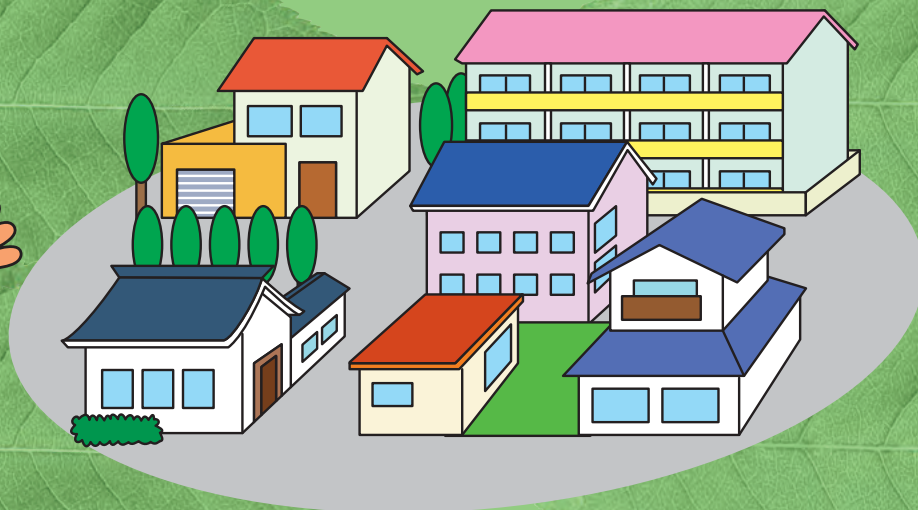


考えよう！

# 住まい方のくふう



## もくじ

- ① 家族は住まいでどのように生活しているだろうか … P.2～3
- ② 気持ちよい住まい方をくふうしよう … P.4～8
- ③ 環境を考えた住まい方のくふう … P.9～10
- ④ 住まいの中の安全を考えよう … P.11～13
- ⑤ 家族の生活と地域環境のかかわりを考えよう … P.14～17
- ★ やってみよう 住まい方のくふう … P.18～19

監修：東京学芸大学名誉教授 小澤 紀美子

家に帰ると、  
なんとなくホッとして  
安心するわ。



はるかさん

そうだね。特に家族がいるんな  
楽しい話をしたり、食事の後で  
のんびりしたりするとね。



ゆうたくん

## はじめに

「住まい」は、雨や風、暑さをふせぐだけでなく、食事や団らん、  
休養をしたり、子どもを育てたりする大切な場所です。家族  
が快適に、そして安全に過ごしていくためのさまざまなくふ  
うについて調べてみましょう。また、地域とのかかわりにつ  
いても考えてみましょう。

はるかさん「ところでゆうたくん、もう家庭科の調べ学習のテーマ決めた？」

ゆうたくん「住まいのことや家族の暮らし方についてでしょ。『あたたかくす  
るくふう』にしようかと思ってる。はるかさんは？」

はるかさん「まだなの。でも、きのう家族といっしょにそうじをしたのね。  
そのとき、『いろいろなよごれの落とし方』もいっかになって思っ  
たの。」

ゆうたくん「あっ。それいいね。今度調べたら教えてね。」

はるかさん「いいわよ。グループごとに、みんなで発表し合うのもいいわね。」

# 1 家族は住まいでどのよ

## 🏠 もっと知りたい住まいのこと

Q じょうずに整理・整頓するには？…… P.4

Q そうじの計画を立てるには？…… P.5

Q 夏はすずしく、  
冬はあたたかく過ごすくふうは？…… P.6～7

Q 勉強する部屋は、  
どのくらい明るくしたらいいの？…… P.8

Q 暖ぼうや冷ぼうの温度の目安は？…… P.8

Q なぜ、かん気をする必要がるの？…… P.8

Q 環境にやさしい  
エネルギーの利用って？…… P.9～10

# うに生活しているだろうか

Q 家庭内で起こりやすい事故は？…… P.11 ~ 12

Q 暖<sup>だん</sup>ぼう器具・ガス器具による事故をふせぐには？…… P.12



Q 「バリアフリー」ってどういうこと？…… P.12

Q 地震<sup>じしん</sup>には、どう備<sup>そな</sup>えたらいいの？…… P.13

Q ごみのしまつは、どうしたらいいの？…… P.14

Q どんなものがリサイクルできるの？…… P.15

Q 生活排水<sup>はいすい</sup>について知りたいのですが…… P.16



Q おとなりの人に「もう少し静かに」と言われないようにするには？…… P.17

Q 省エネルギー、省資源<sup>しげん</sup>のくふうは？…… P.17

# 2 気持ちよい住まい方をくふうしよう



## 家の身のまわりの整理・整とん

●整理・整とんのしかたを調べて、身のまわりの物を整理・整とんしてみましよう。

●ウォールポケット  
必要な小物が整理できて便利。

●プリント類は、**ファイル**にはさんで分けておく。

はるかさん。  
ここに出ている整理のしかたを見て、いろいろなくふうを試みたらいいよ。

●牛乳パックのえんぴつ立て

●引き出しの整理  
空きばこを使って区別する。

ぬの布をはる。

わたしの部屋は、遊び道具と学習道具がいっしょに置いてあるので、よくないみたい。ようし、お部屋を変身させよう!!



トライしよう!

