

## 盛岡市子どもエコチャレンジ～お勧め・取り組み編～

1	れいぞう庫をすぐにしめる。
2	なるべくバスにのったりあるいたりしていました。
3	そうじきやエスカレーターをつかわずに、たまにはかいだんやぞうきんを使用して電気を使わないように
4	つかわないへやの電気をけす。
5	気をつけていることは人のいない部屋の電気をこまめに消すことです。 ぬれているところはぞうきんをつかう。
6	せん風機を使わずに自然の風にあたると同じすずしさだし、エコになる！
7	テレビやゲームは1日1時間にする。
8	本を捨てずに古本屋さんに売る。
9	ごみを分別することによって、地球の空気や、日ごろがいい暮らしになると思います。
10	水道をこまめに止める。
11	ゲームなどは時間を決める。
12	電気はこまめに消しています。
13	エアコンをつけているとはドアをしめたり、まどをしめる。
14	もえるゴミともえないゴミの分別をしている。
15	はみがきのとき水を出しっぱなしにしないで止める。電気をこまめにけす。
16	朝おきてエアコンのスイッチを入れる前にまどを開けてエアコンを上手に使っています。
17	車を使わず自転車でいとうしましょう
18	気をつけていることは、電気をこまめに消して短い時間は使わないということです。
19	むだづかいをしないように心がけています。
20	エアコンをつけずにまどを開けるなど、エアコンを使わなくてもすずしくする工夫を考えじっこうすれば さらに二さんかたんそをへらすことができると思います。
21	もえるゴミと資源ゴミを分けて分別し。洗ってプラごみにすてられる物は洗う。
22	へやがすすんだらエアコンをけす、またはよわめる。
23	ゲームをあまりしない
24	クーラーをつけずまどを開ける
25	シャワーをこまめにとめるが1回もできなかつたけど、人のいないへやは電気を消すことに気をつけてい
26	夏は野菜をくさりやすいのでまどめ買ひしない。 ふろの温度を夏の間はできるだけ下げようにする。
27	石けんで手をあらっているときに水をとめることを気をつけています。
28	電気はこまめにけして、ごはんつぶも1つぶのこさずたべています。
29	1, ペットボトルに黒いビニールをまく。 2, 外に出す 3, おゆができあがり
30	きづいたことは、シャワーはこまめにとめるときととめないときがあるのできをつける。すこしでもだすと79gちかくつかっていることになるから。
31	エコアイデアは近くのとときは車を使わないことです。
32	テレビを見ていないときは消す。せつ電を心がけます。
33	水を使う量を少なくする
34	自分たちが着ることができなくなった服をお友達にあげて着てもらっている。
35	おみやげでもらった空き箱、空きカンはずてないで入れ物にしている。
36	お風呂に入るときは電気を消してます。
37	手をあらっているときにたくさん水を出さない方がいいと思う。
38	ぼくが考えたエコアイデアは電気の代わりに日光や水を使うということです。日光や水はなくなるしないし、かんきょうにもやさしいからです。
39	ごみになるものをできるだけ手に入れられないように気をつけています。
40	テレビをつけたままどこかに行かない。
41	チャレンジしてみても、ふつうにできました。日ごろお父さんやお母さんに言われていたのでいつもやっ ていました。みんなで1つの部屋にいれば1つの電気だけを使えます。それでエコにしています。
42	ねるときはこだまをつけない。
43	エアコンだけではなく、せん風機も使えばエコですずしい。
44	ごはんやおかずは残さずしっかり食べています。出かけるときは外でごはんをかわないでしっかりせつやくする。
45	必ずごはんを食べる。分べつにしてごみをすてる。
46	ぼくの家では毎日エアコンの温度を25度にしています。
47	れいぞうことかはあけたらすぐしめる。電気とかはつけたらけす。
48	朝ごはんを食べるときは、テレビを消しているのだからこれからも続けたいです。
49	ふだんより早く電気を消してねたことによりエコにもなって早くおきることもできました。一石二鳥

