



地球を守るためにできること

地球を守るために、わたしたち
1人1人ができることはたくさんあります。

ポイ捨てを
しない

ごみがあち
こいたらひ
ろろ



ペットボトルはラベルと
キャップをはずしてリサ
イクルにだす
あきかんやビン、新聞
紙もリサイクル!

リサイクル
できる物は
リサイクルを
する



節電・節水
を心がける

部屋の電気を
つけはなしにしない

はみがきをおどき
フープをつかう
おふろのシャワーを
だしはなしにしない

物を大切に
つかう

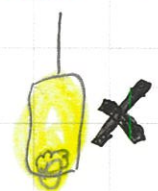


服が小さくなったら弟妹、いかにゆずる。
みじかくなったらえんぴつはコンパスに使う
キャップをつけて使う



植物を大切に
にする

かれないように水
やりをする
森をきれいに
する



小さなエコでも、みんな1人1人が協力すれば、大きな
エコになります。安心してくらせる未来をつくるために
これからも地球かんきょうを守、ていきたいです。





「身近な所からエコチャレンジ」

私は、身の回りで出来る、簡単な事からエコチャレンジを行いました。

①1つ目は、電気の節電です。

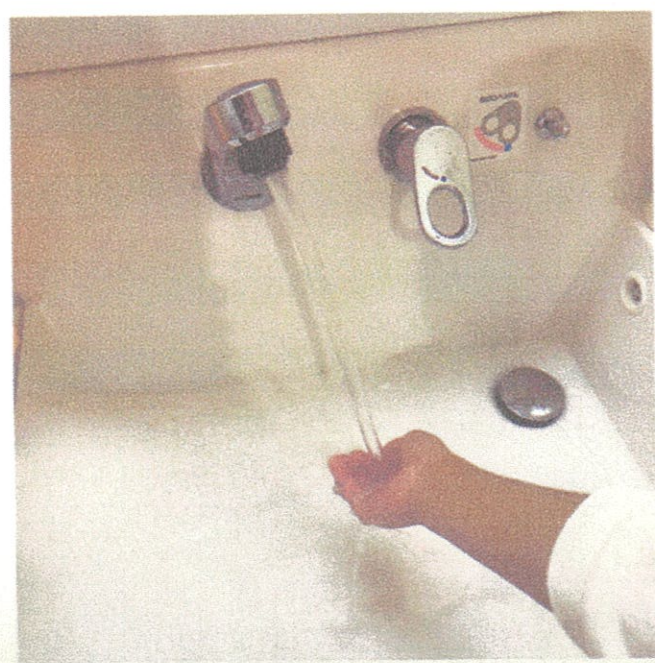


・昼間勉強するときは、部屋の電気を付けずにまどぎわの明るいところでしました。

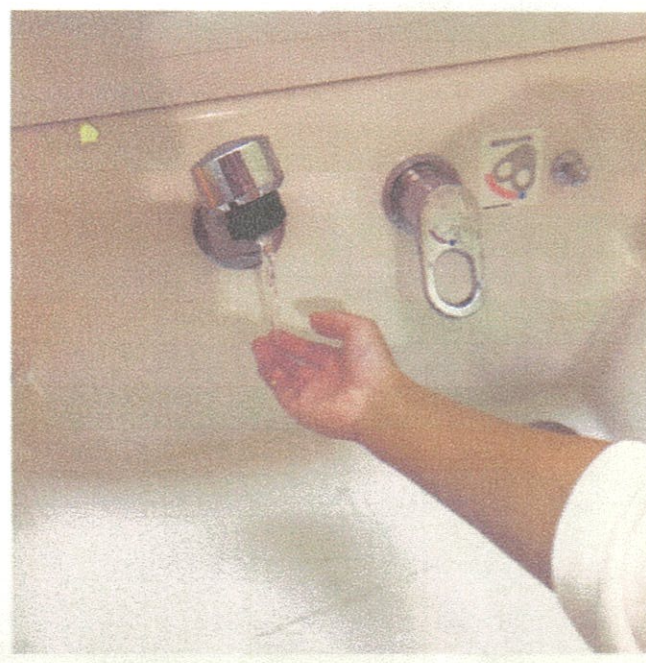
太陽のひかりをかつようすることで、電気も節電できると思いました。

・さらに、朝の早い時間に、勉強もできたので、生活リズムのいい感じにもつながります。

②2つ目は水の節水です。



通常

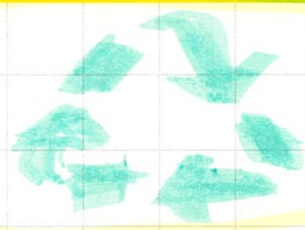


節水

・顔や手をあらうときは、すくない水で顔や手をあらいました。すくない水でも顔や手をあらえることがわかった。

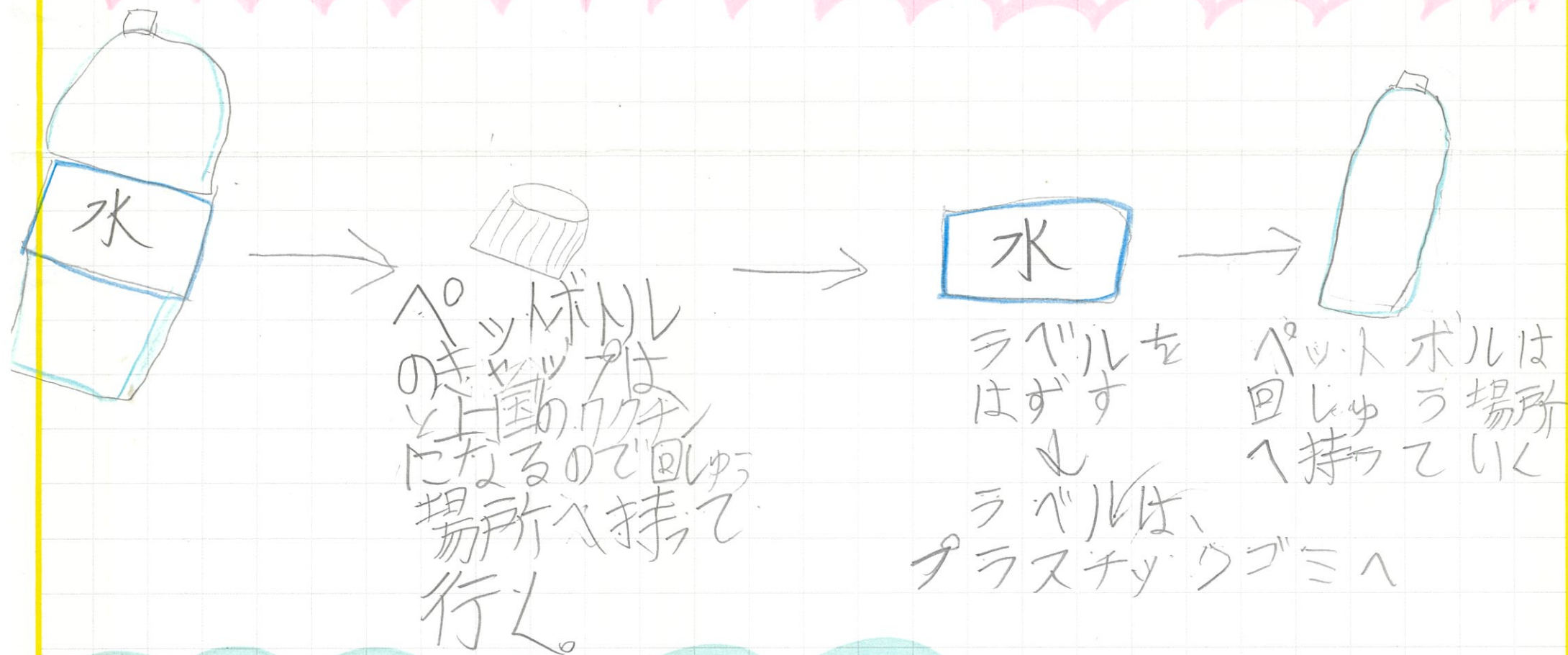


リサイクルをしよう



リサイクルとは、はいき物や
ふ用品をそのまま捨てるのでは
なく、しげんとして回しゅうさい
注し、ふたたびせい品として
利用することです。

★ペットボトルは分別して捨てる



ほかにもできること

★マイボトルを持とう

★レジ袋くろは使いまろそう

★ご飯は食べれる量で食べのこせろ



エコ活動!! ぼくが"できる"こと!!

