

「寒い夏、暖かい冬」こんなことが本当に起きてしまうかもしれない……

STOP 地球温暖化

私たちにできることがきっとあるはず
暑い夏を涼しく過ごすエコワザ
今年の夏は、エコな工夫で涼しく過ごしましょう。

エコワザ1 打ち水をする

これは昔からある方法で、家に面してアスファルト舗装の道路や駐車場がある場合は、水をまいて、日中に蓄えられた熱を冷やしてあげましょう。朝夕の涼しい時間帯に行うと、より効果的です。水道水は使わず、風呂の残り湯や雨水などを二次利用しましょう。



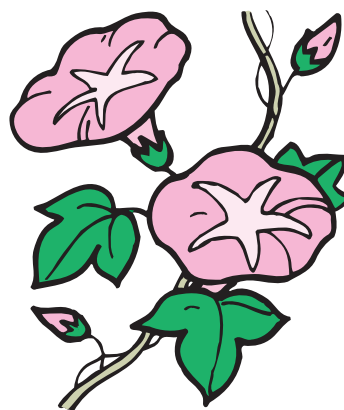
エコワザ2 夏野菜を食べて体を冷やす

夏の旬な食材として、トマト、ナス、キュウリ、カボチャ等があり、旬な食材を旬な時期に食べると、体に良いと言われるには理由があります。

例えば「ナス」には体を冷やす作用、「キュウリ」には利尿作用があり、体内から余分な水分を排出して体温を下げてくれます。夏野菜を楽しみながら過ごしましょう。

エコワザ3 グリーンカーテン

直射日光を避けるため、ベランダや窓の外にすだれを付けるのも風流ですが、どうせならガーデニングを楽しみつつ、緑のカーテンで日よけをしてはいかがでしょうか。アサガオやヘチマ、ひょうたんなど、つる系の植物は夏に湿気と日光でよく育ちます。窓の上に棒を何本か立てかけておくと、すぐに緑のカーテンの出来上がり。楽しみながら涼しくなり、部屋もすてきになるおすすめのお暑さ対策です。



エコワザでエアコンや扇風機の電気代の節約につながり、楽しみながら行くとやがて大きな省エネにつながります。ちょっとした工夫で夏を涼しく、体にやさしい暮らしを実現しましょう。

問い合わせ先 町民課環境衛生係 (☎【幕】54-6601)