

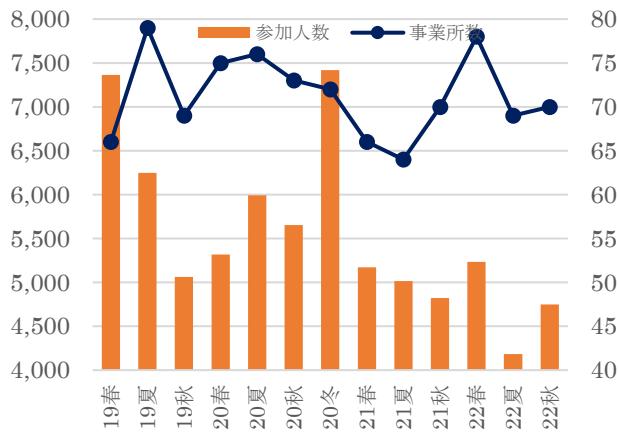
2022年 秋の環境一斉行動週間

2022年11月18日(水)~11月24日(木)の7日間

集約の結果

1◆◆ 取組の集約 ◆◆◆

事業所数	70	事業所
取組人数	4,749	人
A エコドライブ	19,652	回
B 食品ロス削減	18,712	回
C 地元の旬	14,261	回
D 体を動かそう	12,578	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
- 株式会社アイパックス★
- 旭松食品株式会社★
- 阿南消防署
- 阿南町役場
- 飯田環境センター竜水園
- 飯田広域消防
- 飯田市★
- 飯田市スポーツ協会
- 飯田信用金庫★
- 有限会社飯田スクリーン工業
- 飯田清掃株式会社
- 飯田精密株式会社
- 稲葉クリーンセンター
- 伊賀良消防署
- 伊賀良消防署龍江分署
- 伊賀良消防署山本分署
- 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
- 上久堅保育園
- 上村保育園
- 技建開発株式会社
- 有限会社北原土木
- 協和設備有限会社
- 神稲建設株式会社★
- 木下建設株式会社★
- クロダ精機株式会社
- こども発達センターひまわり
- 座光寺保育園
- 株式会社JVCケンウッド長野
- 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
- 高森消防署
- 高森町役場
- ダイワ設備株式会社
- 龍江保育園
- 竜丘保育園
- 株式会社タニガワ
- 多摩川テクノクリエーション株式会社
- 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
- 多摩川精機株式会社★
- TDKエレクトロニクスファクトリーズ株式会社★
- 殿岡保育園
- 日進精機株式会社
- 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
- 株式会社マエダ★
- 松尾東保育園
- 三菱電機株式会社中津川製作所★
- 株式会社ミナミ
- 南信州広域タクシー有限会社
- 南信州広域連合総務課
- 南信州広域連合地域医療福祉連携課
- 三穂保育園
- 明和工業株式会社
- 山京インテック株式会社
- 山本保育園
- 株式会社ヨシカズ飯田工場
- 株式会社ヨシカズ殿岡工場
- 吉川建設株式会社★
- 龍共印刷株式会社
- 綿藤トキワフーズ株式会社
- 和田保育園

★は「地域ぐるみ環境ISO研究会」参加事業所

14 / 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	3	事業所
南信州いいむす	46	事業所
計	49	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 エコドライブの実践！

エコドライブとは、燃料消費量やCO2排出量を減らすことで地球温暖化防止につながる運転方法や心がけのことです。エコドライブの実践は、環境やお財布にやさしいだけでなく、時間や車間距離にも余裕を持つため交通事故防止にもつながります。行楽の秋、ドライブの際はエコドライブを意識しましょう！

B 食品ロスをなくそう！

食品ロスとは、本来食べられるのに捨てられてしまう食品のこと。日本では一人当たり毎日お茶碗一杯分のご飯を捨てている量に相当する食品ロスが発生しています。捨てられた食品はごみとなり、運搬、焼却の際にCO2を排出するので環境にも悪影響を及ぼします。食欲の秋ですが、食品ロスをなくすよう意識しましょう！

C 地元の旬を食べよう！

食品ロスをなくすことを意識しながら、地元の旬を食べて食欲の秋を楽しみましょう！地元の食材を食べることは、他県や海外のものを購入するより輸送にかかるCO2排出量を減らすことができるため、環境にも良い取組となります。当地域にはおいしい食材が多くありますので、おいしく取り組んでいきましょう！

