

LESSON

4

エコに貢献!? 環境家計簿でCO₂排出量計算



- ① こんな環境家計簿を作ろう…………… 89
- ② いらぬ罫線を削除しよう…………… 92
- ③ 複数のセルを結合しよう…………… 95
- ④ CO₂排出量を計算しよう…………… 98
- ⑤ 小数点の表示を調整しよう…………… 100
- ⑥ ワークシート「1月」を作ろう…………… 102
- ⑦ ワークシートをコピーして翌月の環境家計簿を作ろう… 103

1

こんな環境家計簿を作ろう

地球温暖化や異常気象など、ニュースでよく取り扱われる地球環境問題。身近な問題として考えていますか？ 自分自身の生活がどれくらい地球に負荷を与えているかを意識したことはありますか？

このレッスンでは、普段何気なく使っている電気・水道・ガスなどをCO₂排出量に置き換える計算をしてみましょう。CO₂排出量を算出する環境家計簿を付けることで、光熱費の節約やエネルギーの節約を考えてみましょう。

環境家計簿ってどうやって付けるの？

毎月家庭で使う電気・水道・ガス・ガソリンなどの使用量に、CO₂排出係数（二酸化炭素を出す係数）を掛けてCO₂排出量を算出します。



使用量は、領収証の「ご使用量」の欄から転記します。2か月分まとめて請求が来る水道の場合は、2分の1の使用量を記入します。

領収証のどの部分から転記するか確認しておきましょう。

◆電気

25年5月分	ご使用期間 検針月日 4月8日~5月9日 5月10日 (32日間)	ご契約種別 ご契約 従量電灯B 40A
ご使用量	451kWh	当月指示数 4081 前月指示数 3630 差 451
請求予定金額 (うち消費税等相当額)	10,994円 523円	計器乗率(倍) 取替前計量値 計器番号(下3桁) 293
基本料金 電 1段料金 力 2段料金 量 3段料金	1,092.00円 2,144.40円 4,114.80円 3,643.63円	
上記料金内訳		昨年5月分は30日間で 390 kWhです。 当月分は燃料費調整を行いません。

使用量(kWh)

◆ガス

25年5月分	検針月日(日数) 5月10日(30日)	口座振替予定日 5月18日
ご使用期間 4月11日~5月10日	ご契約種別 一般契約	請求予定金額 6,922円 (内ガス料金分消費税) 330円
ご使用量 46m ³	今回指示数 1651	ガス基本料金 1,110.90円 ガス従量料金 5,811.10円
前回指示数 1605	メーター番号 [不明]	料金内訳
次回検針予定日 6月13日	前年同月使用量 40m ³ (32日)	
前月使用量 42m ³ (27日)	前年同月使用量 42m ³ (27日)	
適用単位料金には地球温暖化対策税「0.21円/m ³ 」を含みます。		

使用量(m³)

◆水道

水道・下水道ご使用量等のお知らせ Notice of your water and sewage consumption	
ご使用月分 25年4月~25年5月分	ご毎月検針日 3月11日~5月2日(検針日)
① 今回指針	891 m ³
② 前回指針	831 m ³
③ 差引使用量 ⁽¹⁾⁻⁽²⁾	60 m ³
④ 日本一削減電量	m ³
⑤ ご使用量	60 m ³
水道	7,742 円
下水道	5,908 円
うち環境税等当額	369 円
今回料金 (Net Bill)	13,650 円
うち環境税等当額	60 円
次回検針予定日	6月14日
前回使用水量	58 m ³
前年同月使用水量	57 m ³

使用量(m³)



Coffee Break

CO₂排出量を削減するには?

具体的にどうしたらCO₂排出量が減るんだろう? と思っているあなた。冷房の設定温度を1度上げる、使わない電化製品のコンセントは抜く、長時間停車する場合は車のエンジンを切るなど、手軽に始められることから行動に移してみてください。環境家計簿のCO₂排出量に少しずつ反映されてくるはず。前月と比較する、前年の同月と比較するなどして、光熱費の使い方を振り返ってみてください。1世帯あたりのCO₂排出量の平均は、年間約5,500kgといわれています。自分なりに努力目標を立てて、少しずつCO₂削減に取り組んでみてください。CO₂排出量を削減すると、経費の節約にもなりますよ。

完成イメージを確認しよう

次のような環境家計簿を作りましょう。

※エクセルを起動し、新しいブックを作成しておきましょう。

●ワークシート「1月」

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	
1	我が家のCO2排出量										
2	2013年1月分										
3											
4	項目	支払金額	使用量		CO2排出係数			CO2排出量			
5	電気	¥10,994	451 kWh	×	0.43	=		193.93 kg-CO2			
6	水道	¥6,825	30 m ³	×	0.23	=		6.90 kg-CO2			
7	都市ガス	¥6,922	46 m ³	×	2.20	=		101.20 kg-CO2			
8	LPガス		m ³	×	6.00	=		0.00 kg-CO2			
9	灯油		ℓ	×	2.50	=		0.00 kg-CO2			
10	ガソリン	¥8,640	54 ℓ	×	2.30	=		124.20 kg-CO2			
11	合計								426.23 kg-CO2		
12											

