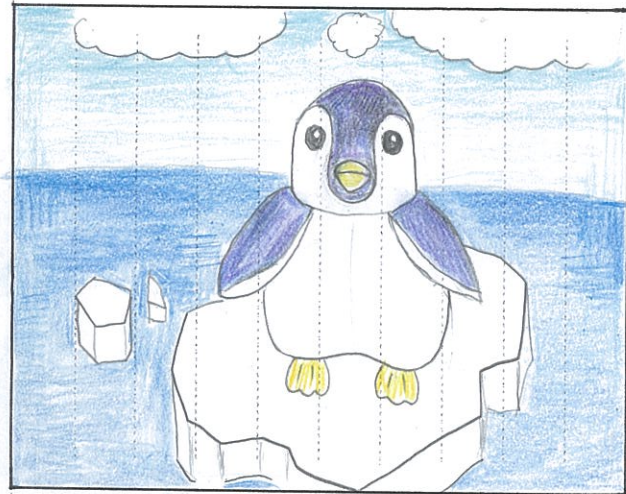


CO₂ 減ってる新聞

鎌倉女子大学
初等部 4年
佐藤 恵梨

地球温暖化により、南極の氷が溶けだすことで、ペンギンたちの棲み処がなくなりつつあると言います。四十五十年前に一匹もいたペンギンたちは今、二千五百匹にまで減ってしまっています。助けてよ！

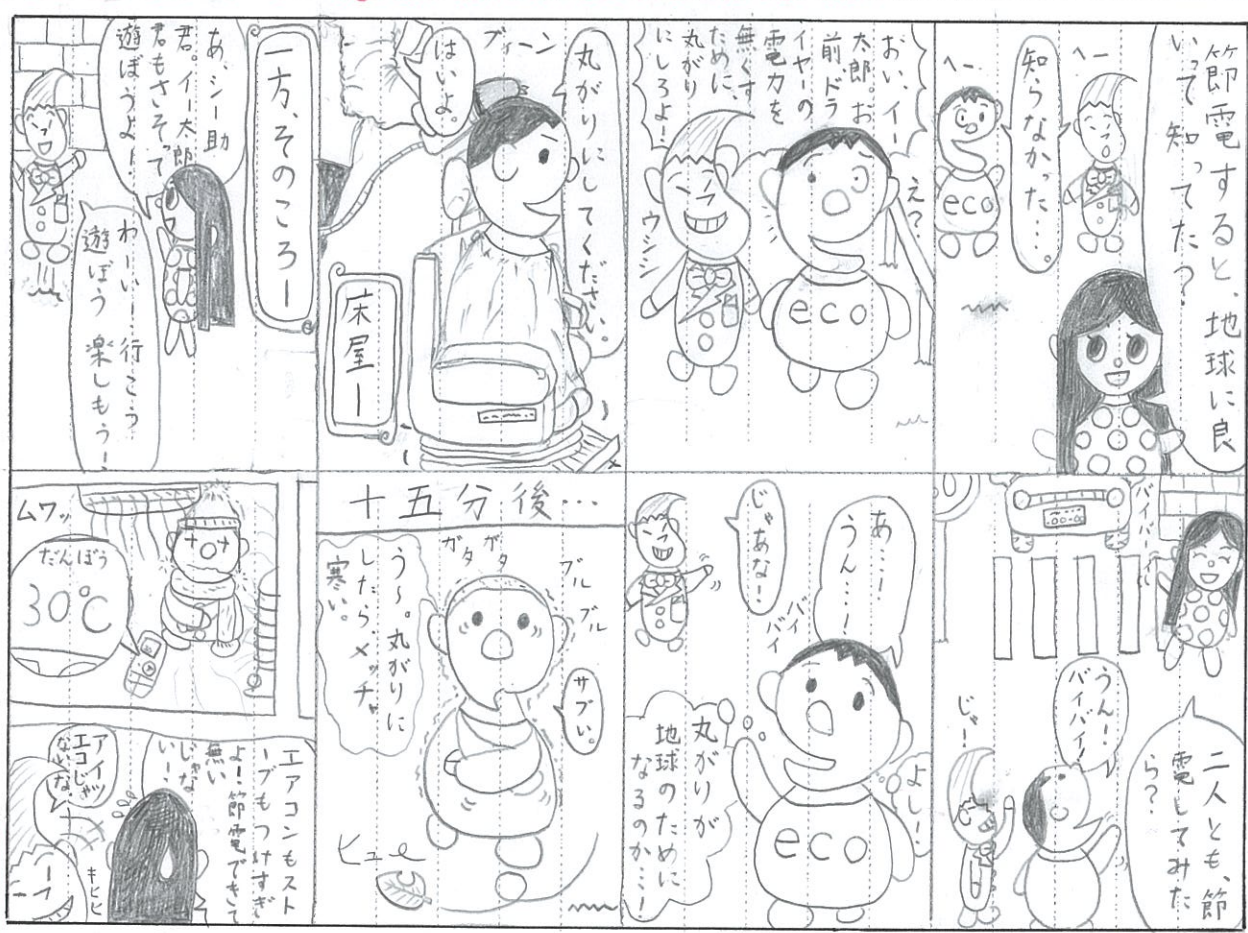


ペンギンを危険にさらす主な原因は、人間の電気に頼る生活にあります。電気を作るときに、二酸化炭素が排出されることで、地球の温度が上昇し、氷が溶けるのです。私たち一人ひとりができる限り電気を節約するように努力する必要があります。

我が家の冬の節電

- ① ももひきき 発熱・保温する。素材の長袖シャツと、ももひききをはくことで暖房いらず。
- ② ショートカット 髪型を短めにし、ドライヤーを使う時間を短くする。
- ③ 身体を動かす ひたすらういっも動いているので、つねに熱い。目を暖かくすることもできる。
- ④ 私ブランケット 室内でツイウェイブランケットを使用。ブランケットはボタン付きで、羽織ったり、腰に巻いたり、布団がわりにもなる。フワフワなので、気持ちよくなる。

- ### 真空保温調理
1. 好みの肉や野菜を使い、普通の手順で調理する。
 2. ひと煮立ちしたら、電気をつ切る。
 3. 真空保温の調理器具に入れる。
 4. 後は、放って置くだけで、一時間もしないうちに、良く煮込まれた美味しい料理の完成です。
 5. 真空保温のお弁当箱に入ると、朝は半生でも、お昼に食べる頃には出来あがり、温かいものが食べられるので嬉しいですね。



健康 すぐできそう!? 節電ランキング

① エレベーターやエスカレーターではなく、なるべく階段を使う。節電になり、自分も運動になる。

☆ 早く起きて、早く寝る。明るい朝から、暖かい昼も有効に時間を使い、夜も早く寝ることによって節電になり、良質の睡眠時間が長くとれる。

③ テレビやゲームは時間を決めてする。節電になり、目も疲れず、勉強時間も増す?

編集後記

節電を見直すことで、小さいことだけれど自分たちのやることが、ペンギンたちの生活を守ることにつながる。とわかりました。そして、節電の多くは、健康的な生活にもつながっている。気がつきませんでした。も、と工夫して節電生活をしてみます。