

# PUPA

2000

7

Vol. 5

生活情報誌 : 環境にやさしいライフスタイルを考える



関西ダイアパーリース協同組合

# 地球環境時代の省エネルギー

私たちの生活は、生産・流通・消費の面において、資源やエネルギーを大量に使用する経済活動によって支えられています。近年、地球規模での資源・エネルギーの有限性や環境汚染・地球温暖化等の問題の重要性が認識され、『豊かな地球の環境を守り、次の世代に引き継ぐこと』が、現代社会に生きる人間に共通した課題として求められています。

## 今、始めなければ



持続可能な未来から見た

地球環境が重大な問題になっていきます。日常生活を送る上では、あまり実感のわかない問題かもしれませんが、しかし、地球温暖化、

オゾン層の破壊、熱帯林の減少、生物多様性の減少など……、地球規模の環境問題は、日毎その深刻さを増しています。また、大量消費による資源の枯渇は、それに頼ってきた私たちの生活を成り立たないものにしてゆっています。

## 環境問題の原因

現在進行している地球規

模の環境問題の原因は、限りある環境の中で巨大化し続ける通常の社会経済活動によるものです。

つまり、自然が修復できる限度を超えて、自然を思い尽くしつつあることが原因なのです。

世界の人口は20世紀に入っただけで4倍に、エネルギー消費は8倍になりました。石油をはじめとするエネルギー資源や、銀をはじめとする鉱物資源の有限性を省みない利用。木材利用や開拓のための森林伐採をはじめとする土地利用もたらず土壌浸食、生態系の破壊など。更に、主に石油など化石燃料の消費による膨大な二酸化炭素や、フッ

なりません。

しかし、私たちが利用している多くの資源は、石油では億年単位、木材でも数十年というように、過去の蓄積を食いつぶしながら生きていくといえます。

資源の利用は、私たちの生活に不可欠であるとはいえないものの、地球への過大な負担をかけています。これらの負担を最小限に食い止めるためには、現在の生活を維持し、次の世代に地球を受け渡していくことができません。

このような理由から、地球上の限りある資源を有効に活用し、浪費を避け、最大限循環利用を図ることが、きわめて重要な課題になっているのです。

## 一人ひとりに

できること

私たちが豊かな生活を送るためには、さまざまな資

## 資源の循環利用を

私たちの生活は、エネルギー資源のほか、金属資源、木材、農作物、繊維原料など各種の資源の利用によって成り立っています。その資源の形成に必要な年数が短ければ、消費との間での収支のバランスがとれ、いわば永続的な利用も可能と

源を利用していかざるを得ません。しかし、それが次世代を犠牲にするものであつてはなりません。

現世代と次世代の「豊かさ」を両立するために必要なこと、それは循環型社会への転換です。つまり、大量生産・大量消費・大量廃棄をベースにしたこれまでの文明に代わり、環境保全型産業活動と環境に配慮した生活スタイルからなる文明への転換です。



## 身近な環境問題

代表的な地球規模の環境問題は、なかなか身近に感じられないかもしれませんが、しかし、私たちの暮らしに密接したものであり、個々に対応できる対策がわかっています。また、原因やそれが及ぼす影響などが、まだ解明されていない、聞き慣れないけれど身近な環境問題が、まだまだいくつも現れています。

### ◆ヒートアイランド

大都市圏では、ヒートア



イランドと呼ばれる現象で、夜になつても気温が下がらない状況になっています。

都市部は、大量のエネルギーを消費していることに加え、地面の大部分がアスファルトにおおわれており、水分の蒸発による温度の低下がなく、日中蓄えた日射熱を夜間に放出するためだと考えられます。

とくに夏は、エアコンの排熱が室外の気温をさらに上昇させ、また、上昇した気温がエネルギー需要もさらに増大させるという悪循環を生み出しています。

この現象を緩和するのに効果があると思われる、緑地や水辺など自然の重要性に注目が集まっています。

### ◆光害

過剰な屋外照明やネオン



などからの必要以上の光の放出による光害が最近注目されています。

夜空の星が見えなくなり、天文学の発展を阻害するばかりでなく、私たちの精神状態や動植物の生態などに未知の影響を与えることが心配されています。

また、夜間の屋外照明は、安全確保や都市機能になくてはならないものですが、エネルギーの浪費にもつながりかねません。

### ◆花粉症や電磁波の影響など

スギ花粉症や電磁波による健康への影響など、近年新たに登場した問題も、環境問題といえるものです。

花粉症は、ディーゼル排気微粒子（DEP）など大気汚染物質との関係を指摘



する研究報告もありますが、発症メカニズムなどについては、まだ解明されていません。また、健康への影響が心配されている電磁波についても、その関係は明らかになっていません。これらについては、現在研究が進められています。

