



たべものをはこぶ
エネルギーを
かんがえてみよう

わたしは福岡
私たちは福岡
うまれの福岡そだち。
とれたてだから新鮮で
栄養まんてんなのよ。



ハロー!
がいく
外国からたくさんの
たべものがきているけれど
ちか
近くでとれたものはないのかな?
さがしてみようよ。

ちさんちしょう
地産地消ってなあに?

じもとわたし
地元(私たちが住む地域)でとれたものは
じもと
地元で食べよう、ということだよ。
すぐ届から新鮮で、
はこ
運ぶためのエネルギーも少なくてすむよ。
じもと
地元でとれたものはおいしいエコなたべものなんだね。



ふくおか
福岡生まれ大集合!

おみせにきたら
さがしてね!

おいしいエコ
いっぱい
みつけたよ!

がんばったわね!

ママトン
わたしたちも
まけられ
ないね

ぼくたちにできることも
たくさんあるよね!

がんばったらエコトンシールをはってみよう!

- か
お買い物には
マイバックを
もっていこう
- しゅん
旬のものを
みつけよう
- ちか
近くで
とれたものを
えらんで買おう
- れいぞうこ
冷蔵庫は
すばやくしめよう
- たべのこ
食べ残しはしない



企画・編集・制作 福岡県地球温暖化防止活動推進センター(TEL092-674-2360) NPO法人 環境みらい塾 福岡県

ふくおか子ども環境家計簿 (食育編)

こども版

ストップ ザ 地球温暖化
ぼくとわたしのエコチャレンジ!



ぼくエコトン、ぼくといもうとの
ヒメトンは地球温暖化をとめるためにエコに
チャレンジすることにきめたんだ。
パパトン、ママトン、ぼくたちにまかせてね!



こどもたちだけで
だいじょうぶ
かな~?



ぼくたちは とってもくいしんぼう
「おいしいエコ」をさがしにでかけたよ。



ね、おにいちゃん
おいしいエコって
なにかしら?

まずは、1週間チャレンジする項目に○をつけてみよう! チャレンジしたもののうち、続けられそうなものに○をつけよう!

エコチャレンジシート

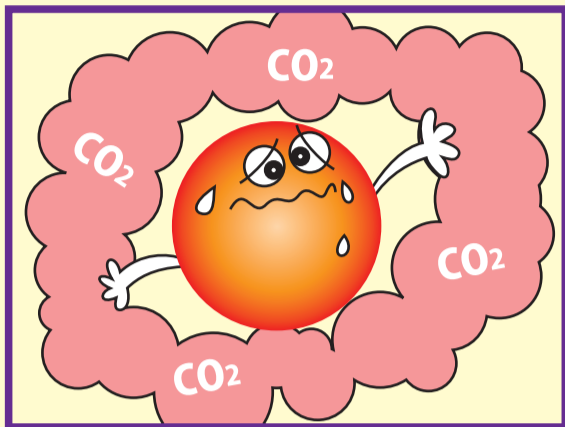
エコチャレンジ その1	新たに チャレンジする↓	今後も 続ける↓	エコチャレンジ その2	新たに チャレンジする↓	今後も 続ける↓
① 買ものにはマイバックをもって出かけます。			⑤ 冷蔵庫はすばやく開閉します。		
② できるだけ家族いっしょにごはんを食べます。			⑥ 冷蔵庫内の温度は季節に合わせて設定し直します。		
③ ごはんは残さず食べます。残った時は保存する等ごみにしない工夫をします。			⑦ 炊飯器や電気ポットの保温機能は使わないようにします。		
④ 旬のものや地元の食材を使います。			⑧ 家庭菜園やグリーンカーテンにチャレンジします。		

