



# まほろば エコスタイル winter

STOP!  
地球温暖化  
これな〜ら  
できる!



奈良県エコキャラクター  
な〜らちゃん

適正暖房  
室温 **20℃**

## 重ね着で体温調節

保温性の高い衣類の活用、  
ひざ掛けの利用等

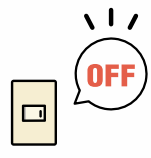


## 暖房の効率を 上げる

日中は太陽の熱を取り入れ、  
夜間はカーテン、  
ブラインドを活用

## 軽い運動を 取り入れる

体を動かして温める



## こまめな消灯

不要な時は消灯

## 自主的な 省エネの 取り組み

実施  
期間

令和5年

令和6年

12月1日～3月31日

3密の回避、手洗い、手指消毒の実践、咳エチケットの徹底、定期的な換気など、「新しい生活様式」を意識しましょう



奈良県では、関西一円の自治体、経済団体等と一体となって  
冬期の適正暖房等に取り組んでいます。

お問い合わせ

奈良県 環境政策課 エネルギー・温暖化対策係  
〒630-8501 (住所不要) TEL: 0742-27-8016 FAX: 0742-22-1668  
<https://www.pref.nara.jp/3957.htm>



【期間】令和5年12月1日～令和6年3月31日

# エネルギーを「かしこく」使って暮らしを「お得」に！！

～体調に気を付けながら、無理のない範囲で省エネとCO<sub>2</sub>削減を～



奈良県エコキャラクター  
な～らちゃん

## お得な暮らしの取り組み例

暖房の設定温度を1℃下げると年間約**1,650円**お得！

(外気温度6℃の時、エアコン(2.2kW)の冷房設定温度を21℃から20℃にした場合(使用時間:9時間/日))

冷蔵庫の設定温度を適切に設定すると年間約**1,910円**お得！

(設定温度を「強」から「中」にした場合(周囲温度22℃))

LEDランプに替えると年間約**2,790円**お得！

(54Wの白熱電球から9Wの電球形LEDランプに交換(年間2,000時間使用))

## 県の支援制度もご利用ください

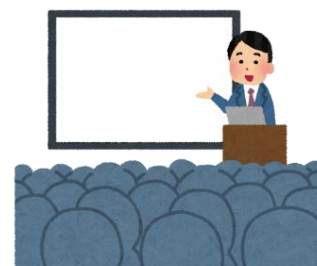
### アドバイザー派遣

#### 環境アドバイザー派遣事業

環境保全の専門家(環境アドバイザー)を県内の学校・団体等の実施する勉強会や講演等に派遣します。

#### CO<sub>2</sub>削減アドバイザー派遣事業

県内事業所等へCO<sub>2</sub>削減(省エネ、コスト削減)等に関するアドバイスやエコアクション21等の認証取得への支援を実施します。



## 電気料金等が高騰しています！ぜひ参考にしてください。

募集中！！

## エコな～らライフ宣言

CO<sub>2</sub>ダイエットに取り組んでいただける方からの宣言を募集中です！

宣言方法は以下のとおりです

→チラシに記入してFAXで送信  
(FAX:0742-22-1668)