→ 地球を守るために"できる"こと

① ゴミをポイ捨てしない。

② 紙を使いすぎない。

③ 電気を使いすぎない。

→ 電気をつけたままにしない。

④ 物を大切に使う。

⑤ 水を使いすぎない。

→ 例えば、手を洗うときやはみがきをするとき、
水を出しっぱなしにしない。

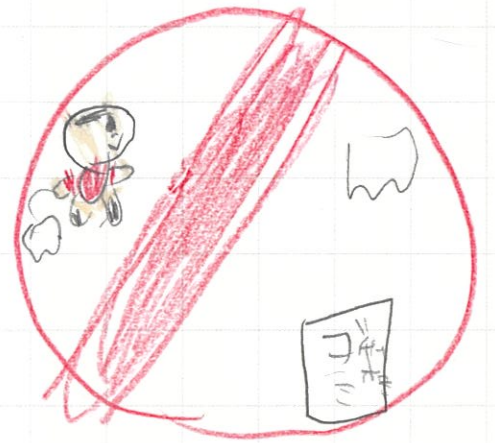
⑥ ゴミを少なくする。

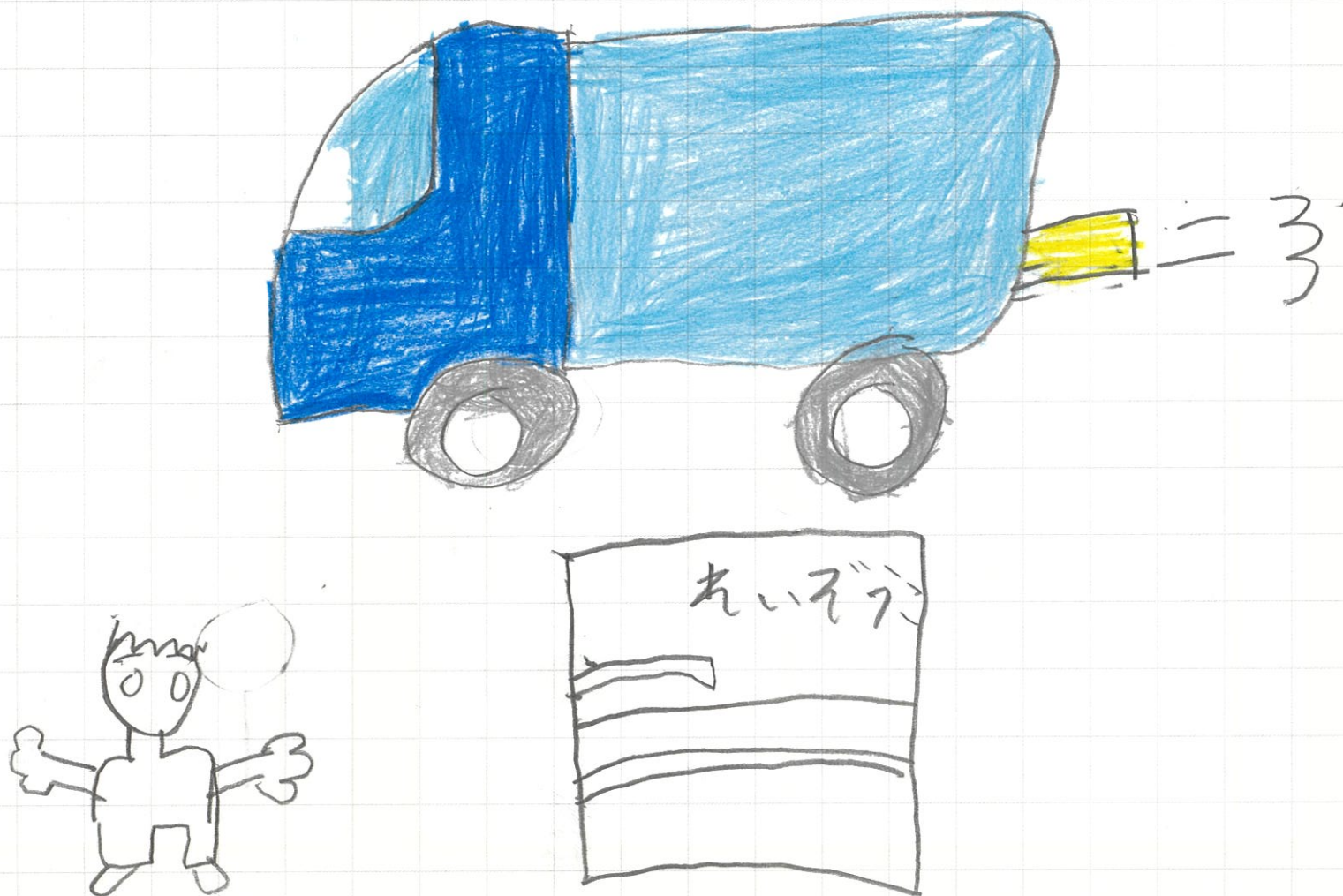
→ 食べ残しをしない。

⑦ ゴミの分別をきちんとする

→ リサイクルに持って行く。
(ペットボトルやアルミかん)

リサイクルのマークをさがそう。





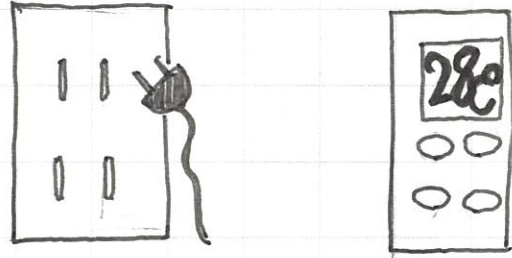
た
たくはいびんを1回目でも
受け取った。
家族がいなときは、家外に荷物
置き場とれいぞうこに入れてもらう。



