が責任を果たしたいと思います。



ブースの様子 熱心にアドバイスを！



来場者へ参加の呼びかけを！

アドバイザー参加の感想 (山崎 征子)

「エコ」「環境」という言葉は日常茶飯事耳にする。しかし、自分自身の問題としての実感はなく、AKPに参加した初年度である。

7月講座の家庭のエコをテーマとした「くらしのアドバイザー養成講座」で、「消費電力の前年度比較」を学び、自分の足元にこそ取り組みがあることを知った。検針票の読み取り、前年度比較値は一目瞭然、工夫による効率化を見せつけられた。そこで、より皆さんに広報したい、自分と共有してもらいたいと思い、街道まつりにアドバイザーとして参加した。

まつりの大勢の参加者に声をかけると、ブースに足を止め、参加してくれた。診断の結果を伝えると、「まだ節電できる」「いい線いっている」等口々に話され賑やかであった。更に積極的に改善の方法や、今後の器具購入ポイント等、熱心な質問や相談に驚く程であった。省エネ生活が、楽しみながら様々な場を通して幅広く浸透していく事こそが未来に繋がっていくものであると心強く思った。