●ワークシート「2月」

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	
1	我が家のCO2排出量										
2	2013年2月分										
3											
4	項目	支払金額	使用量		CO2排出係数			CO2排出量			
5	電気		kWh	×	0.43	=		0.00 kg-CO2			
6	水道		m ³	×	0.23	=		0.00 kg-CO2			
7	都市ガス		m ³	×	2.20	=		0.00 kg-CO2			
8	LPガス		m ³	×	6.00	=		0.00 kg-CO2			
9	灯油		ℓ	×	2.50	=		0.00 kg-CO2			
10	ガソリン		ℓ	×	2.30	=		0.00 kg-CO2			
11	合計								0.00 kg-CO2		
12											

データを入力しよう

データを入力しましょう。

① 次のようにデータを入力します。

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	我が家のCO2排出量									
2	2013年1月分									
3										
4	項目	支払金額	使用量		CO2排出係数			CO2排出量		
5	電気	10994	451 kWh	×	0.43	=		kg-CO2		
6	水道	6825	30 m ³	×	0.23	=		kg-CO2		
7	都市ガス	6922	46 m ³	×	2.2	=		kg-CO2		
8	LPガス		m ³	×	6	=		kg-CO2		
9	灯油		ℓ	×	2.5	=		kg-CO2		
10	ガソリン	8640	54 ℓ	×	2.3	=		kg-CO2		
11	合計							kg-CO2		
12										


※「m³」は「りっぽうめーとる」と入力して変換します。

※「ℓ」は「りっとる」と入力して変換します。

※「kg」は「きろぐらむ」と入力して変換します。

※「×」は「かける」と入力して変換します。


※「×」「＝」「kg-CO2」はオートフィルを使ってコピーすると効率的です。




「kg-CO2」はオートフィルを実行後、 (オートフィルオプション) から《セルのコピー》を選択します。

2

いらない罫線を削除しよう

いったん引いた罫線を削除するには、どうしたらいいでしょう。



すべての罫線を削除するには、 (下罫線)の  から《枠なし》を選択します。

部分的に削除するには、 (下罫線)の  から《罫線の削除》を選択します。《罫線の削除》を選択すると、マウスポインターの形がになるので、消しゴムで消すように罫線をなぞって消していきます。必要のない罫線は消して、見栄えのする表にしましょう。

部分的に罫線を削除しよう

まず、セル範囲【A4:I11】に格子の罫線を引きましょう。

次に、C列とD列、E列とF列、F列とG列、H列とI列の間にある罫線を削除しましょう。

- ① セル範囲【A4:I11】を選択します。
- ② 《ホーム》タブを選択します。
- ③ 《フォント》グループの  (下罫線)の  をクリックします。
- ④ 《格子》をクリックします。