ぼくの ECo チャレンジリスト

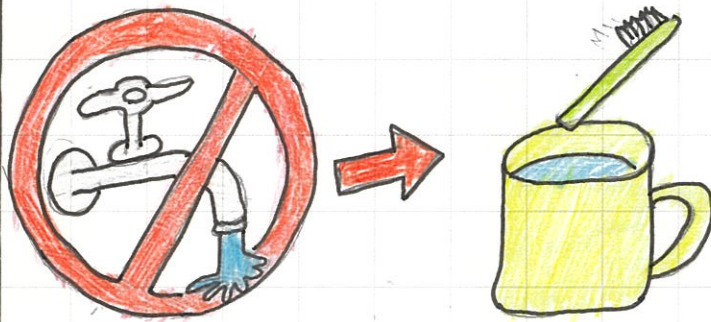


① 節電



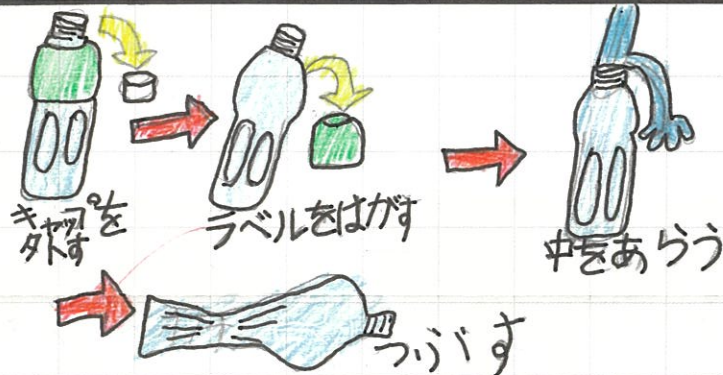
- ✓コンセントをぬく
- ✓エアコンの温度を28℃にする

② 節水



- ✓水の出しっぱなし注意
- ✓水をコップにためて歯みがき

③ ごみの分別



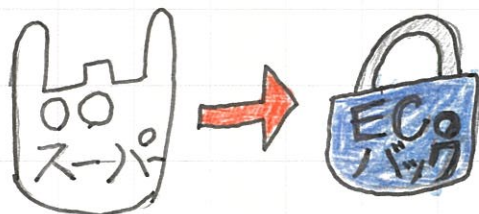
- ✓ペットボトルのラベルとキャップを外す

④ フードロス



- ✓食べのこしをしない
- ✓賞味期限をかくにんする

⑤ エコバック



- ✓レジぶくろではなくエコバックを使用する

チャレンジを終えて思ったこと
ぼくでもできるエコチャレンジがたくさんありました。
これからいろいろなエコチャレンジをしていきたいです。

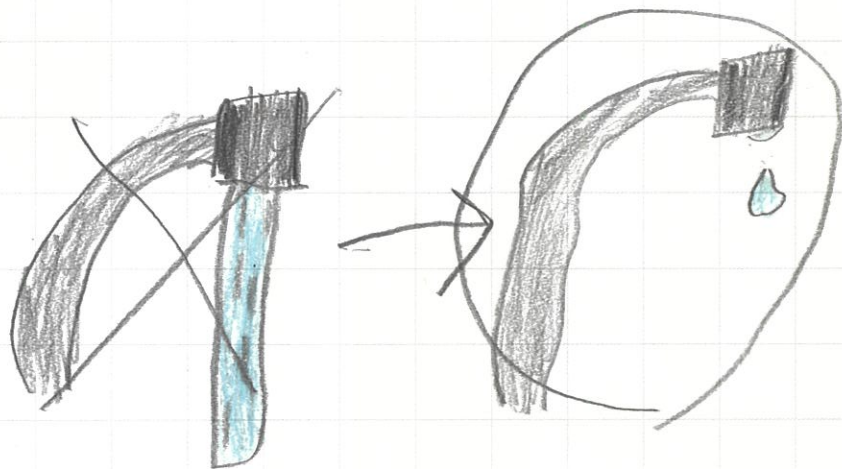


節水チャレンジ

節水について調べたら、水を出しているだけでも二酸化炭素が出ていることが分かりました。

水を使用するとき

- 手をあらう 1日やく3回×5人
- せんたく 1日1回
- おふろ 1日1回
- しゃっきをあらう 1日3回
- トイレをながす 1日やく3回
- はみがき、顔をあらう 1日2回×5



節水ポイント

- 手をあらう...こまめに水を止める。
- せんたく...おふろののり湯を使う。
- ...すすぎ1回のせんざいを使う。
- おふろ...ためるお湯の量を180L→160Lにへらした。
- 食器をあらう...水を出しっぱなしにしない。
- トイレをながす...紙を使わないときは「エコ小」を使う。
- はみがき...ゴザを使う。
- 顔をあらう...せん面器に水をためる。



結果

手をあらうときにこまめに水を止めるように気をつけるようになりました。

おふろのためるお湯の量を20Lへらせました。

考え方

この取り組みの毎日のこまめな節水が大切だと思いました。
これから節水をしたしたいと思います。



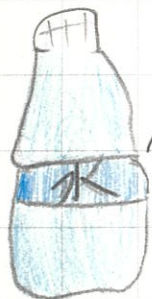
わたしにできるエコ活動

⑥夏休み中に4Rに取り組みました。まずいしょに4Rについてまとめてみました。

4Rはゴミをへらす合言葉です。

- ①リフューズ...意味、いらない物は
ことわる。
- ②リデュース...意味、ゴミが出るのを
おさえる。
- ③リユース...意味、物をすてずにくり返し
使う。
- ④リサイクル...意味、ちがう物につくり返え、
また使う。

わたしは、4Rのうちできそうなリサイクルに取り組みました。わたしがとくにリサイクルしている物はペットボトルです。ペットボトルをリサイクルしているうちに、「ペットボトルは、何に生まれかわるのだろう」とふしぎに思ったので、何に生まれかわるか調べてみました。



ペットボトルをリサイクル!!

