LESSON

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 いらない罫線を削除しよう	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





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CO。排 出量に置き換える計算をしてみましょう。CO。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 👹 👷 🦉 🦉 🦉 25年5月分 🕷 🏘 🖉	4月 8日~5月 9日 5月10日 (32日間) 451kWh	ご契約種別 ご 契 約	<u> </u>	
- 注示 - - - - - - - - - -	10,994 523 1,092.00 2,144.40 4,114.80 3,643.63	当月指示数 前月指示数 引 計器乘率(倍) 取替前計量值 計器番号(下3桁)	4081 3630 451 293	
金肉	0, 040. 001)	昨年5月分は30日間で 当月分は燃料費調整を	* 390 kWhです。 	

◆ガス

25年 5月分			様								
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								
ご使用量	46 m ³	請求予定金額	6,922円								
今回指示数	1651	(内ガス料金分消費税)	330円								
前回指示数	1605	ガス基本料金	1,110.90円								
		ガス従量料金	5,811.10円								
メーター番号	100 City (100 City)	料									
次回検針予定日	6月13日	贵									
前年同月使用量	40m ³ (32日)	訳									
前月1史用重		-									
週用単12料金にに	よ地球温暖16対東祝 今ユキオ										
10.21(J/m J 2	3075 30										
	使	ē用量(m ³)									

◆水道

水道・下水道 Notice of your	ご使用量等のお知らせ water and sewage consumption
25年 4月~25年 5月	分 3月11日~ 5月12日 (_{検針日})
◎ 今回招針	891
◎ 前回指針	831*
③ 差引使用量 ^{30-∞}	6 0 m ²
30 日メータ(使用量)	
◎ ご使用量 20+00	60 m ³
水道	7.742円 下水道 5.908 F
うち消費機相当額(369 _{HE}) (281 j
⊗ 今回料金 Next Eill	13, 65 <mark>0</mark> 円
うち消費税相当税	(⁶ 50 _H)
米常常米	※回検針 6月14日
**	H solatestateste
·*********	
前回使用水量	58 _m 前年同期使用水量 57



Selfer 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です。 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」

	Α	В	С	D	E	F	G	Н	Ι	J
1	我が家	のCO2排	出量							
2								20	13年1月分	
3										
4	項目	支払金額	使用量		С	O2排出係	故	CO2排出	出重	
5	電気	¥10,994	451	kWh	Х	0.43	=	193.93	kg-CO2	
6	水道	¥6,825	30	m	X	0.23	=	6.90	kg-CO2	
7	都市ガス	¥6,922	46	m	X	2.20	=	101.20	kg-CO2	
8	LPガス			m	X	6.00	=	0.00	kg-002	
9	灯油			l	X	2.50	=	0.00	kg-CO2	
10	ガソリン	¥8,640	54	l	X	2.30	=	124.20	kg-002	
11			合計					426.23	kg-CO2	
12										
4	•	1月 2月	(+)							

●ワークシート「2月」

	Α	В	С	D	E	F	G	Н	Ι	J
1	我が家	のCO2排	出量							
2								20	13年2月分	
3										
4	項目	支払金額	使用量		C	O2排出係	数	CO2排出	出重	
5	電気			kWh	X	0.43	=	0.00	kg-002	
6	水道			m	X	0.23	=	0.00	kg-CO2	
7	都市ガス			m	X	2.20	=	0.00	kg-CO2	
8	LPガス			m	X	6.00	=	0.00	kg-002	
9	灯油			l	X	2.50	=	0.00	kg-CO2	
10	ガソリン			l	X	2.30	=	0.00	kg-002	
11			合計					0.00	kg-CO2	
12										
-	•	1月 2月	+							

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	В	С	D	E	F	G	н	I	J
1	我が家のC	O2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	ł	
5	電気	10994	451	kWh	×	0.43	=		kg-002	
6	水道	6825	30	m	×	0.23	=		kg-002	
7	都市ガス	6922	46	m	×	2.2	=		kg-002	
8	LPガス			m	×	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-002	
12										

※「㎡」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ー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。

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、(一・)(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、(一・)(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、(こなるの 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。

● 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。

	x∎	5	- 0								E	Book1	- Exc	el					
0_	771	(ル ホ	-L	挿入	^−	ジ レイアウト	数式	デー	9	校閲	表	示							
G		× ×	M	S P Tiewh				\equiv	=	_ % -		-	標準		-	習 条(牛付き書	式 *	
	貼り作	- 🖻 -	B	7 11				_			= 6		<u>ان انا</u>	%	9	W テ-	-ブルとし	(書式設定	
	*		Б	<u> </u>				=	- 1	7	- -	= *	€0 .00 -	.00 •.0		🐷 セノ	しのスタイ	ルー	
	クリッフ	プボード い	al 👘		113	έλ.				配置		- G	数	値	- Fai		スタ1	01	
	0.0		-			下罫線(<u>O</u>)			-										
	A4		*	:		上罫線(<u>P</u>)			-										
		Α		В		左罫線(<u>L</u>)				F		G			H		Ι	J	
	1	1 我が家のCO2排出量			右罫線(R)			6											
0—	2					+1.+1. (51)			2	H I	格	70	A) •			201	3年1月	分	
	3		-	十十) (公内石		作ぶい(<u>N</u>)			11			2 12	-/	~~~	44E (1)	E			`
	4	□ 田 ● ●	2	21.0004		格子(<u>A</u>)			ш.,		40 -			002	19F (T	1里	0.02		
	5	水道		6825		外枠(<u>S</u>)				0.	+3 -					kg-i	0.02		
	7	都市ガン	2	6922		外枠太罫線(]	[)			2	2 =	-				kg-l	0.02		
	8	LPガス				下一舌罫線(2)				6 =	-				kg-i	002		
	9	灯油					2)			2	.5 =	-				kg-I	0.02		
	10	ガソリン		8640		► 太卦級(<u>日</u>)				2	:.3 =	:				kg-1	0.02		
	11	合計				上罫線 +下罫	F線(<u>D</u>)									kg-I	002	ļ	
	12					上罫線 +下ス	、罫線(<u>C</u>)		_										
	13					上罫線 +下二	二重罫線(し	J)	-		_								

