



前期チャレンジ期間(5/1~9/30)に連続7日間チャレンジしたシートを環境政策課まで提出いただいた方の中から抽選で景品をプレゼントします!(応募期限:10/10必着)

キッズ版

<応募の場合は記入してください>
 【氏名】
 【住所】〒
 【電話番号】



チャレンジ開始日: 月 日~

月 日 提出

- もくひょう き
①目標を決めよう!
- かかん
②連続7日間チャレンジしよう!
- まいにち か
③毎日〇か×を書こう!
- さいご ごうけい きにゆう
④最後に〇の合計を記入しよう!

もくひょう
目標

きにゆうれい
<記入例>

1 目 め	2 目 め	3 目 め	4 目 め	5 目 め	6 目 め	7 目 め	〇の ごうけい 合計
○	○	×	×	○	○	○	5

ねん へ
1年で減らせる
こうおつひ めやす
光熱費(目安)

ねん へ
1年で減ら
せるCO2

1	み き テレビを見ないときはスイッチを切ろう	約860円	17.42kg
2	つか へ や あ け 使っていない部屋の明かりは消そう	約520円	10.45kg
3	こ あ し あ れいぞう庫はむだに開け閉めせず、開けたときは はや し 早めに閉めよう	約480円	9.86kg
4	なが つか シャワーは流したままにせず、使わないときは と 止めよう	約2,600円	29.20kg
5	ふる け ふ お風呂あがりは、かみの毛をしっかりと拭き つか じかん みじか ドライヤーを使う時間を短くしよう	約950円	19.35kg