

エコライフDAY&WEEK埼玉2025(夏)にご参加ください!

今日1日、環境に配慮した生活をしてみましょう!

二酸化炭素などの温室効果ガスの増加により地球温暖化が進み、災害・異常気象の頻発や気温上昇による熱中症など、その影響は既に顕在化してきています。

エコライフDAY&WEEKでは、簡単なチェックシートを利用して

エコライフを体験し、削減できた二酸化炭素量が計算できます。

地球温暖化対策のため、ライフスタイルを見直すきっかけにしませんか?



1 実施期間

令和7年6月15日(日)から令和7年10月14日(火)まで

2 参加方法

お持ちのスマートフォン・タブレット端末やパソコンから「埼玉県 エコライフDAY&WEEK」で検索

又は 右のQRコードで「エコライフDAY&WEEK埼玉特設サイト」にアクセス!

特設サイトURL  <https://ecolife-saitama.jp>



埼玉県 エコライフDAY&WEEK

検索

3 取組内容

特設サイトの取組項目を見ながら、1日、そして1週間、省エネ・

省資源など環境に配慮した生活をしてみましょう!

取組結果を特設サイトのフォームに入力して報告すると、

皆さんの取組による二酸化炭素の削減量がリアルタイムで

確認できます。みんなで地球温暖化を防ぎましょう!



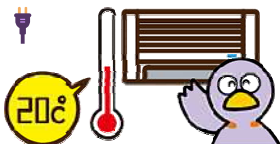
- ◆ エコライフ DAY&WEEK 埼玉 事務局(関東図書株式会社内)
TEL:048-862-2901 FAX:048-862-2908 E-mail: jimukyoku@ecolife-saitama.jp
- ◆ 埼玉県環境部温暖化対策課 TEL:048-830-3033 E-mail: a3030-01@pref.saitama.lg.jp

《エコライフDAY&WEEK埼玉2025(夏) 取組項目一覧》

※g(グラム)は取組によって減らせる二酸化炭素の量です。💡 コンセントマークは節電になる取組です。

リビング

室温28℃を目安に冷房を控えめに使用した。《128g/日・ひと夏で1,027円節約》



リビング

エアコンのフィルターを掃除した。《294g/週間・1年で1,085円節約》



リビング

ほかのことをするときは、テレビを消した。《38g/日・1年で981円節約》



リビング

テレビなど家電製品を使わないときは、主電源を切ったりコンセントからプラグを抜いた。《73g/日・1年で1,903円節約》



リビング

照明は、省エネ型のLED照明を使用した。《847g/週間・1年で3,161円節約》



リビング

部屋を出る時は、明かりを消した。《20g/日・1年で521円節約》



お風呂・洗面所

お湯や水を流しっぱなしにしないで、こまめにとめた。《103g/日・1年で3,127円節約》



お風呂・洗面所

お風呂は冷めないうちに、みんなで続けて入った。《292g/日・1年で6,300円節約》



お風呂・洗面所

トイレの便座暖房の電源を切った。《238g/週間・1年で897円節約》



キッチン

炊飯器の保温機能を使わなかった。《55g/日・1年で1,433円節約》



キッチン

電気ポットを長時間使用しないときはプラグを抜いた。《140g/日・1年で3,652円節約》



キッチン

冷蔵庫にものを詰め込み過ぎなかった。《57g/日・1年で1,490円節約》



キッチン

冷蔵庫の庫内温度設定を、「強」から「中」に変更した。《560g/週間・1年で2,097円節約》



キッチン

冷蔵庫の食材をチェックし、買うものを決めてから買い物に出かけた。《19g/日》



食べ物

ご飯やおかずを、残さず食べた。《18g/日》



食べ物

野菜は旬のものを選んで食べた。《97g/日》



外出

宅配は、1回で受け取った。《470g/日》



外出

買い物をするとき、レジ袋をもらわなかった。《33g/日》



外出

出かけるときは、水筒やマイボトルを持ち歩いた。《51g/日》



外出

出かけるときは自動車に乗らずに、徒歩・自転車・バス・電車を利用した。《192g/日・1年で2,617円節約》



⇒どれだけ取り組めたか、特設サイトで報告しましょう！

「エコライフDAY&WEEK埼玉特設サイト」 <https://ecolife-saitama.jp>



QRコード

◆ エコライフ DAY&WEEK 埼玉 事務局（関東図書株式会社内）

TEL:048-862-2901 FAX:048-862-2908 E-mail: jimukyoku@ecolife-saitama.jp

◆ 埼玉県環境部温暖化対策課 TEL:048-830-3033 E-mail: a3030-01@pref.saitama.lg.jp