



コラボ  
しています!

これは、政府が呼びかける、省エネ等の製品への買い換え・ライフスタイルの見直しなどの、地球温暖化対策として「賢い選択をしていこう」という取り組み。連合も参画している。特に11/26~12/2の1週間は「COOL CHOICE チャレンジ」期間に設定されている。ピークカットアクションを実践すれば、あなたもCOOL CHOICEチャレンジャーだ。  
<https://ondankataisaku.env.go.jp/coolchoice/>

新連載

# 環境最前線

vol.1

地球環境を守ることは、未来を守ること。今、私たちに何ができるのか。暮らしの中の身近な取り組みから、生産と消費の現場における新たなチャレンジ、国際的な動向まで、環境をめぐる最前線の動きを連載で紹介する。

## 連合エコライフ21 冬のピークカットアクション スタート!

朝晩めっきり冷え込んできた。さあ、冬がくる! 冬といえば、こたつ・みかん、そして節電だ。さあ、**家庭での節電21**のおきてを確認しよう。一人ひとりがこつこつためれば、これもりっばな地球温暖化対策。編集部でも実験を重ね、「こつこつ」を見える化してみた。

編集部でも実験!

少し気をつける  
だけでも  
効果あり!

### 冬のアクション21項目とCO2削減数値

#### エアコン

- 温度は控えめで (20℃)
- カーテン閉めて保温
- フィルター清掃を
- こたつ、湯たんぽでぼかぼかに
- 重ね着や膝かけを

22℃→20℃で  
▲1.6%

暖房いらずに

寒くなったので  
モコモコ靴下を  
はいたら  
ぼかぼかだっ!  
(朝晩)



#### 照明

- 電球の間引きを
- 掃除で明るさup

#### テレビ

- 画面掃除で明るさup
- つけっぱなしは×

オフィスではOA機器  
の使い方に気をつけよう!



編集部で  
時間を計ってみた



つけっぱなしをやめた。  
リビングの照明offが  
1時間20分も!  
(平日)

待機電力ゼロで  
▲6%

#### 電化製品共通

- スイッチこまめにoff
- 省エネ製品へチェンジ、タイマー活用
- 使わない時はコンセントを抜く
- スイッチ付きコンセントで、待機電力カット

#### その他

- トイレの温度は控えめ、フタ閉める
- 炊飯器は保温機能より、早朝まとめ炊き
- 乾燥機よりもお日さまで乾かそう

温度  
中→弱で  
▲0.2%

フタ閉め  
▲0.3%

▲0.6%

継続大事

フタを  
閉めるように  
気をつけたら、  
習慣に!  
(毎日)



合計 **10.8%** も  
削減!



強→中で  
▲0.5%

#### 冷蔵庫

- 温度は弱で
- すぐ閉める
- 物は少なめ

編集部で  
断捨離

減らしてみたら  
スッキリ!  
無駄買いが  
なくなった!

▲0.3%

編集部で  
時間を計ってみた



見たい番組が  
ない時に消したら  
2時間38分も  
スイッチoff!  
(休日)

※数字はCOOL CHOICE および全国地球温暖化防止活動推進センターホームページをもとに、編集部で算出