## 盛岡市子どもエコチャレンジ～お勧め・取り組み編～

50	出かけるときとか使わないでんきのコンセントをぬいていくし、れいぞうこをあけたらすぐにしめるように気をつけています。
51	日ごろのくらしで気をつけていることは、人のいない部屋の電気をこまめに消すことです。だからチャレンジのときも毎日まもれました。
52	れいぞうこはあまりあけないように日ごろよく使う物を近くにおいています。
53	エアコン中は、下にたまりやすい冷気をせん風機を使って部屋全体に送っています。
54	使わないときは、つけっぱなしだしっぱなしをしない。
55	ぼくの家は風が入るのでエアコンはつけません。あと、あさごはんは早めにおきてゆっくりたべていま
56	せんたくきをあらうときはおふるののこり湯を使う。
57	水をこまめにとめて節水をする。
58	れいぞうこをあけたらすぐしめる
59	シャワーをこまめにとめたり、人のいないへらの電気もこまめにけすようにしましょう。
60	午前中はできるだけエアコンを使わないように気をつけている。
61	ぼくはエコをするために毎日あらったものをかわかして分べつしてやっています。
62	ぼくは、いろいろなエコをしてみて、一日やく203gもへらせる気づき、おどろきました。ぼくの地いきでは毎年し源回しゅうを4回やっています。みなさんもぜひし源回しゅうに参加してみてください。
63	シャワーはこまめにします。人にいない部屋の電気はこまめに消します。
64	ピン・カン・ペットボトルは分けるように心がけています。
65	かいものに行くときは、エコバックをつかう。
66	水をせつやくするために ・顔をあらうときはせん面きにお湯をためてあらう ・じゃぐちをしめて、水を出しっぱなしにしない。
67	ピン、缶、ペットボトルを分けてごみに出したり、ごはんやおかずを残さないようにしています。
68	クーラーつけないように水あびする
69	スイッチのついた電源タップをつかい、つかわない所はスイッチを切ってせつやくしています。
70	いらぬ物をかわない。
71	草花を育てる
72	夜暑くても、エアコンをつかわずに、アイスまくらをつかってねる。
73	れいぞうこをすぐ閉めることと人のいない部屋の電気を消すことが毎日できています。
74	ピンカンは分けてごみにだしています。
75	テレビを消していっばいどくしょ、べんきょうをしよう
76	つかわない電気はこまめに消したりコンセントをぬくことを気をつけています。
77	ゴミを分けて出すことをがんばっています。
78	いらぬ物は買わない。(ひつような物だけ買う) 近くに行くときはできるだけ車をつかわない。
79	コンビニでジュースなどをかわずに水とうでお茶をもっていくほうがいいと思います。
80	自分の部屋ではクーラーをつかわずまどを開けて過ごす。
81	いつもお家でやっていることはごみをわけてだすこと(学校でも)これからもきをつけたいです。
82	人のいない部屋の電気は消すということに気をつけている。
83	つかわない電気はけすことです。
84	電気を消すこと
85	ひごろのくらしでくらししているのはせんふうきとえあこんをつけないことです。
86	水をこまめに止めている。
87	近くなら車じゃなく歩いていけばいい
88	もったいないことをしたりしない
89	あまりゲームやスマホは1時間ほどにしています。できるだけコンセントはこまめにぬいています。
90	人のいない部屋の電気をこまめに消して気をつけていました。
91	ペットボトルや公園におちているゴミをごみせんようの自動はんばいきみみたいなのに入れると何か小さいものがもらえる。(アメ、アイス、ジュースなど)
92	電気をこまめに消したり、水をこまめに止めたりする。
93	電気をこまめに消すことに気をつけた。
94	買い物に行った時はスーパーの袋をもらわずにエコバックを使った。
95	大きな木をふやす。
96	夏休み暑い日がつづいたけど、クーラーを使わないでまどを開けて風を入れました。ねる時は氷まくらを使ってねました。
97	エアコンを使うときはせんふう機をいっしょに使うと部屋全体をこうりつよくひやすことができ、電気代をおさえることができることを教えてもらいました。
98	スーパーなどでこのかみをくばって5000gいったらクーポンなどをもらえるようにしたらいいと思いま
99	テレビはこまめに消す。(見ない時)