その他、街全体を常時つむかすかな振動が、健康や精神に与える影響があるのではないかと一部で心配されている高周波振動など、未知の問題はまだあります。

私たち一人ひとりができること、しなければならぬことがあります。それが、省資源・省エネルギー・リサイクルを心がけること、そして、購買活動を通じて企業の環境保全型産業活動を後押しすることです。

# 家庭でできる 省エネ10の提案

私たちの生活レベルを維持しながら地球環境を保全する省エネルギーを突き詰めていくと、私たちのライフスタイルのあり方に関わってきます。私たちが省エネルギーを意識して実行すると、およそ20%の省エネルギー効果がみられるという試算もできています。

最初に省エネルギーの必要性が告げられた石油危機当時、それは、エネルギーコストの抑制、省資源の視点からのものでした。

時代は変わり1980年代後半以降、地球温暖化、大気汚染、酸性雨など地球環境問題の深刻化にともない、新たな次元の問題としての省エネルギーが強調されるようになりました。

現在、世界のエネルギー供給は、約40%を石油に頼っています。

しかし、埋蔵量、安定供給や地球温暖化の点から石油依存度を減らすことが求められています。

石油代替としてまず

## 1 エアコンが効きすぎていませんか？

家計のためにも健康のためにも、エアコンの効きすぎは良くありません。部屋の温度はこまめに調節しましょう。夏の冷房温度を1℃上げれば、全国で約32万世帯相当、冬の暖房温度を1℃下げれば、年間使用量で全国で約43万世帯相当の節約になります。お薦めの室温設定は、夏が28℃、冬が20℃です。

## 2 エアコンの機能を効果的に使おう！

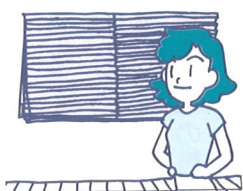
暖気は高いところに集まります。風向調節板がついているエアコンは、冷房時は上向きに、暖房時には下向きにセットすると室内の温度差が少なくなり効果的です。また、同じ室温でも湿度が15%違うと、体感温度は1℃違います。夏は消費電力の少ないドライモードを活用しましょう。

## 3 カーテン等とのコンビネーションを！

窓から出入りする熱は、意外に多いもの。夏はブラインドなどを使って太陽熱の侵入を防ぎましょう。冬は厚手のカーテンを天井から床までたらし、カーペットを敷いて熱が逃げないように。また、エアコンは、夏冬ともに扇風機とセットで使い、部屋の空気を循環させると、より効果的です。

## 4 適切な機器の選択を！

エアコンや照明器具、家電製品などは、部屋や用途に合わせた効率的なものを選ぶとともに、エネルギー消費効率の良いものを選びましょう。エネルギー消費効率の良い機器は、エネルギーの消費のみならず、初期投資と維持経費などのランニングコストを含めた最終的な費用を低く抑えることができます。



あげられるのは、石炭や原子力ですが、それぞれ酸性雨や安全性などの問題をはらんでいます。

期待されているのが、地球にやさしいクリーンエネルギーである天然ガスであり、水力、風力、そして太陽エネルギーなどの再生可能な自然エネルギーなのです。ただし、これらの新エネルギーの実用化には、まだしばらく時間が必要です。当面は、省エネルギー社会の実現のために、私たち一人ひとりのライフスタイルの見直しが必要といえましょう。



## 5 エネルギー機器はこまめな手入れを！

エアコンや掃除機などのフィルター、ストーブの空気穴、照明器具のキャップなど、ほこりがたまるとエネルギー効率が下がります。こまめに掃除して使いましょう。

## 6 それぞれの機器に最適な使い方を！

冷蔵庫や洗濯機などは、詰め込みすぎるとエネルギー効率が下がります。また、暖房機器は冷気の入ってくる窓を背に、冷蔵庫は直射日光や壁への密着を避けるなど、各機器にはそれぞれ最適な設置場所などがあります。機器の特性とその場所を考えてみましょう。

