


北海道新聞社  
FMノースウェーブ

## 北海道から発信! 明日スタート!

# ウォームビズ大作戦!

2013.12.1 Sun  
2014.2.28 Fri

北海道は冬を あったかく過ごす 知恵袋!

過剰な暖房に頼らず、衣食住を工夫して暖房時の室温20℃でも快適に過ごすライフスタイル「ウォームビズ」。寒い北海道だからこそ、道民の皆さんは冬を乗り切る知恵を持っています。「衣」「食」「住」の「あったかアイデア」を集めてシェアし、冬をもっと暖かく過ごしませんか?

『衣』『食』『住』のプロが知恵を伝授! 冬を快適に過ごす「あったかアイデア」!

### あったかアドバイザーが アイデアをご紹介します!

詳しくは、キャンペーンサイトへ!

### オシャレに楽しく! あったかく!

手元、足元、首元を温めると体があったかアイテムの色を合わせたり、柄物を入れることで楽しくオシャレに!



■スタイリスト 石切山 祥子さん  
雑誌や広告掲載のスタイリングを手掛ける。新聞、雑誌表紙でのファッションコラム連載、テレビなどで活躍中。

「レックウオーマー」も首元・手元と色あいを合わせてトータルコーディネート!

### すぐに火が通ってずっとあったか! 「とろとろあんかけ鍋」

片栗粉でとろみをつけた出汁は冷めにくく、ショウガや鷹の爪の辛み成分などで体がポカポカに。千切り野菜で、火を通す時間は10分以内!



■市橋料理人 西村 淳さん  
海上保安庁在勤中に同僚料理師の食事を手助けた「市橋料理人」。出後、授業や講演会、テレビなどで活躍中。

めんつゆを使った出汁に片栗粉とショウガをひと握り入れ、じゃがいもやニンジン、玉ねぎなどを入れて沸騰したら鷹の爪を入れ、片栗粉でとろみをつけたあと、ごま油で風味づけします。

### あるもの生かす、あったか断熱インテリア!

室内の暖かさを保つには、窓やドア部分の「断熱ケア」が効果的。厚手の布、透明ビニールシート、ダンボール、不要なふすまや板など、家にあるものを活用すれば、フトコロもあったかです。



■できた!電化代600円生活! (北海道新聞社) 著者 はらみづほさん  
フリーライター・プランナー。現在、札幌市中央区のマンションで電化代・生活費の大減ダウンにつながる暮らしを実践中。

窓を「四方の断熱」で「断熱」し、タワになったら、不要なふすまやダンボール板などで外側から断熱を確保! 断熱防止にもなり、効果的も断熱!

ドアを「四方の断熱」で「断熱」し、不要なふすまやダンボール板などで外側から断熱を確保! 断熱防止にもなり、効果的も断熱!

### あなたのアイデアを 大募集!

『衣』『食』『住』の「あったかアイデア」をハガキやパソコンで応募すると、抽選でプレゼントが当たる!

<b>A賞</b> カロネ観光 ルスツリゾート 宿泊券 (1泊2食付) 1000人	<b>B賞</b> 北海道・ クマガラのぬ OUOカード (1,000円分) 30人	<b>C賞</b> 1泊のカゲループ 無料入浴券 (札幌市・旭川市・帯広市・稚内市) 50人	<b>D賞</b> 新千歳空港 万葉の湯 無料入浴券 50人
<b>E賞</b> しろくまのきき あったかホック ネックウォーマー 100人	<b>F賞</b> サーマーズ 真空断熱ワードコンテナー 10人	<b>G賞</b> ホケレン かめびりか (15kg) 5人	<b>H賞</b> キッコーマン Deliパック(ケチャップ) (2本セット) 20人
<b>I賞</b> TSUTAYA DVD・CD レンタル郵便 返却無料チケット(3枚セット) 50人			

ハガキから応募

- 右記の用紙を切り取ってハガキに貼り、必要事項を記入
- 応募券を記入して応募ください。(※ハガキに直接記入する場合は下記必要事項をすべて記入してください)

パソコンから応募

- キャンペーンサイトから「ウォームビズ宣言」をして「あったかアイデア」を投稿!
- 画面の指示に従って応募ください。

北海道から発信!ウォームビズ大作戦に賛同し、地球温暖化防止に努めることを宣言します。  
(※参加の意志を要するものとして「」してください)

あったかアイデア記入欄

氏名  性別  男性  女性 年齢  歳

住所

電話番号  コールセンター

メール/PC/入力後  @

ご希望の商品1つに  A賞  B賞  C賞  D賞  E賞  F賞  G賞  H賞  I賞

詳しくは、<http://www.warmbiz-hokkaido.jp/> キャンペーンサイトへ!

http://www.warmbiz-hokkaido.jp/ 北海道エコアクション 検索