



立科町
マスコットキャラクター
「しいなちゃん」

エコたて

エコスイッチたてしな



たてしな発! みんなの力で地球を笑顔へ

〒384-2305 長野県北佐久郡立科町大字芦田2532 立科町役場 建設環境課

E-mail info@town.tateshina.nagano.jp Tel 0267-56-2311 Fax 0267-56-2310

「長野県地域発元気づくり支援金活用事業」 制作:株式会社アドバコム エコチル編集部

ECOTATE 2022.12 第3号



冬の省エネに取り組もう
立科町では、まきストーブ設置の補助金制度があります。

レッツトライ エコアクション

イツシン工業株式会社
代表取締役社長 生川 秀樹 さん



建設機械の油圧シリンダーに使用するパッキンの製造を主力とする弊社では、立科の美しい郷土との共生を図るため、CO2削減を目標とした環境経営を行っています。コンプレッサー等の生産設備の省エネ化をはじめ、環境負荷物質(特定フロン、ばい煙、重油等)の廃止等、今後も立科の美しい自然を守りながら、生産活動を推進して参ります。

レッツトライエコアクション 町内のエコ活動をご紹介します!

**上手に節電して快適に
冬の省エネに
取り組もう!**



エコたて広場 エコワードバズルコーナー

ご存知ですか?
私たちの毎日を支える「生物多様性」のこと
クイズ 日本各地の名物「鍋料理」

子ども環境情報紙 エコチル 電子版でもお読みいただけます!

佐久・上田地域の小学校に毎月無料で配布している「エコチル」をご存じですか? 実は電子版でもお読みいただけます! スマートフォンで手軽に記事をチェックできるので、ぜひアクセスしてみてください!



こちらから
アクセス!

株式会社アドバコム エコチル編集部
info@ecochil.net

とっておき
スポット

「白樺高原国際スキー場」&「しらかば2in1スキー場」

日ごとに寒さが増して、スキーヤー、スノーボーダーが待ち望んだウインターシーズンの到来となりました。

白樺高原国際スキー場



<https://whitebirch.co.jp/kokusai/>



しらかば2in1スキー場



<https://whitebirch.co.jp/shirakaba2in1/>



この2つのスキー場では、立科町民の皆さんがサポーター制に登録(無料)していただくことで、日曜日の午後及び特定日以外の平日はリフト券が無料になります。是非この機会に冬のスポーツを楽しみましょう!

詳細につきましては、
しらかば高原株式会社(55-6000)まで
お問い合わせください。



ホームページ <https://whitebirch.co.jp>

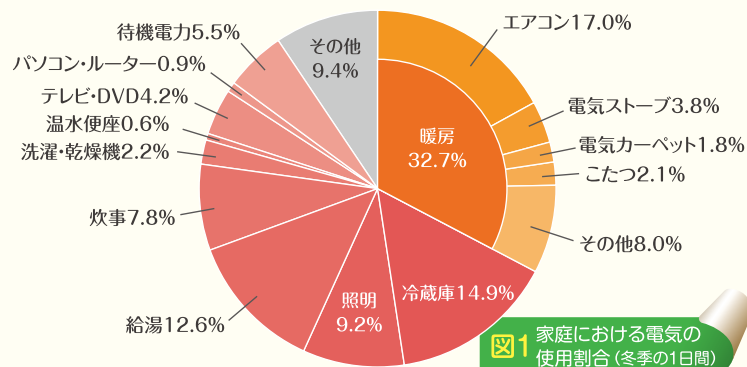


図1 家庭における電気の使用割合(冬季の1日間)

寒い冬は、暖房などのエネルギーの使用が増えますが、地球温暖化防止のためにもエネルギーの消費をおさえつつ、快適に過ごしたいものです。図1を見ると分かるように、冬季の家庭における電気の使用割合は、エアコン、ストーブ、こたつなどの暖房器具が32.7%、冷蔵庫14.9%、照明9.2%、給湯12.6%などとなっています。

エネルギー消費をおさえつつ、快適に過ごそう

寒い冬は、暖房などのエネルギーの使用が増えますが、地球温暖化防止のためにもエネルギーの消費をおさえつつ、快適に過ごしたいものです。

また、不要な照明を全て消すと4.5%の節電効果があります。少しの工夫で、節電することが出来るのです。

※1日間の家庭での電気使用量に対する節電効果の概算値。地域や気候条件等によって変動します。

立科町の寒い冬も少しの工夫で省エネを

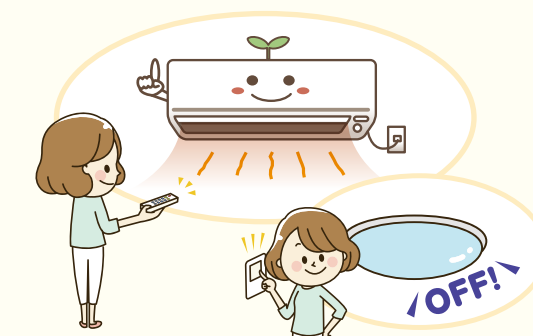


図2にあるように、エアコンでは設定温度を2℃低くすれば、2.7%の節電効果があるといわれています。

ぜひみなさんも、ここで紹介しているポイントを参考に、冬の省エネに取り組んでみてください。

暖房 2.7%

エアコン使用時に室内温度を22℃から20℃に下げた場合



照明 4.5%

不要な照明をすべて消した場合

こたつ 1.0%

使用時間を半分にした場合



テレビ 1.0%

省エネモードに設置し、画面の輝度を下げ、見ていないときは消した場合



冷蔵庫 1.5%

設定を「強」から「中」にし、とびらの開け閉めを減らし、食品のつめこみ過ぎをなくした場合

図2 家庭の消費電力の節電効果(削減率)

