

わたしの^{いち}推し

いつでも省エネ “外出と在宅”



21

■みんなと楽しく省エネ■

図書館やショッピングモール等の集合施設の利用もお勧めです。

働いている皆さんは休日、どのようにお過ごしですか。ストレスが多いし、1人の時間はやっぱり大切ですよ？

私のような年金生活者は、高齢の夫婦だけとか、1人暮らしが多いそうです。あまり体を動かさないし、人と話すことも少なくなります。

フィットネスなどはいかがですか。体を動かして、知り合った仲間とのおしゃべりも楽しいです。その上！冷暖房完備で気持ち良いですよ～。しかも！その時間は家の照明、エアコン代は0円です。できれば待機電力もゼロにしたいですね。運動が嫌いな方は図書館、公民館、ショッピングセンターなど、行く場所はたくさんありますよ！楽しんで、省エネして、頭の活性化。一石三鳥です。

災害時にライフラインが切断された時の対応も、日ごろから、考えておきたいものです。最近ニュースで見たのですが、避難場所は想定される人数を収容するには十分でないところもあるとか。集合住宅などでは、ご自宅で過ごすことも考えてみてはどうでしょう。(MT)



ご自宅の毎時、毎日、毎月の

電力消費量を電力購入会社のWebページ等で確認してみましょう

