

エコライフDAY&WEEK埼玉2025(冬)に御参加ください!

簡単なチェックシートを利用してエコライフを体験し、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 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する事で、二酸化炭素の削減量や電気代の節約などが実感できます。

取組結果を特設サイトのフォームから報告すると、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。

必要な情報を入力すると参加証がダウンロードできます。

2 実施期間

令和7年11月15日(土)から令和8年3月14日(土)まで

3 参加方法

スマートフォン・タブレット端末やパソコンから簡単に参加できます。

まずは、「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>

エコライフ DAY & WEEK



Check!

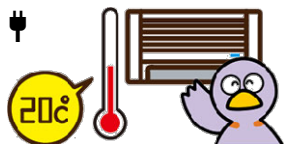
- ◆ エコライフ DAY&WEEK 埼玉 事務局(関東図書株式会社内)
TEL:048-862-2901 FAX:048-862-2908 E-mail: jimukyoku@ecolife-saitama.jp
- ◆ 埼玉県環境部温暖化対策課 TEL:048-830-3033 E-mail: a3030-01@pref.saitama.lg.jp

《エコライフDAY&WEEK埼玉2025(冬) 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 20℃を目安に暖房を控えめに使用した。《131g/日・ひと冬で1,734 円節約》



リビング

エアコンのフィルターを掃除した。《252g/週間・1年で1,044 円節約》



リビング

ほかのことをするとき、テレビを消した。《33g/日・1年で943 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。《64g/日・1年で1,830 円節約》



リビング

照明は、省エネ型のLED照明を使用した。《742g/週間・1年で3,039 円節約》



リビング

部屋を出る時は、明かりを消した。《17g/日・1年で500 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2,990 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5,891 円節約》



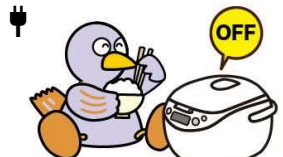
お風呂・洗面所

トイレの便座暖房の温度を低くした。（夏は電源を切った。）《210g/週間・1年で862 円節約》



キッチン

炊飯器の保温機能を使わなかった。《48g/日・1年で1,378 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。《122g/日・1年で3,511 円節約》



キッチン

冷蔵庫にものを詰め込み過ぎなかった《50g/日・1年で1,432 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。《490g/週間・1年で2,017 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・食べ物

ご飯やおかずを、残さず食べた。《18g/日》



食・食べ物

野菜は旬のものを選んだ。《91g/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2,605 円節約》



⇒どれだけ取り組みえたか、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>



二次元コード

埼玉県環境部温暖化対策課 / 埼玉県地球温暖化防止活動推進センター
TEL : 048-830-3033 FAX : 048-830-4777