

涼感みやざき



特集

ウォームビズとは？～あつたかグッズ特集～

活動レポート 平成27年度 第2回宮崎県地球温暖化防止活動推進員全体研修
「気候変動の地元学～ワークショップ編～」講師：白井 信雄 氏

一步いっぽ 推進員だより

宮崎県立都農高等学校の取り組み（都農町）

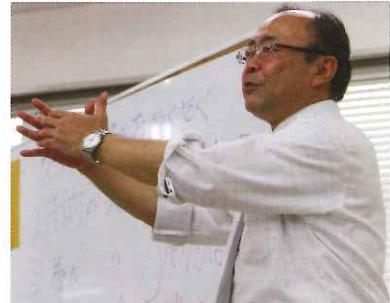
実施報告『どんぐりポイントイベント』開催

「みんなでやってみらん？ 地元のそざいで“き”を植えよう！」

平成 27 年 11 月 1 日付で宮崎県地球温暖化防止活動推進センター長を引き継ぎました、井上優と申します。期の途中でのセンター長の交代という事で関係各所にはご心配をおかけすることになりましたが、センター業務に関しましては年度当初からの事業をきちんと引き継ぎ、交代によるご迷惑のかからぬように万全の配慮をしていく決意でございますのでご寛容いただきますよう心からお願い申し上げます。

前センター長の山内葵が来年 5 月に出産予定となり、産前産後の休業などを想定してのセンター長の交代です。山内は引き続き事務局長として事業の運営にあたりますが、出産という初めての経験にも向きあう事になりますので、関係各位の温かなご支援をいただければ幸いに存じます。重ねてお願ひ申し上げます。

さて、私はこのセンターの運営母体であります（NPO）宮崎文化本舗の副理事長で宮崎県NPO活動支援センター長を兼務いたしております。以前には環境保全に関する会議のファシリテーターなども行っていましたが、地球温暖化防止活動という分野での活動は初めてになります。NPO支援活動の経験を活かして地球温暖化の防止という重要な課題に取り組んでいきたいと考えております。皆様方のご指導とご協力をお願ひ申し上げます。



特集

ウォームビズとは？～あったかグッズ特集～

ウォームビズとは、平成 17 年度から環境省が冬の地球温暖化対策の一つとして推進している、過度な暖房使用を控え、室温 20℃ 設定で心地良く過ごすライフスタイルのことです。

ウォームビズの期間は、11 月 1 日から 3 月 31 日とされています。家族で一つの部屋に集まったり、根菜類を食べて体の中から温めたりと様々なウォームビズの実践方法がありますが、今回はその中でも「3 つの首を温める方法」に着目して実験を行いました。



3 つの首とは、首・手首・足首のこと。3 つの首は多くの血管の通り道があるため、集中的に温めることで全身が温まります。

温まる為のグッズはこの時期たくさん売られていますが、どのグッズが効率良く温まることができるのか、この度スタッフで検証してランキングをつけてみました。

今回検証に使用したグッズは、ひざ掛け・ネックウォーマー・アームウォーマー・ストール・マフラー・湯たんぽ・レッグウォーマー・靴下（厚手）の 8 つです。星 5 段階評価で指数をつけていき、どれが一番温かいのか検証しています。

☆あったかランキング☆

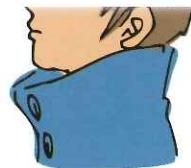
1位 ★★★★★ 湯たんぽ

コメント：即効性があります。ひざ掛けとの併用や足の裏に敷くのもよい。最近は様々な形があるので、オススメです。



2位 ★★★★★ ひざ掛け

コメント：下半身は冷えやすいので是非活用を。
事務作業など座って作業する人向け。



3位 ★★★★☆ ネックウォーマー

コメント：時と場所を選ばずに持ち運びも手軽で Good!!

☆その他☆

ホッカイロを使い、首・手首・足首・おなかのうち一番温かくなる場所も検証してみました。検証の結果、やはり首が一番温かいという感想が出ました。

（スタッフ）「けい動脈だけでなく、首の後ろに当てることで、お風呂に入ったように温かくなりました」「靴下+ネックウォーマー+ホッカイロ、など複数を組み合わせて使用することで、より温感が高まるように感じました。

※ホッカイロを連続で当て続けると低温火傷に繋がりますので、ご注意ください。今回の検証は、あくまでもスタッフの個人の感想ですが、積極的にウォームビズを実践し、この冬を乗り越える参考にしてみてください。



平成27年度 第2回 宮崎県地球温暖化防止活動推進員全体研修

「気候変動の地元学～ワークショップ編～」講師：白井 信雄 氏

第1回に引き続き、法政大学サステイナビリティ研究所の白井信雄先生をお招きして「気候変動の地元学」について皆様に御回答いただいた宮崎県内での温暖化による影響事例を基に、ワークショップを開催しました。日向市・宮崎市各会場2班に分かれて、「事例や要因、適応策の追加」「影響が深刻かつ対策が不十分な部分」「適応策と緩和策に対する行政予算配分がどうあるべきか、またその理由」について意見を出し合い発表しました。複数人数で話すことにより新たな意見が出たり、宮崎県内でも地域によって影響の事例が違う事に改めて気づかされました。現在の地球温暖化対策としては、緩和策(温室効果ガスの排出削減)を最大限に実施することが何よりも必要ですが、気候変動の影響から地域住民の安全・安心を守るために適応策も必要となります。例えば、局地的な豪雨による道路側溝等の排水能力不足(影響事例)→人口減、高齢化により清掃等が完全にできない(社会経済的な要因)→シルバーセンター活用等による草刈・清掃の実施(適応策)など、地域で出来ることを考え実行していくことが大切だと学びました。