身の回りの整理・整とんの計画を立てて、実行してみよう。

# 🏠 そうじの計画

● 住まいの中のおよぐれを調べて、自分でそうじできるところをさがして、そうじをしましょう。

**📌 トライしよう!**

- ① 家の中や家の外で、どんなところがよごれているかを調べてみよう。
- ② どのようなよごれがついているか、どのような原因かを調べてみよう。
- ③ それぞれの場所でどのそうじ用具を使ったらよいか考えて、右の図の空らんに入れてみよう。

**いろいろなそうじ用具**

電気そうじ機  
ほうき  
ちりとり  
化学そうきん  
はたき  
バケツとぞうきん  
スポンジ  
洗ざい  
ゴム手ぶくろ



**📌 トライしよう!**

自分でそうじができてそうなところをさがして、そうじの計画を立てて実行しよう。

- ① どこをそうじするかを決める。
- ② そうじのしかたを調べる。(家の人に聞くのもよい方法です。)
- ③ 実行する。
- ④ やってみて、気づいたことをまとめる。

ぼくは、計画を立てて、ふる場のそうじをしました。よくできたぞ。エヘン

友だちとそうじのしかたをおたがいに発表し合って、いろいろなそうじのしかたを調べるといいわね。

**「ふる」のそうじ実行計画カード**

○年 ゆうた

〈「ふる」のそうじを選んだ理由〉

- ・おふろに入るのがすきだから、きれいにするともっと気持ちがいいと思った。

〈計画〉

- ・土曜日の夕方にやる。
- ・道具はスポンジ、アカ落としの洗ざい

〈実行〉

- ・アカを落とすのは、力がいって大変だった。

〈反省・感想・気づいたこと〉

- ・きれいになって、お父さんに喜ばれた。
- ・また、環境をよごさないために、洗ざいを使いすぎないことも大切。(そのためには、よごれをためないようにすることが大切だと思った。)

毎週土曜日には、ふるそうじをしようかな。

ぜひ続けてください。 母より



● 近所の人たちと共同で利用する場所も調べてみよう。

**メモ**

- 【洗ざいの使い方】** ラベルの表示を読んで、次の点に注意しましょう。
- ① 使用目的に合った洗ざいを選ぶ。
  - ② 表示された使用量を守って、使いすぎに注意する。
- ★ 2種類以上の洗ざいをまぜて使うと、有害なガスが発生して危険です。
  - ★ 洗ざいが手など皮膚についたときは、十分に水で洗い流しましょう。
  - ★ 小さい子どもの手がとどかないところに保管しましょう。

▶▶▶ 整理・整とんやそうじで出たごみのしまつをきちんとしましょう。ごみの出し方は、14ページで調べましょう。

# 🏠 気持ちよい住まい方のくふう

● 気持ちよく、健康を考えた生活をするためには、<sup>へや</sup>部屋の温度、明るさなどが<sup>てきせつ</sup>適切になっていることが大切です。そのためは、どのようにくふうをしたらよいか考えてみましょう。

## 夏にすずしくらすくふう

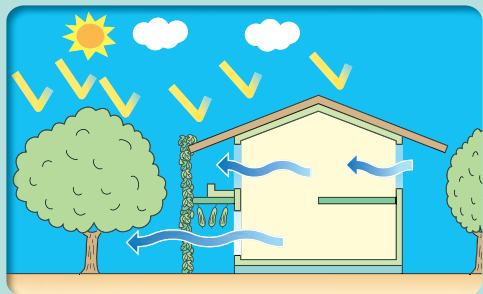
### 夏のくらし

すずしく住むためのくふうを考えて、話し合ってみましょう。

- 風通しをよくする。
- 冷ぼう器具をじょうずに使う。



- 窓を開け、風の入るところ、出るところを作って、風通しをよくする



- 窓に、すだれやブラインドなどの日よけをかける



- 窓のそばに緑の植物（へちま、きゅうり、朝顔など）を置く



- 玄関先などに、水をまく（打ち水）

## 緑のカーテン

日当たりのよい部屋は、夏になると、とても暑く感じられます。窓から太陽の光がさしこんで、壁や床をあたためるからです。

そこで、こんなくふうをしている学校があります。

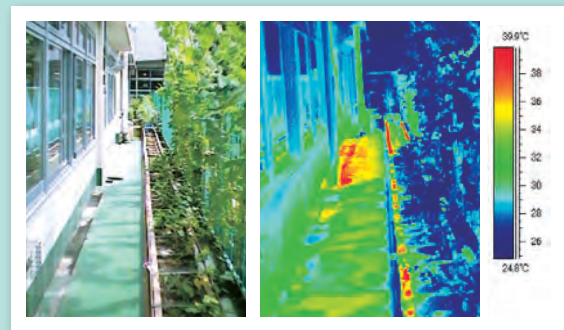
教室の窓のそばに、緑の植物を植えて、葉っぱが窓をおおうようにしたところ、室内の温度が下がりました。

植物が太陽の光を受けると、水分が蒸発します。その蒸散作用で、まわりの空気の温度が下がります。

緑の葉でできたカーテンは、自然のクーラーの役目をはたしてくれるのです。



東京都板橋区立板橋第七小学校の子どもたちが作った、緑のカーテン。



サーモカメラで見ると、カーテンのある場所の温度が低いことがわかる。

- 日本の中でも地域ちいまによって気候がちがうので、気持ちよく生活するためのくふうもちがいます。あなたの住んでいるところでは、どのようにくふうがされていますか。

どうしたら気持ちよく過ごせるかな。住まい方でずいぶんちがいがあるね。くふうしているところをさがしてみよう。



冷ぼうのしすぎは、体によくはないそうよ。自然を生かしたり、すずしい感じを出したりするくふうなら、わたしたちにもできそうね。

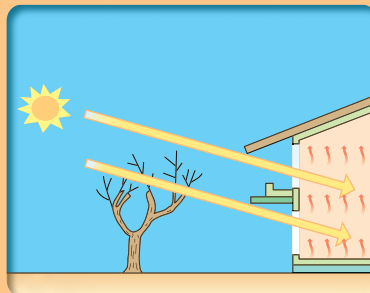


## 冬にあたたかくくらすくふう

### 冬のくらし

あたたかく住もうためのくふうを考えて、話し合ってみましょう。

- 日光を利用する。
- 暖ぼう器具をしょうずに使う。
- 保温のくふうを考える。
- かん気のしかたに注意する。

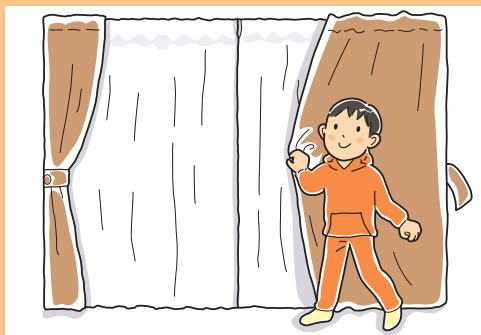


わたしにもできることがあったわ。カーテンのつけ方や布の種類ぬいでも、あたたかさがちがうのよ。いろいろくふうできそうで、楽しみだわ。

▶▶ 暖ぼう器具の事故防止は、12ページで調べましょう。



- ドアや窓は、きちんと閉める



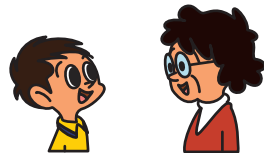
- 厚手のカーテンをする・雨戸やシャッターを閉めて、あたたかい空気を外へにがさない