ペットボトルは主に4つの物に生まれかわる。

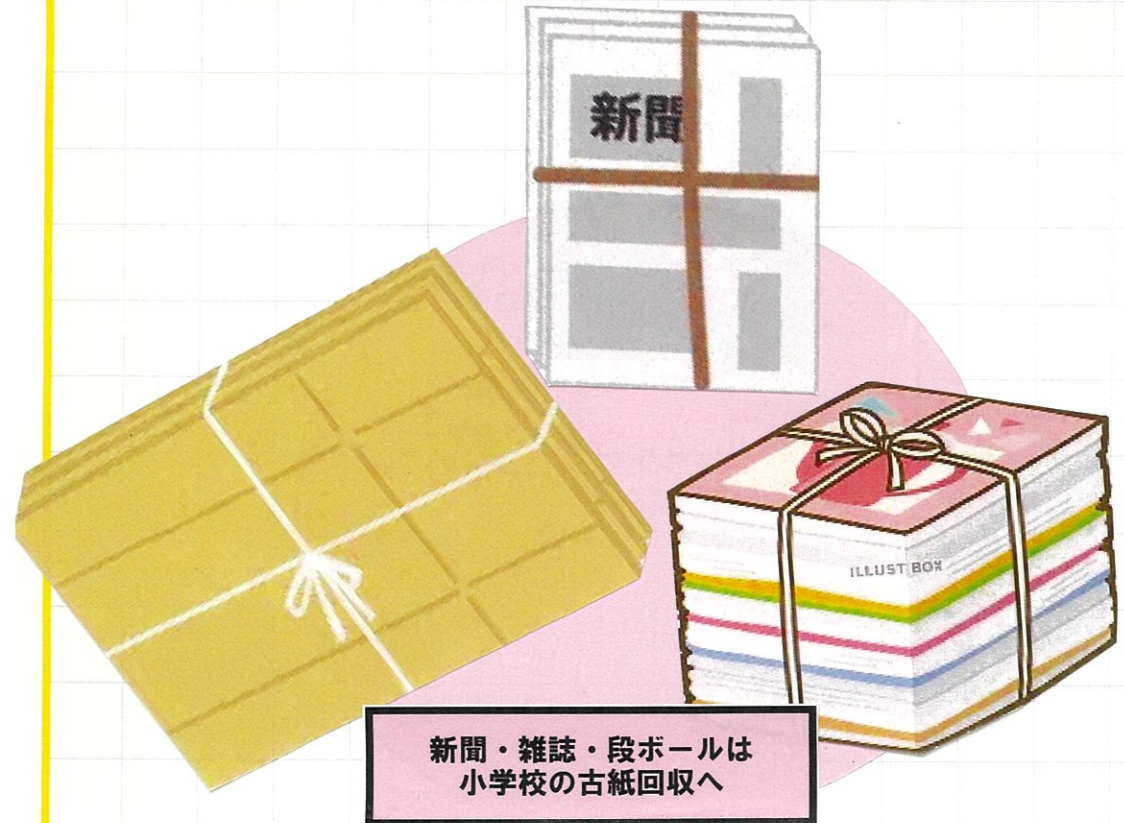
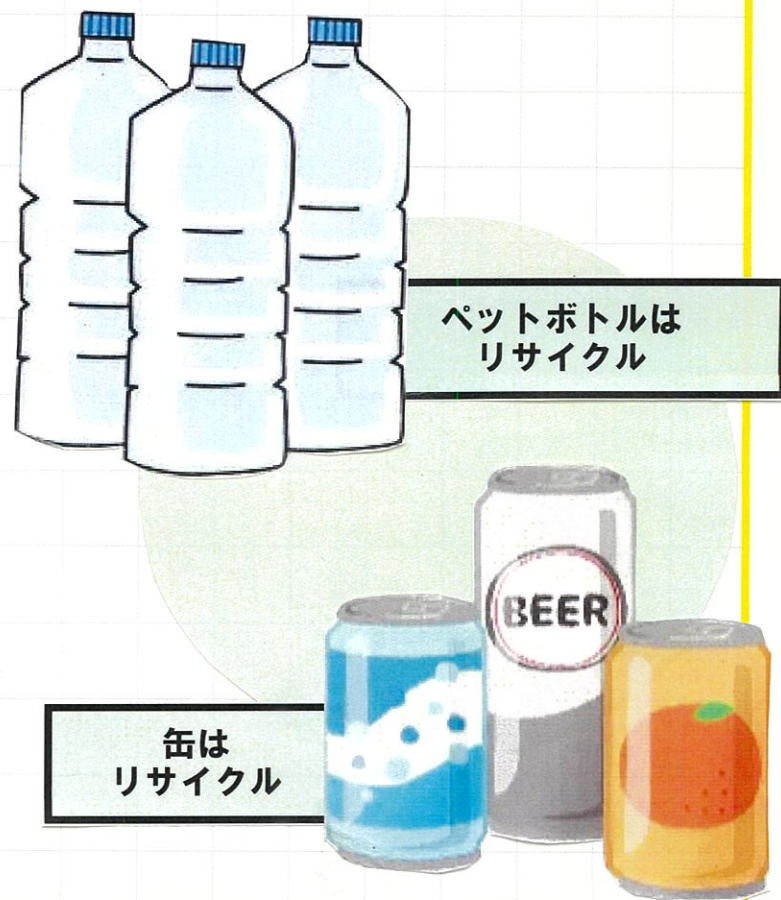
- ①シート類...卵パック
- ②ボトル類...洗剤用ボトル
- ③繊維類...衣類
- ④成形品類...はし水のフタ

⑥このようにペットボトルは、さまざまな物に生まれかわると分かりました。

まとめ この活動を通してわたしは、「や、ぱり、何かをリサイクルすると、地球のためになるんだな」と思いました。



僕がいつもしている 『エコ活動』



清流小学校へ



感想

使わない電気を消すことや、暑いときにコップを使うことも日ごろからしています。今は夏なので電灯や水に家族でシャワーは出来なかったけど取組活動によって意識を変えることが出来ました。清流小学校にアルミ缶BOXがあるのを知らなければ入れることが出来た。何に使われるのかが分かればもっと協力していきたいと思っています。



節水にちょうせん

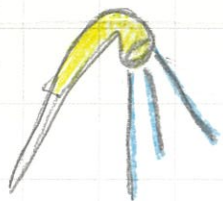
ぼくは、節水について調べました。もう暑くて雨のふらない日が続いて、ダムや池の水が少なくなっているとニュースで見ていたので、節水をテーマに考えてみました。

「おふろの時シャワーで使用する水をこまめに止める」と

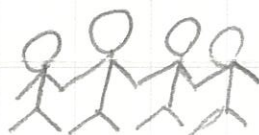
「手あらいの水をこまめに止める」

この2つに取り組みました。

まず、ぼくの家のおふろのシャワーが1分間に出る水量を調べました。それから、シャワーを止めている時間を1人2分間で計算しました。ぼくの家族は4人なので、一週間家族にもきょうりょくしてもらいました。



1分間で
 $12\text{L} \times 2\text{分}$
 $= 24\text{L}$



$24\text{L} \times 4\text{人}$
 $= 96\text{L}$

一週間で
 $96\text{L} \times 7\text{日}$
 $= 672\text{L}$

そして、手あらいの水については1回の手あらいで30秒間水を止めたとして



30秒で
 $1.4\text{L} \times 4\text{回}$
 $= 5.6\text{L}$

一週間で
 $5.6\text{L} \times 7\text{日}$
 $= 39.2\text{L}$

このようにぼくの家では、一週間で計711.2Lの節水ができました。今回節水に取り組んでみて、たまに水を止めるのをわすれてしまいがちになってたことがあって、おずかといと感じました。でも、毎日つづけて習慣づけていけば、今よりもう少し節水できると思います。



エコチャレンジ

節水をしよう

- ・歯をみがく時、コップを使う
- ・手をせっけんでは洗っている間は水を止める
- ・トイレで大・小のレバーを使い分ける
- ・食器洗いをしている時、水を出しっぱなしにしない

節電できること

- ・エアコンの設定温度を冷房は28℃、暖房は20℃に設定する
- ・使っていない部屋の電気はこまめに消す
- ・使っていないコンセントをぬく

食品ロスをなくす

- ・好ききらいせず、残さず食べる
- ・賞味期限、消費期限の近い物から食べる
- ・食べきれぬ分だけを調理する

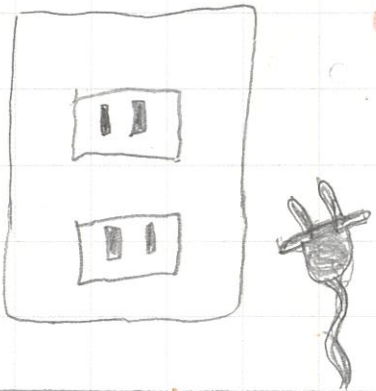
ごみをへらす

- ・ゴミは分別して捨てる
- ・つめかえを使う
- ・リサイクルできるものは指定の場所へ持っていく



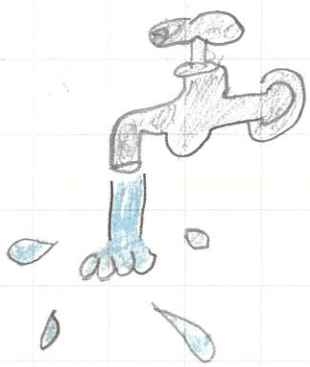
エコチャレンジ

節電



- ・使っていないコンセントをぬく。
- ・エアコンの温度を27℃にする。
- ・すずしいときはまどを開ける。
- ・見る番組がない時はテレビを消す。
- ・れいぞう庫のとびらを開け、ばなしにしない。