D 体を動かそう！

スポーツの秋ですが、気温の低下により暖房を使う機会が増え、外に出る機会も減ってくる季節。外で体を動かすことは、その間家の中のエネルギーを使わなくても済むと同時に、体の中から暖まることで暖房の使用を抑制することにもつながります。食欲の秋で食べ過ぎた人は、健康のためにも体を動かしましょう！

4◆ 取組内容(報告内容) ◆◆

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 エコドライブの実践！

- ・車の暖房の設定温度を低くする。
- ・車に「エコモード」が装備されているので、常時「ON」にしている。
- ・高速通勤でスピードをいつもより抑えた。寒くなってきたが暖気を控えた。
- ・坂道以外の場所では、アクセルを一定に保つ。
- ・車は“やさしい運転”を常に心掛けている。
- ・空気圧を適正に設定した。急発進、急ブレーキをしないよう心がけた。
- ・運転する際は、常にエコモードで走行している。
- ・急ブレーキ、急発進、スピードの出し過ぎをしない運転を心掛ける。
- ・ゆとりを持った運転の心掛け・タイヤ交換時の空気圧の確認。
- ・日々、エコドライブを意識して走っている。
- ・近場の移動は原付を使用する。
- ・安全第一で運転する。
- ・運転時は急加速しないように気を付ける
- ・車の燃費計をみながら運転している。
- ・エコドライブは、通年行っているエコドライブ推進の目標(前年対比1%)の削減を達成すべく行動目標の再確認を行った。
- ・マイカーによるエコドライブを推進するため、エコドライブポータルサイト「Recoo」へ社員を登録し各自燃費等の管理を、会社で行うことをこの期間中に行った。これからは、営業車でのエコドライブの推進だけではなく、社員のマイカーによる燃費の削減目標等を掲げ、推進していく。
- ・可能な場合(天候・短距離)の移動は車でなくバイクを使用した。
- ・飲酒後は徒歩で帰宅。
- ・遠方へ移動時に自動車の乗り合いを計画して実施。
- ・自動車は車間距離を十分に開けて運転し、減速時には主としてエンジnbrakeを使用。
- ・日々の生活で常にエコドライブを心掛けている。
- ・なるべく車での移動をなくすように一日の計画を立てて利用することを心掛けた。
- ・朝は余裕をもって出勤する。
- ・公共交通機関を意識して使用する。

B 食品ロスをなくそう！

- ・青いまま取り残してあるトマトはピクルスにし、残った野菜は漬物にした。
- ・買い物時、半額コーナーをチェックするようにした。
- ・スーパーの商品棚は前から商品を取っている。

- ・家庭菜園の夏野菜が一度に採れ過ぎて処分した失敗を反省し、秋野菜は量と種まきの時期を工夫した。
- ・食品の購入に際しその利用タイミングを考え、可能であれば賞味期限の近いものを選んで買い物かごに入れようとしている。
- ・食べられる食品はなるべく食べるようにしている。
- ・子供の残した食品を食べた。
- ・エコバックを使って、必要な量しか買わないようにしている。
- ・買いすぎて食品を無駄に捨てないようにする。
- ・食卓に上がったものは残さないように心掛けている。
- ・週末に食材を買っていたが、この機会に買い物に行かずに過ごした。問題なく過ごせたとし、冷蔵庫に眠っていた食材も使い切れた。
- ・魚は、皮はもちろん骨まで食べている。
- ・余った食材をカレーや鍋にして食べた。
- ・スーパーへ行く前にご飯を食べることで、ムダな買い物をしないことに繋がる。
- ・買い物時カートは使わず、手でかごを持っている。重くなるので必要最低限のものしか買わなくなる。
- ・外食時、子どもが残すことを考えて自分のものを頼む。
- ・賞味期限が若干過ぎていても、加熱するなどして食した。
- ・残さず食べることは常に意識している。
- ・少量ずつ持ってお替りするようにしている。
- ・フードドライブに協力した。
- ・食べきれるか考えたうえで買い物や外食をするように心がけた。
- ・賞味期限の近いものを冷蔵庫の手前に置く。

