

	category	title	selection	シーン
1	食	飲み物を飲む時のエコアクション	給水スポットを利用した	出社,在宅,休日
2	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
3	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を白黒印刷した	出社
4	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を両面印刷した	出社
5	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
6	住居	階層を移動する時のエコアクション	エレベーターの代わりに階段を利用した	出社,在宅,休日
7	食	食事の時のエコアクション	再利用可能な箸(マイ箸)を使用した	出社,在宅,休日
8	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
9	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
10	食	飲み物を飲む時のエコアクション	再利用可能な水筒(マイボトル)を利用した	出社,在宅,休日
11	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
12	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
13	住居	勤務を開始する時のエコアクション	ウォームビズを心掛けた服装をした	出社
14	住居	パソコンを利用する時のエコアクション	パソコンを省エネモードで利用した	出社,在宅
15	食	飲み物を飲む時のエコアクション	給水スポットを利用した	出社,在宅,休日
16	食	飲み物を飲む時のエコアクション	再利用可能な水筒(マイボトル)を利用した	出社,在宅,休日
17	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
18	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を白黒印刷した	出社
19	消費財	物を捨てる時のエコアクション	紙をリサイクルに出した	出社,在宅,休日
20	消費財	物を捨てる時のエコアクション	ペットボトルをリサイクルに出した	出社,在宅,休日
21	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
22	住居	階層を移動する時のエコアクション	エレベーターの代わりに階段を利用した	出社,在宅,休日
23	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
24	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
25	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を両面印刷した	出社
26	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を白黒印刷した	出社
27	住居	階層を移動する時のエコアクション	エレベーターの代わりに階段を利用した	出社,在宅,休日
28	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
29	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
30	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
31	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
32	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
33	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
34	住居	勤務を開始する時のエコアクション	ウォームビズを心掛けた服装をした	出社
35	食	飲み物を飲む時のエコアクション	再利用可能な水筒(マイボトル)を利用した	出社,在宅,休日
36	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
37	消費財	買い物をする時のエコアクション	国産の食材を購入した	出社,在宅,休日
38	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
39	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
40	住居	洗濯する時のエコアクション	洗濯機のすすぎ回数を1回にした	在宅,休日
41	住居	洗濯する時のエコアクション	洗濯時にお風呂の残り湯を利用した	在宅,休日
42	住居	階層を移動する時のエコアクション	エレベーターの代わりに階段を利用した	出社,在宅,休日
43	食	飲み物を飲む時のエコアクション	給水スポットを利用した	出社,在宅,休日
44	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
45	食	食事の時のエコアクション	再利用可能な箸(マイ箸)を使用した	出社,在宅,休日
46	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
47	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を両面印刷した	出社
48	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を白黒印刷した	出社
49	消費財	物を捨てる時のエコアクション	ペットボトルをリサイクルに出した	出社,在宅,休日
50	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
51	住居	勤務を終了する時のエコアクション	定時退社をした	出社
52	住居	階層を移動する時のエコアクション	エレベーターの代わりに階段を利用した	出社,在宅,休日
53	食	飲み物を飲む時のエコアクション	給水スポットを利用した	出社,在宅,休日
54	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
55	消費財	印刷をする時のエコアクション	4ページを1枚にまとめて印刷した	出社
56	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を白黒印刷した	出社
57	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を両面印刷した	出社
58	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
59	移動	外出時/出張時のエコアクション	エコドライブを意識した運転をした	出社,在宅,休日
