

# めざせ省エネ達人

～日常生活のかくれたエコをさがせ～

## 第10回：寒さ対策編

ID 059394

生活習慣を見直してアクションを始めることが、省エネ達人への第一歩。まずはあなたのエコレベルを確認しましょう。

環境政策課/TEL674-7486

スタート

冬場の室温は20℃が目安であることを知っている

暖房器具の人感センサーを活用して、必要な場所だけ暖めている

暖かい部屋着を選んでいる

はい  
いいえ

窓から暖気が逃げないように対策している

ウォームビズを実践している

冷蔵庫の設定温度を夏より弱くしている

温度計や湿度計を設置して、室内の状況を「見える化」している

トイレの暖房便座は、使わない時間が長いときはオフにしている

エコレベル上級 ★★★

あなたこそ、真の「省エネ達人」です。今後は周り的人也巻き込んで、エコの輪を広げましょう

エコレベル中級 ★★

まずは、小さいアクションから。あなたをきっかけに、ムーブメントが巻き起こるかも

エコレベル初級 ★

まずはワンアクションから。地球の未来を救うのは、あなたかもしれません

アドバイス

いよいよ冬本番。エコに過ごすには室内の温度管理が欠かせません。カーテンを断熱性の高いものにかける、二重窓にするなどの断熱改修がおすすめです。暖房機器の使用頻度や設定温度を下げれば、電気代も下げられますね。地球にもおサイフにもやさしい冬を過ごしましょう。