C 地元の旬を食べよう！

- ・自宅の菜園で採れたキャベツ、ブロッコリ、ねぎ、いちじくを食してB・Cを楽しんでいる。
- ・家庭菜園では化学肥料を使わずに元気な野菜を作ることを目指している。
- ・地元の農産物コーナーで買い物をした。
- ・地元信州のしめじごはんの素を使い、ヘルシーな食事がとれた。
- ・秋の旬といえば、キノコでしょう。たくさん食べた。
- ・家庭菜園の野菜を料理に使用。
- ・家庭畑で収穫した野菜等を毎食食べている。
- ・自分の家の畑でとれた野菜を食べているので、旬の食材を毎日食べられているので無理なく実践できて良かった。
- ・スーパーの地元の生産者コーナーで野菜を購

入している

- ・必要な野菜がある時は、隣の家の無人販売を使っている。
- ・野菜はほぼ自宅菜園で採れたものを使用。
- ・地元農産物売り場で買い物。
- ・店では買わず、家庭菜園でとれた野菜を食べる様にしている
- ・無人売店でリンゴを購入。
- ・地元の旬（野菜・果物）は、ほぼ毎日口にして
- いる。
- ・地元産の柿、リンゴを購入し食べた。
- ・地元野菜コーナーでの購入で地産地消を心掛けた。
- ・キノコ狩りをした。
- ・産地をみて購入するようにしている。
- ・毎日りんごを食べている。
- ・家庭菜園で採れた野菜を食べている。
- ・おすそ分けをいただけるのでありがたい。
- ・無人販売で買い物をしている。

D 体を動かそう！

- ・昼休みや休日は散歩をしている。
- ・通勤に自転車を使っている。
- ・休日に家の近所を散歩している。
- ・買い物は散歩も兼ねて、リュックサックを背負って出かけた。
- ・毎朝のラジオ体操を日課にした。
- ・もっと意識して体を動かしたかった。
- ・コンビニへは、歩いていくようにしている。
- ・体を動かすことに取り組みたい・普段からスポーツなどで、身体を動かすことを心掛けたい。
- ・月に200kmほど走っている。
- ・子供とキャッチボール。
- ・体を動かすことで、狭い車内の中で居続ける我々は少しでも緊張感から脱することで、安全運転にもつながると思い、以前より推進している。(運輸業の方)
- ・休日、自家用車を利用せず、ウォーキングを行った。
- ・自宅ではバランスボールを椅子代わりに使っている。
- ・自動車移動を極力少なくしウォーキングした。
- ・スクワットは全身が暖まるので寒い時にやっている。
- ・食後に散歩をしている。

♥ その他の取組

- ・衣服に注意して暖房の設定温度を下げる。
- ・照明を暗めにするよう気を付けている。
- ・使用していない家電のコンセントを抜く。
- ・野菜の捨てる部分は、畑へ穴を掘って捨てている。

- ・社内でも自宅でも出来るだけ節電、節約は心掛けています。
- ・エコバックの使用。
- ・スプーンなどをもらわない。(プラスチック)
- ・家の中の暖気を逃がさない様に誰もいない時はブラインドを下す。
- ・車庫にセンサーライトを取り付けた。1枚上着を着て、コタツをまだ出していない。
- ・湯たんぽを使用する。
- ・太陽光で充電した充電電池で暖をとる(ひざかけ・足元)
- ・10時に電気を消す。
- ・トレー・牛乳パックは洗って、スーパーのリサイクルボックスへ持って行く。
- ・レジ袋の再利用。
- ・暖房を使う代わりにホッカイロを使う。
- ・継続させるため無理せずできることに取り組んだ。
- ・エアコンの温度設定を下げる。
- ・家族みんなで夕食が食べられると、「食事が美味しい。」「会話が弾む。」「子どもの食べ残しにおいて残さない努力が出来る。」「洗い物が一度に出来る。」等メリットたくさんです。
- ・冷蔵庫の整理を行った。
- ・使わない部屋の電気を消す。
- ・暖かい服装で暖房の設定温度を下げる。
- ・太陽光発電を始めた。

★ ご意見

- ・食品ロスを無くしたら、太った。
- ・期間内だけでなく、日頃から意識して生活していきたい。
- ・SDGsを改めて意識出来て良かった。
- ・毎度同じ感想になってしまいますが、「意識」が全てだと思う。
- ・各自が意識して取り組むことが大事だと思いますが、みんなで声を掛け合えるともっといいと思った。
- ・エコへの取り組みは経済的にもよいと思って取り組んでいる。
- ・環境一斉行動週間に参加する事は、普段の生活を見直す機会になって良いと思う。
- ・この期間だけでなく、毎日の生活で意識していきたい。
- ・引き続き環境を意識して行動したいと思っている。
- ・行動が大事だと思う。