節水



- ・トイレで流す時大：小を使い分ける。
- ・うがいをする時コップを使う。
- ・お風呂の時シャワーを出し、ばなしにしない。

ゴミ削減



- ・食べのこしをできるだけしないようにする。
- ・買い物をする時はエコバックを使う。
- ・アルミかんやペットボトルはリサイクルにだす。

エコチャレンジ感想

- ・さいしょに自分にできる取組を調べました。
節約にもな、て地球のためにもなることがわかった。
小さなことだけど毎日続けていきたいです



使い終わった油で「廃油キャンドル」を作ろう！

ふだん、使い終わった油は吸収材を使って油をすわせてもえるゴミとして捨てています。その油をリサイクルすることはできないのかなと調べると、キャンドルを作ることができる分かりました。

作り方

・用意する物

- ・廃油
- ・油固め剤
- ・たこ糸

実際に作ってみる！

- ・小なべ
- ・空き容器
- ・ませるほう



熱いので
気をつける！



① 油を温め、油固め剤を入れてよくませる

ポイント

廃油はこして作った方がきれいに作れます。

固め剤は、決められた量でよくませます。

② 油を容器に入れる

③ たこ糸を容器にたらし、わりはしで固定する

④ そのまま固まるまで待つ
できあがり



ポイント

けすったワレヨンで色がつけられます。(ラメやスパンコールを入れてもきれいです)

たこ糸のかわりにティッシュでもしんが作れます。





「廃油キャンドル」でキャンドルナイト

キャンドルナイトとは、電気による照明を消して、キャンドルの灯りで過ごすことです。今回、作った廃油キャンドルを使って、キャンドルナイトをしました。

20時～22時まで「キャンドルの灯りで」すしてみたい

- ・いつもなら2か所つけている電気を消して、ろうそくを3こつけました。
- ・ろうそくの灯りは思ったより明るくてカードゲームをすることもできました。
- ・極力、電子機器を使わず、すごしました。タブレットやテレビを見ずにゆっくりすごすことができました。



二酸化炭素をどれくらいへらせたのか調べる

部屋の照明を1つ消すと二酸化炭素が4gへらせる

↓

部屋の照明を2つ消すと、 $4g \times 2時間 = 8g$

$8g \times 2つの照明 = 16g$ 16gへらせる

テレビを見る時間を1時間へらすと、18gへらせる

↓

テレビを見る時間を2時間へらすと、 $18g \times 2時間 = 36g$

36gへらせる

合計で $36 + 16 = 52$ 、52g二酸化炭素がへらせる！

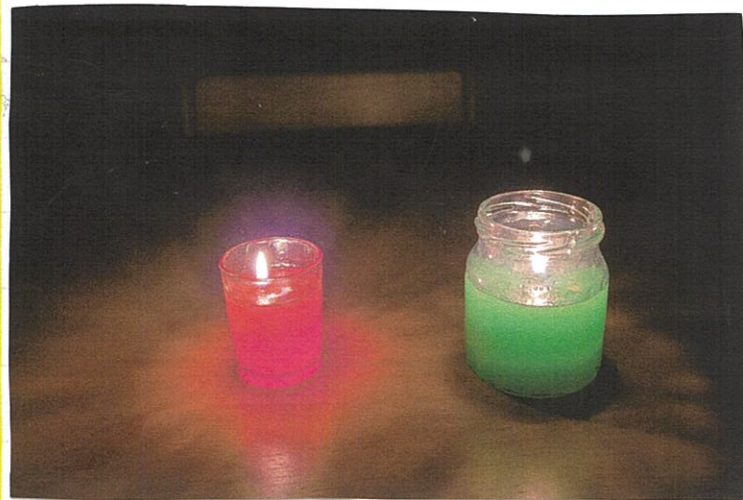
印南町の家全体が2時間キャンドルナイトをすると...

$8g \times 3391世帯 = 27128g$

27128gの二酸化炭素がへらせる！

まとめ

キャンドルナイトをして、部屋の照明を消したり、電子機器を使う時間をへらしたりすることで、52gもの二酸化炭素がへらせると分かりました。料理に使った廃油で作れて、無駄にならないと思いました。キャンドルは明るく灯がつく時間が長いので、台風で停電したときや、災害の時でも使えるなと思いました。このようなエコ活動をもっと続けていきたいと思いました。



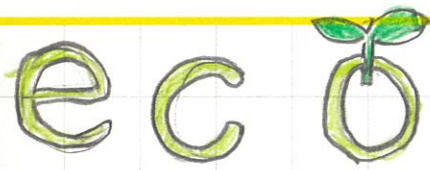


木々のエコチャレンジ

節電、節水

ゴミの分別、
リサイクル、食べ残さない。
エコバッグなどです。

木々がチャレンジしたこととは、
テレビを見る時間を減らした
シャワーの時間を減らしたり買い
物でエコバッグを使用したりする
ことです。

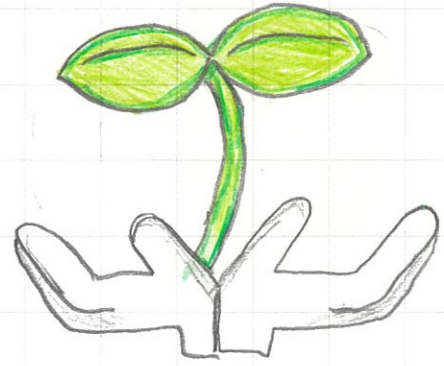


チャレンジ

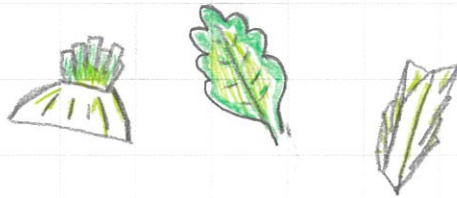
みんながいつも食べている物について

1. 取り組みについて

いつも食べている食べ物を作っている中で、いろいろなゴミ、「葉」「へた」という物が多くあります。その残った物で何か出来る取り組みは無いかないかと思いました。そこで、料理で何か出来る事は無いか調べてみることにしました。



2. 調べる



調べてみると、葉・芯・軸といろいろな残った物で料理が作れるということが分かりました。

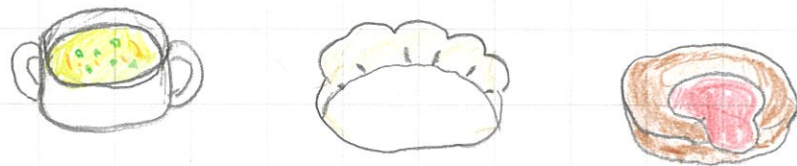
このちょっとしたことをしてみると、食品ロスがなくなる1つの大切なことになると思います。

3. 調べて分かったこと

調べて分かった料理は

(大根の葉)を使った、菜飯・じゃこ炒め・浅漬めや、(キャベツの外葉や芯)を使った、スープ・きんぴら・ハンバーグ(しいたけの軸)を使った、スープ・ギョーザ・つくだ煮
いろいろな料理ができることが分かりました。

4. まとめ



調べてみると、いろいろなことで、食品ロスがなくなるということが分かりました。ふだん食べていない、皮・葉・へた・軸・芯をもっと大切に料理を作りたいという気持ちが大きくなりました。

今度もし、食品ロスをしているところがあれば、料理してみたいです。



ソーラークッカーで 脱炭素

1/4ページ

★動機

ガスや電気を使わず、太陽の力で料理するソーラークッキングは、脱炭素になると思いました。インターネットで調べたら自分でもソーラークッカーを作れることがわかりました。

★ソーラークッカーを作る (7月24日)

