



デコ活

くらしの中のエコろがけ

脱炭素につながる新しい豊かな暮らしを創る国民運動

国は、2050年カーボンニュートラル及び2030年度削減目標の実現に向けて、国民・消費者の行動変容、ライフスタイル変革を強力に後押しするため、新しい国民運動「デコ活」を展開中です!みんなで、デコ活アクションしていきましょう!!

デコ活とは?

二酸化炭素(CO₂)を減らす(DE)脱炭素(Decarbonization)と、環境に良いエコ(Eco)を含む"デコ"と活動・生活を組み合わせさせた新しい言葉です。

- デ 電気も省エネ 断熱住宅
- コ こだわる楽しさ エコグッズ
- カ 感謝の心 食べ残しゼロ
- ツ つながるオフィス テレワーク



デコ活アクション一覧はコチラ <https://ondankataisaku.env.go.jp/decokatsu/action/>

デコ活宣言しよう!



デコ活宣言して、日々デコ活に取り組みませんか?

SNSで発信しよう!(Instagram、Facebook、Xなど)

あなたが取り組む日々のデコ活の取組を「#デコ活」を付けて発信!

デコ活アクション大喜利大会に応募してみよう!

「デ」「コ」「カ」「ツ」の文字を使ったアクション標語などを募集中。
募集期間は、2023年11月17日(金)～2024年2月16日(金)です。
ぜひ応募してみてください!





衣 食 住 のひと工夫で、省エネ！



ウォームビズに取り組み、ライフスタイルを少し見直して、エネルギーを節約しましょう！

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。

暖房に必要なエネルギー使用量を削減することによって、CO₂の発生量が削減され、地球温暖化防止に繋がります。

衣

首、手首、足首の「三つの首」をあたためよう

マフラー、手袋、レッグウォーマーなどを活用し、太い血管のある部分を重点的にあたためると、からだ全体があたたまります。冷え性などの改善にもつながります。

ひざ掛けやストールもおすすめ

ひざ掛けでこまめな体温調節、ストールはひざ掛け代わりにもなります。小さくたためるストールを用意しておくことで、寒さを感じたときにさっと羽織ることができます。スポーツ観戦などで利用されている「スポーツひざ掛け」など男性が使いやすいものもあります。

食

「鍋」でからだも室内もポッカポカ

鍋を食べると、からだも室内もあたたかくなります。鍋は、からだも室内もあたたかくなって暖房も緩和できる一石三鳥にも四鳥にもなる料理です。また、鍋からの湯気による加湿効果で体感温度が上昇し、寒さを感じにくくなります。

冬が旬のもの(根菜類、しょうがなど)、からだをあたためる食材を選ぼう

冬が旬の根菜類やしょうがなどには、からだを内側からあたためる効果があります。食材選びは「地産地消」を心がけることで、流通に係るCO₂排出も削減できます。また、冷蔵庫に余っている食材を鍋にすることで、食べ物を無駄にしないことに繋がります。

住

窓やドアなどからあたたかい空気が逃げない工夫を！

冬、家全体のあたたかい空気の約50%は窓から流出していきます。断熱シートや厚手のカーテンなどで、窓から熱が逃げない工夫をしましょう。

室内をあたたかくするのに扇風機も活躍

お風呂で上の方が熱くなるように、あたたかい空気は上にたまります。扇風機を短時間だけつけて空気を循環させましょう。「道具」や「小物」で暖房に頼りすぎない工夫をしましょう。

衣食住で活躍するちょっとお得な情報

カラダをあたためるおすすめレシピ 「ふんわりクリーミー!ハニージンジャーのホットミルク」

はちみつのふんわり優しい甘さと、しょうがのピリッとした風味が絶妙にマッチ。カラダが芯から温まります。



レシピはこちら

デスク周りで活躍するあったかアイテム 「蓄熱式湯たんぽ」

暖房に頼り過ぎず、冬の在宅勤務も心地よく。今は、コンセントからの電力で蓄熱するものがたくさん出ていて、わずかな電力ですぐ温まり、おおよそ8時間くらいは温かさが持続。面倒なお湯沸かしや入れ替えも不要なので、本当に便利です。

1駅分歩く!3階程度は階段!

通勤、通学で一駅分を歩いてみたり、3階程度なら階段を使い、いつもより多く動くことで体温上昇がはかれます。体温上昇にも健康にも効果的です。寒さを逆に利用して、日頃の運動不足も解消しましょう。



はちエコポイント制度変更のお知らせ



いつもはちエコポイントの対象事業（各講座やイベント等）にご参加いただきありがとうございます。

はちエコポイント制度は2017年度より開始し、今年で7年目となりました。

この7年間に地球温暖化防止に関する情勢は大きく変化しています。

国は、2020年に「2050年カーボンニュートラルの実現」、2021年に「2030年度温室効果ガス46%削減（2013年度比）」を表明し、八王子市も2022年に「2050年カーボンニュートラル」を目指すゼロカーボンシティ宣言をしています。

