

# ナマケモノにもできるアクションリスト

レベル1 ソファの上でできること	レベル2 家の中でできること	レベル3 外でできること	レベル4 クラスでできること
<p>①電気のむだ使いをやめよう コンセントのさしっぱなしには注意！</p> <p>②声を上げよう 住んでいる町や国に、人と地球にやさしい取り組みに参加するよう呼びかけよう</p> <p>③印刷はできるだけしない 紙をむだに使わず、節約すること！</p> <p>④照明を消そう テレビやコンピュータの画面は意外と明るいから、必要ない時にはそれ以外の照明を消しておこう</p> <p>⑤取り組みを調べよう 環境にやさしい取り組みをしている会社が見つかるよ</p> <p>⑥いじめを報告しよう また、SNSなどでいやがらせを見つけたら、その人に注意しよう</p>	<p>①短時間のシャワーを使おう お風呂につかると5～10分シャワーすることに比べて水が何十リットルも余計に必要なよ</p> <p>②食べられる量だけ買おう 期限内に食べられないものを買おうと食べ物もお金もむだになるよ</p> <p>③分別しよう 紙やプラスチック、ガラス、アルミなどをリサイクルできるようにごみを分けよう</p> <p>④まどやドアのすき間をふさいでエネルギーの効率を高めよう</p> <p>⑤エアコンの設定温度を冬は高め、夏は高めに設定しよう</p>	<p>①地元で作られたものを買おう 地域の会社や農家さんの作ったものを買おうと、運ぶトラックから出るガスを減らすことができるよ</p> <p>②ワケアリ商品を買おう 大きさや形、色がバラバラで食べられるのに捨てられてしまうような野菜や果物がたくさんあるよ</p> <p>③つめかえ可能なボトルを買おう むだがなくなるし、ボトルを買うよりも安くすむ場合も！</p> <p>④マイバッグを持とう 買い物ではレジ袋をこことわり、マイバッグを持ち歩こう</p> <p>⑤中古品を買おう 新品がいつも最高だとは限らないよ。中古品店からいいものを見つけてみよう</p>	<p>①相談相手になろう 困っている人の相だんに乗って、よりよい未来へつなげてあげよう</p> <p>②平等に接しよう 性別や年れい、人種、能力などに関係なく人はみんな平等だよ</p> <p>③教室のエアコン設定は省エネモードにしよう</p> <p>④クラスで企画しよう 環境に良いイベントをクラスで企画して、実際に取り組んでみよう</p> 