



みんなで止めよう温暖化
チーム・マイナス6%

賢く選んで、賢く使う

「住まい方編」

夏休みを利用して田舎に帰省中の山口さん一家



住まい方をちょっと工夫するだけで、家計にも地球にもやさしい毎日に!!

昔から伝わる“地球にやさしい”賢い暮らし方のヒントは裏面に。

【環境にやさしい昔ながらの暮らしの知恵】

昔からの“おばあちゃんの知恵”を活用して、エコ&オトクに!!

◎朝と夕方「打ち水」で涼を呼ぶ。

打ち水すると水分が蒸発して気温が下がるとともに風がおこり、体感温度も涼しく感じます。1平方メートルあたり1リットルの打ち水で、気温が2度ほど下がり電力消費量を4%もカットできるという試算も。お風呂の残り湯や溜めておいた雨水を活用して、さらにエコ!!

◎すだれやよしずで日差しを遮る。

西日の強くなる夏は、窓にすだれをつるしたりよしずを立てかけるだけでも、真夏の暑い日差しを遮り、手軽に涼を得ることができます。

◎緑のカーテンで真夏の日差しをカット。

アサガオやヘチマなどつる性の植物を活用した緑のカーテンで窓を覆うと、日差しを遮るだけでなく、葉から水分を蒸発させるため空気を冷却させる効果もあり、涼しく感じられます。室内温度の上昇を抑え、冷房の使用を控えることができ省エネになります。

◎みかんの皮やしょうがで寒さを撃退。

カラカラになるまで天日干したみかんの皮を、布袋に入れて湯船に入ると、身体はポカポカ、お肌はつるつるに。また、スライスしたしょうがを布袋に入れて湯船に入ると血行がよくなり、入浴後も身体はポカポカに。

◎弱ってきた庭木や観葉植物には、米のとぎ汁を。見違えるほど元気になります。

◎コーヒーかすは乾かして脱臭剤に。

冷蔵庫や靴箱の脱臭剤に。灰皿に入れれば、タバコの臭いも消えます。また、観葉植物の鉢にいれると、良質の天然肥料になります。

◎古新聞を除湿剤に活用。

押し入れにいた布団のすき間に古新聞を丸めて差し込んでおけば、よい湿気とりになります。

◎赤唐辛子をカイロのかわりに。

靴下の先に赤唐辛子をいれておくと、血行がよくなって足先がポカポカに。

◎お風呂の水張りは、夏は朝、冬は沸かす直前にするとオトク。

水温が高い方が少ないエネルギーでお風呂を沸かすことができるのでガス代がかかりません。

【環境にやさしい昔ながらの掃除の知恵】

化学洗剤なんか使わなくてもキレイにできる!!

◎米ぬか・米のとぎ汁

布袋に入れた米ぬかや米のとぎ汁でぬらした雑巾で床や柱などを磨くと、米ぬかの成分がワックスの代わりになってピカピカに。

◎レモンの切れ端

浴室や洗面台、水道の蛇口についた水あかは、レモンの切れ端で磨くとキレイに取れます。

◎ジャガイモの皮

汚れたりくもってしまった鏡は、ジャガイモの皮の切り口でこすって、その後で拭きするとピカピカに。

◎茶がら

ベランダや玄関の掃き掃除は茶がらを使うとホコリがたたないのでオススメ。また、軽く乾かした茶がらを畳の上さまき、ホウキで掃くのもオススメです。

◎古新聞

水に浸けた新聞紙を軽く絞って窓ガラスを磨くと、新聞紙の印刷のインクが膜をつくりガラスがピカピカに。

◎重曹

弱アルカリ性粒子がとても細かいのでクレンザーよりも傷の付きにくい「磨き粉」として活用できます。油で汚れた換気扇やガスコンロの掃除、ステンレスシンクや鍋、食器磨きに最適。

〈 関連ホームページ 〉

- (財) 省エネルギーセンター
「家庭の省エネ大事典」
<http://www.eccj.or.jp/dict/index.html>
- チーム・マイナス6%
<http://www.team-6.jp>
- 全国地球温暖化防止活動推進センター
<http://www.jccca.org/>
- 我が家の環境大臣
<http://www.eco-family.jp/index.html>
- 環のくらし
<http://www.wanokurashi.ne.jp>
- 山口県「やまぐちの環境」
<http://eco.pref.yamaguchi.jp/>
- 山口県地球温暖化防止活動推進センター
<http://www.yobou.or.jp/yccca/>