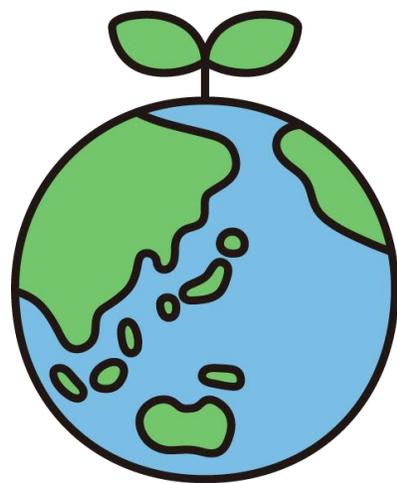


# 省エネ知恵BOOK改訂版 完成報告

日常の気づかいで持続可能な社会に



●奈良教育大学

井上愛香 西山実佳

無量井夏音 安井優美

●龍谷大学

東充輝 生田匠希

木村貴裕 山口陸

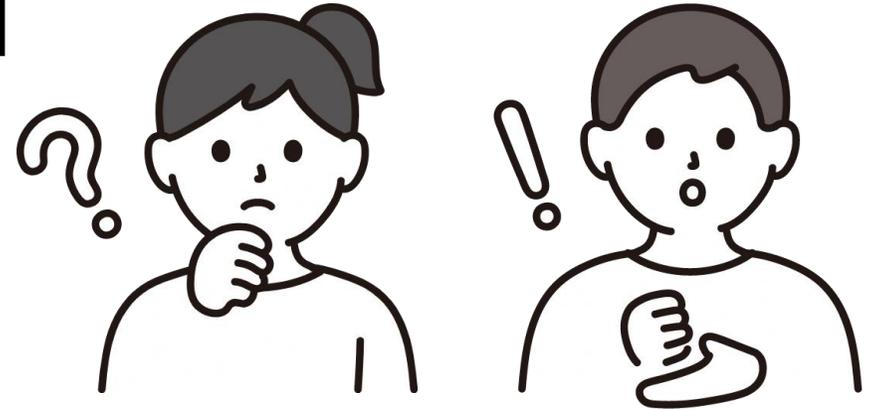
# 「省エネ知恵BOOK改訂版」

○対象

小学校4年生

○目的

城陽市のみなさんにゼロカーボンへの取組を啓発すること



家庭での省エネ知識 ・ 地球温暖化への影響

# 内容構成

食品ロス



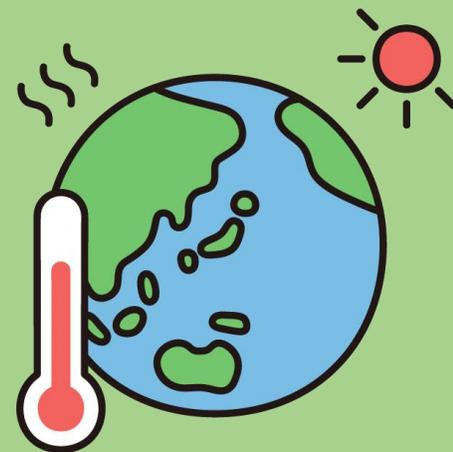
食品ロスを  
削減する

節電



節電する

地球温暖化



温室効果ガスを  
削減する

# 食品ロスって何？

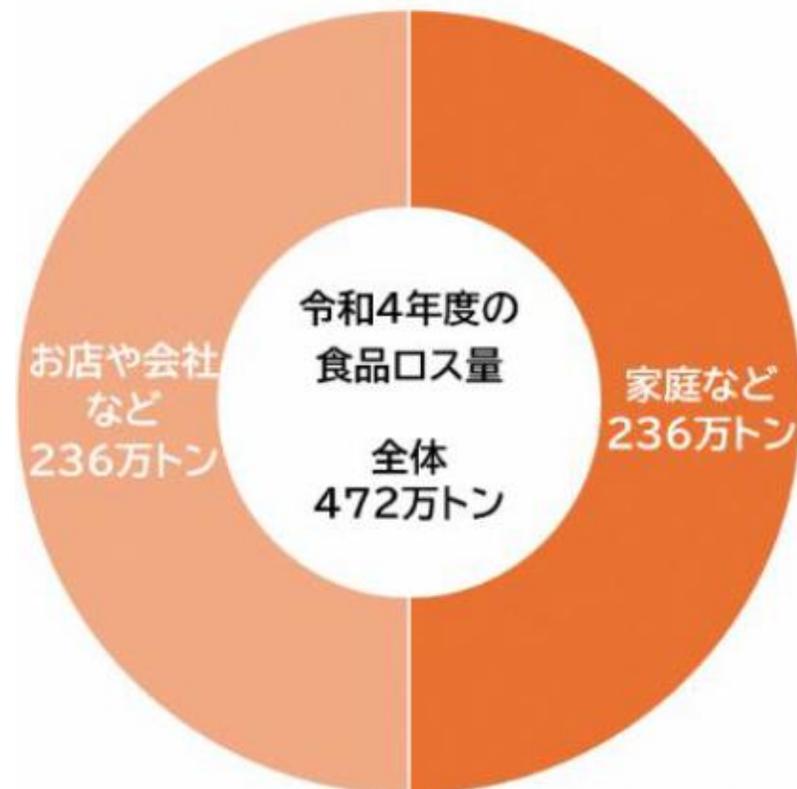
- ・家庭からの食品ロス量
- ・賞味期限と消費期限の違い
- ・**賞味期限**・・・おいしく食べられる期間  
期限が過ぎても食べられなくなる  
わけではない。
- ・**消費期限**・・・安全に食べることができる期間  
期限が過ぎても食べるのは危険。

