



HOKKAIDO! ECO

地球の“いま”と向き合い、“いま”に気付いて、“いま”から思いやりのある行動を
地球にやさしい・エコプロジェクト



冬の室温、
お宅は何度？

北海道は34%が20℃以下と回答
冬の北海道で、室温20℃は難しいと考えられがちですが、環境省が昨年実施したアンケート調査では、1963世帯中34%が室温20℃以下でした。また、前年度より室温を低くした世帯は1463世帯中46%にのぼり、省エネが進んでいることがうかがえます。

道外は70%が20℃以下
環境省の室温アンケートは、道外でも実施されました。その結果、道外で室温20℃以下は137世帯中70%で、北海道の2倍以上。平均室温は19℃で、北海道の21℃より2℃低くなっています。道外に比べると、北海道には、まだ省エネの余地があると言えます。

20℃以下でも
ポカポカに

身体があたたまる「根菜」を食べよう
冬は、れんこん、ごぼう、にんじん、大根など、土のなかでエネルギーをためこんだ根菜類が、冷えを防ぎ体をあたためてくれます。ごぼうやにんじんは皮やアクにうまみがいっぱい。しっかり洗えば大丈夫。丸ごといただくのが体にやさしい食べ方です。

※環境省チームマイナス6%「うちエコ」ホームページより

「空気を多く着る」のもポイント
いつもの衣類にフリースを重ねると、体感温度は2.2℃アップ、靴下を履くと0.6℃、さらにスリッパを履くと0.6℃アップします※。最近は発熱繊維など薄くて軽くてあたたかい新素材の肌着も。衣類といっしょに空気を多く着ることで、あたたかく過ごせます。

※(財)省エネルギーセンター「着衣の工夫と体感温度等の違い」より

20℃

地球環境
ノート

VOL. 15

「北海道発・地球環境ノート」は、「地球温暖化」防止に向けた温室効果ガス6%削減を実現するために、世界・日本・北海道の環境の“いま”や今すぐ実践できる“地球にやさしい生活”をシリーズでお伝えします。

シリーズ15回目のキーワードは《20℃》

地球温暖化を防止するために、

環境省が呼び掛けている暖房の設定温度は、20℃。

冬が長く、寒さが厳しい北海道ですが、住宅の機密性が高いことなどから、

室温20℃でも工夫しだいで暖かく過ごすことができます。

暖房をセーブすれば、光熱費もダウン。

本格的な冬に向けて、地球にも家計にもやさしい暮らしをはじめませんか。

室温を下げれば
地球も家計も助かる

1℃下げると1人1日521g CO₂削減

室温を1℃下げると、1人1日521g CO₂を削減できます。先の環境省のアンケートでは、北海道で室温23℃以上の世帯は33%。これを北海道全体に置き換えた人数は259万2千人※¹。その全員が1℃下げると、1350トンのCO₂を減らせることになります※²。

※¹ 平成20年3月末現在の北海道の世帯数261万8千世帯から算出(1世帯3人で計算)

※² 北海道の試算

ひと冬の灯油代はこんなに節約

暖房シーズンに室温を下げる取り組みは、CO₂削減はもちろんですが、灯油の節約にもつながります。1℃下げた場合、1世帯当たりのCO₂削減量は年間235kg、灯油の節約量は年間95リットル※¹。1リットル76円※²として、年間7220円の節約になります。

※¹ 北海道の試算

※² 12月8日現在の全道平均価格(北海道経済産業局調べ)

みんなで、20℃！

大作戦

はじめよう「20℃」生活

北海道は、1人当たりのCO₂排出量が全国平均の1.1倍。暖房エネルギーの消費が多いため、冬の室温を下げるのが、CO₂削減のカナメです。この冬はオフィスだけでなく家庭の室温も20℃に。みんなが集まる年末年始、さっそく実践してみませんか。

あなたも参加しませんか？

北海道新聞「地球にやさしい・エコプロジェクト」では、冬の室温を20℃にすることを宣言いただく「みんなで、20℃！大作戦」を実施しています。室温を下げて快適に過ごせるアイデアなども大募集。下記をご覧のうえ、ぜひご参加ください。

たのしみながら、CO₂削減！ 地球にやさしい エコ・チャレンジ！ ～料理を見直そう～

大晦日のごちそうや、おせち料理づくり。ちょっとした工夫でCO₂を削減できますよ。

いよいよ今年もあとわずか。おせちや年越しのごちそうづくり忙しい時期は、エコを進めるチャンスです。ガスや電気の使い方を見直して、CO₂を削減。地球にやさしい料理で、すてきな年を迎えましょう。

※北海道「道民・事業者のために環境行動の手引き」(平成20年4月)

煮物などの下ごしらえは
電子レンジを活用する



29g CO₂削減

炎が鍋底から
はみ出さないように
火力を調節する



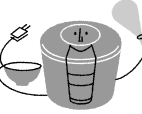
14g CO₂削減

電子レンジでの
温め直しをしない



6g CO₂削減

ジャー炊飯器の
「保温」をしない



57g CO₂削減

20℃生活をはじめるきっかけに！

覚えて
おきたい
エコの「日」・
エコ「月間」

●12月「地球温暖化防止月間」

環境省などが推進。暖房によりCO₂の排出が増える時期、室温を下げるあなたの取り組みが地球を救います。

●1月1日「省エネルギーの日」(毎月1日)

