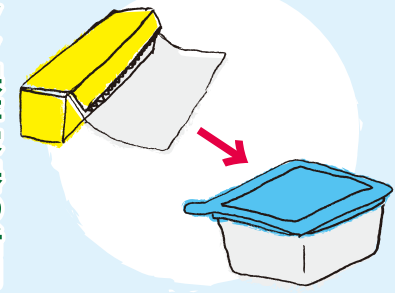


家でできる！外でできる！ECOアイデア

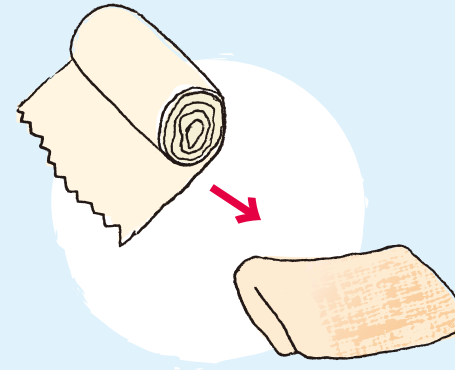
お家でECO



プラスチック保存容器の活用

炊飯ジャーでご飯を炊いてそのまま保温すると、かなりの電気を消費し、その間CO₂を排出し続けることになってしまいます。プラスチック保存容器に入れておき、食べたときに温め直せば電気代も安く済むし、環境にもやさしい。ここで、1回で捨ててしまつラップではなく繰り返し使えるプラスチック保存容器を使うのがポイント。ご飯だけじゃなく、おかずやお菓子も保存できて便利！

キッチンペーパーのかわりに布ふきん



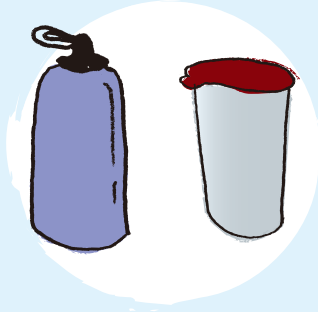
キッチンペーパーをつくるのにかなり多くのパルプ材を使用しています。食器を拭くのは「布ふきん」、キッチンやテーブルの掃除は「台ふきん」、揚げ物は「油切りのついた容器」。これらのリユースアイテムを使うことで、かなりのゴミ削減と資源が守れます。

ちりも積もれば山となる！ECO



- 水をこまめに止める
シャワーやハミガキ中、流しっぱなしにしていませんか？
- 電気をこまめに消す
人がいないのにつけっぱなしの部屋はありませんか？
- 寒い日は厚着、暑い日は薄着
冷暖房の節約をしましょう。

外出先でECO



飲み物はマイボトル

タンブラーを使えば、カフェで出るゴミも減るし、お店によっては安く買えます。ボトルを使えば、ペットボトル消費削減。

NO！レジ袋



スーパーやコンビニで買い物をした時にマイバッグを持っていったり、袋がいらないときはムダなレジ袋をもらうのをやめましょう。

MYはしを使う



わりばしもパルプ材を使用しています。みんながMYはしを使えば、大切な資源を守ることができます。

パソコンを使っている方必見！

CO₂ saver

■ CO₂ saver とは
待機中の PC による消費電力を最大 95%も節約できるというもの。電源を切るのが一番ですが、それでもちょっと席を立ったりする時などにオススメのツールです。

■ 使い方
「CO₂ Saver」ダウンロードページ(英文) <http://co2saver.org/>
ダウンロード(10秒程度)→インストール→起動
全然重くないし、ウイルスやスパイウェアもいっさい検出されないで、設置しても問題ありません。とても簡単なので、皆さんも是非使ってみてください。

※アンインストールしたい場合は「スタート」から「コントロールパネル」の「プログラムの追加と削除」から簡単にできます。
※CO₂ saver は今のところ、WindowsXP と Windows Vista にのみ対応しています。