- 1まい多く着たり、ひざかけなどをかける・じゅうたんやカーペットをしく

### トライしよう!

- ① 家庭では、夏と冬をむかえるときに、どのような準備をしているか調べてみよう。
- ② 家の人に聞いて、どのようにくふうをしているかをまとめよう。



### 住宅を建てるときのくふう

住宅を建てるのに使う断熱材たんねつざいや二重の窓ガラスは、熱が伝わりにくく、断熱効果があります。冷暖ぼう機を使ったときも、効率こうりつがよくなり、エネルギーを節約できます。



●気持ちよく住もうためには、どうしたらよいか調べてみましょう。

はるかさん「調べ学習のテーマは決まった？」

ゆうたくん「『あたたかくするくふう』にするつもりだったけど、『暖ぼうとかん気』について調べようかな。はるかさんは？」

はるかさん「わたし、視力が1.0から0.7になってしまったので、『明るさと照明』のことを調べようと思うの。」

ゆうたくん「それなら照度計を使うといいよ。先生に相談してみたらどうかな。」

はるかさん「ありがとう。みんな、どんなことを調べるのかしら。今から発表が楽しみね。」

ゆうたくん「そうだね。みんなで教え合ってくふうして、できることから自分の生活に生かしていきたいね。」

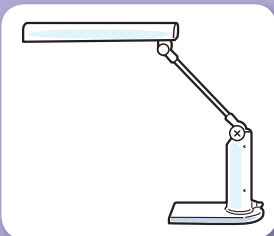


○年 はるか

「明るさと照明」

〈調べた理由〉

・わたしのクラスには、めがねをかけている人が多くいます。1学期の視力検査の結果、わたしの視力は1.0から0.7になってしまいました。その原因が明るさや照明に関係があるのではないかと考え、調べてみることにしました。



〈調べ方〉

- ・勉強する場所の明るさを照度計で計り、必要な明るさとくらべてみる。
- ・電気スタンドの置き方で、明るさがどう変わるか調べる。
- ・よごれた電球ときれいな電球で、明るさにちがいがあつかを調べる。



○年 ゆうた

「暖ぼうとかん気」

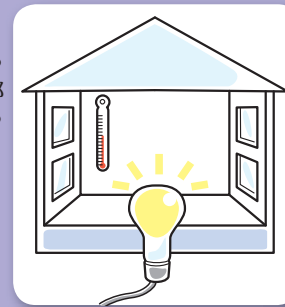
1. 暖ぼうについて

実験 ヒーターを使って、部屋の温度の上がり方を調べる。

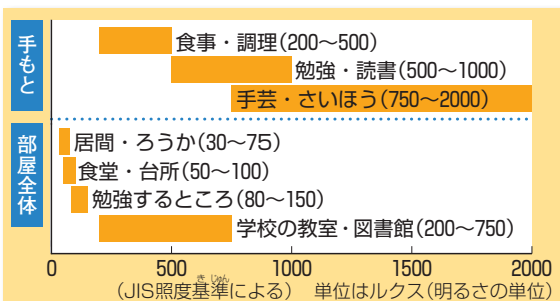
結果 住居模型の部屋をヒーターで10分間あたためると、24℃から40℃以上になった。(窓を全部閉める。)

2. かん気について

実験 おせんこうを使って、住居模型の部屋にけむりをじゅうまんさせる。



目的に合った照明と明るさ



メモ

【「ルクス」って何？】

明るさの単位です。かさのない100ワットの白熱電球から1メートル真下の明るさが約100ルクスです。人が地球上で体験できる最大の明るさは、真夏の晴れた日の直し日光で約13万ルクス、最低は星明かりの0.0003ルクス程度といわれています。

温度と湿度

わたしたちが快適に感じたり不快に感じたりするのは、温度や湿度などによって決まります。室内の気温・湿度は、日光や通風を利用したり、冷・暖ぼうの器具などを利用して調節することができます。

暖ぼうは17~22℃、冷ぼうは25~28℃を目安にするといいね。



トライしよう!

わかったことや、できることは、自分の家でもくふうして実行してみよう。

暖ぼう中は、1時間に1~2回窓を開けてかん気をしましょう。

かん気

- なぜ、かん気をするのか考えてみましょう。

【「かん気」ってどんなこと？】

住まいの中の空気は、人の呼吸、調理や暖ぼう、食べ物のにおいなどでよれるので、新鮮な空気を取り入れる必要があります。このように空気を入れかえることを「かん気」といいます。

メモ

- 1時間連続して使用した場合に必要な空気量

小型湯わかし器

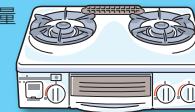
(ガス消費量  
11kW)

11.4㎡

ガスコンロ

(ガス消費量  
7.3kW)

7.6㎡



(社)日本ガス協会ホームページより



# 3

かんきょう

# 環境を考えた住まい方のくふう

## わたしたちの生活とエネルギー

### 地球温暖化のしくみ

温室効果ガスが適度な場合

太陽によってあたためられた熱が、たくさん宇宙へ放出され、適度な気温が保たれる。



温室効果ガスが濃い場合

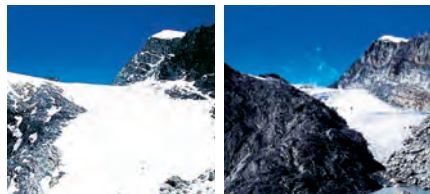
太陽によってあたためられた熱が、少ししか宇宙へ放出されず、気温が上昇する。



わたしたちの住む地球は、まわりを大気におおわれています。大気の中には、「温室効果ガス」とよばれるものがふくまれており、その動きによって、生物が生きていくのに適した気温（平均 15℃）が保たれています。近年、この温室効果ガスが濃くなってきたため、地球の平均気温がだんだん上がってきています。これを「地球の温暖化」といいます。