一歩いっぽ 推進員だより

宮崎県立都農高等学校の取り組み(都農町)



▲宮崎県高等学校家庭科クラブの授業の様子

宮崎県立都農高等学校では、毎週自由選択科目の授業があり、その中で環境にも力を入れているということで、ボランティア活動を選択している生徒たちにお話をいただきました。ボランティアの授業では、環境や災害ボランティア、人権に関してなど幅広く学んでいるそうです。温暖化に関するDVDを見たり、差別について学んだりするだけではなく、実際に新聞スリッパを作成する等、体を動かす授業もあるそうです。

生徒たちは、授業で学んだことを他の高校生等に伝える活動も行っています。「宮崎県家庭科クラブを対象に、災害時に使えるスリッパや、おもちゃの作り方を伝えました。教えた学生が自分の高校に知識を伝えてたくさんの人々に広まることで、災害時に対応できると思います」。また、「温暖化やオゾン層についても学んでおり、家族が点けっぱなしにした電気を消して回っていること」「部屋にこもるより、皆が集まるところで勉強する方が電気代も減り、家族との絆も強くなると思いました」。今後エコクッキングと非常食を合わせた授業もあるとのことで、楽しみな様子でした。「大勢の人と関わりながらボランティアもできたらいいと思います」。(講師の河野定美さん)10年前から世間でチームマイナス6%と言っていましたが、一体それが何で、どういう意味であるかが分からず、自分で学んだほうが早いと考え、紙面で募集を見て友人と応募したのがきっかけで推進員になりました。生徒さんたちが高校を卒業しても生きていけるワンポイントアドバイスを伝えたいと思い、新鮮な温暖化の情報を学んでいます。これからもできることからしていきたいです。



▲「ボランティア活動」を選択している
小田莉華子さん、山下美紅さん、木下龍清さんと
講師の河野定美さん

イベント実施報告

みんなでやってみらん？地元のそざいで“き”を植えよう！

平成27年11月10日から14日の5日間かけて、イオンモール宮崎1階ウエストコートにて、カーボン・オフセットにより「どんぐりポイント」が付いた商品を販売するイベント「みんなでやってみらん？地元のそざいで“き”を植えよう！」が開催されました。5日間で2,500人程のお客様にお越しいただき、多くの方が商品を購入され、ポイントをご寄付いただきました。ご協力いただきました関係者の皆様、当日お越しいただきました方々に深く御礼申し上げます。



当日はみやざき犬の「むうちゃん」と宮崎大学から「みやだいもうくん」が遊びに来てくれ、温暖化についての絵本の読み聞かせをしてくれました。最後はどんぐりんのぬいぐるみと一緒に記念写真を撮りました♪



木のおもちゃコーナーは子供たちに大人気。宮崎県産のスギ材を使った「からかつみき」で、どこまでも高く積み上げる子、お父さんと一緒に城を作る子…木の匂いに囲まれ、それぞれ思いのままに作品を作りました。



当日は非常に多くのお客様がお見えになり**5日間で約2,500人**にお越しいただきました。野菜、肉、うなぎ、お茶がどれもイベント特価で大変安くなっていたこともあり、まとめ買いをされる方が多かったようです。



商品についているシールを集めることでどんぐりの苗になる旨をお伝えし、ご納得いただいたうえで、シールを直接貼り付けていただきました。5日間で**38,355pt**が集まり、どんぐりの苗に換算すると、**76本**が植樹されます。

貸出しツールを使って講座を開こう！

宮崎県地球温暖化防止活動推進センターでは、推進員の皆様をはじめ、自治体・団体を対象に地球温暖化について学ぶためにツールの貸し出しを行っています。「涼感みやざきNo.8」でもご紹介いたしましたが、今回の特集でウォームビズを取り上げましたので、再度紹介させていただきます。

今回の特集『エコロモならべ』

「エコロモならべ」は衣類の調整で体感温度を上げ、暖房機器に頼り過ぎない冬の過ごし方に興味を持ってもらい、ウォームビズを促すツールです。

1つ1つの小物の裏にはマグネットが付いていますので、ホワイトボードや黒板にくっつけて使うことができます。



使い方

1. ハンディーホワイトボードに「タイトルカード」を貼り付け、あらかじめ「コロモカード」を3~4枚選んで貼り付けておきます。
2. 体感温度差が大きい順に「コロモカード」を並び替えてもらいます。
3. 並び終えたら、それぞれの「コロモカード」が、体感温度をどのくらい上げるかを予測してもらい、「温度カード」を貼り付けてもらいます。
4. 答え合わせを行い、参加者が既に行っているエコロモ、これから行いたいエコロモについて聞いていきます。



宮崎県地球温暖化防止活動推進センター通信「涼感みやざき」

発行：宮崎県地球温暖化防止活動推進センター（運営：特定非営利活動法人 宮崎文化本舗）／編集：永田 詩織

〒880-0014 宮崎県宮崎市鶴島2丁目9-6 みやざきNPOハウス101

電話：0985-60-3911 / ファックス：0985-89-4979 / メールアドレス：mcccaoffice@mc3a.org

ホームページ：<http://www.mc3a.org/>