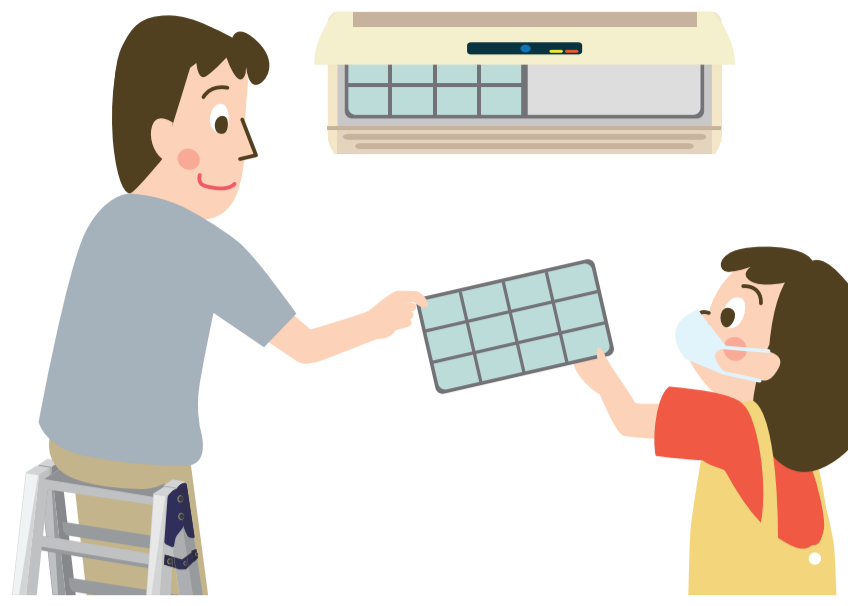


冷房は室温 28℃、
暖房は 20℃ に設定
使うときはカーテンを閉める
※無理はしないようにする



冬はカーテンなどを閉めて
窓やドアから熱が
逃げないように工夫する



エアコンのフィルターや
照明器具のそじをこまめに
する



扇風機を上手に使い、
部屋の空気をまぜる



照明を使う時間は短く
使わないときはこまめに消す



窓の外に
緑のカーテンをつくって、
夏の日差しを防ぐ

なに 何ができるかな？ ちきゅうおんだんかたいさく 地球温暖化対策

地球温暖化の対策には、節電をして二酸化炭素の
出す量を減らすなど、一人ひとりの行動が必要です。
ここに紹介することの中から、自分でできることを探したり、
周りの人と話し合ったりして、何ができるのか、考えてみませんか？



テレビを見る時間を少なくする
見ていないときは電源を切る
しばらく見ないときはプラグを抜く



夏は打ち水をする



冷蔵庫の開け閉めは
短い時間で中身を整理して、
ものをつめすぎない



夏はすずしく、冬はあたたかく、
気温に合わせた服装を選ぶ



短い距離は歩くか、
自転車に乗る



お風呂は
冷めないうちに入る



シャワーを出す時間は
短くする



冬は温かいものを食べて、
体を温める