## 7 シャワーの流しっぱなしはやめよう！

シャワーのお湯を一分間流しっぱなしにすると、全国の家庭で東京ドーム約201杯分のお風呂を沸かせるほどのエネルギーを使います。また、夏風呂の水張りは午前中に、沸かし上げは入浴直前にすると、一回で20〜30%のエネルギーの節約になります。冬は逆に、沸かし上げ直前に水張りしましょう。

## 8 電気製品は主電源で切りましょう。

電気製品の待機時消費電力は、テレビ、エアコンだけでも年間約150kWh（家庭の消費電力の15日分に匹敵）にもなります。長時間使用しないときは、リモコンだけでなく主電源を切り、旅行などの時は、コンセントも抜きましょう。電子ジャーや保温ポットなども、できるだけコンセントから抜きましょう。

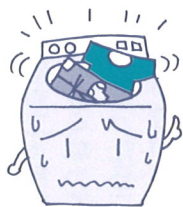
## 9 住宅に断熱材の使用を！

住宅を新築・増改築する場合には、屋根、天井、壁、床などに断熱材や断熱建材を使い、窓を二重窓にするなど家の断熱効果も高めると、暖房エネルギーは約半分に節約できます。

## 10 太陽エネルギーの活用を！

ソーラーシステムなどの利用を考えてみましょう。また、冬の天気の良い日は、カーテンを開けるなどして太陽熱を十分に採り入れましょう。

資料：経済企画庁国民生活局『Eコライフ・ハンドブック』より抜粋



# ちよつと待ってよ おかあさん

こんな話を聞きました。

「布おむつだと、すぐに子供が泣くので私は、紙おむつ!」

それはちよつと違うのでは?

泣くことでしか感情を伝えられない幼い赤ちゃん、気持ち悪いから泣いているんじゃないの? それなのに「泣かなくなる紙おむつ」をするのは、ごまかしじゃないのかな?

手抜きとまでは言いませんが、お母さんが日頃の子育ての中で赤ちゃんを抱きしめたり、声をかけたりという五感を刺激することが不十分だとサイレントベビーといつて、表情に乏しく、喃語や笑いをも失い、文字通り静かであまり泣かない赤ちゃんになってしまっています。

赤ちゃんがお母さんを認識するために、肌と肌の触れ合いすなわちスキンシップが非常に大事なのです。確かにお母さんにとつては手軽な紙おむつかもありません。しかし、気持ち悪いから泣く↓おむつを換える↓気持ちいい こういったストロークが泣くことしか出来ないこの時期に一番大切なのではないかと

思います。赤ちゃんが三歳くらいになるまでは、お母さんがいくらスキンシップをしてもし過ぎるということとはないのですから。

**布おむつを使用されて  
いる若いお母さんたち  
の声から**

●うちの子供は生後二カ月ごろから二歳ごろまで昼間

は布おむつを使っています。布おむつって古い?

面倒くさい? 確かにそれもあります。経済的だし「シミも出ないし結構いいところもあるんです。」

そして何より洗ったおむつが青空の下ではためいていると、とても幸せな気持ちになるんです。でも、何がなんでも布おむつというわけではありません。

ママ自身が疲れている時もあるし、赤ちゃんがお腹をこわしている時だってあるし……。そんな時は紙おむつに一時切り替えても良いと思います。でないと長続きしませんね……。

●昼間は布おむつ。寝る時と外出の時だけ、紙おむつを使っています。

「布おむつは大変でしょ

う?」「若いのに、えらいわねえ」ってよく言われます。

そう、えらいんです! 私って。いや、それくらい自己満足&うぬぼれがなければ、布おむつなんてやってられませんよ!

毎日、洗濯した真っ白の布おむつをパンパンってやって干すときに、「ああ、私は今、地球のためを思っで努力している。エゴロジードわ」と必ずその思いに浸ることにしています。

だって、紙おむつだったら「おしっこ三回分もらしません」だから一日に五、六回も取り替えればいいのに、布おむつは昼間だけでも十回近く取り替えるんだもん。それくらい思っただって、罰はあたらないうね?

