

ほどがやエコ通信

Vol.1
令和2年5月号

自宅で過ごす機会が増える今だからこそ知っておきたい、家庭で簡単にできるエコな取組や情報をお届けします！「おうち時間」をより充実させる「エコクッキング」や、エコにつながるお掃除も紹介しています。

エコ情報
その1

今すぐ実践！付けっぱなしには要注意！

部屋の電気やテレビの電源、付けっぱなしにしてはいませんか？

使わないときはこまめに電源を切りましょう。例えば、9WのLED電球を1時間多く消灯すると、年間で電気3.29kWhの省エネ、1.9kgの二酸化炭素削減、約90円の節約につながります。また、省エネ性能はお使いの照明器具の種類によっても大きく変わります。白熱電球をお使いの方は、より省エネ性能の高いLED電球への交換をおすすめします。

- 家庭で使用している電気使用量を確認してみましょう！



「電気使用量のお知らせ」には、前年同月の使用量と比較できる項目があります。

【電気使用量のお知らせ】	
当月使用量	XXXX kWh
前年同月使用量	XXXX kWh
請求元金総額	XXXX円
支払手数料	XXXX円
基本料金	XXXX円
電灯料	XXXX円
ガス料金	XXXX円
水道料金	XXXX円
その他	XXXX円

エコ情報
その2

日々の息抜きに！エコクッキング

① エコクッキングとは？

下ごしらえや調理工程を工夫する、地産地消を心がけるなど、環境を思いやりながら「買い物」「調理」「食事」「片付け」をすることです。

② 何から始めればいいのか？

エコクッキングを行う上でとても便利なアイテムが、炊飯器です。

ご飯を炊くときお米の上に食材を載せておくと、茹でる、蒸すなどの下ごしらえと一緒にでき、省エネにつながるだけでなく、おかず1品があっという間に完成します！

- エコクッキングのおすすめレシピはこちらから！

<https://ondankataisaku.env.go.jp/coolchoice/topics/20170829-01.html> (環境省ホームページ)



こまめな掃除はエコにつながる！



① 照明器具のお手入れをしましょう！

照明のカバーやかさが汚れると、明るさが低下してしまいます。こまめに掃除をすることで明るさがアップし、余分な電力を消費しません。

② 冷蔵庫の中身を整理しましょう！

ずっと前に食べ残した食品が、冷蔵庫の奥で眠っていませんか？ 冷蔵庫の中を整理し、ものを詰め込みすぎないように意識するだけで、大きな省エネ効果が見込めます。

知っているとお得なエコ知識「エネファーム」

(家庭用燃料電池)

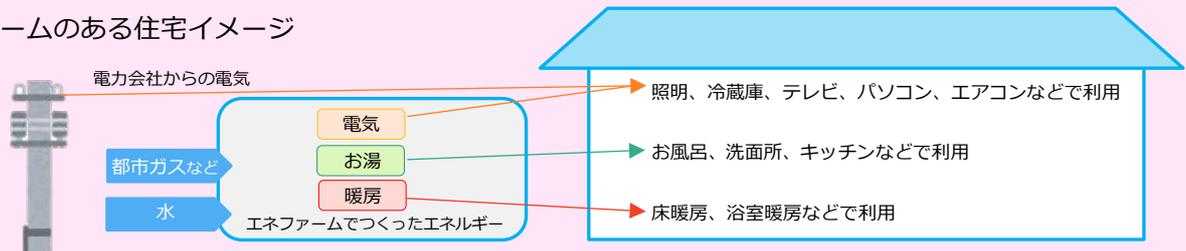
① 最近聞く機会が増えた「エネファーム」とは何だろう？

ガスを使って電気とお湯を同時に作り出し、家庭内で利用するシステムのことです。電気をつくる場所と使う場所が同じなのでエネルギーを無駄なく使うことができます。

② どういう仕組み？

都市ガスなどから取り出した水素と空気中の酸素を化学反応させ発電します。また、そのとき生まれた熱でお湯も一緒に作り出し、給湯に利用します。

● エネファームのある住宅イメージ



③ どのくらい環境にやさしいの？

エネファームを使うことで、**家庭の二酸化炭素排出量を年間で約 1,330kg 削減**できます。これは、約 2,460 m²の森林が 1 年間で吸収する二酸化炭素量に相当するので、この広さの森林を所有するのと同じくらい環境にやさしいことになります。



区役所からのお知らせ

■ ゼロカーボン横浜チームゼロ Facebook

横浜市内の企業や団体、学術機関、行政などが行っている温暖化対策に向けた取組を皆さんで共有するため、zero carbon yokohama「team zero」の Facebook がスタートしました。省エネ行動や環境問題に関心のある方、環境に良いことを始めたいと考えている方にオススメです！

[@yokohama.carbon.team.zero](https://www.facebook.com/yokohama.carbon.team.zero)

■ 保土ヶ谷区 Twitter

区 Twitter では、エコな取組に関する情報や、防災、健康づくりなど幅広い区政情報を随時発信しています！

[@ho_yokohama](https://twitter.com/ho_yokohama)(横浜市保土ヶ谷区役所)

ぜひチェック、フォローをお願いします！

保土ヶ谷区役所 区政推進課
〒240-0001 保土ヶ谷区川辺町 2 - 9
TEL:045-334-6227
E-mail:ho-eco@city.yokohama.jp