

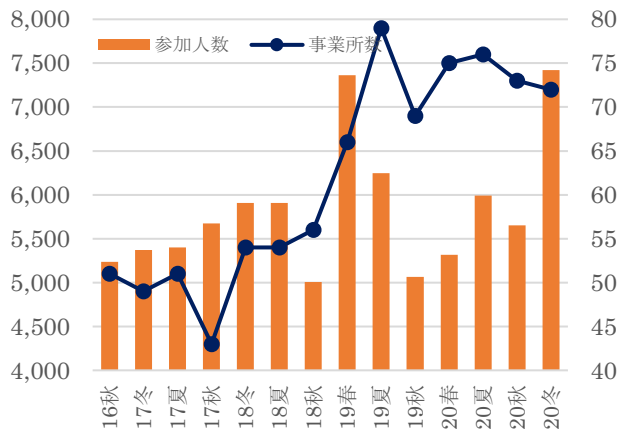
2020年 冬の環境一斉行動週間

2020年12月11日(金)～17日(木)の7日間

集約の結果

1◆◆ 取組の集約 ◆◆◆

事業所数	72	事業所
取組人数	7,420	人
A プラスチック	13,314	回
B 家族団らん	21,174	回
C ウォーキング	8,887	回
D エコドライブ	19,096	回



2◆◆ 参加事業所 ◆◆◆ 50音順

- 有限会社愛光電子
- 株式会社アイテック
- 株式会社アイボックス★
- アザーレミックス株式会社
- 旭松食品株式会社★
- 阿南町役場
- 飯田 OIDE 長姫高等学校
- 飯田エフエム放送株式会社
- 飯田環境センター竜水園
- 飯田クリーン有限会社
- 飯田市水道局お客様サービスセンター
- 飯田市スポーツ協会
- 有限会社飯田スクリーン工業
- 飯田建設株式会社
- 飯田合同庁舎
- 飯田市★
- 飯田信用金庫★

- 飯田精密株式会社
- 株式会社五十川商店
- 稲葉クリーンセンター
- イワタニ長野株式会社
- エコトピア飯田株式会社★
- おひさま進歩エネルギー株式会社★
- 勝間田建設株式会社
- 鼎みつば保育園
- 上郷西保育園
- 上久堅保育園
- 上村保育園
- 川路保育園
- 環境技術開発センター
- 木下建設株式会社★
- 協和設備有限会社
- 神稲建設株式会社★
- クロダ精機株式会社
- こども発達センターひまわり
- シチズン時計マニュファクチャリング株式会社飯田工場★
- 下久堅保育園
- 信州航空電子株式会社
- 高森町役場
- 龍江保育園
- 竜丘保育園
- 株式会社タニガワ
- 多摩川パーツマニュファクチャリング株式会社
- 多摩川ロジステックス株式会社
- 多摩川エアロシステム株式会社
- 多摩川精機エレクトロニクス株式会社
- 多摩川精機株式会社★
- 多摩川テクノクリエイション株式会社
- 中部電力パワーグリッド株式会社★
- TDK庄内株式会社飯田工場★
- 殿岡保育園
- 中村保育園
- 夏日光学株式会社★
- 株式会社NEXAS
- 根羽村役場
- 有限会社野中製作所
- 原建設株式会社
- 有限会社PAPアライ
- 松尾東保育園
- 株式会社丸宝計器
- 三菱電機株式会社中津川製作所★
- 株式会社ミナミ
- 三穂保育園
- 南信州広域連合総務課
- 南信州広域連合地域連携福祉課
- 有限会社森脇精機
- 山京インテック株式会社
- 株式会社山岸エーアイシー
- 山本保育園
- 株式会社龍光電気興業
- 龍共印刷株式会社
- 和田保育園

★は「地域ぐるみ環境ISO研究会」参加事業所

13 /24

(参考)南信州いいむす 21 登録事業所の参加状況		
南信州宣言	4	事業所
南信州いいむす	50	事業所
計	54	事業所

※研究会参加事業所で南信州いいむす 21 に登録の事業所もあります。

3◆ 取組内容(要請内容) ◆◆

取組み内容は、次のA・B・Cの行動でした。

A プラスチックを考えよう！

日本は世界的に見てプラスチックへの依存度が高く特に過剰包装が問題視されています。世界共通課題の海洋プラスチックごみの大半は川から流れついたもの。レジ袋に続いて過剰なプラスチック包装について考え、エシカル消費(人や社会、環境に配慮した消費行動)を実践しましょう！

