

28℃



冷房は28℃に設定しよう

チーム・マイナス6%

エコライフのすすめ

Chapter.5

暑さは気から！ 気持ち涼しくして暑さを乗り切りましょう

いよいよ真夏の到来です！ 近年は、毎年のように猛暑(異常気象)に見舞われていますが、「たまにたまでしよう」とのんきに構えていては大変です。その原因の一つと考えられるエネルギーの浪費によって発生する二酸化炭素(CO₂)の増大が、地球温暖化を進行させてしまつたのです。

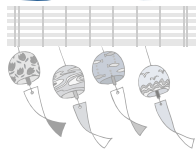
昔は、エアコンも扇風機もなかった時代。その時代を考え、身近でできるちよつとした省エネをして、地球温暖化を防ぐ生活を心掛けてみませんか？

さあ、気持ちから涼しくして、暑い夏を乗り切りましょう！

暑い夏を乗り切るための省エネ10術

【その1・打ち水】

庭や玄関先に打ち水をして心から涼んでみましょう。その際には、お風呂の残り湯など、使用済みの水を使うと節約につながります。



【その2・日よけ】

窓はすだれや厚手の布等で日よけをしましょう。日差しは、窓の内側よりも外側で遮断する方が効果的です。

また、アサガオなどのつる性植物を建物の壁面にはわせて日差しを遮る。緑のカーテン(平成20年7月10日発行「広報とうかい」・6ページ参照)もおススメです！ 葉や茎から水分蒸発があるので、すだれなどより涼しく眺めもよいですよ。



【その3・洗濯】

強い日差しが照り付ける昼間に干すより、早朝の涼しい時間帯に洗って干してしまいましょう。夏は脱水が3分程度でも十分に乾くので、脱水時間の短縮でエネルギーも節約できます！



【その4・冷蔵庫】

冷蔵庫に何でも詰め込み過ぎていませんか？ 食べ物が傷みやすい季節ではありますが、詰め込み過ぎは禁物です。中がいっぱいになると、冷気が回りにくくなり逆効果ともなりかねませんので、食べ物は傷む前に早めに消費するようにしましょう。

【その5・換気】

夜は、網戸にして心地良い自然の風を取り入れてみましょう。通気を良くすると、熱気のもりが取れ、涼しく過ごせる日もあるでしょう。

【その6・冷たい演出】

冷凍庫に冷たいお絞りを常備



しておきましょう。帰宅後のひとふきで一気に汗が引くことでしょう。また、花ごぎは夏季の敷物に最適です。通気性・吸湿性に優れているため、体感温度を下げて暑さを和らげてくれます。

【その7・風呂】

風呂に朝から水を張っておけば、夜までには水温が上がるので、沸かす時間が短縮でき家計もお得に！ また、浴槽のふたは小まめに閉めましょう。湯温の低下差が1.5倍、3倍も違つてきます。

【その8・寝具】

寝間着として、通気性や吸湿性の良い麻や綿のパジャマを着用すると快適な睡眠をもたらしてくれるほか、イ草の枕を使うことで涼しさを向上させることができます。

地球温暖化現象は、原因となるCO₂が目に見えず、「地球温暖化」と聞くと大規模にとらえがちで、危機的状況が身近に迫っていると理解しにくい問題です。現代の私たちの暮らしが将来に大きな影響を与えてしまつたのです。少しでも今の生活を見直してみませんか？ 一人ひとりのちよつとした心掛けが、地球の温暖化を防ぐための手段となるのです！

【問合せ】経済環境部環境政策課環境計画推進室(☎282局1711 内線1453)