

おうちでチャレンジ! いずおかわデコ活チャレンジ

静岡市環境
キャラクター
デコモドリ

清水エスパルス
マスコットキャラクター
パルちゃん

S-PULSE



清水エスパルスと静岡市は、地球温暖化から未来を守る
エコな行動(デコ活)を広める活動を行っています。

地球温暖化の原因となる二酸化炭素を減らすために、みんなでデコ活にチャレンジしてみましょう!

グランプリ賞 1名 準グランプリ賞 2名 エスパルス特別賞 5名

賞品

受賞者にはエスパルスのホームゲームチケットやエスパルスグッズをプレゼント!

さらに、ハーフタイムピッチ1周イベントにもご参加いただけます! (ホームゲームは2/27or28 サンフレッチェ広島戦を予定)

チャレンジ内容

- 最初にデコ活にチャレンジする1週間を決めてね。
 - 裏面の応募用紙①②にやったことを書きこもう!
 - 最後に1週間の感想やこれからの目標を③に書いて応募しよう!
- ※①～③の内容を総合的に判断して受賞者を決定します。



応募資格

静岡市内の小学生(1人1回まで)

応募方法

裏面の応募用紙に必要事項をご記入のうえ、以下の送り先まで、郵送またはFAXにてお送りください。
または、裏面を写真に撮り、応募フォームからご応募ください。(写真が不鮮明な場合は郵送をお願い
する場合があります)

応募フォーム

応募
問い合わせ先

〒420-8602 静岡市葵区追手町5番1号
静岡市役所 環境局 GX推進課 政策係(静岡庁舎新館13階)
TEL. 054-221-1611 FAX. 054-221-1492



2026年
11月6日 必着



静岡市 × S-PULSE

私たちはデコ活を推進しています。

デコ活 とは...

二酸化炭素(CO2)を
減らすという意味の“DE”脱炭素
(Decarbonization)

+

環境に良いエコ
“Eco”な活動・生活

この2つを組み合わせた新しい言葉で環境省が推進する「脱炭素につながる新しい暮らしを創る国民運動」の愛称です。



S-PULSE
SDGs ACTION
地域と共に未来につなぐ



「しずおがデコ活チャレンジ」応募用紙

①・②のチャレンジ内容を記入してみよう! ③には感想や地球のためにがんばりたいことを書いてね!

① 1週間チャレンジ項目に取り組んで結果を記入しよう!

日付を記入してね。例:9月1日の場合は9/1

その日の点数をつけてね。

チャレンジ項目	チャレンジ前は できていた:○ できていない:×	チャレンジ期間	できた:2点、半分でできた:1点、できなかった:0点	できた:2点、半分でできた:1点、できなかった:0点	できた:2点、半分でできた:1点、できなかった:0点	できた:2点、半分でできた:1点、できなかった:0点	できた:2点、半分でできた:1点、できなかった:0点	できた:2点、半分でできた:1点、できなかった:0点	合計
冷房の温度を下げている時間を短くする(いつもより10秒短く!)									
使っていないシャワーを止める(いつもより1分短く!)									
家の人などにデコ活するように声をかける(声をかけた人数)									

自分でチャレンジ項目を決めて、取り組んでもOK!

今までできていなかったことにチャレンジしてみよう!

合計

70点

できる人はやってみよう!

◆1週間の二酸化炭素削減量を計算してみよう!(2点の日は1日、1点の日は0.5日で計算してね)

冷房の温度を下げている時間を短くする (日 × 8.2g) = g
シャワーをいつもより1分短くする (日 × 78.6g) = g

合計

削減!

※二酸化炭素削減量は資源エネルギー庁ウェブサイトの省エネポータルサイト(https://www.enecho.meti.go.jp/category/saving_and_new/saving/)を参考に算出。

② ごみを分別して、リサイクルBOXに出す前に重さをはかってみよう!(できるものだけでもOK!)

トレイ	ペットボトル	段ボール	新聞紙	雑誌	重さをはかった場合 → 各3点(最大15点) 重さをはかれなかった場合 分別できた→ 各1点 分別できなかった→ 0点
g	g	g	g	g	
☐ 分別できた ☐ 分別できなかった	☐ 分別できた ☐ 分別できなかった	☐ 分別できた ☐ 分別できなかった	☐ 分別できた ☐ 分別できなかった	☐ 分別できた ☐ 分別できなかった	合計 / 15点

※お家に体重計などがなくてはならない場合は「分別できた/分別できなかった」にチェックを入れてね。

③ 取り組んだ感想やこれからの目標(地球のためにがんばりたいこと)を書いてね!



工夫したことやむずかしかったことなど、なんでもOK!

名前	ふりがな	ペンネーム	学年	年生
住所	〒	電話番号		
		学校名		

※ご記入いただいた個人情報は、当事業目的にのみ使用させていただきます。