### 地球温暖化が進むと……

- 気温の上昇により、北極や南極などの氷がとけ、海面の水位が上昇する



温暖化で、溶けてきている氷河(左は1978年、右は1998年に撮影)

- 海拔の低い地域が海にしずむことによって、国土が失われる

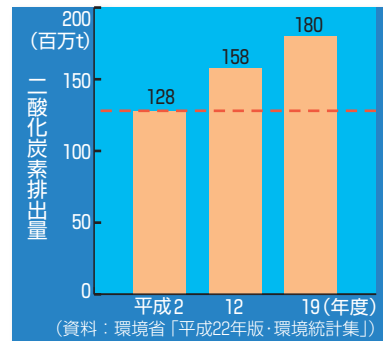


海面が高くなり、道路にまで水が入るようになった島

### エネルギーを大切にしよう

地球の温暖化をふせぐには、原因となる温室効果ガスを減らしていく必要があります。温室効果をもたすガスは数種類ありますが、なかでも代表的なのが二酸化炭素です。わたしたちの家庭からも、たくさんの二酸化炭素が出ていて、その量はふえ続けています。その原因は、わたしたちの生活が便利になって、電気製品などをたくさん使うことで、エネルギーの消費量がどんどんふえているためと考えられています。わたしたちひとりひとりが、エネルギーを大切に使い、使用量を減らすことによって、二酸化炭素の排出量を減らし、地球温暖化をふせぐことができるのです。

### ● 家庭から出る二酸化炭素のふえ方



### 二酸化炭素の減る量は1年間に

#### 省エネルギーにチャレンジ!

- 冷ぼうの設定温度を1℃上げると…………… **11.3kg**
- 冷ぼうを使う時間を、1日1時間減らすと…… **7.0kg**
- 暖ぼうの設定温度を1℃下げると…………… **19.8kg**
- 暖ぼうを使う時間を、1日1時間減らすと…… **15.2kg**

下のくふうで、合計 53.3kg の二酸化炭素を減らせませす。これは、直径 1m の風船約 55 個ぶんになります。

※外の気温が 31℃ の時、エアコン (2.2kW) の冷ぼう設定温度を 27℃ から 28℃ にした場合 (使用時間：1 日に 9 時間)

※設定温度が 28℃ の場合

※外の気温が 6℃ の時、エアコン (2.2kW) の暖ぼう設定温度を 21℃ から 20℃ にした場合 (使用時間：1 日に 9 時間)

※設定温度が 20℃ の場合

(資料：(財) 省エネルギーセンター)



わたしがエネルギーを大切にすれば、地球を守ることができるのね。よーし、やってみよう!



# 自然の力を借りた新しいエネルギー

## 温室効果ガスを出さない、新しいエネルギーの利用

わたしたちが生活に使う電力の半分以上は、火力発電によって作られています。火力発電所では、石油や石炭、天然ガスなどの化石燃料を燃やして電力を作り、二酸化炭素などの温室効果ガスを出しています。

温室効果ガスの排出量をへらして地球の温暖化をふせぐために、エネルギーの消費をおさえるほか、温室効果ガスを出さない、新しいエネルギーを利用することがのぞまれています。

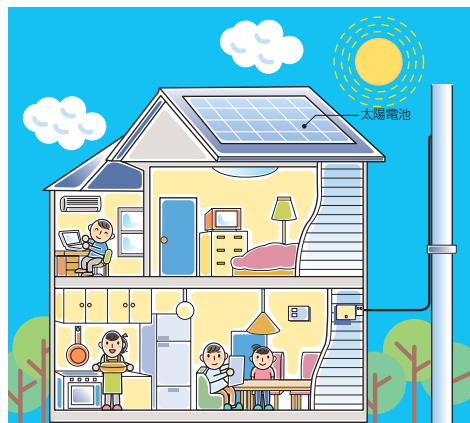
太陽の光や風など、自然の力を利用したエネルギーは、化石燃料を燃やさないエネルギーとして、注目されています。また、化石燃料のかわりになる、新しい燃料も開発されています。

### 太陽の力を借りる

#### ● 太陽光発電

建物の屋上や屋根に「太陽電池」をおき、太陽の光で電気を起こします。家庭で使う電気の半分以上を、まかなうことができます。また、あまった電気を電力会社に売ることができます。

太陽熱温水器



#### ● 太陽熱利用

家の屋根などにおいた太陽熱温水器で、水を温めてお湯を作り、お風呂や給湯に使います。また、お湯を循環させれば、床暖房などにも利用することができます。

### 風の力を借りる



風の力で風車をまわし、その回転運動を発電機に伝えて、電気を起こします。

北海道・青森・秋田などの海岸部や、沖縄の島々などでは、風力発電がさかに行われています。

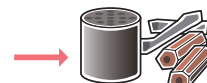
### 捨てていたものをエネルギーに利用

植物などの生物を、「バイオマス」といいます。自然を産業に利用したあとにでる、木くず・しぼりかす・草食動物のふんなど、今までごみとして捨てられることが多かったものを、燃料として再利用することがさかになってきています。これを「バイオマス燃料」とよんでいます。

#### バイオマス燃料の例



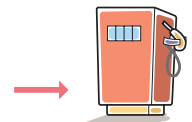
木くずや  
いらなくなった木材



固体燃料



さとうきびの  
しぼりかす



メタノール  
(アルコールの一種)

家畜のふん尿など

メタンガス

### 雪・氷の力を借りる



雪や氷の冷たい熱エネルギーを、建物の冷ぼりや、農作物などの冷蔵に使用します。冬に降り積もった雪や、水を冷たい外の空気で氷にしたものを保存して、利用します。

### 空気をよごさない新しいエネルギー

「水素」と「酸素」を化学反応させて、発電する装置です。利用する酸素は、大気中から取り入れます。発電後は水しか出ないので、空気をよごしません。発電と同時に発生する熱も、いかにすることができます。