●おしっこの量も二カ月目に入ってすごく多くなってきて、布おむつだったら二枚当てても気が付いたらぐっしょりになっている。

世間では「布おむつの方が良い」と言われているが、お母さんにとっては用事が増えるのだから良くない。

なにする洗濯は増えるし、おまけに濡れるとせっかく寝ててもすぐ泣いたりするんだもの。私だって紙おむつの方がだーいすき。楽やもんね。

他のお母さんがよくやっている「寝る時と外出時だけは紙おむつ」というのにして、家にいる時は「布おむつ」にした。

でもこの前、布おむつが乾いてなくて、丸一日紙おむつにしたら、山のようなゴミが出た。

すごい量だわ。

●ゴミはみんな埋めたてられるんだそうで、赤ちゃん一人で家一軒分くらい埋めたててしまえそう。

罪悪感が、便利さを取るかを繰り返して、娘が五カ月のおいま、外出時と夜のねんね以外は「毎日布おむつ」というパターンが確立されました！

赤ちゃんの肌のためとか経済的だとか、布おむつのメリットはいろいろありますが、とにかく私はこのゴミの山を見ていたら怖くなっちゃって。

これに比べたら布おむつを洗う手間ぐらいい慢できると思ったのです。

とはいえ、紙おむつの人を責めるつもりなどないし、私自身いつまで続くやら

……と思っている。もし、布おむつを使ってみようかなと思っっているお母さんがいたら、出来る時だけでも「だめもと」で挑戦してみ

て！ この子達が住む未来の地球のために、いっしょにがんばりましょう！！

●私はあまり深く考えないまま布おむつを使っています。

旦那と私のそれぞれの実家に戻った時とか、かぶれが出た時、それと夜だけは紙おむつにしていますが、

とにかくごみが出るのが嫌いで、結局ほとんど布おむつ。紙おむつは一月間に一つ買っぐらいなので、経済的にも大助かり。

それにおむつ洗って思っていたほど大変ではありませんでした。お風呂に入るときにバシャバシャと洗えばストレスも解消。

いくら布おむつを使った

からと言って、合成洗剤を使っていたら結局環境への負荷は高くなってしまおうので、この際、大人用の洗剤も全て、天然系に変えまして。赤ちゃん用の、洗濯洗剤、漂白剤、食器用の洗剤などは、刺激の少ない、環境にも優しいものが多いのです。つまり人間に優しいものは、環境にも優しいと言っことらしい。

● ○ ●

もともと布おむつの効用は、いろいろといわれています。例えば綿だと柔らかく、通気性が高いので敏感な赤ちゃんの肌に優しくて、足の関節の発達にも良い……等、布おむつのほうが

環境や健康に良いことはよく解っていても、出産後も働くお母さんが増え続ける現在、「仕事を持つ」忙しいお母さんにとって、育児にさく時間は減る一方で「そんな手間の掛かることやってられません」というのが本音ではないでしょうか。

そんな忙しいお母さん方の味方として、われわれ関西の各企業があり、それらを利用することによって、わずらわしいおむつの洗濯から開放され、何時も清潔な布おむつで、赤ちゃんを抱きしめてスキんシップを凶ってください。

## ◆布おむつアラカルト◆

さらし

昔からの定番それは布がない時代、使用しなくなった着物をほどこいて利用したからである。洗濯乾きはダントツによいが吸収性が悪く、皮膚への接面が多くかぶれる子も多い。

ドビー織り

現在、布おむつの主体はこれが多い。吸収性が高く、

布の構造により皮膚への接面が少なくかぶれにくい。肌触りも良い。

成型おむつ

すでに、おむつの形が出来ているもの。たたく手間がなく、洗濯を干すスペースも狭くてすむ。その分乾くのに時間がかかるのが難点。コストも高く、サイズを買い換える必要もある。

厚生省認可環第608号

全国ダイアパーリース協同組合連合会加盟

## 関西ダイアパーリース協同組合

〒651-0086

神戸市中央区磯上通4-1-32 ロイヤル磯上502号  
TEL (078) 242-7991 FAX (078) 242-7992

### 企業一覧

アロー商事株式会社  
株式会社 キッタ  
株式会社 京宝ベビー  
コーベベビー株式会社  
山陽ダイヤパーサーヴィス株式会社  
サンベビー株式会社  
渋谷油脂株式会社  
神医協興産株式会社  
株式会社東京洗染機械製作所  
株式会社 ニック  
株式会社長谷虎リネンサービス  
株式会社広瀬総合保険事務所  
姫路ベビーサービス  
株式会社ベビーツワン  
山基物産株式会社  
(50音順)



このパンフレットは再生紙を使用しています。