冬の快適生活テクニック

暖房に頼らず、寒い冬を快適に過ごす生活術をご紹介します!

衣

- ◆温感や保温効果のある機能性素材の下着を取り入れましょう。
- ◆太い血管が流れている首・手首・足首の3つの首を冷やさないように。マフラーや手袋、レッグウォーマーなどを利用しましょう。

食

- ◆鍋料理、ホットドリンクなど、温かい物を食べたり飲んだりしましょう。鍋料理は湯気が部屋の湿度を高めるので、体感温度も上げてくれます。
- ◆ショウガや長ネギ、カブなど、体を温めるといわれている食材をたくさん食べましょう。

睡眠

- ◆入浴剤を使ったり、バスタブにゆったり浸かったりして、体を温めてから寝ましょう。
- ◆寝る20～30分前に、布団をめくって室温にふれさせたり、布団の中に湯たんぽを入れたりして、寝床を温めましょう。

運動

- ◆なわとびやスポーツなどで体を動かしましょう。体が温まり、代謝も良くなります。



寒い冬は、エネルギー消費が増える季節です。自宅で過ごすことが多くなりますが、少しの工夫で省エネすることができます。今回は、ご家族みんなで取り組める省エネポイントをご紹介します。

参考:資源エネルギー庁HP省エネポータルサイト
https://www.enecho.meti.go.jp/category/saving_and_new/saving/shoene_setsuden/

小型水力発電学習会を開催しました!

10月23日(日)、中央公民館及び陣内森林公園小水力発電所において、小型水力発電学習会を開催しました。

中央公民館では、「小水力発電ってなに?」をテーマに学習会を行い、陣内森林公園小水力発電所では、実際に小水力発電施設の見学を行いました。

参加者からの質問や意見が多く上がり、再生可能エネルギーや小水力発電に関する知識を深められる場となりました。



陣内森林公園小水力発電所の施設を見学



学習会の様子

エコたて広場 エコワード パズルコーナー

タテのカギ

① その人が経てきた学業・職業など。経歴。
「就職活動するために○○○書を書く」。

② 常識では起こりえない、不思議な出来事、現象。

1		3		5
		C		
7	2		4	
	8			6
		B		
9			10	D

ヨコのカギ

③ 自国で生産された商品を外国に販売すること。

④ 衣服を何枚も着込まないこと。「○○○をして風邪を引く」。

⑤ 膝からくるふしまでの間の部分。「井慶の泣き所」と表現される部位。

⑥ 言葉の響き。詩や文章で、同一または類似の音を特定の場所に繰り返し用いること。
「リップ音楽は○○を踏むのが特徴」。

⑦ 空気より軽い気体を大きな風船に詰め込むことで空中に浮かす乗り物のこと。

⑧ 水を無駄に使わないように節約すること。
「洗濯の回数を減らして、まとめて洗うことも○○○の1つ」。

⑨ ほこりやウイルス、細菌などの異物が体に入ってくるように働く反応。

⑩ 金属の一種。元素記号はAg。
「2等賞で○○メダルをもらう」。

身近にできる省エネの1つです!

こたえ A B C D

答えは、
P4の下にあります。

おうちで 省エネに取り組みましょう!

自宅で過ごす時間が増える冬ですが、ちょっとした工夫で省エネすることができます。そのコツをご紹介します。

暖房

- ・暖まった空気を循環させたり、厚手のカーテンや床まで届く長いカーテンを使用したりして、暖房効果を高めましょう。また、フィルターの清掃も効果的です。
- ・膝掛けを使って過ごしましょう。

照明

- ・不要な照明はこまめに消灯しましょう。LEDに交換することもおすすめです。



冷蔵庫

- ・冷蔵庫の温度設定を確認し、強から中や弱にしましょう。
- ・常温保存できる物は冷蔵庫から出したり、すき間を空けたりして、冷蔵室が均一に冷えるように工夫しましょう。

テレビ

- ・視聴しないときはこまめに消しましょう。画面の設定を確認して、部屋の明るさに合わせた適切な明るさで視聴しましょう。

お風呂

- ・間隔を空けずに入浴するようにしましょう。間隔を空ける場合は、バスタブにふたをして、ためたお湯の熱が逃げないようにしましょう。

温水洗浄便座

- ・放熱防止のために、ふたの閉め忘れが無いようにしましょう。出かける前や就寝前はタイマーなどの節電モードを上手に使いましょう。

冬 熱はどこから出て行くの? どこから入って来るの?

