

生活の記録表



2023年版

※赤枠内は教化部への報告にご利用ください

年間
合計

総CO₂排出量
(表の①～⑤を合算)

自然エネルギーによる
CO₂削減量 (表の⑥)

カーボンオフセット
購入量※

当年CO₂排出量

前年CO₂排出量

前年比

kg

kg

kg

kg

kg

kg

※“個人向けカーボンオフセット”を購入した場合は、そのオフセット量を記入してください。

※前年CO₂排出量、前年比はわかる方のみ記入してください。

契約している電力会社の係数をご記入ください。

2023年 月	電気		都市ガス プロパンガス		水道		灯油		ガソリン		自然エネルギー		
	買電量 (kWh)	CO ₂ 排出量 (kg)	使用量 (m ³)	CO ₂ 排出量 (kg)	使用量 (m ³)	CO ₂ 排出量 (kg)	使用量 (ℓ)	CO ₂ 排出量 (kg)	使用量 (ℓ)	CO ₂ 排出量 (kg)	発電量 (kWh)	売電量 (⑥) (kWh)	CO ₂ 削減量 (⑥×⑩) (kg)
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
合計		①		②		③		④		⑤			⑥
前年													

あなたのお住いの地域の大手電力会社の係数をご記入ください。その分のCO₂が削減できたと考えます。

「生活の記録表」の使い方

あなたのご家庭で1年間、どれだけのエネルギーを使い、どのくらいのCO₂を排出したかを記録し、前年と今年のCO₂排出量を比較してみましょう。ライフスタイルを見直し、前年より少しでも減らす工夫をしましょう。

この表の計算式

- 買電量のCO₂排出量 (①) = 買電量 × 契約している電力会社の排出係数
 - 各項目のCO₂排出量 (②～⑤) = 各使用量 × 各排出係数
 - 自然エネルギー発電の売電によるCO₂削減量 (⑥) = 売電量 × 地域の大手電力会社の排出係数
 - 自然エネルギー発電の電力使用量 (この記入欄はありません) = 発電量 - 売電量
- ※ 各CO₂排出係数は、環境省の公表値を使用してください。

自然エネルギーを活用しましょう。

