

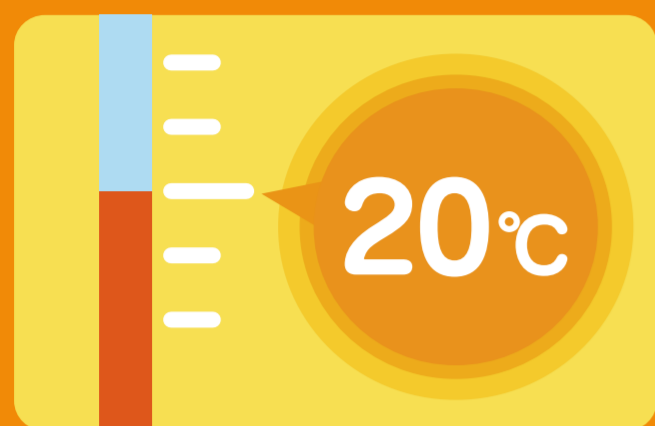
実施中

ご理解とご協力をお願いします！



# WARM BIZ

2018年11月1日～2019年3月31日



## 暖房時の室温を20°C(目安)で快適に過ごすライフスタイル

地球温暖化対策のため、暖房時のエネルギー消費を減らし、CO<sub>2</sub>の排出を削減することがウォームビズの目的です。寒い冬でも、一枚多く着る、温かいものを飲むなどのちょっとした工夫で暖房に頼りすぎることなく快適に過ごせます。「賢い選択」で、冬を快適に過ごしましょう。

薄手のニットやベストなどを上手に重ね着している

ランチで温かい料理を選ぶ

ボトムスにも機能性素材のあたたかいインナーを身に着けている

近い階への移動には階段を使う

ひざ掛けなどのあったか小物を活用する

ストレッチなど軽い運動であたたまる

室内に温度計・湿度計を置いて気を配る

すぐに羽織れる一枚を用意してある

朝食をきちんと食べる

シルエットを崩さないあったかインナーを重ね着している。

休憩時には生姜などを使った飲物であたたまる

天気の良い日は太陽光を取り入れる

日常生活のひと工夫で、快適に過ごしましょう。

詳しくはウェブで！

ウォームビズ

検索

COOL CHOICE

賢い選択