家庭用に開発された燃料電池。冷蔵庫ほどの大きさで、家庭で使う電気を自分で作るすることができます。

# 4 住まいの中の安全を考えよう

## 住まいの中の事故防止

● 住まいの中では、どのような事故がどこで起こりやすいかを調べて、その防止方法を考えてみよう。

● 植木だなどや段ボールなどをベランダに置くと、転落事故につながります。

● 風呂場で起こる事故には、転とうとおぼれる事故が多くあります。

かいだん  
階段や風呂場などで、事故が多く起きているね。

● 電気のコンセントに物をさしこんで、感電する事故があります。

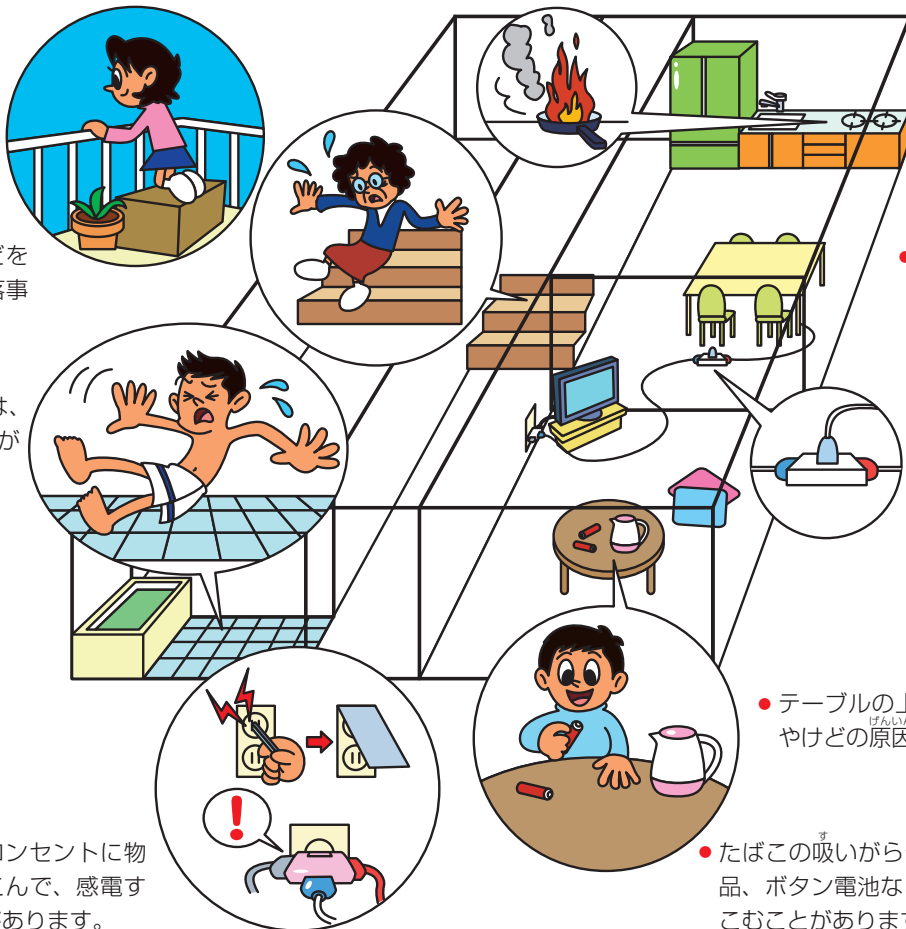
● こう配がきつかったり、1段ごとのふみ面がせまいと、足をふみはずす危険があります。

● 火を使って調理しているときに、なべに火が入ったり、衣服に火がつくことがあります。

● タコ足配線は、火災の原因になることがあります。

● テーブル上の電気ポットは、やけどの原因になります。

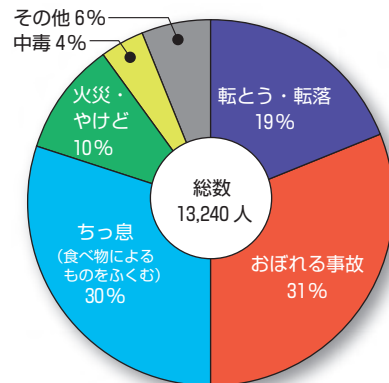
● たばこの吸いながらやボタン、けしょう品、ボタン電池などをあやまって飲みこむことがあります。



かさい  
火災を知らせる  
ほうち  
火災報知機も、  
必要だね。



### 家庭内の事故死の原因



(厚生労働省「人口動態統計」平成20年版より)

家庭内で起こった事故を種類別でみると、おぼれる事故、ちっ息、転とう・転落が多いそうよ。



トライしよう!

