

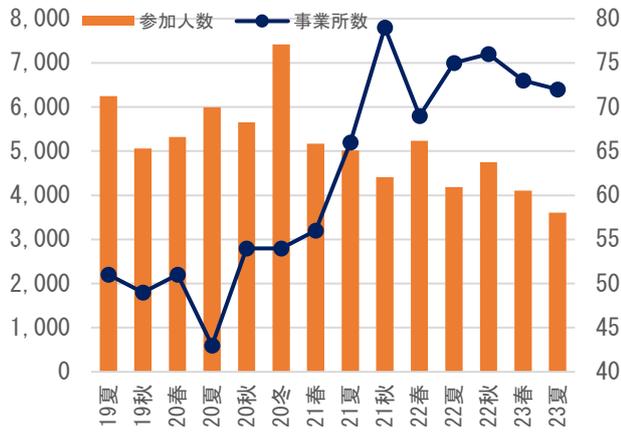
2023 年 夏の環境一斉行動週間

2023年8月25日(金)~8月31日(木)の7日間

集約の結果

1◆◆ 取組の集約 ◆◆◆

事業所数	52	事業所
取組人数	3,609	人
A エコドライブ	16,822	回
B ライトダウン	14,153	回
C 冷蔵庫の整理	8,939	回
D 匂を食べよう	15,008	回



2◆◆ 参加事業所 ◆◆◆

50音順

- 有限会社愛光電子
- 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
- 株式会社イイダサービス
- 飯田広域消防
- 飯田市★
- 飯田信用金庫★
- 有限会社飯田スクリーン工業
- 飯田精密株式会社
- 伊賀良消防署
- イワタニ長野株式会社
- エコトピア飯田株式会社★
- 勝間田建設株式会社
- 鼎みつば保育園
- 上久堅保育園
- 上村保育園
- 有限会社北原土木
- 協和設備有限会社
- 神稲建設株式会社★

- 喜久水酒造株式会社
- 木下建設株式会社★
- 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★
- 高森消防署
- 高森町役場
- ダイワ設備株式会社
- 龍江保育園
- 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★
- 中村保育園
- 株式会社NEXAS
- 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
- 南信州広域連合地域医療福祉連携課
- 三穂保育園
- 明和工業株式会社
- 泰阜村役場
- 山本保育園
- 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

11 / 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	39	事業所
計	12	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。もちろんノーマイカーの取組も含まれます！

B ライトダウンで節電！

夏はエアコンなど電力の使用量が増える季節ですので、使っていない部屋や廊下などのこまめなライトダウンを実践しましょう。また、夜は早めのライトダウンを実践し、体を休めたり夏の夜空を見上げてみてはいかがでしょうか？ただし、防犯や安全性に問題があるライトダウンはお控えください。

C 冷蔵庫の整理！

毎日24時間、1年365日動き続けている冷蔵庫は消費電力の大きな家電です。冷蔵庫の中を整理することは、冷蔵の効率を上げるだけでなく、取り出す際の開閉時間の削減にもなり、さらに夏は食材が傷みやすいので、整理することで食品ロスの削減にもつながります。

D 夏の旬を食べよう！

旬の食材である夏の野菜や果物には、利尿作用によって体にこもった熱を排出し、体温を下げる効果があります。代表的なものは、ナスやトマトやキュウリやスイカなど。それらを普段の食事に取り入れて、旬の味を楽しみつつ、暑さ対策をしてみましょう。

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 エコドライブの実践！

- ・運転中の急発進などは常に気を付ける。
- ・運転中車の窓を開けてエアコンをつけない。
- ・脱炭素時代に目掛け電気自動車の導入を更に進め、期間中に1台を導入した。
- ・ガソリンの高値もあるので、エアコンの使用を控えたり、スピードを出し過ぎたりしないように運転した。
- ・車の運転時における加速、減速は滑らかに。
- ・エコドライブを実践するにあたり、アクセルワークの意識やエアコン調整等を行った。
- ・急な動作をしない運転。
- ・車の運転時ふんわりアクセル。
- ・車のエアコン風量を下げる。
- ・近場への移動手段は、徒歩で行くようにしている。
- ・ガソリンも高騰しているの、より一層、エコドライブを心掛けている。

B ライトダウンで節電！

- ・ライトダウンで節電に対し、期間中各営業所(6営業所49本)の電灯を全てLED化に工事ならびに取り付けをした。
- ・本社並び各営業所をLED化し、ハード面から節電を行うこととした。
- ・使っていない部屋の電気をこまめに消すようにした。
- ・間接照明で過ごしてみた。
- ・使わない部屋ではコンセントを抜く。
- ・一つの場所でライトダウンしている。
- ・使っていない部屋や廊下をこまめにライトダウンした。
- ・早めのライトダウンで早寝、早起き、朝ごはんを心掛けている。

C 冷蔵庫の整理！

- ・買い物したものがなくなってから次の買い物をして、冷蔵庫につめこみすぎないようにしている。
- ・冷蔵庫のドアパッキンを清掃し密着して、冷気が漏れないようにした。
- ・無駄な食材を買わず、冷蔵庫にあるものを消費

- した。
- ・冷蔵庫をいっぱいにならないように心がけた。
 - ・食材は必要分を購入するように心がけている。
 - ・冷蔵庫は詰め込みすぎない。
 - ・冷凍庫は整理して隙間をなくして入れる。
 - ・必要最低限の買い物。

D 夏の旬を食べよう！

- ・野菜を育てて旬のものを毎日食べている。
- ・夏野菜と畑で作り、活用した。
- ・野菜は無理のない範囲で自家栽培している。
- ・野菜を無駄のないように料理で使いきるようにした。
- ・自宅の庭で夏野菜を作り、収穫と味を楽しんだ。
- ・毎日、キュウリ、トマト、ナスのいずれかは食べている。
- ・ご近所の方から夏野菜をいただく事が多く、毎日とれたての旬の野菜を食べることができた。

♥ その他の取組

- ・エコバッグを常に持ち歩く。
- ・節電でエアコンの室外機の上にカバーを購入してECOを意識した
- ・地区内はなるべく歩くようにする。
- ・ご飯は2日分くらいをまとめて炊く。
- ・節電と一緒に節水も心がけた。
- ・冷房の設定温度は、低くなりすぎないように注意した。
- ・首回りを冷やす工夫をした。
- ・風通しのよい服装を心掛けた。
- ・1食毎の食べる量を減らす（食べ過ぎない）
- ・マイバッグを持っている。
- ・弁当のバランやアルミホイルは洗浄し再利用。
- ・暑さ対策に簾を設置し、電気代節約に努めた。
- ・体を冷やす食材を意識して料理に取り入れた。
- ・園児と一緒にプールの水を入れ替えるタイミングでプールの水を園庭に撒き、打ち水をしたみた。

★ ご意見

- ・この活動は、地域貢献として意味があり大変ありがたいと思っている。
- ・取組カレンダーの紙ベース提出をシステム上での集計にしたらエコになる。