# 食品ロスって何？

- ・家庭からの食品ロス量
- ・賞味期限と消費期限の違い

賞味期限が切れても  
食べられるんだ！

おうちからこんなにも  
食品ロスが出ているんだ…



食品ロスを減らすためには  
一人一人が意識して行動することが大切！





# ★「食品ロスなくし隊」結果発表

2ページでたどり着いたアルファベットのところを読んでね。  
君は「食品ロスなくし隊」隊長になれたかな？

A 隊長

消費期限と賞味期限のちがいを理解して、おいしく食べることができたね！隊長として、食品があまったり、傷んだりしたときにどうすればよいか調べてみよう。この調子で、食品ロスのことを考えながら、食品を大切にしていこう！



# 考えてみよう！

★考えてみよう！  
おうちの人といっしょにやってみてね。



①おうちにある食品の名前と<sup>賞味</sup>期限を書き出してみよう。

食品の名前	消費期限	食品の名前	賞味期限
	年 月 日		年 月 日
	年 月 日		年 月 日
	年 月 日		年 月 日
	年 月 日		年 月 日

②消費期限と賞味期限のちがいに注意して、食べる<sup>順番</sup>に並べてみよう。

③<sup>賞味</sup>期限までに使い切れない食品はどうする？

消費期限までに使い切れない食品	賞味期限までに使い切れない食品

④<sup>賞味</sup>期限が切れてしまった食品は、なぜそうなったのかを考えよう。

P4

おうちにある食品について調べる。

- ・食べる順
- ・使い切れない食品
- ・食品ロスの原因

子どもたちが自分自身で  
考えて記述する。

# 食品ロス削減のための工夫

- ・ 買い物をするとき

コンポスト

こんな工夫があったんだ

- ・ 料理をするとき

てまえどり

- ・ 食べた後

規格外野菜

できることから  
実践してみよう

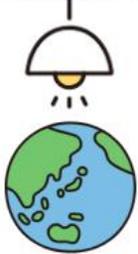
# 節電って何？

☆**節電**で地球にやさしく

節電とは「照明をこまめに消す」など、電気を大切に使うことだよ！節電をすることで電気代が安くなることはもちろん、電気をつくるときに出る「温室効果ガス」をへらして「地球温暖化」を防ぐことになるんだ！

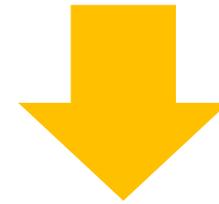
☆「地球温暖化」のことは12ページに書いてあるよ！

●身の回りの**節電**を考えてみよう！  
(例) 照明をこまめに消す。



P6

電気を大切に使うこと



地球温暖化を防ぐため

身の回りの節電を考える

# 節電豆知識クイズ



日常生活

デイリー  
エコチョイス

楽しく学ぶ



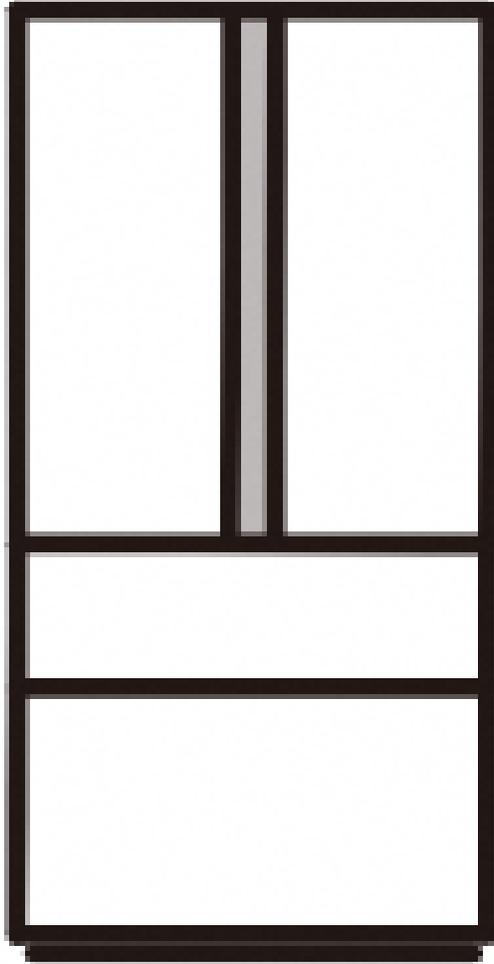
# 電気代の計算



Q.テレビ(1時間あたり)の  
電気代はいくら？

A.1円

# 電気代の計算



Q.冷蔵庫(24時間あたり)の  
電気代はいくら？

A.153円

# 電気代の計算

☆うちの電気代を計算してみよう！  
電気を使ったときにかかるお金を電気使用料というよ！  
☆下の表を使って、自分の家でつかっている電化製品の1日の使用料を調べてみよう！