盛岡市子どもエコチャレンジ～お勧め・取り組み編～

100	ごみをあまりださない。
101	ピンカンペットボトルいがいにもプラゴミも入れたほうがいいとおもいます。
102	ピンカンペットボトルは全部できている。
103	シャワーは使わずふろの湯で体やかみを流している。理由：一番風呂だから
104	せんぷうきやエアコンをつかわないでうちわをつかう。
105	一人しかいないのに電気をいっばいつかわない。
106	ベッドを部屋のかどにつけないでください。（理由：かどにつけると、空気はまわっているのでしめってかびがはえて家をなおすことになるのでボロボロの木がふえるとゴミになってしまいます。よろしくおね
107	わたしが気をつけたことは、人のいないへやのでんきをけしたことです。
108	夏休みは、でんきなどたくさんつかうときがあるからいろいろ気をつけている。
109	わりばしを使わないではしを使う。
110	いつもはみがきをするときにじゃぐちの水をを止めています。
111	毎日かならずエコをしています。
112	ゴミはなるべく分けて出す。
113	れいぞうこをあけたらすぐしめます。
114	水道のじゃぐちを使い終わったらすぐしめたり、電気がいらなときは消すようにしています。
115	トイレトーパーのしんはすてるんじゃなくて凶工に使う。
116	暑い夜はエアコンを使うのではなく、氷まくらを使ってすずしくしてねました。
117	電気はこまめに消しますがエアコンだけは温度を低くしている（25℃）
118	げんかんに水をまいてすずしくした。
119	ごはんやおかずは残さないように食べれる分だけよそってもらいます。 お買い物に行くときはエコバックを持って行っています。 お父さんが消し忘れていた電気を消しました。
120	スーパーでもらってきたドライアイスに水を入れてせんぷう機を使わずにすごした。
121	シャワーをこまめにとめている。
122	水をこまめに止める。
123	じゃ口をひねる。
124	うら紙を使って作文の下書きや計算をします。
125	ゴミはくべつして出すこと。
126	れいぞうこはつかっていない時は気づいたらしめる。
127	すてるものの中でリサイクルできるものはリサイクルする。ゴミは分別する。
128	ほかにも、二酸化炭素をへらせることをやること。
129	エアコンの温度などを毎日調節して二酸化炭素をへらしましょう。
130	でんきをあんまりつかわない。
131	シャワーはこまめにとめた。
132	にがてなべんきょうもやりましょう。
133	ちかくだったら歩く。
134	キレイな食べ物ものこさず食べます。
135	わたしはごはんやおかずをのこさず食べることを気をつけています。
136	できるだけせつでんする。
137	近くにいどうする時は車にのらず、自てん車でいどうして二さん化たんそをへらしました。
138	冷ぞう庫をあけたらすぐしめる！のみものはジャグや水とうにいれて冷ぞう庫をあまりあけない。
139	日中はなるべくひとのいないへやはでんきをつかわない。
140	このエコチャレンジをしてから近いところならば車をつかわずに歩いてお買い物に行ったりしています。 また、ごはんやおかずはのこさないように気をつけています。
141	私の家で気をつけていることはテレビをひつようでない時につけないことです。でもたまに見たくてつけることがあるので気をつけたいです。
142	ドアをあけっぱなしにしない。電気をこまめに消す。はやねはやおき。
143	テレビはつけっぱなしにしない。
144	ちょっと明るいなと思うときはくらいなと思うまで電気をつけなければいいと思います。
145	たくさん食器をださない。水をだしっぱなしにしない。
146	エアコンをできるだけつけない。夏はおふろの温度を1～2度ひくくする。
147	日ごろのくらしの中で気をつけていることはしょっきあらいのときに、水を出しすぎない、ほうきやモップを使ってあまりそうじきを使わないことです。
148	夜ねるときは、クーラーなどをつけないでまどをあける。
149	れいぞうこをすぐしめるとかエアコンをすぐくあつくないときにはつかわない。
150	ふだんはクーラーを使わないようにしています。暑いなと思ったときはまどをあけて外の風を入れたりうちわを使ってすずみます。みたいテレビがやっていない時はこまめにけすようにしたらよいと思います。
151	まどをあけてそんなにせんぷうきを使わないようにしている。

