

ウォームビズ

# WARM BIZ

## 2012

集まることであったまろう。暖房止めて外に出よう。  
今年の冬は「ウォームシェア」。

過剰な暖房を抑制し、室温20度でも快適に過ごせるライフスタイル「ウォームビズ」。

暮らしの中で私たちにできる衣食住の小さな工夫はたくさんあります。

暖房を共有する「ウォームシェア」は、それぞれが暖房を使うのではなく、  
みんなでひとつの部屋、場所に集まることでエネルギーを節約するという新しい省エネスタイル。

また、みんなが暖房を止めて出かけることで、まちの活性化にもつながります。

### WARM SHARE

暖房止めて、  
みんなで集まろう。



#### ● 家庭やご近所でウォームシェア

家族やご近所どうしがひとつの部屋・場所に集まって過ごせば、エネルギー消費を減らせるだけでなく、コミュニケーションも深まります。

#### ● まちでウォームシェア

家庭の暖房を止めてまちに出るだけでエネルギー消費を減らせます。ウォームシェアスポットやイベントに出かけたりスポーツをしたり、あたたかく楽しく過ごしましょう。

### 衣

あったか  
アイテムを  
取り入れよう。



- 保温性に優れた機能性素材のインナーウェアを活用しよう。
- 室内でもカーディガンやセーターなど、一枚多く羽織ろう。
- マフラーやストールで、こまめに体温調節をしよう。

### 食

体の中から  
おいしく  
あたたかく。

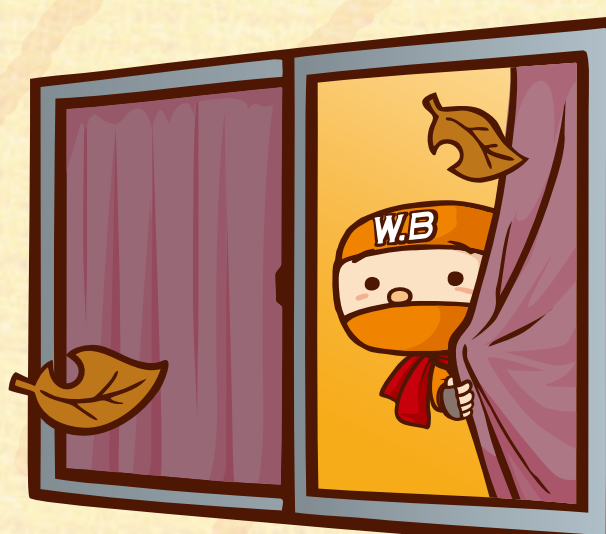


- 朝食をしっかり摂って1日のエネルギーをチャージ。
- 根菜類、しょうがなど体をあたためる食材を取り入れよう。
- みんなで鍋を囲めば部屋も体もポカポカ、暖房も控えめでOK。

### 住

小さな工夫で  
あたたかく快適に。

- 厚手のカーテン、断熱シートを窓に貼るなど工夫しよう。
- 省エネ加湿器や、お湯の入ったやかんなどで加湿して体感温度をUP。
- 湯たんぽやカイロなどを活用しよう。



詳しくはWEBで ウォームビズ2012

検索