お年寄りや体の不自由な人の立場になって、身のまわりでどんな所がきげんかさがしてみよう。



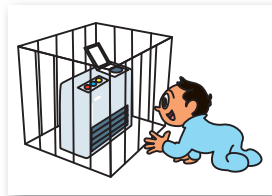
## 暖房器具・ガス器具の事故防止



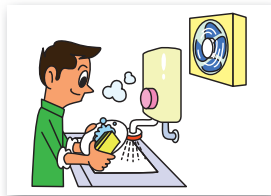
- 石油ストーブは、火を消してから注油する。



- まわりに燃える物を置かない。



- 赤ちゃんが近づけないようにする。

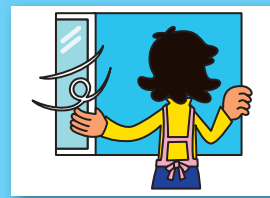


- ガス湯わかし器を使うときは、かん気を十分に作る。

## ガスもれに気づいたら…



- ① ガスせんを閉める。



- ② すぐに窓や戸を開ける。



- ③ メーターの元せんを閉める。



- ④ ガス会社に連絡する。



あわてないで！！



★かん気せんや電灯などのスイッチを入れると、ばく発の原因になります。

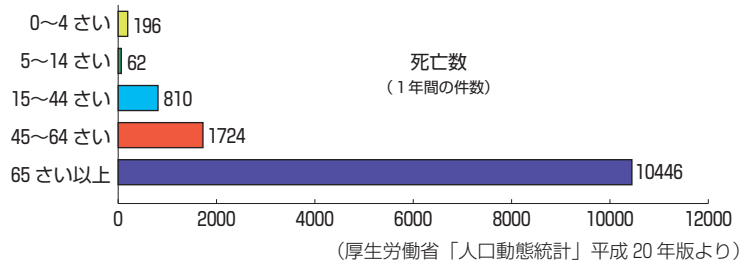
トライしよう！

ガス会社や電力会社から出ている事故防止のパンフレットなどを集めて、注意点を調べてまとめてみよう。

## お年寄りの事故防止

- お年寄りは、目や耳、足が弱ってくると、わずかな段差やかたむきが、大きなけがの原因になることがあります。住まいをどのように改善したらよいか考えてみましょう。

### 家庭内事故による年齢別死亡数



- 階段に手すりをつけたり、すべり止めのテープをはる。



- トイレやふる場に手すりをつける。



- 玄関やろうかなどの段差をなくしたり、小さくしたりする。

トイレやふる場、ろうかは、車いすやかい護する人が入れるように広くすることが理想ね。



### メモ

#### 【「バリアフリー」ってどういうこと？】

バリアフリーとは「障害のない」という意味で、お年寄りや体の不自由な人が安全に生活できるように、床の段差をなくしたり、手すりをつけたりするなどのくふうや、設備を整えることをいいます。

# さいがい そな たいさく 災害に備える心がまえと対策

●地震から身を守るために、日ごろからどんな備えをしたらよいか考えてみましょう。

- タンスなどの大型家具  
とめ金
- 食器だなや本だな  
とめ金  
ガラス飛散防止フィルム
- 家具の上や高いところの  
電気スタンドや花瓶
- ガス器具  
使用后、器具せんとガスせんを閉める。
- 家族での話し合い

ガラスがわれて、床に落ちていることもあるので、かい中電灯は手のとどくところに置いておくといいね。



トライしよう！

家の中や家のまわりで、地震が起きたときに危険な場所を調べて、家族と対策を話し合っておきましょう。

## 避難場所と非常持ち出し品

●リュックサックなどに用意しておく。

衣類  
かい中電灯  
けい帯ラジオ  
食料品  
飲料水  
救急ばこ  
雨具(防寒)  
洗面用具  
タオル  
ティッシュ  
マッチ

貴重品もすぐに持ち出せるようにしておく。

大きい地震では、電気・ガス・水道・電話などが使えなくなることもあるので、備えておくことが必要ね。



## はんしん あわじ だいにさい 阪神・淡路大震災

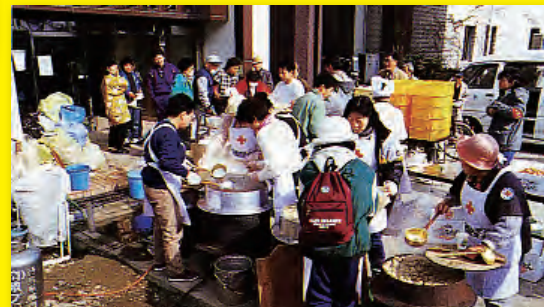
1995(平成7)年1月17日午前5時46分ごろ、兵庫県南部を大規模な地震がおそい、死者6,400人、負傷者41,500人をこえる大震災となりました。特に神戸市では被害が大きく、多くの家やビルがくずれ落ち、地震で発生した火災によって、多くの人々が家を失いました。

さらに、水道・ガス・電話などの「ライフライン」、高速道路・鉄道などの交通手段がまひしたことによって、都市の便利な生活が失われました。

この震災からわたしたちが学ぶべきなのは、日ごろから地震への備えを十分しておくこと、そして家族や地域の人たちで防災について話し合うことが大切だということです。



地震直後の神戸市内一大きなビルがくずれ落ちました。



ボランティアの活やく—多くのボランティアが各地からかけつけて、避難場所での手助けなどの活動にあたりました。

# 5 家族の生活と地域環境のかかわりを考えよう

ち い き か ん き ょ う

## ごみの出し方

- ごみの量は、日本全体で1年間に東京ドーム約137はい分、1日1人当たり約1.1キログラムにもなります。ごみを減らすには、どのようなことができるかを考えてみましょう。

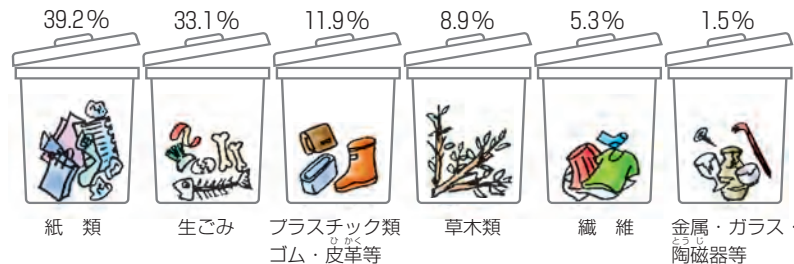
地域のルールにしたがってごみを出すことで、みんなが気持ちよく生活できるのね。



トライしよう!

あなたが住んでいる地域の「ごみの出し方」のルールを、役所のパンフレットなどを集めて調べてみよう。

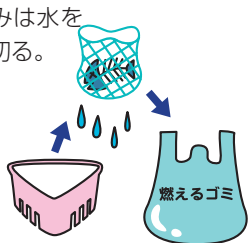
家庭ごみ(可燃)の重量による比率(東京都区分)



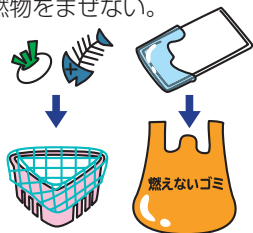
(「ごみれぼ23 2010」より)

## ごみの出し方

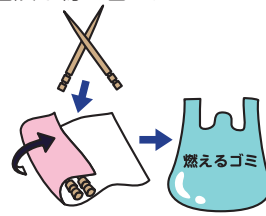
- 生ごみは水をよく切る。



- 不燃物をまぜない。



- 危険な物は包む。



料理のごみを減らそう!!

