

皆様方におかれましてはますますご清祥のこととお慶び申し上げます。  
さて、去る7月28日から8月3日までの期間で「夏の一斉行動週間」にご協力をいただき、誠にありがとうございました。今回は、主に家庭における取組みについて実施し、多くの事業所の皆様のご協力を賜り、成果を上げることができました。ご報告が遅くなりましたが、実施結果についてご報告いたします。  
当研究会では、地球温暖化防止に向けた取組みをこれからも継続して呼びかけていきたいと考えております。今後ともご協力よろしくお願いたします。

## 「2014年夏の一斉行動週間」のまとめ

### 1 取組み結果

- |  |   |
|--|---|
| (1)参加事業所数・参加人数   | <b>59 事業所・ 6453 人</b> (うち研究会 <b>15 ・ 4303</b> )           |
| (2)ノーマイカー実施回数  | <b>9,199</b> 回 (うち研究会 <b>7,201</b> 人) CO2換算 <b>20.3</b> t |
| (3)エアコン1度下げ扇風機併用   | <b>25,350</b> 人 (うち研究会 <b>16,804</b> 人)                   |
| (4)冷蔵庫内の食材を整理  | <b>5,683</b> 人 (うち研究会 <b>3,812</b> 人)                     |
| (5)緑のカーテン等で窓の遮熱対策  | <b>7,983</b> 回 (うち研究会 <b>4,994</b> 回)                     |
| (6)トイレ便座暖房・洗浄水設定温度   | <b>9,117</b> 回 (うち研究会 <b>6,218</b> 回)                     |
| (7)削減されたCO2推計値(ノーマイカーのみ)   | <b>20.3</b> t 1年間続けると <b>1,058</b> t                      |
| 灯油に換算すると   | 1週間で <b>8,168</b> リットル                                    |
|  | 1年間で <b>424,750</b> リットル(ポリタンク:18リットル <b>23,597</b> 本分)   |
| ガソリンに換算すると   | 1週間で <b>8,767</b> リットル 1年間で <b>455,874</b> リットル           |
| 燃費10kmの車で  | 1週間で <b>87,668</b> km 1年間で <b>4,558,739</b> km            |
| 燃費10kmの車で月まで   | <b>5.9</b> 往復(月までの距離 384,000km)                           |
| (6)1年間続けた場合に、飯田市の削減目標値   | <b>66,103tに対する削減量の割合は 1.6 %</b>                           |
| * ノーマイカー通勤によるCO2削減値の計算根拠は、06年10月に行われたエコドライブ推進月間の結果から推計。1回あたり <b>2,211g</b> |   |
| * 灯油換算値のCO2の削減値の計算根拠は、CO2排出係数を2.49/lとした場合                                  |   |
| * ガソリン換算値のCO2の削減値の計算根拠は、CO2排出係数を2.32/lとした場合                                |   |

### 2 ノーマイカーに関する取組み例

- ・ 土日には、健康づくりを兼ねて、夕方に徒歩で買い物に出かけます。
- ・ 休日は、車を使わず徒歩で移動するようにしました。
- ・ 徒歩を意識して実行した。 ・ リッター40キロのスクーターに乗り換えた。
- ・ 車からカブ(バイク)を活用し、月々のガソリン使用量を約40lから約4リットルに削減した。
- ・ 車での通勤を子供と相乗りで車1台で済むようにしている。 ・ 天気の良い日はバイク通勤。
- ・ 数キロの移動は自転車又は徒歩にする。 ・ 遠出するときは軽自動車にしている。

