

## 14 宅配便はなるべく一回で受け取ろう！

日時の指定や置き配、コンビニ受け取りを利用して、再配達で使うムダなエネルギーを減らしましょう。



## 15 省エネ、快適な住まいを考えてみよう！

「夏は涼しく、冬は暖かい」住まいを考えてみましょう。いま住んでいるおうちでも窓の断熱改修や内窓を設置することで、結露防止や冷暖房費の節約ができ、快適に。太陽光パネル設置も省エネにつながります。



## 16 再エネ電気の購入も考えてみよう！

家庭の電気も、太陽光などの再生可能エネルギーで発電した電気を選ぶようになってきています。購入する電気を選ぶだけで温暖化対策につながります。

(※再生可能エネルギー＝CO2を排出せず、くり返し利用できるため、資源がなくならないエネルギー)



## 17 暮らしに植物や木をとり入れよう！

木は調湿作用や一定の断熱性があります。おうちで植物や木を育てたり、夏はグリーンカーテンを活用することで快適に過ごせます。また、新潟県産材の製品を購入することで、県の森を守ることにつながります。



## 18 環境にやさしい取組を知ろう！

私たちが環境にやさしい企業や取組を知り、発信していくことは、間接的に環境を守ることにつながります。



## グリーンレルヒさんの豆知識 ⑥



新潟県脱炭素ポータルサイトでは、エコ事業所や県内企業の脱炭素の取組を紹介しているよ。環境クイズや動画も載っているのを見てみよう。(QRコードサイト参照)

## 19 環境活動に参加してみよう！

町内や地域のゴミ拾い、植林活動に参加してみましょう。温暖化対策や環境についてみんなでシェア・発信することで、取組の輪を広げられます。



## 20 学校や職場でも脱炭素に取り組んでみよう！

おうちの取組とともに、日中活動をする場でもエコを心がけ、ゼロチャレ仲間を増やしていこう。学校で節電、職場で省エネ、通勤通学ではスマートムーブ。テレワークをすることもガソリンや時間の節約ができます。



## 21 地産地消！新潟の旬のものを食べよう！

地元新潟の旬のものを選ぶことは、フードマイレージ(=食料の輸送距離)を抑えたり、ビニールハウス栽培等が必要とするエネルギーを減らすことができます。



## 22 家電の買換え時は省エネ商品を選ぼう！

生活に欠かせない家電だからこそ、省エネラベル(★マークの多い)商品を選ぶと電気代もお得、温暖化防止効果も高くなります。



## 23 食料品・日用品はパッケージにっているマークに注目して購入しよう！

環境に配慮している商品には、それを伝えてくれるマークがついています。マークを商品選びの参考にし、「買うだけで「エコ」」に取り組みしましょう。



## グリーンレルヒさんの豆知識 ⑦



新潟県内では、新潟県カーボン・オフセットシンボルマークのついた、環境にやさしい商品が販売されているよ。まちのお店で探してみよう。

## 24 買いすぎに注意しよう！

食料品や衣服の買いすぎは、保管やゴミ処理・処分などで余計なエネルギーを使います。必要なものを必要な分だけ購入しましょう。



## 25 サステナブルファッションを意識しよう！

衣服は適切なケアをし、長く使える愛着のわく服として大切にしましょう。また、環境に配慮された生産過程やエコ素材の服等、衣服の作られ方にも注目してみましょう。



## グリーンレルヒさんの豆知識 ⑧



服を1着つくるためには、浴槽約11杯分の水を消費し、ペットボトル(500ml)約255本分のCO2を排出してしまうんだ。服1着1着を大切に。環境省のサイト「サステナブルファッション」も見てみよう。(QRコードサイト参照)

## 26 フリマやシェアリングサービスを活用しよう！

不要になってしまったものは、リサイクルショップへ販売したり、フリマやフリマアプリを活用してリユースを心がけましょう。



## 27 公共交通機関や自転車、徒歩で移動しよう！

通勤やお出かけの際には、出来るだけ徒歩やバス、鉄道、自転車等を利用しましょう。



## グリーンレルヒさんの豆知識 ⑨

新潟県には、レンタサイクル施設が21市町村83施設あるよ。上手に活用して自転車で新潟の気持ちいい風を感じよう。

## 28 車内の不要な荷物はおろそう！

車の燃費は荷物の重さに大きく左右されます。不要な荷物はあらかじめおろしてから運転しましょう。



## 29 エコドライブを心がけよう！

車間距離にゆとりを。発進時はふんわりアクセル、減速時は早めのアクセルオフ。エンジンかけたまま停車する「アイドリング」は避けましょう。



## 30 自動車の購入・買換えにはエコカーを視野にいれよう！

燃費が向上するだけでなく、停電時には電源として使える自動車も開発されています。ぜひ、エコカーも選択肢に検討してみましょう。



詳しい情報はホームページへ

新潟ゼロチャレ

検索



## グリーンレルヒさんの豆知識 ⑩

新潟県の自家用乗用車保有台数(1世帯当たり)は47都道府県中10位。車社会の新潟では、環境にやさしい車選びやドライブを心がけることが大切だね。(新潟県100の指標<令和元年度>より)