



前期チャレンジ期間(5/1~9/30)に連続7日間チャレンジしたシートを環境政策課まで提出いただいた方の中から抽選で景品をプレゼントします!(応募期限:10/10必着)

<応募の場合は記入してください>

【氏名】 _____

【住所】〒 _____

【電話番号】 _____

リビング・照明のコツ



- もくひょう き
- ①目標を決めよう!
- かかん
- ②連続7日間チャレンジしよう!
- まいち か
- ③毎日〇か×を書こう!
- さいご ごうけい きにゅう
- ④最後に〇の合計を記入しよう!

チャレンジ開始日: 月 日~

月 日 提出

1 日目	2 日目	3 日目	4 日目	5 日目	6 日目	7 日目	〇の ごうけい 合計
〇	〇	×	×	〇	〇	〇	5

<記入例>

ねん へ
1年で減らせる
こうおつひ めやす
光熱費(目安)

ねん へ
1年で減ら
せるCO2

1	テレビを消す時は主電源を切ろう	約40円	0.78kg
2	テレビを見ないときは電源を切ろう	約860円	17.42kg
3	テレビの画面の明るさを1段階下げてみよう	約700円	14.32kg
4	使っていない部屋の明かりは消そう	約520円	10.45kg
5	使っていない電化製品の電源プラグを抜くか、電源タップをOFFにしよう	約1,470円	29.99kg