図3

熱は窓などの開口部から流出する割合が高いです。そこで、プチプチ(気泡緩衝材)や市販の窓用断熱シートを貼ることで、熱の流出を抑えることができます。また例年、立科町では、より高い断熱効果が期待される二重サッシや複層ガラス等のリフォーム事業に対して、補助金を交付していますので、ぜひ断熱対策に取り組んでみてください。※予算額に達したため、令和4年分の補助金交付は終了しました。

暖房時に各部位から熱が流出する割合



家の熱の出入りは
窓が50%以上!

-2.6℃

出典: 全国地球温暖化防止活動推進センターウェブサイト(<http://www.jccca.org>)
一般社団法人 日本建材・住宅設備産業協会

エコたて 環境ブースを設置しました!



11月15日(火)~12月18日(日)、
ふるさと交流館において「エコたて環境
ブース」を設置しました。

「環境について体験学習できるコーナー」をテーマに、ソーラーカーや手回し発電機等の実験機器、地球温暖化対策等の啓発パネルを展示しました。町内や町外からご入場いただき、自然エネルギーの仕組みを利用した発電機器を実際に体験学習していただきました。多くの方が環境に関する知識を学習できる場になりました。





生き物にとって幅広い環境が広がる長野県
生態系とは、森林・草原・河川などの自然環境と、その中に生息・生育する生き物で構成される空間のことを指します。長野県は3000m級の連なる山々や、大河川の源流がいくつも流れており、生き物にとって幅広い環境が広がっているのが特徴です。

そのため生き物の種類も多く、調査が進んでいるチョウ類では、県内で148種が確認されています。また、植物も約3000種が確認されており、この数は日本全体に生育するとされる約7000種のおよそ4割を占めています。

生物多様性からもたらされる多くの「恵み」によって、私たちの毎日の生活は支えられています。毎日、口にしている物のほとんどは生き物です。お米、肉・魚、野菜、果物、油、香辛料など、彩り豊かな食事を楽しむことができるのも、生物多様性の恵みのおかげです。

このように私たちの生活は、生物多様性によって支えられています。生き物はお互いにさまざまな関係性を持ち、支え合いつながり合っています。みなさんも生物多様性を守るためにできることを、ぜひ考えてみてください。



参考:長野県HP「長野県の生物多様性」

次号の **エコたて** **発行予定は** **2月です。**

エコたては、立科町役場などで配布している環境情報紙です。

立科町役場 建設環境課 TEL.0267-56-2311

親子で楽しめるYouTube生配信番組

エコチルライブ

<https://www.ecochil.net/live/>

エコチルでは毎月1回、YouTubeで生配信番組をお届けしています!毎月のエコチルを分かりやすく紹介するコーナーや、全国の動物園・水族館からの生配信、音楽ライブ、マジックショーなど、ここだけのスペシャルコンテンツも盛りだくさん!

第22回

配信日:1月21日(土)

時間:10時から

ここからアクセス!!

1月の見どころ

- 「SDGsって何だろう?」SDGs博士が分かりやすく教えてくれるよ!
- じっくりエコチル 電子版巻頭特集を環境省職員がじっくり解説!
- ムシスキーさんのコーナーでは昆虫の不思議を紹介!

クイズ 日本各地の名物「鍋料理」

以下の鍋料理は、昔から愛される郷土料理です。それぞれ□内のどの県のものでしょうか? 答えは下にあります。

1 石狩なべ サケを主材料とし、野菜やキノコ類と合わせて味噌で調味 こたえ	2 きりたんぽなべ つぶしたご飯を棒状にして焼いた「たんぽもち」が特徴 こたえ	3 かきの土手なべ なべの周りに味噌をぬり付け、カキと豆腐や野菜をにて調理 こたえ
4 治部なべ(かもなべ) 鴨肉を主材料とし、すだれ麩、ネギや季節の野菜などにてこむ料理 こたえ	5 ぼたんなべ(ししなべ) 猪肉と長ネギ、シュンギク、季節の野菜を味噌で調味 こたえ	6 もつなべ 牛または、ぶたのもつ肉とキャベツ、ニラをしょうゆ味などで調味 こたえ

選択肢 秋田県 石川県 広島県 北海道 福岡県 静岡県 山梨県

※左:北海道 2:秋田県 3:静岡県 4:山梨県 5:福岡県 6:北海道 7:石川県 8:秋田県 9:山梨県

ごみ処理にかかるエネルギーを抑えましょう!

令和3年度に立科町から排出された可燃ごみは1,408.7tに及びました。

可燃ごみ1tを燃やすために必要な電力量は約147kWhとのことで、可燃ごみの排出量が減れば、処理にかかるエネルギーの削減や地球温暖化の原因となるCO₂抑制につながります。

立科町では生ごみ処理機器等購入費補助金や生ごみの水切り用具の配付を行い、ごみ減量化への取り組みをしています。皆さんも是非3R (Reduce…不要なものは買わない、Reuse…使えるものは繰り返し使う、Recycle…再資源化する)を実践して、環境を大切にしていきましょう!