省エネルギーを広めるために、環境省などが推進。2009年、省エネな年を元日からスタートさせませんか。

●1月11日「冬の道民環境の日」

北海道洞爺湖サミット開催を記念して、道が制定した記念日の一つ。冬の環境行動を楽しみながら実践しましょう。

冬定番！北海道から始めよう、
意外に快適「20℃」生活！

みんなで、20℃！大作戦！

自宅で、会社で
取り組もう！

参加者・参加企業大募集！！

暖房で多くのエネルギーを消費する北海道の冬。暖房温度を下げると、CO₂削減はもちろん、灯油代や電気代の節約にもなります。

この冬は「オフィスも家庭も、室温は20℃に！」が合言葉。札幌の6～7月の平均気温が20℃前後ですから、実はとっても過ごしやすい温度なのです。

この「みんなで20℃！大作戦」に参加したいという方(個人)と企業を大募集します。個人でのエントリー数に応じて、

北海道新聞社が北海道環境財団へ寄付を行うほか、抽選でモバイルノートパソコンなどが当たるプレゼントも。みなさん、奮ってご応募ください！

みんなで、20℃！大作戦！
参加で、企業PRのチャンス！

参加企業の中から抽選で、「20℃！大作戦」への取り組みの様子をウェブサイトから紹介します。訪問取材するのは、札幌聖心女子学園高等学校の生徒で結成された「20℃ジュニア応援隊」。話題性を集めるだけではなく、企業イメージがアップすること請け合いです。ぜひご参加ください！



私たちが
取材します！
取材した記事は、「地球にやさしい・エコプロジェクト」ウェブサイト内で発表します！

20℃ジュニア応援隊
札幌聖心女子学院
広報委員のみなさん

応募方法

右記の宣言内容の中から1つ選んで、郵便番号、住所、★【お名前(ニックネームもお書き下さい)、性別、年齢、職業】、電話番号、E-mailアドレス(なくても可)、希望賞品のアルファベット1つを明記の上、郵便ハガキ、ファクス、メールでご応募下さい。

★企業の場合は【企業名、ご担当者名、業種】をお書きください。

※北海道新聞「地球にやさしい・エコプロジェクト」ウェブサイト内でも応募できます。

※メール及びウェブサイトから応募する場合は、件名欄に「みんなで20℃！大作戦」とご記入ください。

※参加企業に「20℃ジュニア応援隊」が訪問する場合は、事前に連絡させていただきます。

応募締切
(個人・企業ともに) 第1次／平成21年1月21日(水) 締切 ※必着
第2次／平成21年3月13日(金) 締切 ※必着

宣言内容 下記から1つお選び下さい。

1 わたしは(わが社)はこの冬から、室温を20℃に設定します。(または設定しています)

2 わたしは(わが社)はこの冬から、室温を2℃から3℃下げます。(または下げています)

3 わたしは(わが社)はこの冬から、過度な暖房に頼りません。(または頼っていません)

※その宣言を実践するための具体的な取り組みやアイデア、アドバイスなどもぜひお書き添えてください。例)「薄くてあたたかい保温下着を着ています」「あたたかい食べ物で体を芯からあたためています」 など

※応募いただいた宣言については、ニックネーム、ご住所(市町村まで)とともに北海道新聞「地球にやさしい・エコプロジェクト」ウェブサイト内で発表させていただきます。ほか、報告紙面(3月下旬予定)に掲載させていただきます。企業の場合は「チーム・マイナス6%」ウェブサイト内でも公表させていただきます。

プレゼント内容 (個人エントリーの方のみ対象)

A DELL Inspiron Mini 9 プラチナパッケージ…2人

B キヤノン iXY DIGITAL 920 IS…2人

C SANYO 充電式ひざかけ

「eneloop soft warmer」…3人

D 自然気化式加湿器「ミスティガーデン」…6人

E ハート型エコカイロ…52人

※ノートパソコンおよびデジタルカメラは、「20℃ジュニア応援隊」が取材時に使用したものを贈呈させていただきます。あらかじめご了承ください。また、賞品の発送は平成21年2月末と3月末の2回を予定しております。

※各商品の詳細は、北海道新聞「地球にやさしい・エコプロジェクト」ウェブサイト内でもご確認ください。

●プレゼントの当選発表
当選発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

●応募の宛先・問い合わせ

地球にやさしい・エコプロジェクト「20℃！大作戦」係

〒060-0063 札幌市中央区南3条西6丁目 セザール第一札幌301

TEL: 011-222-1412 Fax: 011-221-6564

E-mail info@hokkaido-eco.jp URL http://www.hokkaido-eco.jp

●その他
応募の際の個人情報、「みんなで20℃！大作戦」紙面、ウェブサイト、プレゼント当選者への連絡、データの分析などに活用させていただきます。

合計65人に
当たる大チャンス！

「地球にやさしい・エコプロジェクト」ウェブサイト ☎ http://www.hokkaido-eco.jp

hokkaido-eco

検索



みんなで止めよう温暖化

北海道新聞はチーム・マイナス6%に参加しています。

企画制作／北海道新聞社広告局 後援／環境省