

コッチが COOL CHOICE ♪



Q1 環境のために、車は買い替えるべき？

B が COOL CHOICE ♪

乗用車が排出する二酸化炭素は非常に多く、輸送手段の中で約 50%、実に 3,200 万世帯分の排出量に相当するよ。次世代自動車へ買い換えると二酸化炭素排出量が大幅に抑えられるだけでなく、燃費も在来型ガソリン車のおよそ 2 倍程度になっているため、月々の燃料代も安くなるよ。

Q2 ドライブの時に心掛けることは？

B が COOL CHOICE ♪

環境に配慮した「エコドライブ」の基本は、ゆったりとした運転だよ。発進時はアクセルをぐっと踏み込まずに、最初の 5 秒間で時速 20km へ穏やかにスピードを上げることが“ふんわりアクセル”。走行中も前の車との車間距離をしっかりとあけて、一定の速度で走ることが燃費の向上につながるよ。

Q3 車に載せる荷物はどうすればいいの？

A が COOL CHOICE ♪

車の燃費に大きく作用するのが、荷物の重さ。一般的に 100kg の荷物を載せて走ると、約 3%燃費が悪化するとされているよ。運ぶ必要がない荷物は車から降ろそうね。また空気抵抗も燃費に影響するので、スキーキャリアなどの外装品も使わない時は外そうね。

Q4 冬の過ごし方で賢いのは？

Aが COOL CHOICE ♪

「ウォームビズ」が推奨するのは、暖房時の室温を 20℃（目安）で快適に過ごす冬のライフスタイル。服装のひと工夫で、省エネかつ温かい生活を送ることができるよ。太い血管のある首・手首・足首という“3つの首”を中心に温めることで、効率よく全身を温めることができるのさ。

Q5 体の温まる入浴法は？

Bが COOL CHOICE ♪

入浴の時も、少しの心掛けで体を芯から温めることができるよ。20分ほど時間をかけ、38～39℃のぬるめのお湯に半身浴すると体もポカポカ、ぬるめのお湯を少なく沸かすので省エネにも。さらにゆず湯やしょうが湯、大根湯にすると血行促進など、より高い効果が表れるよ。

Q6 「見える」ことで省エネにつながるの？

Bが COOL CHOICE ♪

日本の二酸化炭素排出量のうち、16%が住まい（住宅部門）から排出。年間1億9,200万トンにもおよび、1世帯あたりでは年間3.4トンにもなるよ。住宅での使用エネルギーデータをモニターに“見える化”して管理する機器「HEMS」などを導入して、各家庭が省エネを心掛ければ、大幅なCO2削減になるのさ。

環境省のホームページから「COOL CHOICE」に賛同しましょう！