B 家族団らんで過ごそう！

冬は1年で最もエネルギーを消費する季節です。暖房の利用を最小限にするためにも、家族みんなでひとつの部屋にいる時間を増やし、できるだけ小さいエリアで賢くスマートに暖房を使いましょう。お風呂も続けて入れれば追い焚き不要なため環境にやさしい省エネ行動になります！

C ウォーキングをしよう！

寒い冬だからこそ歩いて体を暖めましょう！普段車で移動しているところを歩いて行けば健康にも環境にも良い！冬は運動不足になりがちなのでみんなでプラス 10 運動を展開しましょう！

D エコドライブの実践！

朝が寒くなってきました。車に乗る前にアイドリングしていませんか？飯田下伊那地域で車は必需品！だからこそ普段からエコドライブを意識しましょう！冬用タイヤに替えた際は空気圧をチェックしましょう。もちろんノーマイカーもできる範囲で実践しましょう。

4◆ 取組内容(報告内容) ◆◆

一斉行動の取組みを実践するにあたって、「各自で工夫したこと」として報告のあったもの。おおまかに区分してあります。

(順不同・表現の違うものはなるべく紹介)

A プラスチックを考えよう！

- ・エコバックを完全使用
- ・何度も使用できる蜜蝋ラップを使用
- ・常にエコバッグや水筒を持ち歩く
- ・プラスチックはできるだけ避け、リユースを心掛ける
- ・保管してあるレジ袋を買い物時に再利用
- ・シャンプーを固形のものに交換
- ・スーパーへはマイかごを持参
- ・レジ袋は複数回使う
- ・プラゴミの削減のため、バラ売りの魚の購入
- ・コンビニを含めレジ袋はもらわない
- ・飲料等再生できる紙パックの物を選ぶ
- ・簡易包装商品の購入
- ・プラスチック製品を必要以上に購入しない
- ・プラ容器は捨てずに分別してから回収所へ持って行く
- ・コンビニでの買い物にもエコバックを持参。
- ・ペットボトルは2Lの大きいものを購入しグラスで飲む
- ・マイボトルを使用
- ・日常的にエコバックを持参
- ・リサイクル回収BOX等に持ち込む
- ・おそうざいは紙袋を使用
- ・野菜は持参した袋に入れて買い物
- ・ペットボトルにポイント獲得に向けて取組む
- ・洗剤等は詰替えの物を購入。
- ・シトラスリボン運動では、説明を厚紙に印刷して台紙とし、プラ包装を使わなかった
- ・野菜などわざわざビニール袋に入れない
- ・コンビニのアイスコーヒーのプラカップをずっと晩酌用ビールコップで使用
- ・容器の再利用ができるものを選んで購入
- ・プラごみの分別

B 家族団らんで過ごそう！

- ・家族でひとつの部屋に集まるようにし、電気の使用量を節減
- ・暖かい居間で家族団らんで過ごしてウォームシェア
- ・追い焚きをしない
- ・今までお弁当を買っていたが、ご飯は自分で炊くようにし容器を削減
- ・夕ご飯は家族で団らん
- ・項目Bについて、家計の問題からも特に気を付けている
- ・休日に暖房をする部屋を少なくする
- ・入浴時はできる限り追い焚き時間を短くした
- ・食事中はテレビを消して家族団らんで会話を楽しんでいる。
- ・食器洗いのスポンジにヘチマスポンジを使用

- ・昼間は日差しを室内に入れて過ごす
- ・お風呂の間隔を縮めて入った
- ・家族で一つの部屋で過ごす時間を大切にする
- ・暖房を一部屋にしてテレビも一つで家族団らん

C ウォーキングをしよう！

- ・エレベーター、エスカレーターを使わずに階段を利用
- ・買い物は近くの店に徒歩で行く
- ・近距離通勤の場合は徒歩で通勤
- ・近場のお店へは、徒歩で行く
- ・プラス10運動を意識
- ・近くのコンビニへは徒歩
- ・ウォーキングで体を温め、健康増進を図る
- ・家族でナイトウォーキング
- ・朝のウォーキングで体を暖め、出勤時の暖機運転を抑えた
- ・毎日1時間5キロのウォーキングの実施
- ・昼食後会社の周りを歩いてダイエット
- ・寒いからと言って家の中で過ごさずに散歩や公園へ出かけた
- ・休憩時間に公園で筋トレ
- ・高低差を意識して負荷がかかるよう歩く
- ・家族で散歩した
- ・公園を走って汗を流す
- ・犬の散歩でいつものコースではなく、遠回りして歩いた
- ・早歩き、歩幅を広げたウォーキングを意識した

