

節電は、地球にも 懐(ふところ)にもやさしい

シリーズ

家庭でできる温暖化防止⑦

今月も節電するからできる
CO₂削減について考えてみました。

取り組み

電気こたつの上手な使い方

①敷布団と上掛けをセットで使いましょう

掛け布団だけでは、人が入るたび、すき間風で寒さを感じ、ついつい温度設定を高くしがちです。敷布団は床への放熱を防ぐため、寒さ対策に特に有効です。セットで使用し、省エネ効果をアップしましょう。

こたつ布団に敷布団と上掛けを併用した場合と、しなかった場合との比較(1日5時間使用)で、年間11・7kgのCO₂削減、約750円の節約になります。

②温度調節ダイヤルは「中」に

「強」と「中」では段違い、消費電力が全く違います。「中」の温度で十分な暖かさが得られます。皆さんは、暖め過ぎていませんか。低めの温度設定を心掛けましょう。

1日5時間の使用で、温度調節を「強」から「中」に下げた場合で、年間17・6kgのCO₂削減、約1,130円の節約になります。

こたつは、主に腰から下を暖める暖房機器なので、上半身は寒くなりがちです。セーターやカーディガンなど、1枚多めに着込むことが暖かさのポイントになりますが、特に寒い日は、ほかの暖房器具と併用することが多いですね。ストーブやエアコンなどほかの暖房器具と併用するときは、控えめな温度設定を心掛ければ、それぞれの消費電力を抑えつつ、十分な暖かさが得られます。

ただし、こたつの中での居眠りやスイッチの切り忘れには注意しましょう。



●このコーナーは、環境課が担当します。内線 304

男女共同参画④

気付きと思いやり

シリーズ

『男と女』

子どもがいない共働き夫婦の出来事が、ある雑誌に掲載されました。

休日外出から帰宅し、夫が居間でテレビを見てくつろいでいると、隣室から妻のすすり泣く声が聞こえてきました。彼女は「一緒に遊んできたのに、なぜ私だけ洗濯物を片付け、料理をしなくちゃいけないの」と思ったなら自然に涙が出てきたとのこと。これを聞いた夫は、今まで「家事は女性がすることが当然」とどこかで思い込んでいたことに気付き、それからは手伝いとしてではなく、自分ができることを積極的にするようになったとありました。

以心伝心といいますが、やはり思いを伝えるために会話はとても大切だと思います。お互いを尊重し合い、認め合う心で会話をすることで、相手の話を「聴く」ことができ、思いに「気付く」ことができるのではないのでしょうか。そして「思いやり」を持って行動することできます。もちろん相手は夫婦だけに限らず、恋人も子どもも高齢者もすべての人が含まれると思います。

さて、あなたは大切な人の思いに耳を傾け、自分の思いを伝える会話をしていますか。