盛岡市子どもエコチャレンジ～お勧め・取り組み編～

152	わたしが日ごろきをつけているのはこまめにシャワーをとめる電気をけす。ビン・缶・ペットボトルを分けて出すことを気をつけている。
153	わたしは、人のいない部屋は電気をけすということを気をつけています。
154	レジぶくろを使わないでエコバックを使っているゴミを分別する。
155	買い物をするときは、エコバックを使う。 雨水を使って水やりをする。
156	気をつけることを紙などに書いて目標を決める。
157	一つの物を大切に使うとやすときの二さんかたんそをへらす。 れいぞうこに物をつめこまない。
158	エアコンをなるべく使わないようにしました。使うときは温度を28℃にしました。暑い日が多かったので大変でした。
159	そうじきを使わずにほうきでそうじをする。車をあまりつかわず、自転車をつかう。古いふくを切ってぞうきんがわりにする。
160	まだ使えるような物はリサイクルする。
161	水を出したらすぐにとめる。ゲームの時間を決める（1時間）。買い物のときはエコバックをつかう。
162	冷蔵庫をあけたら10秒以内に閉める。
163	だれもいない部屋の電気は消す。
164	電気はすぐに消す。
165	紙バックは洗って開いてからゴミに出す。
166	中身のものが悪くなるからすぐにれいぞうこをしめましょう。
167	ぼくはれいぞうこをすぐしめるということをとくにがんばりました。 日ごろの中でぼくが気をつけていたことはシャワーをこまめにけすということでした。エコチャレンジでもできたのでよかったです。
168	電気を節約するために人のいない部屋の電気は消すようにしています。
169	毎日のごはんをのこさずたべて、電気をこまめにけした。れいぞうこをあけたらしめる。
170	ちいさくなった服をフリマで売ったり、ぴったりな子たちにあげたりする。
171	新聞紙をつかて工作することがエコです。
172	エアコンなどの電気せい品の電気はこまめに消しておく。
173	水をだしっぱなしにしないことを気をつけています。
174	ふだんの生活でエコをするようにシャワーをこまめにとめることや人のいない部屋の電気はこまめに消す事などをいしきしてエコをする。
175	晴れている時の朝から夕方まで明るいから、電気を消して生活する。
176	ひつような分だけ買う。
177	暑い時はうちわをつかう。
178	電気のけいやくを20Aにしている。
179	ごみごとに分べつしています。ときどき電気をけさないでいるのできをつけたいです。
180	もえるゴミとプラスチックをわけてゴミをすてます。
181	おかいもの時はエコバックをもちます。
182	れいぞう庫を開けたらすぐ閉めるをこころがける。
183	エアコンの温度は28℃にして、部屋の電気をけすようにしています。
184	わたしの家ではゴーヤとあさがおで緑のカーテンをやっているので太陽の光がよわくおうちの中に入ってくるのですずしくかんじます。
185	自分のへやの電気をつけっぱなしにしない。
186	気をつけていることは、プラも分別してすてています。
187	いつもかいだんの電気をできるだけ消したりするように気をつけています。
188	いつも人のいない部屋の電気を消すなどのエコをやるようにしています。
189	あまりあつくない日はせんぷうき、エアコンなどの電気をつかう物ではなく、うちわやせんすなどをつかってせつでんしています。
190	ゴミのりょうをへらす。
191	あまり電気を使わないよう気をつけています。
192	つかわないでんきせいひんのコンセントをぬいておくことをきをつけました。
193	まどなどをあけて、エアコンをあまりつかわない。
194	シャワーをこまめにとめたりして、いつもせつやくなどしています。
195	日ごろのくらしの中できをつけているのはエアコンをひつようなときだけつかうことをきをつけていることです。たとえばつかわないときはつかわない。エアコンをけしています。
196	野菜などふだんすててしまう皮をおかずにするくふうをすればいいと思います。
197	気をつけているのはシャワーをこまめにとめる事です。チャレンジ項目や他にもエコになる事を心がけて、確認すればエコにつながると思います。
198	使わない電気せい品のコンセントをすぐにしめることを日ごろのくらしで気をつけています。

