

宇土市

ECO LIFE
エコライフ
計画
宇土市に、
地球にやさしい
エコな生活



エコライフみんなの目標シート

空欄に自分の目標や行動を書いてエコライフを目指そう!

Q1 理想のエコな宇土市はどんな未来かな?

Q2 そのために自分ができるエコなことを書いてみよう

Q3 やってみてどうだったかな?感想を書いてみよう



詳細については宇土市ホームページでご確認ください

宇土市 環境交通課

[TEL] 0964-27-3316 [FAX] 0964-22-6033
[E-mail] kankyou01@city.uto.lg.jp



左の
二次元コード
からアクセス
するのだん!

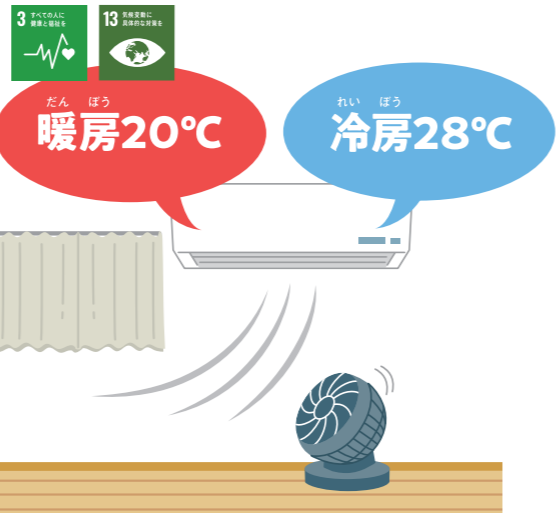
宇土市 エコライフ計画 検索 宇土市HPの
情報は こちらから >

宇土市エコライフ 脱炭素な計画

CO₂を出さない環境に優しい暮らしにチャレンジしよう。

1 エアコンを適切に使おう

冷房時は室温28℃、暖房時は室温20℃を目安にエアコンの設定温度を調節しましょう。また、冷気や暖気が逃げないようにカーテンやブラインドを閉める、扇風機やサーキュレーターを活用するなどの工夫をすると、より快適に過ごせます。



冷えすぎ、温めすぎは体にも環境にも良くないのダン!

2 使わないときは電源を落とそう

照明やテレビなどを使用しないときはこまめに電源を落としましょう。消し忘れ防止のためにタイマー機能やセンサー機能を活用すると、より効果的に取り組みます。



気をつけるだけで今すぐ誰でもできるエコなのダン!

3 再生可能エネルギーを活用しよう

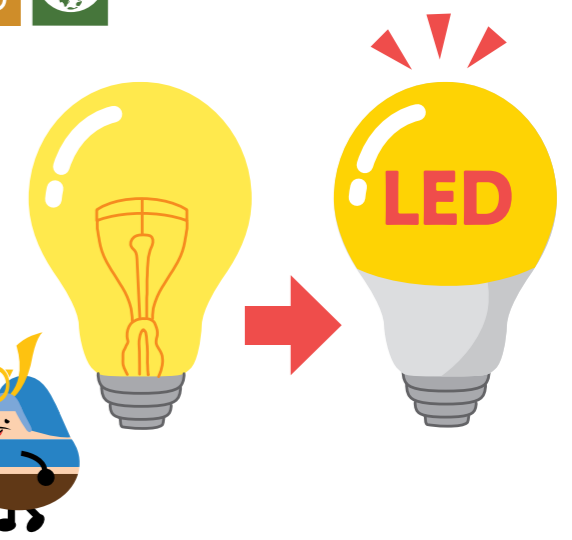
自宅に太陽光パネルや蓄電池を設置し、再生可能エネルギーを活用しましょう。電気代の削減になったり、災害時に停電になったときにも電気を使用することができます。



再生可能エネルギーは地球にも優しいのダン!

4 省エネ家電やLED照明を選ぼう

電化製品などを買う際は、省エネ型の製品を選択すると無理せず省エネに取り組むことができます。また、照明を交換するときは、LED照明に交換することで省エネにつながります。



省エネ家電は家計にも優しいのダン!

5 自然災害に備えよう

自然災害に備えて防災マップを確認し、自宅や学校、職場からの避難場所・避難経路を把握しておきましょう。また、非常持出品の定期的な更新や、大雨や台風などが発生したときの自分や家族の具体的な行動について考えておきましょう。



いつ起こるかわからない自然災害は事前の備えが大切なのダン!

6 熱中症対策に取り組もう

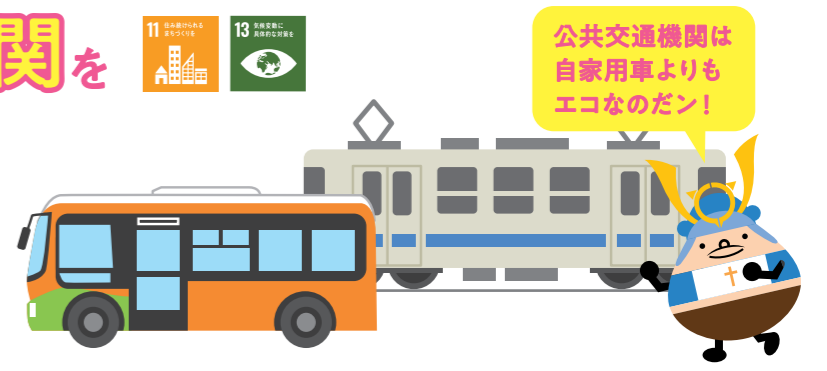
適切な水分・塩分補給、エアコンの活用、日傘や帽子の着用、こまめな休憩などを実施し、熱中症対策に取り組ましましょう。



夏の外出は必ず帽子をかぶるのダン!

