

電力不足もコワくない！

**暑い夏、省エネテクニックで
CO₂を削減しよう！！**

省エネ 夏の陣

その1 血液を冷やす

- ○冷たいジュースを飲む前に、冷えた缶やびんを首や脇などのリンパ線に押し当てて、身体を冷やしてから飲むと、とっても涼しくなる。
- ○涼しく休むために、寝る直前に布団を冷やす。
- ○蓄冷剤や水枕で首や太腿の付け根を冷やすとクーラー不要。
- ○旬の野菜（なす・きゅうり・すいかなど）は身体を冷やす効果があるので積極的に食べよう。

その2 家を冷やす



- 壁やたたきに熱を持たせないよう、家から1メートル程度はなれた部分に緑を植える。場所が少なくてもゴーヤやきゅうり、朝顔などをネットで育てて緑のカーテンで日差しをさえぎる。
- 夜の冷たい空気をしっかり取り込んで家全体を冷やしておき、朝の8時ごろには窓を閉めてしまう。
- 日光の当たる時間は、雨戸を閉める。
- 夕方は打ち水をする。
- 省エネタイプの冷蔵庫でも400リットル以上の大きなものは、廃熱がキッチンからリビングまでを暖めてしまうので、1日に数回、換気扇を使って熱を屋外へ放出する。

エコアマド(雨戸)	雨戸+ブラインド+ヨシズの機能で、夏場の日除け・遮熱に効果全面を構成しているルーバー状の羽根が0〜110度まで開閉でき、通風、採光、日除け、目隠しに応じて角度調整する。台風の時や戸袋に収納する時は、0度にする 今使っている大部分の雨戸は取り替えられる。(三〜五万円/枚程度)
-----------	--

その3 ラクちゃん編

- 涼しい場所に移動する
- 暑い日中は、お風呂場近くの場所でお昼寝したり、家から脱出して、クーラーの効いている図書館などの公共施設で過ごすのも いいかも。



今回、柏崎刈羽原発は、認識されていない活断層の上に建てられていたことが、地震後始めてわかりました。世界中の地震の1割が日本で起きています。日本の電力の3割は原子力発電によるものを使用していますが、本当に55基もの原発が必要なののでしょうか？今後も、多くの原子力発電所を建設する計画です。

私たち自身が、省エネを実践し、自然エネルギーによる発電を応援していきましょう。