◆空欄には
取り組みたいものに○を付けてください。
○はいくつでも。
◆記入した後、シートを切り取り、配布された幼稚園、保育園、小学校へ提出してください。

おうちの人といっしょにチェックしてね。おとな版の『家族みんなでエコチャレンジ!』にも家族で取り組める項目があります。ぜひご覧ください。

<p>Q1 あなた自身の環境への関心は高まりましたか？</p> <p>1 とても高まった</p> <p>2 少し高まった</p> <p>3 高まらなかった</p>	<p>Q3 環境家計簿についてお子様から話題が提供されましたか？</p> <p>1 はい</p> <p>2 いいえ</p>	<p>Q5 エコ活動を家族と一緒に実践したいですか？</p> <p>1 思う</p> <p>2 やや思う</p> <p>3 あまり思わない</p> <p>4 思わない</p>	<p>小学校・幼稚園・保育園名</p>
<p>Q2 これまでの生活よりエコ活動は増えましたか？</p> <p>1 とても増えた</p> <p>2 少し増えた</p> <p>3 変わらなかった</p>	<p>Q4 家族で環境について話す機会が増えましたか？</p> <p>1 とても増えた</p> <p>2 少し増えた</p> <p>3 変わらなかった</p>	<p>Q6 今回の取り組みの感想などお聞かせください。</p> <p>自由記入欄</p> <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p>	<p>お子様の年齢</p> <p>才</p>

ご協力ありがとうございました。



ちきゅうおんだんか
「地球温暖化」ってしってるかい？

わたし す ちきゅう たいき なか
私たちが住んでいる地球の大気の中に

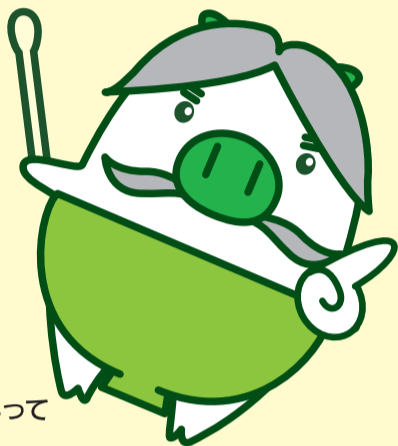
シーオーツ
CO₂（二酸化炭素）というガスがどんどんふえていって

ちきゅう いま シーオーツ あつ つつ
地球は今、CO₂の厚いおふとんに包まれてしまったんだ。

ほら、「あついあつい！」と悲鳴をあげているよ。

どうしたらいいのだろう？

エコ博士の減CO₂教室



たべものとエネルギーの巻

シーオーツ で しら
CO₂がどこから出てくるのか調べたら

たいへんなことがわかったよ。

わたし でんき つか で
なんと私たちが電気やガスを使うたびに出てきていたんだ！

でんき わたし せいかつ たいせつ
電気やガスは私たちの生活に大切なエネルギーだから

つか
使わないわけにはいかないね。でも… へらすことはできるかも？

おも だ とき でんき つか
ほら、思い出してごらんよ、どんな時に電気を使っているかな？

なくてもいいのに、むだづかいをしていないかい？

たべものがみんなに届くためにはたくさんのエネルギーが必要なんだ。

さあ、エネルギーのエコチェックをはじめよう。

つく はこ
作るため、運ぶためのエネルギーをチェックして「おいしいエコ」を見つけよう！

エコのたべものを選ぶことはCO₂をへらして

ちきゅうおんだんか おお
地球温暖化をストップさせる大きなチャレンジにもなるんだよ。

たべものをつくるエネルギーをかんがえてみよう

はる春

はる 春のたべものは ととの からだを整えてくれるよ。

シールをはろう！

シールをはろう！

シールをはろう！

なつ夏

なつ 夏のたべものは ひ からだを冷やしてくれるんだ。

シールをはろう！

シールをはろう！

あき秋

しよくよくあき 食欲の秋

シールをはろう！

もりもりたべて けんき からだ 元気な体をつくろう！

シールをはろう！

ふゆ冬

ふゆ 冬のたべものは からだあたためてくれるよ。

シールをはろう！

シールをはろう！

旬ってなあに？

みせ いちねんじゅう
お店には一年中なんでもあるけれど

いちばん いちばん えいよう
そのたべものが一番おいしくて、一番栄養があつて

たくさんとれる時期のことを旬というんだよ。

しゅん
旬のたべものはおひさまが育ててくれた

「おいしいエコ」のたべものだよ。



ぼくたちは夏が旬だけど
ハウスの中で冬生まれたよ。
中は暖房でいつも夏なんだよ。

