

見本



検針票に書いてある前年の使用量を記入しましょう。

検針票に書いてある今年の使用量を入力しましょう。

年	月	電気					ガス					水道					合計		
		前年使用量 (kWh)	今年使用量 (kWh)	前年CO ₂ 排出量 (kg-CO ₂)	今年CO ₂ 排出量 (kg-CO ₂)	今年の金額 (円)	前年使用量 (m ³)	今年使用量 (m ³)	前年CO ₂ 排出量 (kg-CO ₂)	今年CO ₂ 排出量 (kg-CO ₂)	今年の金額 (円)	前年使用量 (m ³)	今年使用量 (m ³)	前年CO ₂ 排出量 (kg-CO ₂)	今年CO ₂ 排出量 (kg-CO ₂)	今年の金額 (円)	前年CO ₂ 排出量 (kg-CO ₂)	今年CO ₂ 排出量 (kg-CO ₂)	今年の金額 (円)
4	5	69	188	33.741	91.932	5,015	23	19	49.910	41.230	3,456	11	10	5.940	5.400	1,843	89.591	138.562	10,314
4	6	87	75	42.543	36.675	2,031	21	18	45.570	39.060	3,274	13	9	7.020	4.860	1,659	95.133	80.595	6,964
合計		156	263	76.284	128.607	7,046	68	61	147.560	132.370	10,069	40.1	40.4	21.654	21.816	7,511	245.498	282.793	24,626

検針票に記載してあるご使用月を記入しましょう。

検針票に記載してある請求予定金額を記入しましょう。

計算した各CO₂排出量の合計を足したものを記入しましょう。

記入した各エネルギー金額の合計を足したものを記入しましょう。

記入した前年と今年使用量を基にCO₂排出量を計算し、該当する箇所に記入しましょう。
 【例】今年5月分
 電気：188 kWh×0.489 (CO₂排出係数)
 = 91.932 kg-CO₂
 ガス：32 m³×2.17 (CO₂排出係数)
 = 69.44 kg-CO₂
 水道：20.8 m³×0.54 (CO₂排出係数)
 = 11.232 kg-CO₂

取組の最後に各項目ごとの合計値を記入しましょう。



各エネルギーの二酸化炭素排出係数

	2021年	2022年
電気	0.489	0.489
ガス	2.17	2.17
水道	0.54	0.54

★ 二酸化炭素排出量の計算の仕方

【各エネルギーの使用量 × 各エネルギーの二酸化炭素排出係数】

で計算することで出ます。
 計算してご家庭でどのくらい二酸化炭素を排出しているか、数字でみてみましょう！



© シンエイ / 西東京市

環境家計簿の使い方

- 使用量をはじめとした各項目の記入をお願いします。
- 取り組んだ任意の月での記入をお願いします。
- 省エネに取り組んだ月の電気・ガス・水道の使用量及び金額を記入しましょう。
- 最低2ヶ月は取り組んで、省エネ行動がどれくらい二酸化炭素排出量に現れるのかを見てみましょう。
- 前年の使用量・二酸化炭素排出量とも比べてみましょう。
- 二酸化炭素排出量は【使用量×二酸化炭素排出係数】で算出します。
 (左に記載してある二酸化炭素排出係数と二酸化炭素排出量の計算の仕方を参照)
- 具体的な省エネへの取組内容はHPに記載しています。参考にしてください。
- できることから行動して省エネ行動に努めましょう。



できることから行動して、省エネに努めましょう！