※選択を解除しておきましょう。

⑤ 《フォント》グループの田・(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。

💹 🔒 🍤 T 🖓 T			Book1 - Exc	cel		
ファイル ホーム 挿入	ページ レイアウト 数式 データ	7 校閲 君	長示			
		■ = ≫ • = = € ≠=	標準 ● ● ● ● ● ● ●	• % •	■ 電条件付き書す ■ テーブルとして	式 ▼ 書式設定 ▼
	罫線	#1 ***	- 00.	→ .0	☆ ビルルスタイル フトノ	
A1 • : ×	□ 下罫線(Q) □ 上罫線(P)		181 32		A91.	ν
AB	□□□ 左罫線(L)	F	G	н	Ι	J
1 我が家のCO2排出量					2013年1日	슈
3	枠なし(N)				2010-17]	,,,
4 項目 支払金額	田 格子(A)	出係数		CO2排出	量	
5 電気 10994	—————————————————————————————————————	0.43	=		kg-CO2	
<u>6</u> 水道 6825		0.23	=		kg-CO2	
<u>7 都市ガス 6922</u>		2.2	=		kg-CO2	
	- 🔤 下二重罫線(<u>B</u>) -	0	-		kg-002	
9 バルロ 10 ガンリン 8640	下太罫線(H)	2.0	=		kg=0.02	
11 合計					kg-CO2	
12					Ŭ.	
13						
14						
15	罫線の作成					
16	- 🗹 罫線の作成(<u>W</u>) -					
18	□ []→ 罫線グリッドの作成(<u>G</u>)					
19	野線の削除(E)	< 🥒	罫線の肖	(E)	•	
20				20020(<u>=</u>)		
21						
22	初500人ダイル(工) ▶					
23	田 その他の罫線(<u>M</u>)					
24						

マウスポインターの形が、こで変わります。
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自く表示されます。

	Α	В	С	D	E	F	G	Н	I	J
1	我が家のC	O2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	×	0.23	=		kg-CO2	
7	都市ガス	6922	46	m	\times	2.2	=		kg-CO2	
8	LPガス			m 🗖		6	=		kg-CO2	
9	灯油				\neg	2.5	=		kg-CO2	
10	ガソリン	8640	54	z 4 (),		2.3	=		kg-CO2	
11	合計								kg-CO2	
12										
13										

7 8 9 罫線が削除されます。

● 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。
 ● (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。

	X	5-	⊘∓					Book1 - Exc	cel		
A	771	ハルホーム	挿入	ページレイフ	± ₩式	データ	校閲表	示			
U	貼り作 クリップ	עלי ייש ייש ייש ייש ייש ייש ייש ייש ייש י	15 Pゴシック 3 I <u>U</u> -	ور المراجع (المرمع (المرعمى (لمرمع (للممحع ()) معمى (لمرمع (لمرمع (للمرمع	 ▲ < ✓ ▲ 		= ≫· ≡ €= 1 ≅		▼ % > 目 →?? 文値 5	世条件付き書す ボラーブルとして ジラーブルのスタイル スタイ、 スタイ、	式 ▼ 書式設定 ▼ ↓ ▼ ル
	A1	-	: ×	1 fr	我が家の	○○2推出量					
				· J.	12/3/3002	- -	_	-		-	
		A	в	C	D	E	F	G	н	1	J
	1	技か家のC	02排出重								
M —	2									2013年1月	分 分
•	3									•	
	4	項目	支払金額	使用量		<u>CO2排出係</u>	数		<u>CO2排出</u> 重	Ē	
	5	電気	10994	451	kWh	×	0.43	=		kg-CO2	
	6	水道	6825	30	m	×	0.23	=		kg-CO2	
	7	都市ガス	6922	46	m	×	2.2	=		kg-CO2	
	8	<u>LPガス</u>			m	×	6	=		kg-CO2	
	9	灯油			٤	×	2.5	=		kg-CO2	
	10	ガソリン	8640	54	٤	Х	2.3	=		kg-CO2	
	11	合計								kg-CO2	
9—	12										
-	13										

ためしてみよう

● 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。

	A	В	С	D	E	F	G	Н	I	J
1	我が家のC	O2排出量								
2									2013年1月	分
3										
4	項目	支払金額	使用量		C 02	非出係数		CO2排出量		
5	電気	1 0 9 9 4	451	kWh	X	0.43	=		kg-CO2	
6	水道	6825	30	m	X	0.23	=		kg-CO2	
7	都市ガス	6922	46	m	X	2.2	=		kg-CO2	
8	LPガス			m	X	6	=		kg-CO2	
9	灯油			l	X	2.5	=		kg-CO2	
10	ガソリン	8640	54	l	X	2.3	=		kg-CO2	
11	合計								kg-CO2	
12										

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