

環境推進ワーキングでは、Green 通信を通して環境推進に関わる情報を発信しています。前号では、本学の電力使用状況と令和6年度環境推進 WG 研修会の活動に関する情報をお届けしました。本学の電力使用量は、エアコンの稼働が増える7月と1月にピークが生じます。今号では、電力のピークカット対策として実施したいウォームビズ(WARMBIZ)に関する情報と、再生可能エネルギーのひとつである太陽光発電に関する情報をお届けします。

ウォームビズ(WARMBIZ)

ウォームビズとは、過度な暖房に頼らず冬を快適に過ごすライフスタイルのことです。環境省は、快適性を損なわない範囲で省エネルギーを目指すために、冬季の場合は室温を20℃とすることを推奨しています。「衣」「食」「住」の工夫をすることで、必要以上に暖房の設定温度を上げず快適に過ごすことができるかもしれません。暖房の設定温度を上げるその前に、あたたかく過ごすための工夫をしてみませんか？

「衣」の工夫例

・重ね着をする

保温性の高いインナーの上に、空気の層を作り出すことができる服を重ね、さらに熱を逃さない素材のアウターを着るのがおすすめです。

・3つの首(首・手首・足首)をあたためる

太い血管が走行している首、手首、足首を温めると体全体があたたかくなります。お気に入りのマフラー、手袋、レッグウォーマーをみつけ、おしゃれを楽しみながらあたたかく過ごすのはいかがでしょうか。

「食」の工夫例

・体をあたためる食材を選ぶ

例えば、生姜はジンゲロールという辛み成分に血行促進作用があり、体をあたためる働きがあります。生姜を使ったホットドリンクをご紹介します。

- (1) 生姜を細切りにする
- (2) 鍋に牛乳、生姜、はちみつを入れ、軽く温める
- (3) 生姜を取り出し、カップに注ぐ



「住」の工夫例

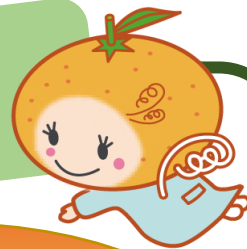
自宅の暖房を止めて大学の図書館に集まり、勉強して過ごすのはいかがでしょうか。エネルギー消費を減らすことができますし、勉強もはかどります。

出典: 環境庁ホームページ

<https://ondankataisaku.env.go.jp/dekokatsu/warmbiz/>

環境庁のホームページには、上記以外にも工夫例が多く掲載されています。

えっ！リサイクルしないの？



使い捨てコンタクトレンズの

空ケースのリサイクルをはじめました

使い捨てコンタクトのケースは
リサイクルに適した
材料でできています！

今年度より新たな取り組みとして、アイシティ eco プロジェクトに協力します。アイシティ eco プロジェクトは、アイシティが行っている使い捨てコンタクトレンズの空ケースのリサイクル活動です。アイシティ eco プロジェクトでは、空ケースをゴミとしてもやさないことで二酸化炭素削減に貢献しています。さらに、リサイクルで得た対価は「日本アイバンク協会」に全額寄付され、リサイクル業務においては障がいがある方の自立・就労支援が行われています。

回収ボックスを実習棟 1 階（生協売店前）に設置しました。使い捨てコンタクトレンズの空ケースがありましたら、回収にご協力ください。コンタクトレンズの購入先やメーカーは問いません。回収の際には、アルミシールをすべてはがし、アルミシールが残っていないことをご確認ください。集められた空ケースは、環境推進 WG がアイシティ eco プロジェクトにお届けします。

方法はこれだけ！

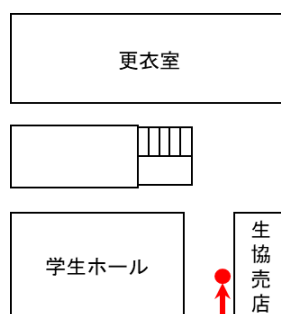
①アルミシールをはがす

②大学に持ってくる

③回収ボックスに入れる

コンタクトレンズの空ケースを回収ボックスに入れるだけで、環境保全ができる！社会貢献もできる！
空ケースの回収にご協力ください！

回収ボックス



回収ボックス
実習棟1階



回収後のコンタクトケース

- ・集められた空ケースは環境推進 WG がアイシティエコプロジェクトに届けます。
- ・空ケースはリサイクル工場で粉砕・加工され、再生ポリプロピレン素材に生まれ変わります。

出典：アイシティ eco プロジェクトホームページ

<https://www.eyecity.jp/eco/>