

今号の主な記事	
2面	資源とごみ処理の清掃経費、めぐろ福祉しごと相談会ほか
3面	情報ボックスほか
4面	発熱時の受診相談方法、PCR検査費用の助成、めぐろパーシモンホールでピアノ演奏募集ほか

No.2084

# めぐろ区報

令和2年  
(2020年) 11/15  
毎月5・15・25日発行



人口と世帯	
住民記録者数	281,785人
(うち外国人数)	9,029人
男	133,155人
女	148,630人
世帯数	158,699世帯
2.11.1現在の住民記録による	

温度を上げる前にひと工夫



## POINT

暖房の温度を1度上げる前にカーディガンやストールを羽織れば、体感温度は2.2度アップ。保温性に優れたインナーウエアを着るのもおすすめ



## POINT

体を温めるには3つの首(首・手首・足首)がキーワード。靴下やルームシューズを履くだけで、体感温度は0.6度アップ

## POINT

じゅうたんや厚手のカーテンは部屋全体を暖かくします。お気に入りのアイテムを使うと気分も上がります

## 12月は地球温暖化防止月間

# #おうち時間でエネルギーを賢く使おう



区の二酸化炭素排出量の4割は、家庭からです。この冬は環境にも自分にもやさしい、心地よい暮らしを始めてみませんか。

環境保全課温暖化対策係 (☎5722-9034、FAX5722-9401)

## POINT

じっと座っているよりも、少し体を動かすと、体の中からじんわり温かくなります

## えっ！地球が大ピンチ？

100年で日本の平均気温は1.2度上がっています。原因は地球温暖化。二酸化炭素などの温室効果ガスの増加により気温等が上昇し、異常高温や大雨などを起こすとされています。

## もっと地球温暖化を知らう

地球温暖化問題が学べる絵本や冊子などを発行しています。総合庁舎本館1階区政情報コーナー・6階環境保全課、目黒区エコプラザ、図書館のほか、ホームページ(右コード)でご覧になれます。



出典：家庭の省エネハンドブック(東京都)

## 始めよう！環境にやさしい心地よい暮らし

### 湿度は50～60%に

空気が乾燥する冬は、湿度にも気を付けましょう。体が温かく感じるだけでなく、感染症予防にも効果的です。

### 宅配便は1回で受け取る

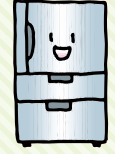
再配達トラックからは、二酸化炭素が年間で約42万トン排出されています。時間指定などを活用して、再配達にならない工夫を。

### 省エネルギーラベルのある家電を選ぶ

冷蔵庫、テレビ、エアコンなどの製品を選ぶ際は、省エネ性能を表示したラベル(右写真)をチェック。



星5つが最も省エネ



### 新エネ・省エネ設備を設置する

太陽光発電システム(新エネルギー設備)やエコキュート(省エネルギー設備)などは、大きな省エネ効果が期待できます。助成などの詳細は、ホームページ(右コード)をご覧ください。

設置費の助成あり



環境保全課温暖化対策係 (☎5722-9034、FAX5722-9401)

### めぐろスマートライフでもっと知る

めぐろスマートライフホームページ(右コード)では誰でも、楽しく、簡単にできる環境にやさしい行動のアイデアやコツを紹介しているほか、環境にやさしい暮らしのアイデアも募集しています。詳細は、ホームページをご覧ください。

エコライフめぐろ推進協会 (☎3715-7835、FAX3715-8826)