D エコドライブの実践！

- ・不必要な暖機運転を行わずひざ掛け、手袋を私用し寒さ対策
- ・タイヤ交換で空気圧をチェック
- ・車に余計な荷物は積まない
- ・バイク通勤
- ・急ブレーキ急ハンドル操作をしない運転
- ・窓用断熱シートを張った(寒さ対策)
- ・車のアイドリングはなるべくやらない
- ・車間距離をとる
- ・急発進、急ブレーキをかけない
- ・スタッドレス交換後空気圧チェックをして適正な値にした
- ・買い物はエコバックを持ち休日の昼間に歩いていく
- ・回転数を抑えたドライビング
- ・アクセルをふかさない
- ・下り坂でのエンジンプレーキ
- ・車の不要な積荷を降ろした(重量削減)
- ・長い信号待ちでアイドリングストップ
- ・車間距離をとった安全運転
- ・エンジンオイル交換
- ・バイクを電動にした
- ・車内にカーテンを設置
- ・ドライブレコーダーのエコドライブ評価に沿って運転
- ・朝の霜対策で、フロントカバーを使用
- ・信号停車時のエンジン停止
- ・ひざ掛けを使用して暖房使用の抑制

♥ その他の取組

- ・家の照明をLEDに交換
- ・駐車場等の防犯灯にソーラーライト設置
- ・暖房中ドアを開けっ放しにしない、水を出しっ放しにしない
- ・早寝早起きして夜の電気使用量を削減
- ・缶、ビン店頭回収等を利用しリサイクル
- ・風呂 脱衣所の窓に防寒用発砲スチロールの板を置く
- ・薪ストーブで調理や保湿
- ・湯たんぽの活用
- ・お菓子 ティッシュペーパーの箱はビニールをとって紙としてリサイクル
- ・一度の買い物で1週間分まとめ買い
- ・一枚、多く着て、暖房を控えめにする
- ・冷蔵庫のドアはすぐに閉める
- ・暖房の設定温度-1℃下げる
- ・お風呂の残り湯を洗濯に利用
- ・エアコンを省エネモードにする
- ・職場での紙の使用について社内で使用するものについては裏面を使用する
- ・夜、冷気が入らないように玄関ドアの隙間をシートで覆った
- ・ペーパータオルをなるべく使用しない(ハンカチの持参)
- ・暖かい布団カバーを購入し暖房を使用せずに寝る
- ・生ごみ削減で燃えるゴミを減少
- ・子どもの着なくなった服はリサイクルショップに売る
- ・給湯機の設定温度を1℃低くした
- ・早めの消灯
- ・家でも厚着をして暖房機器の使用抑制
- ・買い物はメモをして最低限のもののみ購入
- ・車内書類は裏紙を使用
- ・水を出しっぱなしにしない
- ・窓に断熱シートを張って暖房効率をアップ
- ・玄関の隙間をシールでふさぐ

★ ご意見

- ・一人ひとつでも〇がつけば、それが大人数になれば効果があると思う
- ・一人ひとりのちょっとした意識と継続することが大事だと思う
- ・一人ひとりが意識を持って取り組むことが重要だと思う
- ・一人一人の”少し”の取組が全体の大きな取組になると思う
- ・エコドライブは古い車だと暖気が必要な為、実践するのは厳しい
- ・プラスチックの削減は難しい
- ・エコドライブは安全運転にもつながる取組みなので今後も継続したい
- ・12月の開催は、繁忙期のため避けてほしい
- ・一斉行動週間の案内から取組期間までの日数が短い為、職員への周知ができない
- ・家族団らんは一人暮らしではできない内容であり寂しい気持ちになった。もっと皆が気持ちよく取り組める内容にしてほしい。
- ・取組のカウントが難しい

- プラごみ削減は、小売店の取組ではないか
- 家族団らんは多様性への配慮を欠いている
- プラスチックの使用は国レベルで削減しなければならない
- できることから少しずつ取り組みたい
- 以前は環境のことに無関心だったが温暖化が進むと異常気象になり日本の四季がなくなるのでエコ活動に取り組み始めた。小さいことから始めている。
- 開催の間隔が短い