- 食べる物だけを必要な量買う。
- 野菜の切れはしや葉も、くふうして料理する。



キャベツ  
1/4



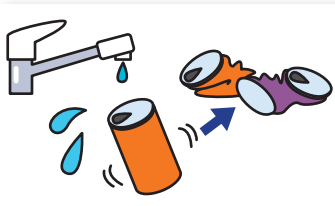
- 冷蔵庫の中をこまめに見て、食品をむだにしない。



家族の人に、ごみを出すときにはどんなことにいちばん注意しているか、聞いてみよう。



## 空きかんの出し方



- ①軽く水洗いする。
- ②アルミとスチールを分ける。
- ③つぶして分別回収に出す。

## 空きびんの出し方



- ①キャップをはずす。
- ②軽く水洗いする。
- ③ガラスびんの回収に出す。

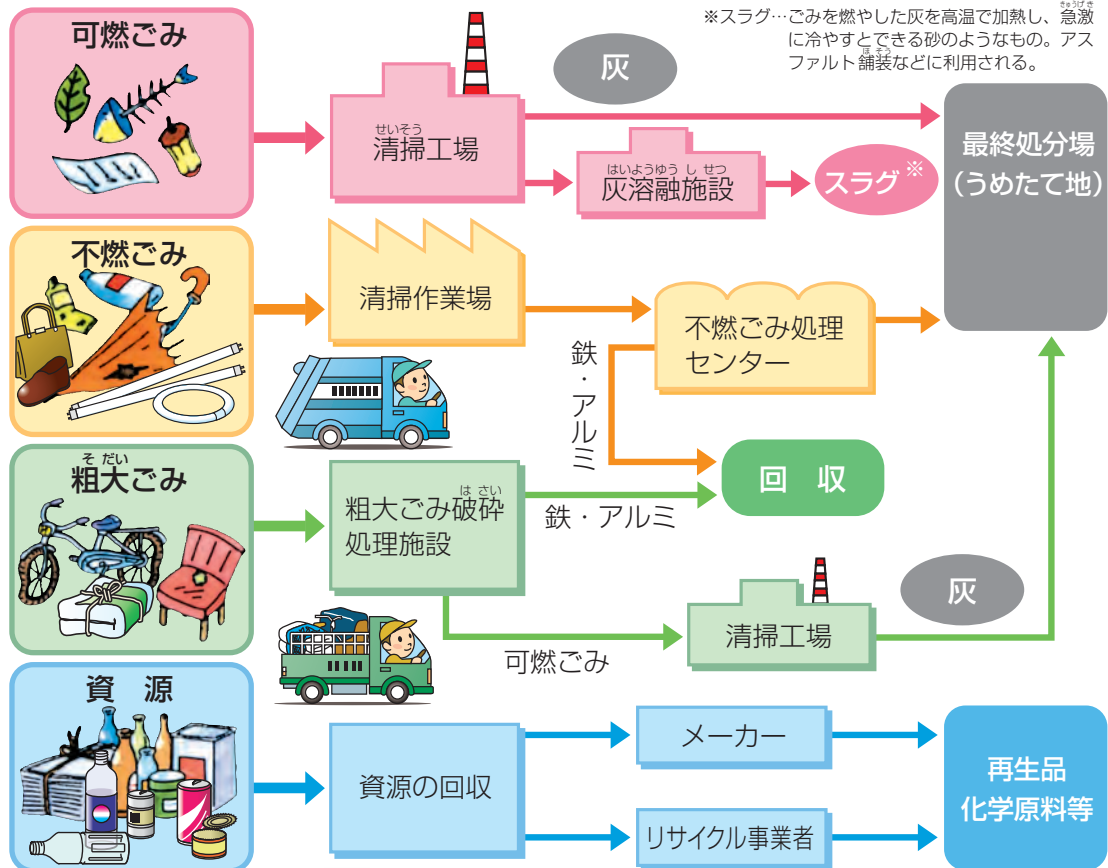
## ペットボトルの出し方



- ①キャップをはずす。
- ②ラベルをはがして、軽く水洗いする。
- ③つぶして分別回収に出す。

# ごみと資源の流れ

●家庭から出されるごみは、全部捨てられるわけではありません。分別されて、再利用されたり新しく生まれ変わったりします。



ごみのうち、50%以上はびんやかん、紙パックなどの入れ物なので、ごみを減らすためには、そのリサイクルが必要なのね。



## 不要品の活用



## ごみを減らすくふう



ガラスびんやペットボトル、ダンボールなどのほかに、洗たく機、冷蔵庫、エアコン、テレビも、法律でリサイクルすることが決められているね。

## リサイクルマークをさがしてみよう



# 生活排水の出し方

●わたしたちが台所やふる場で、食べ物のくずや食用油、石けんや合成洗ざいなどをふくんだ排水を流すと、川や海の水のよごれに大きく影きょうをあたえます。家庭から出る排水を、できるだけきれいにするには、どのようなくふうをすればよいでしょう。

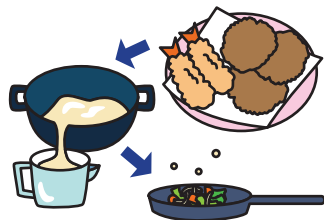
## こんなくふうがあるんだよ



●調味料は、必要な量だけ出して使う。



●食器のよごれをふき取ってから洗う。



●油は、できるだけ捨てないで使いきる。



●米のとぎ汁は、植木や草花にやる。



●流しのコーナーに水切りネットをつける。

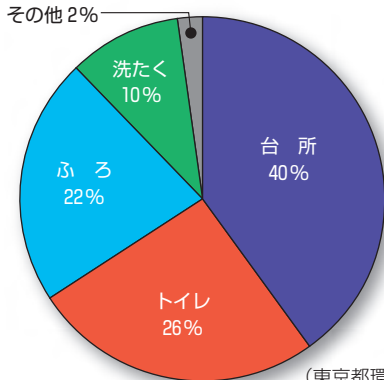


●みそ汁などは、残らないように量を考えて作る。



●洗ざいは、表示をよく見て必要な量だけ使う。

## 家庭から出る排水の割合



(東京都環境保全局資料より)