### 3 エアコンに関する取組み例

- ・ 冷房をつけたあとで、扇風機をまわして循環させた。 ・ エアコンとサーキュレーターの併用。
- ・ 熱を発するテレビに向けて扇風機を使うことで、エアコンの設定温度を高めに行えるようになった。
- ・ エアコンの稼働前には、必ず通気を行い、その後に稼働するようにしている。(事業所)
- ・ エアコンの室外機の上に、日よけを設置した。(省エネ対策) ・ エアコン室外機の放水冷却(省エネ対策)
- ・ エアコン使用時は家族が一部屋に集合する。(3件) ・ 夜9時までは家族で同じ部屋で過ごす。
- ・ 暑い時間帯に買物等の外の用事を済ませる。(自宅のエアコンの節電、ピークカット)
- ・ 休日、日中の暑いときは、図書館で過ごす。 ・ 自宅にいと冷房を使ってしまうので、なるべく外出するようにした。

### 4 冷蔵庫に関する取組み例

- ・ 冷蔵庫の開け閉めをスピーディーに行う。(7件)
- ・ 冷蔵庫内に、ビニールカーテンを付けて冷気を逃がさないようにした。(7件)
- ・ 冷蔵庫は定期的に整理し、ものを詰め込み過ぎない。(3件)
- ・ 冷蔵庫は古いものから調理し、詰め込まないようにした。(2件)
- ・ 常温保管できるものは、冷蔵庫へは入れない。
- ・ 冷蔵庫内は、種類別のトレイを使用して引き出しやすくし在庫を確認しやすいようにしている。
- ・ 冷蔵庫を整理して、数種類のトレイを用意(朝食に必要なもの、おやつ類、期限の近い物等)に分けて短時間で取り出せるようにした。
- ・ 冷蔵庫に滞留物が無いよう、買い物では必要なものを厳選して購入した。
- ・ 冷蔵庫の上や周りのものを片づけた(放熱対策)

## 5 窓の日よけ、遮熱対策の取組み例

- ・よしず、遮熱フィルム等を活用している。
- ・ツル植物は後片付けが大変なので、窓際へひまわりを植えた。
- ・緑のカーテンで、食べられるものとしてメロンを作った。
- ・緑のカーテンはパッションフルーツがお勧め
- ・ゴーヤやカボチャなどの夏野菜でグリーンカーテンをつくり、食育と絡めて子供の教育とした。(保育園)
- ・日除けに寒冷紗を利用(すだれより有効)
- ・すだれを今年初めて設置したが、思いのほか効果があり驚いた。
- ・職場における緑のカーテンづくりは、水やり、収穫の時間が癒しの時間になり、職員間の交流が更に深まった。
- ・窓ガラスを遮熱性のあるものにした。

## 6 トイレの便座暖房・洗浄水に関する取組み例

- ・トイレのフタは必ず閉める。暖房便座からの熱が抑えられるので開けたままより節電になる。
- ・夏場は便座OFFにしている。(8件)
- ・便座ヒーターを切り、便座マットを使った。
- ・台所に折りたたみ式の網戸を付けて風通しを良くした。

## 7 室温・気温を下げる取組み例

- ・夕方(効果がある時間帯)打ち水をする。(3件)
- ・打ち水をする
- ・雨水を使った打ち水
- ・朝夕にベランダに打ち水をしている。
- ・玄関に網戸を付け、風通しを良くした。(2)
- ・庭に草木をたくさん植えることで、外気温を下げることにより、部屋に暖かい空気が入らないようにしている。
- ・台所に折りたたみ式の網戸を付けて風通しを良くした。
- ・ペットボトルの水を凍らせて扇風機の前に置き、冷たい風を送っている。
- ・出勤時に遮光カーテンを閉めて出ると、返ってから部屋の暑さが違うことが実感できた。
- ・スプリンクラーによる路面への散布
- ・遮熱機能のあるカーテンに交換した。

