環境の表

SDGs　私たちの取り組み

真の合理的生活を目指し　家庭から社会へ　きれいな地球を次の世代に

(A)今の生活をよりエコに

電気

出来る	もう少し	していない	
□	□	□	冷暖房の設定温度は適切に
□	□	□	冷蔵庫内を見やすく保つ
□	□	□	箒・はたき・拭き掃除
□	□	□	不必要な照明、待機電力は消す
□	□	□	照明はLDEに変えていく
□	□	□	電化製品の持ち方を見直す
□	□	□	契約アンペアを下げる
□	□	□	家にもう一枚着せよう(断熱シートの活用)
□	□	□	湯たんぽの活用
□	□	□	CO2の排出量を意識する

水

□	□	□	食器の汚れはふき取ってから洗う
□	□	□	水道の水はサインペンの太さで、節水を意識する
□	□	□	風呂の残り湯の利用
□	□	□	雨水の活用
□	□	□	環境にやさしい洗剤を適量使う
□	□	□	洗濯は汚れたら洗う　洗いすぎに注意

ガソリン

□	□	□	エコ運転を心がける
□	□	□	公共の交通機関や自転車を利用する

食

□	□	□	鍋帽子のフル活用
□	□	□	買いすぎない、作りすぎない、食品ロスを減らす
□	□	□	旬のものを食べる
□	□	□	地場産のものを食べる
□	□	□	その土地で伝承された料理を継承する
□	□	□	安全な農業に取り組んでいる農家の応援

(B)自然な生活

出来る	もう少し	していない	
□	□	□	早寝早起き、11時には寝ましょう
□	□	□	季節による生活の工夫を
□	□	□	グリーンカーテンや風を取り入れる
□	□	□	家庭で野菜・花作りをする
□	□	□	歩くを習慣に

(D)物の命は最後まで

出来る	もう少し	していない	
□	□	□	たたみかけて物を買わない
□	□	□	ごみになるものを買わない、使わない
□	□	□	使い捨てをやめ、繰り返し使えるものを選ぶ
□	□	□	ごみは分別し、リサイクルへ
□	□	□	生ごみは水分をよく切って出す
□	□	□	生ごみはコンポストへ、そして土へ

家計簿をつける　ー適量の生活をー

(C)共に生きる
ーつながりを大切にする生活ー

出来る	もう少し	していない	
□	□	□	家族でSDGs」について知る、考える
□	□	□	家族はなるべく同じ部屋で過ごす
□	□	□	食事は家族揃って家で
□	□	□	家族皆で家事分担
□	□	□	近所付き合いを大切に
□	□	□	地域の行事に積極的に参加する
□	□	□	毎日の買い物をエシカルに

(E)プラスチックフリーライフ

出来る	もう少し	していない	
□	□	□	マイバック、マイボトルをいつも持ち歩く
□	□	□	詰め替えのものを選んで、容器を増やさない
□	□	□	量り売りのものがあれば利用する
□	□	□	ラップの使用量を減らす
□	□	□	プラスチック製品や過剰包装のものは避ける
□	□	□	びんやガラス製の容器を使う
□	□	□	できるだけ自然素材の服を選ぶ
□	□	□	自然素材のたわしを使う

全国友の会九州部環境に対するアンケートから(2008年～)

2021年9月　全国友の会九州部