7 公共交通機関を利用しよう

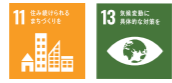
移動の際には、できるだけ公共交通機関を利用しましょう。電車やバスなどは自家用車と比べて環境に優しい乗り物です。



公共交通機関は自家用車よりもエコなのダン!

宇土市エコライフ 脱炭素な計画

8 自転車を使おう



自転車を積極的に活用しましょう。自転車は渋滞に巻き込まれない、燃料費がかからない、運動による健康増進というメリットがあります。

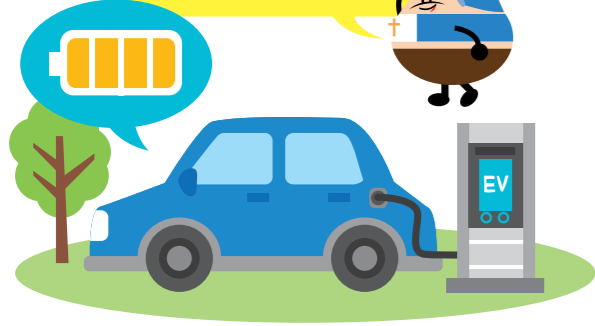


エコカーに変えるだけでエコに貢献できるのダン! さらにエコドライブで鬼に金棒なのダン!

9 自動車はエコカーとエコドライブを心がけよう



自動車を買うときは、電気自動車やハイブリッド車などのエコカーを選択しましょう。電気自動車は環境に優しいだけでなく、災害時の非常用電源としても活躍します。また、普段の運転ではふんわりアクセルやアイドリングストップなどのエコドライブを心がけましょう。



10 受取時間の指定や宅配ボックスを活用しよう



宅配便は受取時間帯の指定や、宅配ボックスを活用して1回で受け取り、再配達を減らしましょう。再配達を減らすことで、配達する人の負担軽減と再配達に係る車の温室効果ガスの削減につながります。



11 デコ活に取り組もう



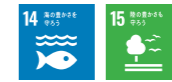
脱炭素を達成するためには、一人ひとりがライフスタイルを脱炭素型に転換することが重要です。省エネや断熱住宅、エコグッズ、食べ残しゼロ、テレワークなど、みんなでデコ活に取り組み、脱炭素につながる新しい豊かな暮らしを始めましょう。

※「脱炭素につながる新しい豊かな暮らしを創る国民運動」の愛称

宇土市エコライフ 共生な計画

日々の暮らしの中で生き物や自然と触れ合い、その役割や魅力について学ぼう。

1 日々の暮らしの中で自然に触れよう



宇土市にはいろいろな生き物が暮らす自然があります。毎日の暮らしの中で緑に目を向けたり、野菜や花を育てたりと身近な自然に触れましょう。



2 自然の中で生き物や生物多様性について学ぼう



自然体験や植林活動、自然環境調査などのイベントに積極的に参加し、自然の中で生き物や生物多様性について学びましょう。



3 野生生物と適切に付き合おう



野生生物に餌をあげたり、むやみに持ち帰ったりしないようにしましょう。また、野外で捕まえた生き物を自然にかえす際には必ず元居た場所に戻すようにしましょう。

4 特定外来生物を放流しないようにしましょう

特定外来生物は、地域にいる在来種の食料や生息環境を奪ったり、生態系に影響を及ぼすおそれがあります。ペットとして飼育しているアメリカザリガニやミシシippアカミミガメなどの特定外来生物を外に放流しないようにしましょう。



宇土の生態系をみんなで守るのダン!



宇土市エコライフ循環な計画

ごみを出さないエコなライフスタイルを目指そう。

1 ポイ捨てや不法投棄はしないようにしましょう

ポイ捨てや不法投棄は景観の悪化だけでなく、水質汚濁や土壌汚染、プラスチックによる海洋汚染などの問題につながっており、環境に様々な悪影響を及ぼします。家庭から出るごみは「宇土市ごみ出しルールブック」や「宇土市ごみ分別サイト(ごみサク)」を確認して、適正に処理しましょう。



2 ごみ出しのルールを守ろう

ごみはきちんと分別すれば資源に生まれ変わることができます。「ごみ出しカレンダー」を確認し、決められた場所・曜日・時間を守ってごみ出しをしましょう。



3 食品ロス^{*}を減らそう

食品ロスを減らすことは、環境にもお財布にも優しいです。商品を手前からとる、必要な量だけ購入する、食べきれぬ分だけ調理・注文するなど、食べ物を無駄にしないように努めましょう。また、生ごみ処理機を使って生ごみの堆肥化にも挑戦してみましょう。

*本来食べられるのに捨てられてしまう食品



余ってしまったら生産者にも申し訳ないのだん

4 3Rに取り組みよう

詰め替え製品を使って不要なごみの発生を抑える、いらなくなった衣類や製品は回収ボックスやフリーマーケットに出して長く使えるようにするなど、3R(ごみを減らす・再利用・リサイクル)に取り組みましょう。また、修理できるものは直して使いましょう。



5 使い捨てプラスチックを減らそう



ペットボトルやレジ袋、ストローなどの使い捨てプラスチックは、燃やすときに温室効果ガスを多く排出したり、海を汚しています。マイボトルやマイバッグなどを使用する、環境にやさしいバイオマス由来のプラスチックに切り替えるなど、できることから取り組みましょう。

マイボトルやマイバッグは使うと愛着がわくのだん



エコライフ間違い探し!

上下2つのイラストを見比べて間違いを5つ探そう!

答え: ①お店のレジ袋がエコバッグに変わっている ②売っている野菜が人参とネギ ③散歩している犬の犬種が違う ④風船をもちょう家族の母親が持っている ⑤飲み物のペットボトルがマイボトルになっている