## 8 涼しくする工夫

- 夕方以降、ベランダで扇風機を回して涼しい外気を部屋に入れる。
- ・エアコンは使わず、アイスノンを使う。
- ・暑いときは、冷たいタオルを首に巻く、アイスノンを使うなどで少しでも涼しくする。
- ・扇風機を洗ったので風が涼しくなったような気がした。
- ・寝る前に保冷材、アイス枕、冷感タオル、アイスノン、氷枕を使う。(4件)
- ・就寝時、扇風機やエアコンを使用せず、保冷枕で熱帯夜対策をした。
- ・冷たく感じる(涼感)肌着やタオルケットを積極的に使用している。
- ・冷却マットを使用してエアコンは使用しない。
- ・余りにも暑いときは、保冷剤をタオルに包み首に巻くととても気持ちがよく、作業する時、休む時など最適です。
- ・お風呂上がりにクールシャンプーを使用することにより、冷房の使用回数を減らした。

## 9 その他の取組み、意見

- ・配送でエネルギーを沢山消費するので、ネットショッピングはなるべく使わず、自分の足で買い物する。
- ・ノーマイカーができなかったが、代わりに車のエアコンの設定温度や風量を下げ、燃料の節約に努めた。
- ・買いだめをすると無駄が生じるため、こまめに買い物をした。
- ・自動車の駐車中に、窓ガラスに日よけをしている。(2件)
- ・節水シャワーヘッドへの交換
- ・電気ポットは使用せず、朝沸かしたお湯を通常のポットに入れて使用している。
- ・明るいうちに入浴して電気を節約する。
- ・電球のワット数を小さくする。
- ・ちょっとした工夫、常に意識してこまめにする事の大切さを実感
- ・自分らで承知して既に実施している内容が多いので、もっと最新の省エネ対策を提案してもらいたい。
- ・家をリフォームした際、東西南北に窓を取り付け、風の流れを良くした。
- ・アクリル毛糸でたわしを編んで、洗い物をするときにできる限り洗剤を少なくしようとしている。
- ・ハンカチ等の携帯により、エアータオルや、ペーパータオルの使用を控える。
- ・取り組みカレンダーに書かれている「参考」を家族に伝え、家族全員で取り組んだ。
- ・花壇・庭の水やりにも雨水や排水用の水を利用している。
- ・なるべく家族そろって夕食を食べる。
- ・給湯器の設定温度を2℃下げた。
- ・PCのディスプレイをこまめに消す。

## 10 感想

- ・以前に比べるとエコ活動が大分身についてきた。

## \*参加いただいた事業所(順不同、敬称略)

旭松フレッシュシステム(株)/アザーレミックス(株)/アジア電子工業(株)/アジマ自動車学校/飯田工業(株)/飯田クリーン(有)/飯田建設事務所/飯田清掃(株)/飯田精密(株)/飯田帝通(株)/NSKマイクロプレジジョン(株)/勝間田建設(株)/輝山会記念病院/桐林クリーンセンター/久保田酒店/榊乾光精機製作所飯田工場/榊三六組/三宜亭本館/山京インテック(株)/榊シーテック飯田支店/信州航空電子(株)/瀬口脳神経外科病院/田中精機(株)/(財)中部電気保安協会飯田事業所(財)中部公衆医学研究所/多摩川エレクトロニクス(株)/多摩川テクノクリエイション(株)/榊天龍/天竜丸澤(株)/榊外松/榊ナガイ/長野県阿南高等学校/長野県飯田食肉衛生検査所/長野県労働金庫飯田支店/長野県下伊那農業高等学校/榊野中製作所/榊平安/榊マルタ/榊丸宝計器/長野三菱電機機器販売(株)/南信州広域連合事務局/榊森脇精機/龍共印刷(株)/原建設(株)

榊アイパックス/旭松食品(株)/飯田市役所/飯田信用金庫/イワタニ長野(株)飯田支店/神稲建設(株)/シチズン時計マニファクチャリング(株)/中部電力(株)長野支店飯田営業所/TKD庄内(株)飯田工場/夏目光学(株)/榊原鉄/榊マエダ/三菱電機(株)中津川製作所飯田工場/盟和産業(株)/吉川建設(株) (59事業所)

地域ぐるみ環境ISO研究会事務局  
(飯田市役所環境モデル都市推進課内)  
TEL 22-4511 内線 5245