## 盛岡市子どもエコチャレンジ～お勧め・取り組み編～

199	紙くずなどを出さない。むだにトイレットペーパーを出さない。せんとく物をふやさない。
200	この「エコ」をして二酸化炭素をすこしでもへらすことをちゃんと頭にいれて電気やシャワーをこまめに消したりとめたりするなどを気をつけています。
201	気をつけていることは電気をつけっぱなしにしないことです。なるべく早くねることです。（電気をけ
202	シャワーはこまめにとめるようにしよう。
203	外に出てなるべく電気を使わない。
204	エコをするときはせんとくものを2日で1回がいいと思います。
205	お風呂のときにシャワーを出しっぱなしにしない。ビン・カン・ペットボトルは分けてゴミに出します。
206	ごはんやおかずをのこすと知らないもの買ったことになるので、ぜんぶ食べたほうがいいと思いました。
207	ティッシュ使わない。水使わない。たべものをあんまりかわない。おかしをへらす。
208	冷蔵庫は、毎日使うので、それだけでも心がける。
209	暑さにも負けずに外で遊びます。
210	お買い物をするときにエコバックを持っていくとポイントもたまって家にむだなふくろがたまらない。
211	家をでるとき、または出かけるときは、自分から進んで電気をけしているか、エアコンも消しているか、つけっぱなしではないかをかくにんしている。
212	えんぴつつけづりなどでつかう電気をぬく。つかうときだけさす。分別しないですてている人がいるのでちゃんと分べつしてほしいです。
213	暑い時間だけエアコンをつけて風がでてきたらエアコンをとめてまどをあけてすごす。
214	お買い物でマイバックを使う
215	車には乗らないで公共のバスや電車に乗る。テレビの音をひくくする。れいぞうこのせっていおんどを低くする。
216	水をすぐとめる。
217	水は出しっぱなしにしないでこまめにとめる。
218	家はテレビを見ていない時はテレビをつけないのでそれがエコにつながっていると思いました。
219	できるだけ勉強は夜いがい（わけ、夜はくらいから電気を使うときが多いから）
220	明るいときは電気をつかわない。
221	これからも水を出しっぱなしにしない。
222	ふろで体をあらうときにふろのおゆをつかう。
223	水を出しっぱなしにしない。
224	エアコンの温度
225	できるだけ食べものをのこさない。
226	水をむだ使いしない。電気をこまめにけす。
227	電気をつけっぱなしにしない。
228	でんきはつかわない時はけすようにする。
229	毎日のこさず食べきれた。ふだんより1時間はやくねれた。
230	私はたまに、センブウキじゃなく、窓をあけたりしています。ほかにも近くのコンビニなどは車ではなく歩いたりしていくようにしています。理由は電気をむだにしないためです。
231	近くにでかけにいくときは自転車があるきで行くと良い。あまりあらいものをふやさない（しょっきやはしなど）
232	こまめに電気を消すようにした。
233	いらなくなったカーテンを使ってエコバックを作ったこと。
234	水を出しっぱなしにしない。食べものをムダにしない。
235	ちらしをくばる。
236	気をつけていることは冷ぞう庫を開けたらすぐに閉める。水をたくさんむだ使いしない。ごみを分別して
237	紙のむだづかいをしない。
238	エアコンをつけるんじゃなくてまどを開ければ1つのエコにつながるんじゃないかなあとと思いました。
239	電気をむだづかいしない。
240	はやねはや起きをします。
241	シャワーはこまめにとめることに力を入れてやってみて、お湯を2めもりへらすことができました。
242	ビン・カン・ペットボトルなどは分けてごみに出すことができました。
243	テレビとゲームなどのメディアを消して読書したらとても集中して読書ができました。
244	わたしがふだん気をつけていることは電気をこまめに消すことです。
245	歯をみがくときにみがいている間は水道の水をとめればいいと思います。
246	いつもぼくの家では、いつも人のいないへやの電気は消しています。
247	せんぶうきなどはねる前に消してつけっぱなしにしない。（タイマーきのうを使う） ガスなどはなべをうつしかえるときも、こまめに消す。 風など太陽光であかるいときは、電気をつけない。
248	水やシャワーはしっかり止める。

