記録シートのCO_2削減量の計算根拠は、江東区役所ホームページの
「環境・まちづくり > 環境 > 環境に関する学習・イベント・情報等【区】> カーボンマイナスアクション事業」
に掲載しています。
ＵＲＬ： https://www.city.koto.lg.jp/380201/machizukuri/kankyo/ondanka/2022carbon/2022carbon.html

③・④ → 冷房や暖房を使わなかった日（冷房や暖房がない場合）もチェックしよう
冷房の場合は上段に、暖房の場合は下段にチェックして、CO_2削減量を
計算します。
※ 熱中症に気を付けながら取り組もう。

カーボンマイナスこどもアクションは、みどり東京・温暖化防止プロジェクトの助成事業です。

お問い合わせ先
江東区環境清掃部温暖化対策課
TEL：０３－３６４７－６１２４
FAX：０３－５６１７－５７３７

取り組み/日付		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	合計		CO_2削減量		1ヶ月の合計
記　入　例		☑	☑	☑	☑	☑	☑	□	□	□	☑	☑	☑	□	□	□	□	□	□	☑	☑	□	□	□	☑	□	□	□	□	☑	☑	☑	15 日	x	1 g	=	15 g
①	だれもいない部屋の電気(照明)を消そう(1日1時間短くした場合)	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	15 g	=	0 g
②	使わない家電のコンセントを抜こう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	138 g	=	0 g
③	冷房の設定温度を1℃上げよう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	122 g	=	0 g
	暖房の設定温度を1℃下げよう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	142 g	=	0 g
④	冷房の使用時間を1時間短くしよう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	76 g	=	0 g
	暖房の使用時間を1時間短くしよう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	109 g	=	0 g
⑤	テレビの画面は明るすぎないようにしよう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	23 g	=	0 g
⑥	テレビの使用時間を1時間短くしよう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	36 g	=	0 g
⑦	冷蔵庫のドアは開けたらすぐ閉めよう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	8 g	=	0 g
⑧	お湯を使うときには使うだけ沸かす	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	124 g	=	0 g
⑨	食事は残さないようにしよう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	230 g	=	0 g
⑩	ごみの分別をしよう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	31 g	=	0 g
⑪	水を出しっぱなしにしないようにしよう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	34 g	=	0 g
⑫	シャワーを1分短くしよう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	77 g	=	0 g
⑬	お風呂は、前の人が出たらすぐに入ろう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	215 g	=	0 g
⑭	掃除機は部屋を片付けてからかけよう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	7 g	=	0 g
⑮	出かけるときはバス・電車・自転車を利用しよう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	254 g	=	0 g
⑯	パソコンの使用時間を1時間短くしよう	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	0 日	x	39 g	=	0 g
																																			1ヶ月の総合計		0 g