1回あたりの使用料 × 1日あたりの使用した回数 = 1日あたりの金額

☆それぞれの電化製品の1日あたりの金額を全て足すと、あなたの1日の使用料がわかるよ！

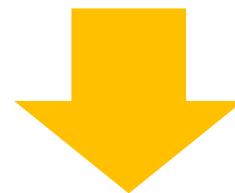
品名 (1回あたりの使用時間)	1回あたりの使用料	1日の中で使用した回数	1日あたりの金額
冷蔵庫 (24時間)	153円	回	円
オーブントースター (6分)	2円	回	円
ずいはん器 (1時間)	33円	回	円
電子レンジ (5分)	2円	回	円
食器洗い機 (1時間30分)	34円	回	円
電気ケトル (3分)	1円	回	円
LED電球 (1つ1時間)	0.2円	回	円
蛍光灯 (1つ1時間)	2円	回	円
洗濯機 (1時間)	10円	回	円
そうじ機 (15分)	6円	回	円
テレビ (1時間)	1円	回	円
パソコン (1時間)	1円	回	円
せんぷう機 (1時間)	0.8円	回	円
ドライヤー (5分)	2円	回	円
アイロン (30分)	17円	回	円

◎1回あたりの使用料は資源エネルギー庁調べの消費電力一覧をもとに、関西電力の電力料金単価(※)を使用して算出。  
※関西電力の「従量電灯A」における第2段階の電力料金の料金単価

一日あたりの合計金額： \_\_\_\_\_ 円

P9

目に見えない電気の使用量  
お金で考える



節電を意識

電気代を知り、節電の効果を実感した。

# 節電のための工夫

- ・ 照明

今日からでも取り組める省エネ

- ・ テレビ、ゲーム

電気をこまめに  
消すようになった。

- ・ エアコン、扇風機

- ・ お風呂

しっかりやろうと  
思うようになった。

# 地球温暖化

- ①食品ロスの削減・節電との関わり
- ②「地球温暖化」「温室効果ガス」
- ③地球温暖化の現状

平均気温が5度以上上昇している未来

今と同じように  
生活できなくなる...

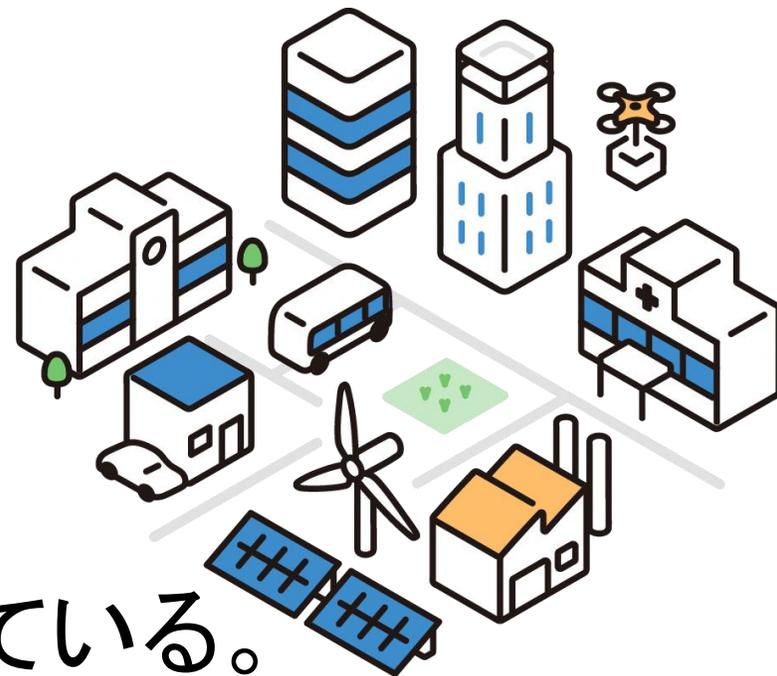
そうならないために  
省エネを意識しよう！



# 自分たちの未来のために

## 現状

- 気候変動による被害の増加を実感している。
- よくニュースで耳にするようになった。
- 夏や秋の暑さから深刻性を感じている。
- 食料の不作が物価高に繋がっている。



# 自分たちの未来のために

## 今後

- 今回考えたことを実践してみる。
- 交通手段を見直してみる。
- 啓蒙活動に積極的に参加し、発信していく。
- 小学校の内から教えていくなど、世代を超えて取り組む。



# もったいない

～「食品ロス」と「せつでん節電」～



発行：城陽環境パートナーシップ会議

電話：0774-56-4061（城陽市役所 環境課内）

メール：kankyoshomu@city.joyo.lg.jp



## 「省エネ知恵BOOK改訂版」

製作：城陽環境パートナーシップ会議

協働：奈良教育大学

龍谷大学