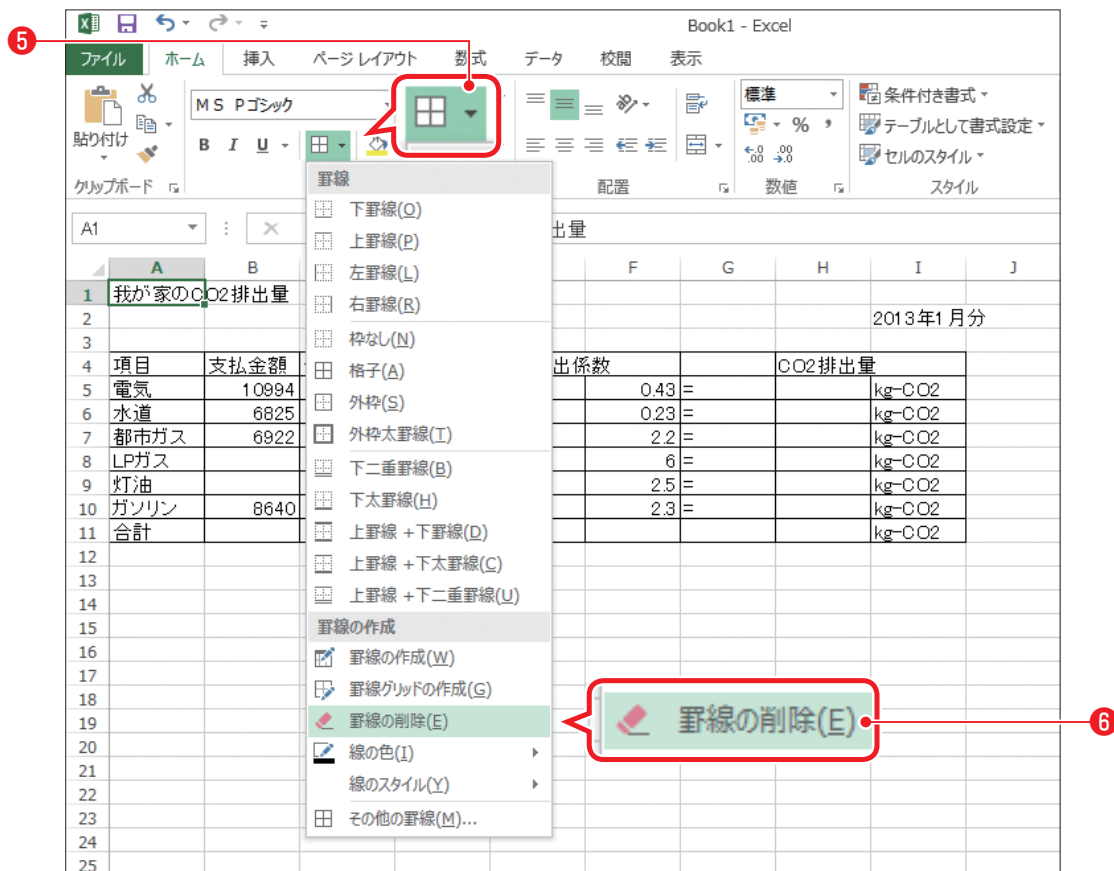


※選択を解除しておきましょう。

⑤ 《フォント》グループの  (格子)の  をクリックします。

⑥ 《罫線の削除》をクリックします。

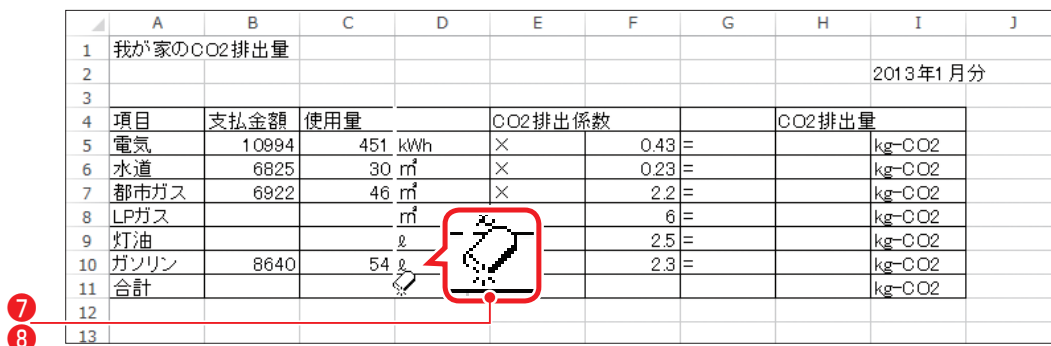
※ボタンが緑色になります。




⑦ マウスポインターの形が  に変わります。

⑧ 図のように、C列とD列の間の罫線の上をドラックします。

※ドラッグした部分が白く表示されます。



- 9 罫線が削除されます。
 - 10 同様に、E列とF列の間、F列とG列の間、H列とI列の間の罫線を削除します。
 - 11 《フォント》グループの  (罫線の削除) をクリックします。
- ※ボタンが標準の色に戻ります。



ためしてみよう

- 1 B列、C列、H列の列幅を12に設定しましょう。
- 2 D列、E列、G列の列幅を4に設定しましょう。

1	我が家のCO ₂ 排出量						2013年1月分			
4	項目	支払金額	使用量	CO ₂ 排出係数		CO ₂ 排出量				
5	電気	10994	451 kWh	×	0.43 =	kg-CO ₂				
6	水道	6825	30 m ³	×	0.23 =	kg-CO ₂				
7	都市ガス	6922	46 m ³	×	2.2 =	kg-CO ₂				
8	LPガス		m ³	×	6 =	kg-CO ₂				
9	灯油		ℓ	×	2.5 =	kg-CO ₂				
10	ガソリン	8640	54 ℓ	×	2.3 =	kg-CO ₂				
11	合計					kg-CO ₂				

ためしてみよう 解答

- 1
 - ① 列番号【B】から列番号【C】を選択
 - ② 選択した列を右クリック
 - ③ 《列の幅》をクリック
 - ④ 《列幅》に「12」と入力
 - ⑤ 《OK》をクリック
 - ⑥ 列番号【H】を選択
 - ⑦ **F4**を押す
- 2
 - ① 列番号【D】から列番号【E】を選択
 - ② 選択した列を右クリック
 - ③ 《列の幅》をクリック
 - ④ 《列幅》に「4」と入力
 - ⑤ 《OK》をクリック
 - ⑥ 列番号【G】を選択
 - ⑦ **F4**を押す