60	住居	勤務を終了する時のエコアクション	定時退社をした	出社
61	住居	階層を移動する時のエコアクション	エレベーターの代わりに階段を利用した	出社,在宅,休日

62	食	飲み物を飲む時のエコアクション	給水スポットを利用した	出社,在宅,休日
63	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
64	消費財	買い物をする時のエコアクション	賞味期限が近い食材を購入した	出社,在宅,休日
65	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
66	消費財	買い物をする時のエコアクション	国産の食材を購入した	出社,在宅,休日
67	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を白黒印刷した	出社
68	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を両面印刷した	出社
69	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
70	消費財	物を捨てる時のエコアクション	紙をリサイクルに出した	出社,在宅,休日
71	消費財	物を捨てる時のエコアクション	ペットボトルをリサイクルに出した	出社,在宅,休日
72	住居	勤務を開始する時のエコアクション	(自動車の代わりに) 電車を利用し通勤した	出社
73	住居	勤務を終了する時のエコアクション	(自動車の代わりに) 電車を利用し帰宅した	出社
74	住居	パソコンを利用する時のエコアクション	パソコンを省エネモードで利用した	出社,在宅
75	住居	パソコンを利用する時のエコアクション	パソコンをダークモードで利用した	出社,在宅
76	住居	階層を移動する時のエコアクション	エレベーターの代わりに階段を利用した	出社,在宅,休日
77	食	飲み物を飲む時のエコアクション	給水スポットを利用した	出社,在宅,休日
78	食	飲み物を飲む時のエコアクション	再利用可能な水筒(マイボトル)を利用した	出社,在宅,休日
79	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
80	消費財	買い物をする時のエコアクション	賞味期限が近い食材を購入した	出社,在宅,休日
81	消費財	買い物をする時のエコアクション	(自動車の代わりに) 自転車・徒歩のみで買い物に出かけた	出社,在宅,休日
82	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
83	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を両面印刷した	出社
84	消費財	印刷をする時のエコアクション	4ページを1枚にまとめて印刷した	出社
85	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を白黒印刷した	出社
86	消費財	物を捨てる時のエコアクション	ペットボトルをリサイクルに出した	出社,在宅,休日
87	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
88	消費財	物を捨てる時のエコアクション	紙をリサイクルに出した	出社,在宅,休日
89	移動	外出時/出張時のエコアクション	エコドライブを意識した運転をした	出社,在宅,休日
90	移動	外出時/出張時のエコアクション	(自動車の代わりに) 電車を利用し目的地に移動した	出社,在宅,休日
91	住居	勤務を開始する時のエコアクション	ウォームビズを心掛けた服装をした	出社
92	住居	階層を移動する時のエコアクション	エレベーターの代わりに階段を利用した	出社,在宅,休日
93	食	飲み物を飲む時のエコアクション	再利用可能な水筒(マイボトル)を利用した	出社,在宅,休日
94	食	飲み物を飲む時のエコアクション	500mlの代わりに2Lのペットボトルを購入した	出社,在宅,休日
95	食	飲み物を飲む時のエコアクション	給水スポットを利用した	出社,在宅,休日
96	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
97	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
98	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を白黒印刷した	出社
99	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を両面印刷した	出社
100	消費財	物を捨てる時のエコアクション	紙をリサイクルに出した	出社,在宅,休日
101	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
102	消費財	物を捨てる時のエコアクション	ペットボトルをリサイクルに出した	出社,在宅,休日
103	住居	階層を移動する時のエコアクション	エレベーターの代わりに階段を利用した	出社,在宅,休日
104	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
105	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を両面印刷した	出社
106	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を白黒印刷した	出社
107	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
108	消費財	物を捨てる時のエコアクション	ペットボトルをリサイクルに出した	出社,在宅,休日
109	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
110	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
111	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
112	消費財	物を捨てる時のエコアクション	ペットボトルをリサイクルに出した	出社,在宅,休日
113	移動	外出時/出張時のエコアクション	エコドライブを意識した運転をした	出社,在宅,休日
114	住居	勤務を終了する時のエコアクション	定時退社をした	出社
115	住居	階層を移動する時のエコアクション	エレベーターの代わりに階段を利用した	出社,在宅,休日
116	食	飲み物を飲む時のエコアクション	給水スポットを利用した	出社,在宅,休日
117	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
118	食	食事の時のエコアクション	再利用可能な箸(マイ箸)を使用した	出社,在宅,休日
119	消費財	買い物をする時のエコアクション	賞味期限が近い食材を購入した	出社,在宅,休日
120	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