色々な形があったけれど、一番強そうだったので、「テルケス型」ソーラークッカーにしました。

材料 段ボール、アルミはく、両面テープ、布テープ
他に用意したもの ダッチオーブン (内径11.5 cm)、ポリ袋 (風よけ・保温)、温度計

・段ボールを切って、アルミはくをはって、部品を作った。
25 cm × 37.5 cm の長方形4枚、長方形の半分の直角三角形4枚、
1辺25 cm の正方形2枚、1辺22.5 cm の正方形2枚

★組み立て・試運転・改良 (7月25日・26日)

- ・太陽に合わせて、ソーラークッカーを動かす練習をした。
- ・形がつぶれるので、外側に針金をまいた。
- ・ポリ袋が熱でとけたので、なべしきを作った。

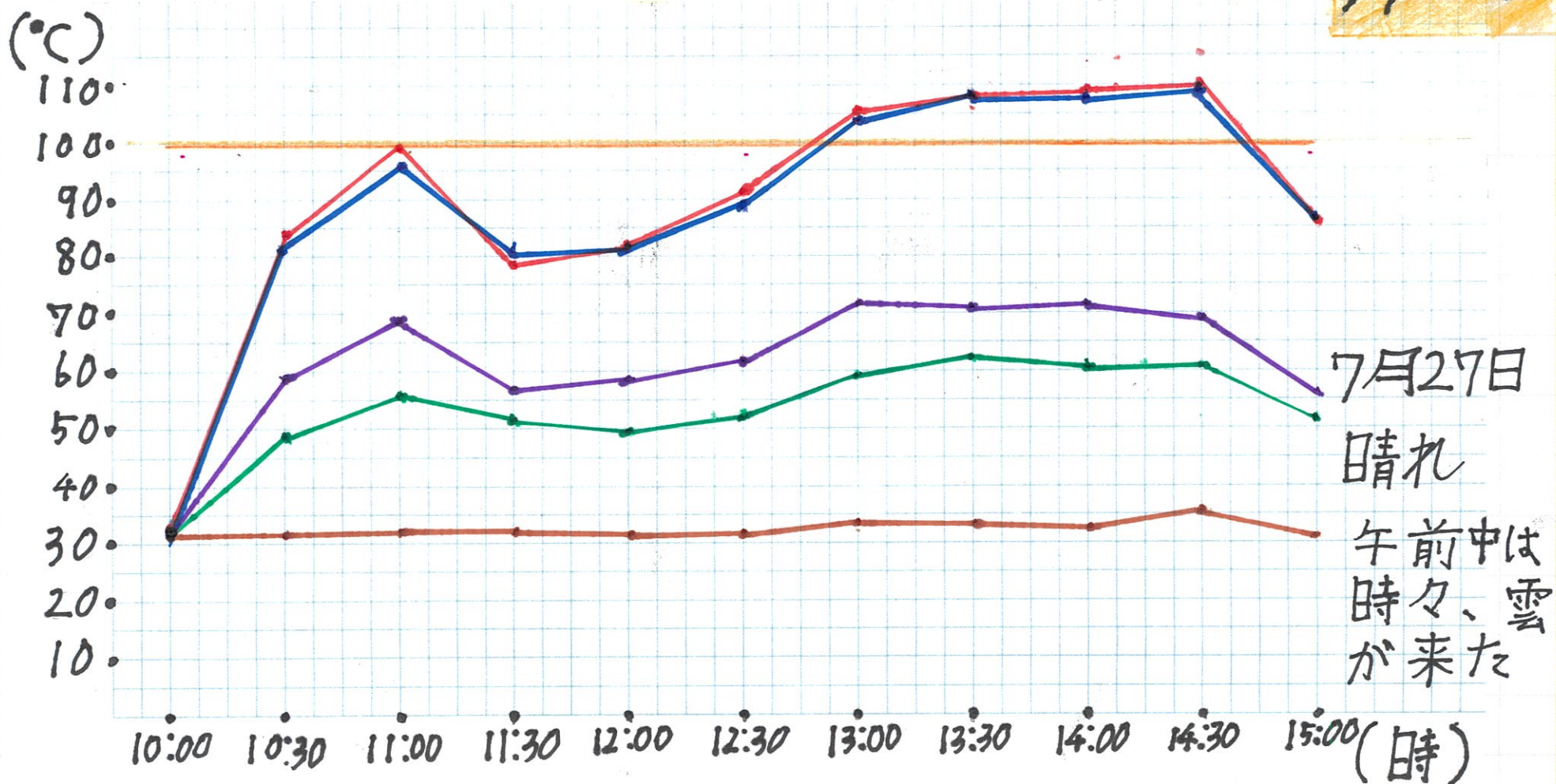


実験① ダッチオーブンの温度をはかる (7月27日 晴れ)

空のダッチオーブンで、「ソーラークッカー使用」と、「ソーラークッカー不使用」で、温度を比べた。2ページに続く→



10分に1回くらいソーラークッカーの角度を調整した。2/4ページ



	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00
気温	32℃	32℃	33.5℃	32.5℃	32℃	33℃	34.5℃	34.5℃	34℃	36℃	32℃
使用・フタ	33.8℃	84.8℃	99.0℃	78.8℃	82.7℃	90.5℃	105.8℃	107.4℃	109.4℃	110.0℃	85.8℃
使用・底	32.6℃	81.8℃	95.5℃	80.5℃	81.0℃	87.1℃	104.8℃	108.4℃	107.4℃	109.7℃	86.0℃
不使用・フタ	33.8℃	58.4℃	67.1℃	56.8℃	58.8℃	61.3℃	71.7℃	70.7℃	71.0℃	69.2℃	55.6℃
不使用・底	32.6℃	48.1℃	55.6℃	52.7℃	49.2℃	52.1℃	59.6℃	61.8℃	61.1℃	61.3℃	52.9℃

「クッカー使用」フタの上
「クッカー不使用」フタの上

「クッカー使用」中の底
「クッカー不使用」中の底



実験① 左右
クッカー使用
クッカー不使用

実験② ホットケーキ
3ページに続く→



☆ソーラークッカーで調理 ダッチオーブン使用

3/4ページ

実験②ホットケーキ (7月28日 晴れ)

ホットケーキミックスを使って、1枚分の材料を入れた。ふっ
うに焼くより、フワフワでおいしかった。

実験③焼きいも (7月30日 晴れ)

サツマイモをアルミはくで包んだ。いつもより、甘くなった。

実験④目玉焼き (8月1日 晴れ)

目玉焼きがこげて茶色くなった。ぶちと底もこげた。

実験⑤ゆで卵 (8月2日 晴れ)

水300ml入れた。黄身も白身もきちんと固まった。

	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	調理時間
ホットケーキ			29.6℃ 34℃	83.8℃ 34℃	95.2℃ 33.5℃	94.1℃ 34℃		1時間30分
焼きいも		32.1℃ 34℃	81.3℃ 34℃	87.1℃ 34.5℃	95.0℃ 34.5℃	99.6℃ 33.5℃	99.6℃ 33.5℃	3時間
目玉焼き			33.0℃ 35℃	91.8℃ 35℃	99.4℃ 35.5℃	100.6℃ 36℃		1時間30分
ゆで卵	29.6℃ 35℃	61.0℃ 35.5℃	77.5℃ 35.5℃	87.4℃ 36℃	93.7℃ 36.5℃			2時間

気温

ダッチオーブンの外側の下のほうの温度 (食材を入れていて、
中の温度を計れない)



