

新しいライフスタイル

かわらばん



平成28年6月発行 第3号

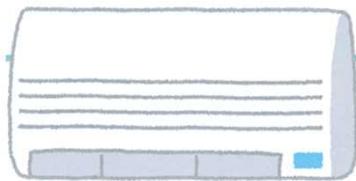
節電でも 夏をすずしく 快適に！



知っていますか？実は、家庭からのCO2排出量のうち、約7割は電気の使用に伴う排出なのです。地球温暖化を食い止めるためにも、節電に努めていかなければなりませんね。

暑い夏がやってきますが、ちょっとした一工夫で、節電しながら快適に大変身。エアコンの上手な使い方だけでなく、身近なものをつかった「涼しくするポイント」をおさえて、夏を乗り切りましょう！

エアコン



夏にはやっぱり欠かせないエアコン。でも、たくさんの電気を消費します。省エネのコツをおさえて、賢く節電しましょう。

- 冷房時の室温は28度を目安に。
- フィルターは2週間に1回程度清掃を。
フィルターがほこりで目詰まりしていると、風量が低下して、無駄な電気を消費してしまいます。
- 扇風機でより涼しく。
風がからだに当たることで、体感温度が下がります。エアコンの設定温度が高めでも涼しく感じられます。

すだれ・よしず

直射日光を遮り、窓を開けておくと風を通すことができるすぐれもの。涼しさとともに風流が感じられます。

- すだれやよしずを活用しましょう。
「すだれ」は、一般的に細く割った竹を編んで作られており、窓の外や軒先につり下げて使用します。
「よしず」は、一般的に葎（アシ）という植物を編んで作られており、窓や壁に立てかけて使用します。
よしずに水を拭きかけると、通り抜ける風が涼しく感じられるようです。



打ち水

江戸時代、庶民に広まった、先人の知恵「打ち水」。水が蒸発するときに周囲から吸収する熱「気化熱」によって、地面の熱が大気中に逃げ、周りの温度が下がります。水道水ではなく、お風呂の残り湯や雨水を撒くとエコにつながります。朝夕の涼しい時間帯に行うと効果的ですよ。

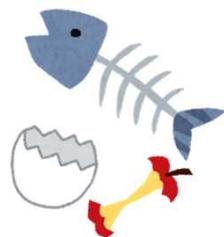


ほかにも…

- 夏野菜を食べて体を冷やす。
トマト、きゅうり、なすなど、旬のお野菜を食べて、からだの中から涼しくなりましょう。



熱中症など、健康上の支障を及ぼさない範囲で取り組んでくださいね。



ゴミを減らすことも立派な省エネだって、ご存知でしたか？

ゴミを減らせば、収集車で処分場へ運ばれる際、輸送から発生するCO2が少なくなります。

今回は、ゴミの中でも、私たちの身近にある「生ゴミ」について、考えていきましょう。

私たちが排出するゴミの中で、生ゴミの割合はなんと約**40%**！（環境省「平成25年度容器包装廃棄物の使用・排出実態調査」※湿潤量比率、8都市平均）そして、生ゴミのうち、**約4割から7割が水分**だといわれています。生ゴミを出す際に、**きちんと水切りをすれば、ゴミをへらす**ことができると同時に、**ゴミ処理場での燃焼効率も上げる**ことができます。ここではちょっとしたコツをご紹介します。

ステップ1

さいしょの一步 水にぬらさない！

○野菜の皮はむいてから洗いましょう
皮がついたまま洗うことによって、余計な水分を吸ってしまいます。

ステップ2

ちょっとひとてま 乾かしてから捨てる！

○野菜くずや果物の皮は、食品トレーや新聞紙の上に置いて、乾かしてから捨てましょう。

ステップ3

仕上げにぎゅぎゅっと 水切り大作戦！

○手でしぼりましょう
ゴム手袋をすれば、抵抗感なく絞れます。
○上からぎゅーっと押しましょう
ペットボトルの底などで、水を押し出しましょう。

生ゴミの悪臭や腐敗は、水分が主な原因です。水切りをして、ゴミも嫌な臭いも減らしましょう！



編集員mのエコ修行 vol.1



～ダンボールコンポストを作ってみました～

みなさん、「ダンボールコンポスト」ってご存知ですか？
ダンボールコンポストとは、微生物の力を借りて、生ゴミを減量・分解し、たい肥にする装置です。
編集員mは、エコマスターを目指すべく、手作りコンポストに挑戦します！

<用意するもの>

- ・ダンボール箱
 - ・二重底用のダンボール板
 - ・風通しの良い台
 - ・スコップ
 - ・ピートモス12リットル
 - ・もみ殻くん炭8リットル
 - ・水3～4リットル(適宜調整)
 - ・虫除けキャップ
(不要になったTシャツの襟元と襟元を縫って閉じたもの)
- (参考:神戸市環境局環境政策部資源循環政策課)



ピートモスやくん炭は、ホームセンターなどで手に入ります！

虫がこないように、入念に補強します！



次回はよいよ生ゴミを投入します！
お楽しみに！



【発行元】 地球環境時代！新しいライフスタイルを展開しよう～
新しいライフスタイル委員会 (<http://www.new-lifestyle.org>)
【問い合わせ先】 兵庫県農政環境部環境創造局環境政策課
TEL:078-362-9895

