



発行所: 有限会社 西川工務店
 松阪市町平尾町164-3
 TEL 0598-51-7040
 FAX 0598-51-7140
 URL <http://www.nishikawakoumuten.com/>



エコというと電気やガス、水といったエネルギーがすぐ思い浮かびます。でも実は、食材にもハウス栽培に使う電気や輸送に伴う二酸化炭素、ごみ問題など、さまざまな部分でエネルギーが使われているんです。

フードマイレージ=食料の輸送距離ときちんと理解

「フードマイレージ」の意味を知ってる方が多いのは、みなさんのエコ意識の高さの現れです。「食料の(= food) 輸送距離(= mileage)」という意味で、食料輸送などにもなって排出される二酸化炭素が環境に与える負荷を導きだしたものです。産地が近いほど、値は低く、遠いほど大きくなります。つまり、産地が近いほど輸送などエネルギーが少なくすみ、地域の活性化にもつながるので、できるだけ近くで採れた食材を購入しましょう。

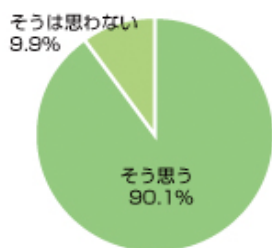
旬の食材で、おいしくエコ

旬の食べ物が新鮮で美味しいのは、もはや言わずもがなのようです。栄養価も高く、オフシーズンよりも比較的安く購入できるのも魅力になっています。しかしそれだけではなく、実は、エコという面でも貢献しているのです。旬の食材は自然の力だけで育つのに、旬ではないハウス栽培で育った食材は電気などを使って人工的に育てているので多くのエネルギーが使われています。また、一年中購入できる食材は外国から輸入されていることも多いので、フードマイレージも気にして選ぶことがエコにつながります。

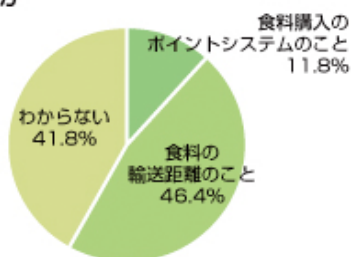
食べ残しは、大きなエネルギー損失

最後に忘れてはいけない食エネルギーの問題は、ごみです。省エネルギーセンターの調べによると、生ごみの多くは調理くずで、4分の1は食べ残しや保存していたもの(賞味期限切れや腐らせたものなど)。食べないで捨ててしまうと、作るエネルギーや焼却するエネルギーをムダに使ってしまうことになっていたのです。冷蔵庫の中を常にチェックして、必要な分だけ買うように心がけましょう。

あなたが思う「旬」とは、他の時期より新鮮で美味しく食べられる時期を指すものですか



「フードマイレージ」の意味はどれだと思えますか



エコ発見診断



何気ない暮らしの中に潜む“ムダ”から、あなたに必要なエコを発見しましょう。

該当箇所をチェック!

- 冷蔵庫はいつもモノがいっぱい
- 冷蔵庫の温度設定はつねに“強”
- 洗い物はあったかいお湯で手洗りする
- 洗い物をする時、給湯器の温度は38℃以上になっている
- 料理の下ごしらえにガスコンロをよく使う
- 電気ポットのプラグは基本的にはつけっ放し
- 夏は毎年、冷房時温度設定28℃以下
- 冬になると、暖房時温度設定20℃以上
- エアコンはいつもついている
- 大きめの電気カーペット(3畳用)を使っている
- じつはいまだに白熱電球派
- 蛍光灯がつけっ放しで部屋が常に明るい
- お風呂には、家族全員が各々の時間に入る
- 食器を洗う時、水は出しっぱなし
- 食材を選ぶ時、“旬”にはそんなにこだわらない
- 安さにつられて、食材は地元産より海外産の方が多い

ひとつも当てはまらなかった方は、エコ生活の達人！
ひとつでもチェックがついた方は今日から改善しましょう。

定休日のご案内

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

※丸の付いている日が定休日です。

**新築・増改築は
もちろん、キッチンや
トイレの改修など
ちょっとした事でも
お気軽に
ご相談下さい!!**