実験④目玉
焼き

こげた

実験③焼きいも

4ページに続く→



☆わかったこと

- ・雲や風で、温度がすぐ下がった。
- ・実験①でソーラークッカーを使用したほうは、ダッチオーブンのフタの上も、中の底も、同じ動きで温度が上がった。
- ・最高でフタの上は 110°C 以上、中の底は 109.7°C になった。
- ・出来上がり時間がわかりにくいけれど、ポリ袋に水てきがついてきたら中が熱くなっていることがわかった。
- ・少し角度がちがうと、温度がすぐ下がった。ちょうど合った角度にするのがむずかしかった。

☆まとめ

本当にソーラークッカーで料理できることがわかりました。アフリカのケニアでは、薪が不足しているので、森林を守るためにソーラークッカーを広めようとしているそうです。インドでも、たくさんソーラークッカーが使われているそうです。日本でも、料理の下ごしらえをソーラークッカーでして、ガスや電気をたくさん使わないようにしている人がいることがわかりました。

ソーラークッカーは、脱炭素になっていると思います。次は、「パネル型」で、もっと大きなソーラークッカーを作って料理してみようと思います。

参考にしたインターネットサイト

日本アルミニウム協会

<https://www.aluminum.or.jp>

足利大学中條研究室

<https://www2.dshitech.ac.jp/mech/nakajo/>



実験①の最高温度

上 フタの上

110°C 以上

(温度計が 110°C まで)

下 中の底

109.7°C

実験⑤ゆで卵





地球環境をよくする



CO2
12g
1日

電気を消す



CO2
10g
1時間

エアコンの温度を28℃



CO2
10g
1日

電源を消す

1日10分



CO2
20g
1日

使わないときは
コンセントをぬく



CO2
21g
1日

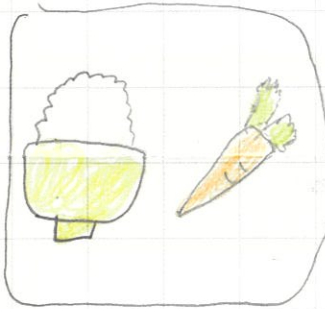
ぬくときは
必ず電気を消す



CO2
16g
1日

他の用事を終るときは
テレビを消した

1日30分



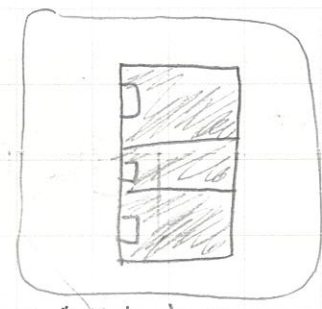
CO2
8g
1日

ごはんやおかずを
残さず食べた



CO2
3g
1日

水を出しっぱなしに
しない



CO2
3g
1日

冷蔵庫の扉は
すぐしめた

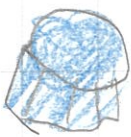
ペットボトル
キャップ



10円

430個

CO2
-3150g



20円

860個



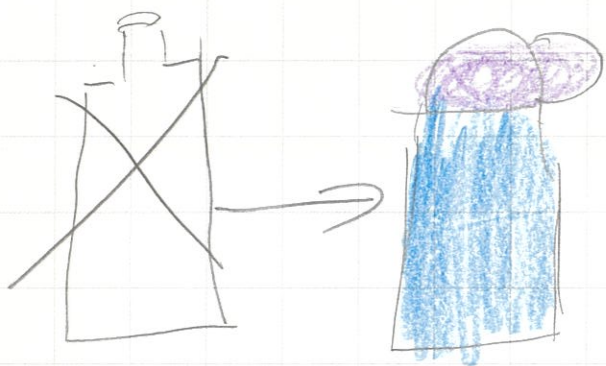
この六つの活動
をおこなったら
も地球環境がよ
くなることを知りました。



エコ生活

節水・節電・ゴミ削減についで家で話し合い、何ができるか考えました。今まで気づいていなかった事がたくさんありました。エコチャレンジをきっかけに、家族みんながエコ生活をがんばりました。お風呂の水をすてずに花の水やりに使ったり、ティッシュのおた使いをしないうちにみんなが気づいたり、ペットボトルの飲み物をできるだけ買わずに、水筒を持っていこうとするなどくらしをしました。これからもエコ生活を続けていきたいと思います。

お風呂

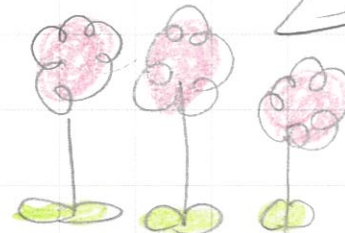


ペットボトル あいとう

ペットボトルを使かわずにあいとうを使えばゴミをへらす!!

捨てる

お風呂の水は
捨てるずに花の水
やりにする!!



せんたくき



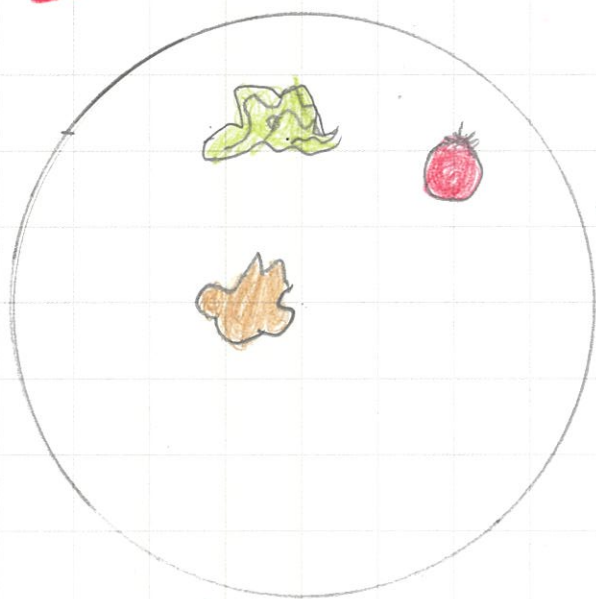
せんたくにもつかえる。



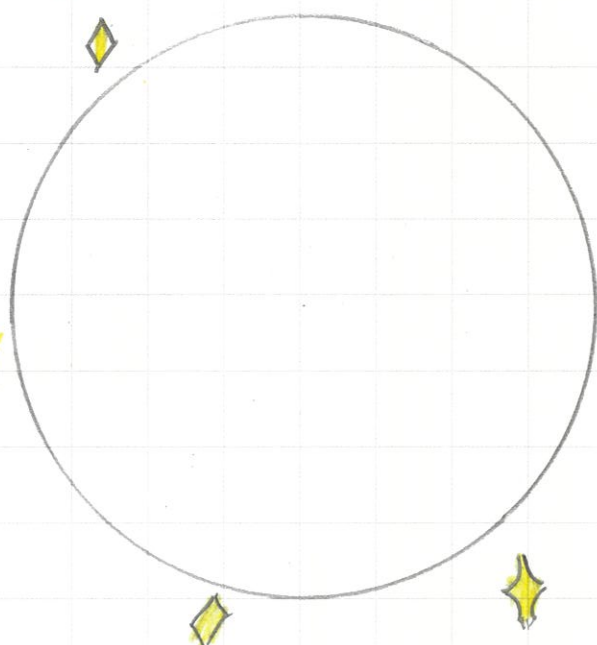


ゴミ削減!!

食べ残しダメ



エコ
食べ残し



NO!

OK!