もしこれだけのものを排水に流したら…



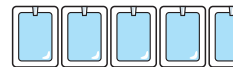
しょうゆ  
大さじ  
1 ぱい  
(15mℓ)



1.5 はい



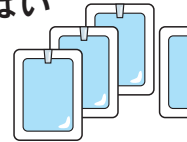
みそ汁  
おわん  
1 ぱい  
(200mℓ)



4.7 はい



てんぷら油  
(500mℓ)

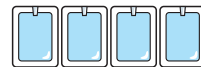


330 ぱい



米(3カップ)とぎ汁  
1 回目に出る分

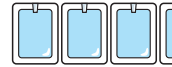
米の  
とぎ汁  
(500mℓ)



4 はい



ラーメンの  
汁  
(200mℓ)



3.3 はい



牛乳  
コップ  
1 ぱい  
(180mℓ)



9.4 はい

(国立環境研究所資料より)

よごれを減らすだけでなく、むだな水を流さないことも大事だね。



## トライしよう!

【水のおごれチェック】  
コーヒーのフィルターペーパーと、コップや空きびんなどを使って、ラーメンの汁などの水のおごれぐあいを調べてみよう。ペーパーにどんなおごれが残っているだろう。水が落ちる速さもくらべてみよう。





# 住みやすくするルールとマナー

## 身近なそう音

- アパートやマンションなどは、おとなりや、上と下とも接しています。気持ちよく生活するためには、おたがいにマナーを守ることが大切です。



音は、人によって感じ方がちがうので、相手のことをよく考えたいわね。

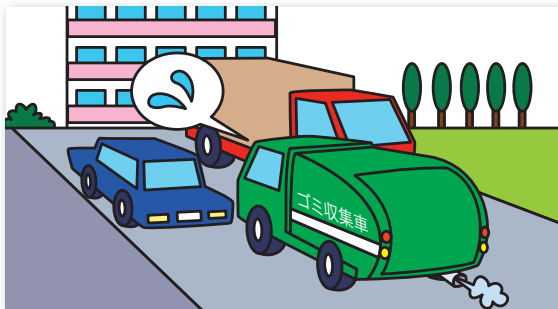


## 自転車の置き方・駐車のルール

- 駅前やマンションの入り口などに自転車を止めることで、歩行者の通行のじゃまになることがあります。



- 駐車違反の車があると、ごみ収集車や消防車が通れないことがあります。



### トライしよう!

あなたの地域で、ルールを守らずに自転車が置かれて、通行のじゃまになっている所がないか、調べてみよう。

駐車違反は、交通事故の原因にもなるので、絶対にやめてほしいね。

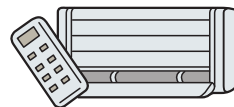


## 家庭でできる省エネルギーのくふう

- 次のようなちょっとした心がけで、大切な資源やエネルギーが節約できます。あなたや家族はどんなことを実行していますか？

▶▶▶ □にチェックしよう。

- 室温は夏は 28℃、冬は 20℃に設定する。
- エアコンやヒーターなどをつけるのは必要なおとだけ、時間は短めに。エアフィルターをこまめにそうじする。
- 照明器具は電球形蛍光灯などの省エネ型にかえ、点灯時間は短く。電球・かさのほこりや汚れを取る。
- テレビは見ないときは消す。消すときは主電源を切る。
- 冷蔵庫にはものをつめこみすぎない。ムダに開閉しない。設定温度を適切にする。
- ガス給湯器の設定温度は低めにする。
- 電子レンジを上手に活用し、ガスの使用を減らす。
- ガスコンロの炎は、鍋の大きさに合わせる。
- 電気ポットを長時間使わないときはプラグを抜く。
- 風呂は家族で続けて入り、シャワーは流したままにしない。
- 洗たくはまとめて、回数を少なくする。風呂の残り湯を使う。洗ざいは適量にする。
- そうじはあらかじめ部屋を片づけ、そうじ機をかける時間を短くする。ほうきなども活用する。



(資料：(財)省エネルギーセンター「家庭の省エネ大辞典」)



# やってみよう 住まい方のくふう



## 身のまわりの整理・整とんのくふう

● どんなくふうができるか、考えてみよう。▶▶自由にかいてみよう。

くふうしたいこと

くふうのしかた





# 夏・冬に気持ちよく生活 するためのくふう

● どんなくふうができるか、考えてみよう。▶▶▶自由にかいてみよう。

夏にくふうしたいこと

冬にくふうしたいこと



## おうちの方へ

「住む」ことは、人と人、人との・こと、人と空間、人と環境など、さまざまなかかわりのなかで成り立っています。

子どもたちがそういったかかわりを学び、考え、実践することで、社会のなかで多様な価値観と出会いながら、自らの住生活を想像し、夢や願いを実現していく力をつけることが、住教育の目標です。

この副読本では、自分や家族の生活と住まいとのかかわり、快適で安全な住まいについて、さらに、地域社会での人とのつながりや、住まいと環境について、学び、考えることができます。

ご家族で副読本をいっしょにご覧いただくことにより、「住まい方」について話し合う機会となるとともに、子どもたちが「住まい」についての理解を深めてくれることを願っています。

東京学芸大学名誉教授 小澤紀美子

平成22年10月発行

- 監修 小澤 紀美子(東京学芸大学名誉教授)
- 編集委員 尾上 健二/小谷野 茂美/佐藤 千恵子/  
中島 貴志子/新色 裕隆/藤原 孝子
- 企画・発行者 住生活月間実行委員会
- 編集・制作 株式会社 全教図  
〒170-0012  
東京都豊島区上池袋1-38-2  
電話 03-3917-0331
- 写真協力 (株)岩村アトリエ/板橋区立板橋第七小学校/(株)リブラン  
/京都館/旭化成建材(株)/日本板硝子(株)/能代市役所/  
チリウヒーター(株)/名古屋大学環境学研究科/舟形町役場  
/読売ニュース写真センター/(株)タクマ/パナソニック(株)
- イラスト 座間 陽子
- デザイン ハルスクリエイティブハウス