



発行



組織活動推進課 TEL 059-271-8503

--- 2026年 1月号 No.224 ---



エコファミリーのみなさん、いつも環境活動へのご参加ありがとうございます。\*ホームページからでも見られます

## 今月の環境イベントテーマ「エアコン 2021年問題と環境への視点」



2027年度から家庭用エアコンに新しい省エネ基準が導入されます。

これにより、現在よりも大幅に高いエネルギー効率が求められ、旧モデルは市場から姿を消すことになります。背景には、家庭の電力消費を減らし、CO<sub>2</sub>排出量を削減するという大きな目的があります。エアコンは家庭の電力使用量の中でも大きな割合を占めるため、省エネ性能の向上は環境負荷の低減に直結します。

新基準対応のエアコンは、年間の電気代を数千円単位で節約でき、10年スパンでは家計にも環境にもメリットがあります。一方で、製造コストの上昇により価格が高くなる可能性もあり、私たちにとっては早めの買い替え判断が必要です。駆け込み需要による品薄や工事枠不足を避けるためにも、今から準備を始めていかなければと思います。

皆さんはこの問題をどう考えますか？



### 今月のエシカルなお買い物

栽培自慢商品です

#### 青森県青森農協/産消提携のりんご

<2月1週企画（23ページ）>

浪岡の葉とらず回さず 極りんごふじ

2玉（450g） 498円（税込537円）

光センサー選果（糖度13度）

「葉とらず回さず」のりんごは、見た目はちょっとわるくなりますが、たくさんの葉が栄養を多く吸収できるので、より美味しくなります。生産者の作業負担も減らす事が出来ます。



- ・栽培自慢は、東海コープ事業連合の独自の自主認証基準です。  
この商品は糖度基準を満たした農産物です



## 11月度環境イベント

### <みんなで取り組むエコドライブで未来を守ろう>

- ◆ ゆっくりスタートや荷物を減らす、空気圧などは気を付けてやっています。車には、まさかの時用にと、寝袋やライト、2ℓのペットボトルの水や飲み物、お菓子など少量の防災用品は積んでいますが。急な加速もしないように気を付けて走っていますが、後続の車がついてくると嫌な時もあります。
- ◆ エコドライブに心掛けています。車間距離をとり、ゆっくりスタート、余裕運転、ゆとりあるドライブを常にしています。近年、煽り運転なども多発していて、一人ひとりの自覚ある行動が求められますね。
- ◆ タイヤの空気圧をスタンドで定期的に入れています。日付とかは決めてないのですが、2~3ヶ月に1回ですが入れています。前はスタンドの人がやってくれましたが、今は自分で入れないといけないので大変ですが、エコと思ってやってます。
- ◆ アイドリングストップは気を付けています。タイヤの空気圧や荷物を減らすこともすぐにでも出来そうなので、やってみようと思います。
- ◆ 私の住んでいる地域は、交通の便が悪いので、車に頼るしかないので、アイドリングストップやタイヤの空気圧など、日々気を付けて未来につなげていきたいです。
- ◆ 家の車は全て、アイドリングストップの車種です。タイヤの空気圧をガソリンスタンドで自分一人するのは不安なので、家族やディーラーの詳しい人に調整してもらっています。冬タイヤの交換の時に「空気圧も調整しておきました～。」安心の一言ですね。



◆ なるべく急発進、急加速は控えるようにして、ムダなエンジンのかけっぱなしは控えるようにしています。

◆ 暑さも寒さも厳しくない11月。天気の良い日は、できるだけ自転車で通勤、買い物に動くように心掛けました。車で行動する時も、急加速しないように気をつけました。“今の自分にできること”を考えること、大切ですね。

◆ 信号が赤になっているのが見えると、アクセルを踏まず余力走りをします。



◆ 通信誌を読んで、車の荷物を整理して後ろのトランクをスッキリさせました。簡易チャイルドシートも孫が小1になり、夏以降使わなくなったので、物置に片付けました。車の中は、一足先に年末大掃除ができて良かったです。

◆ エコドライブ、私も常日頃、心掛けています。意識しているのと意識していないとでは全く変わります。燃費にも良いとなれば、よりエコドライブした方が家計にもやさしいですね。



## ♪エコ生活術♪～お得な情報～

- ◆ 以前は、給湯器の設定温度は年中46°Cに設定していましたが、燃費を考えて使用するたび温度を変更し、長時間使用しない時はOFFにしています。



## ♪なんでも書きたいコーナー

◆ キャベツのスープを作る時、これで  
もか！という程、キャベツを入れ  
ます。味付けをする前に茹で上が  
ったキャベツ半分は、汁気を切っ  
た後、皿に乗せ、ドレッシングや他  
の野菜を添えてサラダや和え物に  
して、一品増やします。調理中の工  
エネルギーを活用したエコだと思っ  
ています（笑）



◆ 欲しい物が環境にやさしい商品だったので、  
ちょうど良いと思って注文したら、番号一つ  
間違えて違う物が届いてびっくり。たまにや  
ってしまうミスです。自分では、選ばない物  
なので、新しい発見ができました。

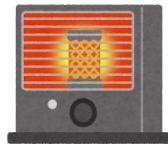
◆ 寄せ植えの土の処分に困っていましたが、生  
協で最近、混ぜるだけで土が復活するとい  
うものを知り購入。やってみたら本当に復活し  
て元気に育っています。これも、エコになる  
のかなと思います。

◆ 足が冷えると寒いと感じやすいため、今年  
は、まるでソックスやスパッツを活用！いか  
に下半身が冷えていたかを実感。暖房器具の  
使用や設定温度にも変化がありました。



◆ 冬大根が育ってきます。大き  
くなるように間引きしています。  
当然、間引いた物は一夜漬けにし  
て、美味しく食べています。冬を感  
じます。

◆ 毎月コツコツと我が家家のCO2貯金を書いて  
いると、冬に向けて電気、ガス代に灯油代も  
加わり、増えていくのを実感しています。物価  
高に加え厳しさが増しますね。



◆ 私の住む市では、水道の検針票が入ってき  
ます。冷蔵庫のドアに貼ってマジックで量  
と金額を囲み、目に付くようにしていま  
す。すると今まで節約に無関心だった主人  
が「今月はどうだった？」と気にするよう  
になりました。夫婦の会話も増えて良かつ  
たです。あとから、電気とガス、電話（固  
定）も足しました。

◆ 酷暑を乗り越えてホッとしているのが精  
一杯だったのに、植物は強いとかたくま  
しい。柿は異常に実をつけ、南天も  
しかし。あの暑さがプラスした？私は、  
暑さにやられてヘバッティタなのに…。恐  
れ入りました。植物に負けました。

◆ 冬場になると、乾燥したり水仕事で手が  
荒れてしまって、水仕事がおっくうにな  
っていましたが、生協のニトリルのゴム  
手袋を使うようになり、本当に助かって  
います。薄くて使いやすく、つけたまま  
でスマホも使って本当に便利です。私の  
冬場の必須アイテムです。

◆ 物価高の今、何か節約できることはない  
か、とご近所の方や友人とのおしゃべり  
の中でヒントをもらっています。その中  
で、当たり前に取っていた新聞を11月  
いっぱい終了しました。不便であれば  
また再開すればいいと思い…。日常の当  
たり前、見直すことも必要ですね。情報  
交換は大切ですね。

## 編集後記



毎回ではないですが、ガソリンスタンドで  
タイヤの空気圧をしてもらっています。点  
検前と点検後では、運転（タイヤ）が違い、  
燃費にも影響が出てくるので、大事ですね。