## 盛岡市子どもエコチャレンジ～お勧め・取り組み編～

249	毎日のごはんやおかずはのこさない。
250	チャレンジしてみて気がついたことは、392gも1日でへらせていると気づきました。日ごろのくらしの中で気をつけていることはビン缶ペットボトルは分けてゴミに出すことです。
251	水をむだにつかわない。
252	すごく暑いときだけエアコンをつける。
253	しょっきあらいの時せんざいを少なくしてあらうと水を使う量も少なくできて水もよごさずにすむと思い
254	夜には電気をけしてろうそくをつける。
255	食べものを買すぎない。 運動する。手伝いをする。→早ねはやおきにもつながる。
256	日ごろのくらしの中で気をつけていることは、テレビをだれもみていなかったらつけっぱなしにしない。
257	ごはんやおかずを残さないように食べきれ的分だけ盛ること。
258	ねるときは、茶色の電気をつけなくてねる。
259	こまめにつかわない電気は消すようにきをつける。
260	スーパーのビニールふくろを使わずにみんなエコバックを利用しよう。
261	暑くなったりさむくなくても、手動でできるだけやること。
262	水道の水のでる量をちょうせつしている。
263	寒い時、だんぼうにたよらずあつ着をしてすごす。ボールペンのしんがなくなっても、すてないで、しんを買ってボールペンの本体がこわれるまでちゃんと使う。
264	コンセントをぬいている。れいぞうこをすばやくしめている。電気をこまめに消している。水を使うときはこまめにとめる。エアコンは除湿にしている。
265	二酸化炭素がふえるとあたたかくなりすぎるので、工夫をしました。わたしたちは7人家族で部屋を使うことが多く電気を使うのもおおいので、毎日人がいない部屋の電気がついていないかをてんけんすることによって、少しの二酸化炭素の量をへらすことができました。
266	着なくなった服やくつをリサイクルやにもっていく。
267	夏休み、外を見たら風で木がゆれていたのので、エアコンを止めてまどを2～3か所開けました。そしたら涼しい風が入ってきて、気持ちよかったです。自然のすずしい風はお金がかからないのでエコだと思いま
268	わたしの家では電気に気をつけています。いない所の電気を消したりげんかんの電気をけしたりしていま
269	毎日ねる時間をきめて1時間はやくねればよいと思います。
270	ぼくがふだん気をつけているところはシャワーや水道を出しっぱなしにしないことやごみを分別して出すことやエアコンをあまりつけないように気をつけています。自分が気をつけているところがエコになっていることがわかりました。
271	ぼくは、ぶんべつなどの3Rのリサイクルに気をつけています。理由は3Rにとりくむと、埋立地がはやくまんたんにならなくなり、しげん不足にもならないからです。
272	使わないコンセントをはずします。
273	毎日エコチャレンジをしようね。
274	エコにするには車で会社などに行かないで自転車などで行くとエコになると思います。
275	月に一度はキャンプをして、電気を使用しない生活をする。
276	日ごろのなかで気をつけていることはれいぞうこを開けたらすぐに閉めることです。
277	エアコンをできるだけつけなくてせん風機でがまんする。
278	おふろの水をせんたくりにり用したり、花の水やりにつかっています。また、おふろはつづけて入る。
279	消費期限の近いやつはすぐにのんだりたべたりする。
280	ふだん使っている電気せい品を止めたりすることで二さん化炭そを少しでもへらせることがわかりました。あまり暑くない日はエアコンにたよらずせんぷう機ですごすようにしました。
281	いつも電気をこまめにけすようにしています。
282	エアコンだけではなく、せんぷう機もせんようする。 自分でエコバックを持つ。木や花などむやみにぬかない。
283	牛乳パックは、スーパーのリサイクルボックスにすてています。
284	買い物をする時に、レジぶくをなど、ふくろを使わず、エコバックを使えばいいと思います。
285	皿などを自分でかたづける。お手伝いをする。
286	明るい時に勉強やそうじをやる。 暗くなったら電気をつけっぱなしにしないで必要でない時はこまめに消すように気をつける。
287	電気は使わない時は消す。できるだけのこさないように食べる。分別してごみに出す。
288	電気を消したり、温度を28℃にしたり、シャワーの水をこまめに止めたりするとよいことに気がつきま
289	電気や水をむだにしないように気をつけている。
290	ゲームの電源をすぐに消している。
291	家族でエコなことをした回数をきそってみよう。
292	早めにねる。
293	あまり、テレビのつけっぱなしにないようにしています。
294	シャワーをつかったらとめようとよびかかける。