121	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を白黒印刷した	出社
122	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を両面印刷した	出社
123	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日

124	消費財	物を捨てる時のエコアクション	ペットボトルをリサイクルに出した	出社,在宅,休日
125	住居	階層を移動する時のエコアクション	エレベーターの代わりに階段を利用した	出社,在宅,休日
126	食	飲み物を飲む時のエコアクション	給水スポットを利用した	出社,在宅,休日
127	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
128	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
129	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を白黒印刷した	出社
130	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を両面印刷した	出社
131	消費財	物を捨てる時のエコアクション	紙をリサイクルに出した	出社,在宅,休日
132	消費財	物を捨てる時のエコアクション	ペットボトルをリサイクルに出した	出社,在宅,休日
133	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
134	住居	勤務を開始する時のエコアクション	(自動車の代わりに) 電車を利用し通勤した	出社
135	住居	勤務を開始する時のエコアクション	(自動車の代わりに) 自転車・徒歩で通勤した	出社
136	住居	階層を移動する時のエコアクション	エレベーターの代わりに階段を利用した	出社,在宅,休日
137	食	飲み物を飲む時のエコアクション	再利用可能な水筒(マイボトル)を利用した	出社,在宅,休日
138	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
139	消費財	買い物をする時のエコアクション	(自動車の代わりに) 自転車・徒歩のみで買い物に出かけた	出社,在宅,休日
140	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
141	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を白黒印刷した	出社
142	住居	勤務を開始する時のエコアクション	(自動車の代わりに) 自転車・徒歩で通勤した	出社
143	住居	勤務を開始する時のエコアクション	(自動車の代わりに) 電車を利用し通勤した	出社
144	住居	勤務を終了する時のエコアクション	定時退社をした	出社
145	住居	勤務を終了する時のエコアクション	(自動車の代わりに) 自転車・徒歩で帰宅した	出社
146	住居	勤務を終了する時のエコアクション	(自動車の代わりに) 電車を利用し帰宅した	出社
147	住居	階層を移動する時のエコアクション	エレベーターの代わりに階段を利用した	出社,在宅,休日
148	食	飲み物を飲む時のエコアクション	再利用可能な水筒(マイボトル)を利用した	出社,在宅,休日
149	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
150	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
151	住居	洗濯する時のエコアクション	洗濯機のすすぎ回数を1回にした	在宅,休日
152	住居	洗濯物を干す時のエコアクション	自然乾燥(部屋干し・外干し)をした	在宅,休日
153	食	食事の時のエコアクション	再利用可能な金属製スプーン(マイスプーン)を使用した	出社,在宅,休日
154	食	食事の時のエコアクション	再利用可能な箸(マイ箸)を使用した	出社,在宅,休日
155	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
156	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
157	レジャー・サービス	荷物を受け取る時のエコアクション	宅配便を1回目の配達で受け取った	在宅,休日
158	住居	洗濯する時のエコアクション	洗濯機のすすぎ回数を1回にした	在宅,休日
159	住居	洗濯物を干す時のエコアクション	自然乾燥(部屋干し・外干し)をした	在宅,休日
160	食	飲み物を飲む時のエコアクション	再利用可能な水筒(マイボトル)を利用した	出社,在宅,休日
161	食	食事の時のエコアクション	再利用可能な金属製スプーン(マイスプーン)を使用した	出社,在宅,休日
162	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
163	食	食事の時のエコアクション	再利用可能な箸(マイ箸)を使用した	出社,在宅,休日
164	住居	勤務を開始する時のエコアクション	ウォームピズを心掛けた服装をした	出社
165	食	飲み物を飲む時のエコアクション	再利用可能な水筒(マイボトル)を利用した	出社,在宅,休日
166	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
167	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
168	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を両面印刷した	出社
169	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を白黒印刷した	出社
170	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
171	住居	勤務を終了する時のエコアクション	定時退社をした	出社
172	住居	階層を移動する時のエコアクション	エレベーターの代わりに階段を利用した	出社,在宅,休日
173	食	飲み物を飲む時のエコアクション	給水スポットを利用した	出社,在宅,休日
174	食	食事の時のエコアクション	食べ残しによる廃棄物を出さなかった	出社,在宅,休日
175	消費財	買い物をする時のエコアクション	マイバッグを利用した	出社,在宅,休日
176	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を白黒印刷した	出社
177	消費財	印刷をする時のエコアクション	紙を両面印刷した	出社
178	消費財	物を捨てる時のエコアクション	リサイクルするためにごみを分別した	出社,在宅,休日
179	消費財	物を捨てる時のエコアクション	ペットボトルをリサイクルに出した	出社,在宅,休日
180	移動	外出時/出張時のエコアクション	エコドライブを意識した運転をした	出社,在宅,休日