

☆” ----- STOP 温暖化 ☆

埼玉県温暖化対策メールマガジン

第 168 号 2026.1.14

発行：埼玉県 温暖化対策課

★ ----- <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0502/ontai-merumaga.html> ☆”

埼玉県の温暖化対策に関する情報をご紹介させていただくために、  
「埼玉県温暖化対策メールマガジン」を発行しています。

メールマガジンをご愛読いただくために、できるだけ皆様のご意見を反映させていきたいと考えていますので、  
掲載を希望する情報や掲載内容にお気づきの点がございましたら、  
お知らせくださるようお願いいたします。

—★—

## 目次

—★—

### ☆コラム

埼玉県地球温暖化防止活動推進員 江原仁さん

### ☆埼玉県からのお知らせ

- (1) 一般社団法人ロングライフ・ラボ主催 健康と省エネに関するセミナー（無料）の御案内
- (2) 【受付延長中！】県内中小規模事業所向け 省エネ診断の御案内（2月10日（火）まで）
- (3) エコライフ DAY&WEEK 埼玉 2025（冬）にチャレンジ！

—☆☆☆☆—

## コラム

—☆☆☆☆—

冬の暖房で、エアコンだけでは寒くてダメ！という方はいらっしゃいませんか。エアコンから出る温かい空気は上の方にたまってしまい、下の方は暖かくないのです。

私が部屋で気温を測ったところ、エアコンの設定温度は20℃でしたが、床では17～18℃、天井近くでは24～25℃もありました。上下で約7℃も差があるのですね。

でもご心配いりません。サーキュレーターで部屋の空気をかき混ぜてやることで、下の方も暖かくなります。

エアコンに電気ストーブを併用して暖房している方もいらっしゃると思いますが、電気ストーブは小さなエアコンと同じくらいエネルギーを使います。また、エアコンの温度設定を1℃調整（暖房なら23℃を22℃にする）すれば、電力量は10%減るといわれています。寒い冬を経済的かつ環境にもやさしくお過ごしください。

埼玉県地球温暖化防止活動推進員 江原 仁

—☆☆☆☆—☆\*—☆\*—\*—

## 埼玉県からのお知らせ

—☆☆☆☆—☆☆—☆☆—

**（１）一般社団法人ロングライフ・ラボ主催 健康と省エネに関するセミナー（無料）の御案内**

住宅の高断熱化は省エネになるばかりでなく、健康な暮らしに繋がります。

この度、（一社）ロングライフ・ラボ主催の「健康セミナーin さいたま」が開催されます。「温活」や「省エネで健康に暮らせる暖かい家づくり」などに興味がある方は是非御参加ください。

【日時】 令和8年2月11日（祝・水） 10:00～12:00

【会場】 ソニックシティホール国際会議室（大宮駅 徒歩5分）

【参加費】 無料

【定員】 150名（事前申込制・先着順）

【申込期間】 令和8年1月9日（金）から2月10日（火）まで

【申込方法】 (一社)ロングライフ・ラボ事務局のホームページ(<https://www.longlife-lab.jp/journal/1974/>)から

【お問合せ】 (一社)ロングライフ・ラボ事務局 TEL : 03-3916-2656

## (2)【受付延長中!】県内中小規模事業所向け 省エネ診断の御案内(2月10日(火)まで)

省エネの専門家が現地でエネルギー使用状況を確認し、省エネ・脱炭素対策を提案します。省エネ対策の実践は、環境負荷の低減や脱炭素社会への貢献に加え、エネルギーコスト削減につながります。ぜひ御活用ください。

＜以下のような企業におすすめ＞

- ・ 光熱費の削減方法や省エネ対策の優先順位がわからない
- ・ CO<sub>2</sub>削減や脱炭素に向けた具体策を知りたい
- ・ 設備投資の判断に迷っている
- ・ 取引先から環境対策を求められている

詳細、申込みは以下のホームページを御確認ください。

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0502/tyusyo-sindan.html>

＜費用・申込期限＞

費用 : 5,500 円 (税込)

申込期限 : 令和8年2月10日(火)まで

※診断日は、令和8年2月17日(火)までを目安としています。

《お問合せ先》

埼玉県環境部 温暖化対策課 計画制度・排出量取引担当

TEL : 048-830-3021

Email : [a3030-19@pref.saitama.lg.jp](mailto:a3030-19@pref.saitama.lg.jp)

## (3) エコライフ DAY&WEEK 埼玉 2025 (冬) にチャレンジ! (3月14日(土)まで)

エコライフ DAY (デイ) & WEEK (ウィーク) は、取組項目をチェックして、広く県民の皆様にエコライフを体験していただくものです。省エネ・省資源など環境に配慮した生活をし

てみてください。

「エコライフ DAY&WEEK 埼玉特設サイト」から、お手持ちのスマートフォンやタブレット端末からでも簡単に CO<sub>2</sub>削減量や電気代などの節約金額を実感できます。

地球温暖化の影響は、大雨や熱中症搬送者数の増加、農作物の品質低下など、既に身近にあらわれています。地球温暖化防止のため、ご自身のライフスタイルを見直すきっかけにしませんか？

[取組例]

☆「室温 20℃を目安に暖房を控えめに使用した」

→ 1 日で CO<sub>2</sub> は 131g 削減、電気代はひと冬で約 1,734 円節約

☆「出かけるときは自動車に乗らず、徒歩・自動車・バス・電車を利用した」

→ 1 日で CO<sub>2</sub> は 192g 削減、電気代は 1 年で約 2,605 円節約

[実施期間] 令和 7 年 1 1 月 1 5 日（土）～令和 8 年 3 月 1 4 日（土）

エコライフ DAY&WEEK への参加はこちらを御覧ください。（特設サイト）

<https://ecolife-saitama.jp/>

エコライフ DAY&WEEK について詳しくはこちらを御覧ください。（県ホームページ）

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0502/ecolifeday.html>

☆ -----

埼玉県温暖化対策メールマガジン

発行システム：『まぐまぐ！』 <http://www.mag2.com/>

配信中止はこちら <http://www.mag2.com/m/0001206330.html>

★ -----