## 盛岡市子どもエコチャレンジ～お勧め・取り組み編～

295	こまめに車のエンジンを消す。
296	ふろにいれすぎたおゆを、シャワーのかわりにつかえばいいと思う。
297	しゅくだいや読書は夜やらないで日中にやると電気のせつやくになります。
298	シャワーで水をだしっぱなしにしない。
299	ペットボトルなどのごみをへらすために、出かける時はなるべく水とうを持っていくようにする。
300	せんたくの水はおふろの水をつかいます。
301	なるべく暑いときはすずしい所に行く。
302	期間中はすずしかったので、エアコンを使わなかったけど、使うときは温度せつていを気をつけるように
303	チャレンジしてみて気づいたことはエアコンの温度を28℃にしようというところで1日もできなかったの
304	でつぎからは気をつけてやってみようと思います。そして日ごろ気をつけているところはビン缶ペットボ
305	トルははけてごみに出すことです。
306	チラシなど、いらぬ紙をメモ用紙につかう。
307	全員でエコチャレンジ
308	電気を消して風ねをしてみたら、ニさん化炭素もへるし、体力がかいふくする。
309	ぼくはピンかんペットボトルをわけてゴミに出すを気をつけています。ぼくはキャップとかをつけてごみ
310	に出しちゃうときもあるからです。
311	人のいないへやの電気をまめに消すようにしています。
312	エアコンをつかわずまどを開けてしぜんの風をうける。ほとんどできていたいでこれからもつづけたい
313	なるべくれいぞうこをあけたらすぐしめるようにしている。
314	私はほかにも水を出したらすぐとめるようにしています。
315	せつ電を心がけたらいいと思います。
316	ジョイスにかんやペットボトルをすてられるので、かいもののついでですててもいいとおもいます。
317	水を出しっぱなしにしない。
318	水を出しっぱなしにしない。エアコンを消して、あみ戸にしてすぞす。
319	紙のごみは小さくたたんだり、つぶしたりしてすてる。れいぞうこの温度は強から弱に切りかえる。
320	つかわないとき電気をけしています。
321	暑いときは水ぶろに入る。
322	スイッチつきのえん長コードを使っている。
323	ごはんやおかずは残さず食べるよにしています。
324	テレビをつけっぱなしにならない様に、誰も観ていないと気がついた時はこまめに消しています。
325	エアコンもなるべく使わず窓を開けています。
326	れいぞう庫を開けたら、すぐしめる。
327	おふろをつづけてはいる。みんな同じ部屋にいる。
328	エアコンは28度にしてにさんかたんそをへらした。
329	生ごみを畑のひりょうにする。
330	コンビニやスーパーでふくろをもらわない。
331	わたしは（家）エアコンやシャワーはやってません。シャワーの代わりに湯ぶねのお湯をやるとエコになる
332	からです。
333	ぼくは兄といっしょにおふろに入って、一人一人入らない、水を電気をあまり使わないエコをしています。
334	もう使わないものはリサイクルショップに売る。
335	上にあることのほかに買い物たびにエコバックを持ち歩いたり、ビニールプールで使った水を花だんに
336	まいたりしました。
337	おふろにはいつているとき、シャワーをこまめにとめています。
338	外が明るい時は電気を消してカーテンを開ける。
339	水を出したままにしない。
340	必要なものだけ買う。物をたいせつに使う。
341	水を出しっぱなしにしない。電気をつけっぱなしにしない。
342	そうじきではなく、ほうきでそうじをすると、エコになると思う。
343	人がいないとき、暑くないときはエアコンをつけない。
344	ビン缶ペットボトルだけでなく、もえるごみ、もえないゴミ、しげんゴミも分けるといい。
345	電気使いすぎないよう、1つの部屋に集まる。
346	私が日ごろの生活で気をつけていることは気温が30度くらいになるまでエアコンをつけないことです。
347	27～28でもつけることはありますが、できるだけつけないようにしています。
348	ビン缶ペットボトルをぶんべつしてゴミをすてることとエアコンのせつていを28℃以上にすることで
349	気をつけていることは、個別スイッチ付きの電源タップにテレビやゲームのコンセントをさして、使い終
350	わったら電源タップのスイッチを切って電気を切るようにしています。
351	ゴミをすてる時は分べつしてすてる。
352	電気をつけっぱなしにしない。

## 盛岡市子どもエコチャレンジ～お勧め・取り組み編～

344	電力会社が月に1回，朝にてい電させる。（信号とかはちがう）
345	電気やれいぞうこをすぐしめたりこまめになんでもする。今年の夏はそんなに暑くないのでエアコンをあまりつけませんでした。
346	私はエコチャレンジをして1人1人がきょうりよくすることで二さんかたんそをへらすことができると思いました。エコチャレンジの間でなくてもいしきしたいです。
347	お風呂のお湯でせんたくをする。
348	電気ゴミ せつやくしよう みんなでね