そこで、八王子市では、より取り組みやすくするため、来年度はちエコポイント制度の見直しを行います。

これに伴い、はちおうじ省エネ国事業については2024年2月をもって終了することとなりました。

現在、チェックシートをご記入いただいている方は、途中でも構いませんので2024年2月末までにクールセンター八王子にご提出ください。

なお、3か月分以上記入されていないとはちエコポイントの対象になりませんので、ご注意ください。

また、分析シートや感謝状の返送は2023年11月をもって終了いたしましたので、ご了承ください。

今まで家庭の省エネにご尽力いただいた皆様に敬意を表するとともに、今後も地球温暖化防止にご協力いただきますようお願いいたします。

補助金・助成金情報

省エネ家電等設置費補助制度（11月1日～1月31日。予算がなくなり次第終了）

市内店舗にて、2023年11月1日以降に冷蔵庫・給湯器（新品、買い替え）を契約・購入し、八王子市内の自宅に設置された方に対し、補助を行っています。

費用の一部を補助することにより、家庭における省エネ対策を推進します。当補助制度の詳細および予算残高につきましては、ホームページでご確認ください。



<https://www.city.hachioji.tokyo.jp/kurashi/life/004/a546973/a24687/p028627.html>

各補助金情報（国・東京都）

国や東京都でも、以下の補助金・助成金を行っています。

詳細については、補助金実施団体にお問い合わせください。年度中に制度が終了する場合がありますので、必ず各制度のホームページなどで、受付など事前にご確認ください。

- ◆ 「電気自動車等（EV・PHV・FCV）」に関する補助金



- ◆ 「省エネ性能の高い住宅の新築や改修」に関する補助金



- ◆ 再生可能エネルギー（太陽光発電など）に関する補助金情報



省エネクイズにチャレンジ！

【電気代】問題
冷凍ご飯全体を効率よく温められる形は？

A 四角
B 三角
C 丸

【ガス代】問題
節約になる鍋の底の形は？

A 丸い底
B 平たい底

【水道代】問題
一人でシャワーだけ使うのとお湯を張るのとではどっちが省エネ？

A お湯を張る
B シャワーだけ

答えは裏表紙をご覧ください。

見て・知って・学んで・体験できる

1 市内各所を回って
スタンプラリーで
賞品 GET !

地球温暖化防止普及啓発イベント2023

2023年12/1(金)~12/28(木)八王子市内各所

2 スタンプラリー
イベント参加で
はちエコポイント
1ポイント!



12/10
(日)

海と川を守る!
プラごみバスターズ豊田直之さんと学ぼう!
&マイクロプラスチックの万華鏡づくり

プラごみバスターズとして、神奈川県海岸線435.09km
をゴミ拾いで踏破し、プラスチックごみから海の生き物を守るため、様々なアイデア企画を実施されている豊田さん
のお話を聞きます。お話の後はマイクロプラスチックで万
華鏡づくりをします。

- ◆10:00~12:00
- ◆生きもの展示室
じんべいルーム
- ◆小学生以上の親子
- ◆先着30組
- ◆無料



お申込みはこちら

3

12月中開催の
イベント参加で
スタンプGET!

12/10
(日)

冒険写真家 豊田直之写真展

冒険写真家として活動する中、大量の海洋プラスチックゴミ
があること、生き物への影響があることを知り、NPO法人「海
の森・山の森」を立ち上げ、ユニークな企画とアイデアで人
々を巻き込みながら環境問題に取り組んでる豊田直之さんの
写真展です。

- ◆10:00~15:30
- ◆あったかホール1階
生きもの展示室
エントランス
- ◆どなたでも
- ◆無料



地球温暖化防止につながるイベント

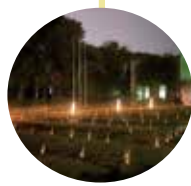
- 12/2.sat 体を温めるウォームビズ講座
- 12/3.sun 冬の省エネ対策講座
~光熱費節約でお財布にも地球にも優しく~
- 12/10.sun シネマ議論-ワークショップ
~気軽に持続可能な生活を実現するために~
- 12/16.sat ゴーヤで作るウインターリース
- 12/17.sun エコ&安全ドライブセミナー~エコカーについて学ぼう~
- 12/17.sun 「#デコ活」実践講座
現在の我が家について理解しよう
~建築家から見るエコな住まいと暮らし方~
- 12/23.sat 冬の家庭の省エネ講座
~光熱費アップの今こそ、地球とお財布を救う省エネのチャンス!~
- 12/23.sat 親子で学ぶ!エネルギーの創・蓄・省と工作教室
- 12/24.sun ソーラークッキング講座
- 12/25.mon 戸吹クリーンセンター見学会
- 12/26.tue 館クリーンセンター見学会

イベントや情報が盛りだくさん!詳しくはこちらから



2024年1月以降のイベント・講座情報

- シェアサイクルでエコツアー
- みつろうエコラップづくり
- エコキャンドルイベント
- 廃材アート展示会&ワークショップ(3月)など



メールマガジン発行してます!

クールセンター八王子では、省資源化(紙など)や連絡の円滑化などのため、オンライン化を促進しています。

メールマガジン「クールセンター八王子通信」という形で、メールアドレスを登録されているはちエコ会員のみみなさま宛てに、月1回、メールにてお届けしております。イベントや地球温暖化防止活動に関わる情報全般など、タイムリーな情報をお届けします。まだメールアドレスをご登録いただいていない方は、下記フォームよりご登録をお願いします。

<https://forms.gle/uJU9z8zptPmUi1sf6>

※フォーム送信が難しい場合は、メール・FAXなどで「氏名・住所・メールアドレス・はちエコ会員No.・登録希望」と明記し、ご送信ください。



information

はちエコ通信12月号
発行日:2023年12月
発行元:クールセンター八王子

〒192-0906

八王子市北野町596-3

八王子市北野環境学習センター(あったかホール)2F

TEL:042-656-3103/FAX:042-649-2118

MAIL: zerocarbon@coolcenter802.net

H P: <https://coolcenter802.net/>

開館時間:9時~17時※日曜日、年末年始を除く

