



# 12月は地球温暖化防止月間です

環境政策課 ☎382-7954 📠382-2214 ✉kankyoseisaku@city.suzuka.lg.jp

マスコットキャラクター「クリン」  
鈴鹿市不法投棄対策連絡会議

環境省では、冬季の地球温暖化対策の一つとして、暖房時の室温を20℃(目安)で快適に過ごす「WARM BIZ」(ウォームビズ)を呼び掛けています。「衣」「食」「住」のひと工夫で、日常生活をあたたかく快適にし、冬を乗り切りましょう。

## やってみよう！ ウォームビズ

ウォームビズの目的は、暖房に必要なエネルギー使用量を削減することで、CO<sub>2</sub>の発生を抑制し、地球温暖化を防止することです。最近高騰している電気代や燃料代の節約にもつながるウォームビズのポイントを紹介しますので、皆さんも取り組んでみましょう。

### 衣

- ひざ掛けやストールを活用する
- 軽くて薄い腹巻や、機能性素材の下着などを着る
- お風呂上がりには一枚多く羽織る など



### 食

- 鍋で体や室内をあたためるとともに、加湿効果で体感温度を上昇させる
- 冬が旬のもの、根菜類、しょうがなど、体があたたまる食材を食べる



### 住

- 温度計、湿度計を近くに置いて室内環境を「見える化」する
- 扇風機などを短時間使用して、室内のあたたかい空気を循環させる
- 湯たんぽ、毛足の長いスリッパやクッションなどを効果的に活用するなど



### ほかにもいろいろ！

- 通勤や通学で一駅分歩いたり、階段を使ったりして、体温を上昇させる
- 入浴で体も心もあたためる
- 足や首のストレッチなど、血行促進運動を行う など



## 食品ロス削減！おいしく残さず食べ切ろう

日本の食品ロス量は、年間約522万トンになると推計され、そのうち食品関連事業者から発生する事業系食品ロス量が約275万トン、家庭から発生した量が約247万トンとされています(令和2年度推計値)。

年末年始にかけて、外食やテイクアウトをする機会が増えます。料理は食べ切ることができる量を注文して、食べ残しをなくすように心掛けましょう。

