

環境家計簿 (12か月分)

電気

・電力会社から届く「電気使用量のお知らせ」から記入します。

月	使用量 (kWh)	CO2排出量 (kg-CO2) 使用量 × 0.36	使用料金 (円)
記入例	666	239.76	11,830
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
合計			
平均			

ガス (都市ガス・プロパンガス) のいずれかに○をつけて下さい。

・ガス会社から届く「ガス使用量のお知らせ」から記入します。

月	使用量 (m ³)	CO2排出量 (kg-CO2) 使用量 × 2.1 (プロパンガスは6.3)	使用料金 (円)
記入例	39	81.90	6,184
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
合計			
平均			

水道

・上下水道料金を「水道ご使用量・料金のお知らせ」から記入します。

月	使用量 (m ³)	CO2排出量 (kg-CO2) 使用量 × 0.58	使用料金 (円)
記入例	71.4	41.41	7,147
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
合計			
平均			

灯油

・レシートを1か月ごとにまとめ、記入します。

月	使用量 (ℓ)	CO2排出量 (kg-CO2) 使用量 × 2.5	使用料金 (円)
記入例	80	200.00	4,000
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
合計			
平均			

ガソリン

・レシートを1か月ごとにまとめ、記入します。

月	使用量 (ℓ)	CO2排出量 (kg-CO2) 使用量 × 2.3 (軽油は2.6)	使用料金 (円)
記入例	45	103.50	4,275
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
月			
合計			
平均			

《ふりかえり》

取り組んだ期間を振り返って自己評価します。

●取り組み方法どおりに行動できましたか？
(あてはまる項目に○印をつけます。)

電気 1. ようできた 2. まあまあできた 3. 少ししかできなかった

ガス 1. ようできた 2. まあまあできた 3. 少ししかできなかった

水道 1. ようできた 2. まあまあできた 3. 少ししかできなかった

灯油 1. ようできた 2. まあまあできた 3. 少ししかできなかった

ガソリン 1. ようできた 2. まあまあできた 3. 少ししかできなかった

継続的に改善していきましょう！

※CO2排出量の係数出典：環境省「身近な地球温暖化対策」