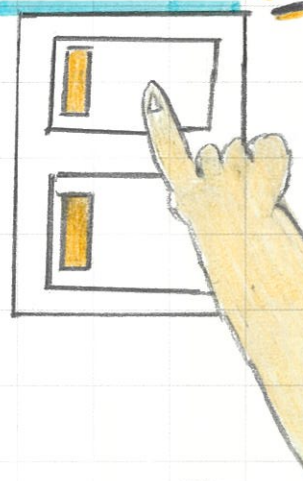
食べ残しがないと、エコになり
たり気持ちがいいなったり、料理を
作ってくれた人も気持ちがいいなる
のでエコは大切だと思いました。
エコをしてエコは笑顔が増える
行動だと思います。みなさんもぜひ
エコを試してみてください。



私の家族がしているエコ活動

① こまめに電気を消す事

私達の家族は、毎日こまめに電気を消すようにしています。他にも使っていない電化製品のコンセントをぬいたりしています。また、夜は早く寝るようにしてむだな電気を使わないようにしています。



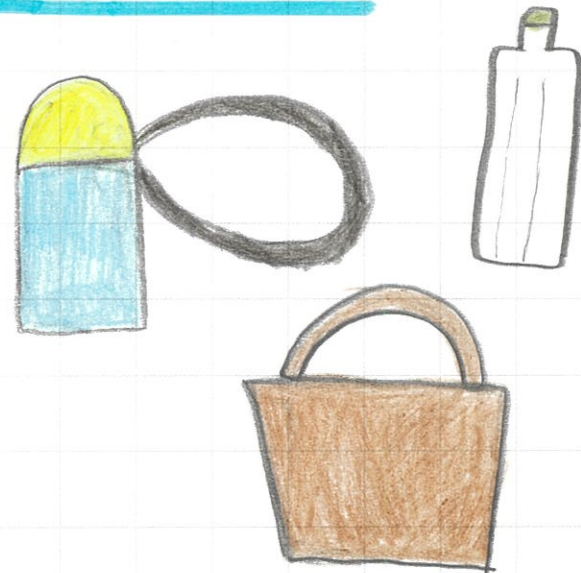
② 食べるエコ

家族が畑で野菜を育てているので、買わずにいつでも食べる事ができ、買い物に行く回数も減り、包装ぶくろのゴミのさく減になりました。食材を余らす事なくありがたく食べる事ができました。



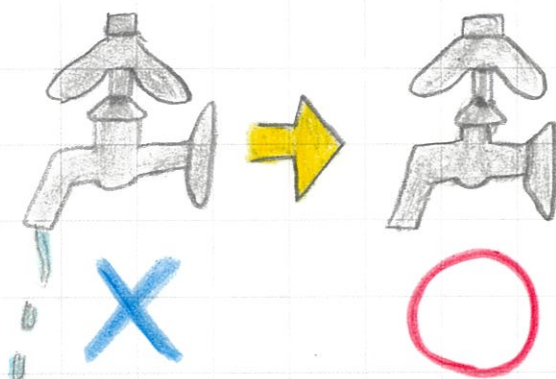
③ 小さな事からコツコツと

私達は出かける時、水とうにお茶を入れて持って行きます。そうすることでペットボトルのゴミがさく減出来ます。買い物に行く時は、一週間分をまとめて買います。むだなガソリンを減らしたり、むだな物を買わないようになりました。エコバッグを持って行くようにしています。



④ こまめな節水

入浴の時や、手洗いの時にこまめに水をとめるように心がけています。お米のとぎ汁を、ゆかふきに使ったり、野菜の土や、花だんに水やりをしています。



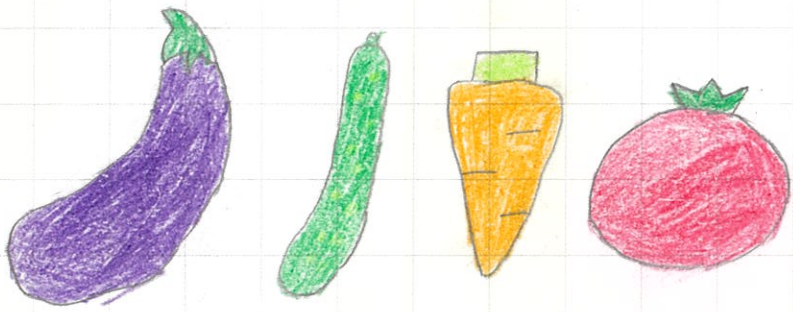


地球温暖化の影響

原因

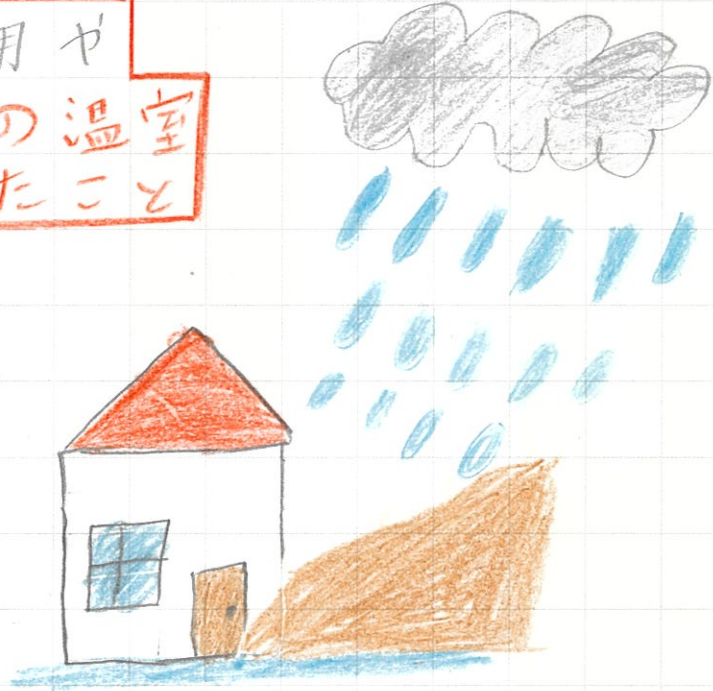
人間活動による化石燃料の使用や森林の減少などにより、大気中の温室効果がス(ち)の2(に)などが増えすぎたことが、地球温暖化の主な原因と考えられています。

私たちの生活への影響は？



農水産物・生態系への影響

お米や農産物の生育不良や品質の低下をもたらしています。マラリアやデング熱などの熱毒性の伝染病をもたらす蚊の生息域が拡大しています。



自然災害の増加

豪雨の頻度や台風の巨大化による洪水被害・土砂災害が増加しています。将来的には、夏季の降水量や豪の増加や、洪水リスクがさらに高まると予測されています。



猛暑・酷暑日の増加



海面水位・水温の上昇

熱中症(熱ストレス)により七くなる人や救急搬送車が増加しています。

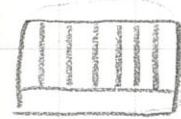
南極の氷や高い山などにある氷河などが減少し、海面の上昇による低い土壌への影響が心配されています。

まとめ 地球温暖化対策

- ① 家庭で節電する。
- ② 徒歩や自転車で移動する。
- ③ 野菜をもっと多く食べる。



ペットボトルキャップの 分別について



夏休みにボランティアで
ペットボトルキャップを洗う

お手伝いに行きました。

ペットボトルキャップは、リサイクルをして
1kg 10円(430個)です。

7クチンになります。7クチンは、1人分
20円なので2kg(860個)になります。

ペットボトルキャップで子どもたちの命が助
かります。

これからもボランティアに参加していき
たいです。



ゴミを捨てる前にチェックしてみよう。

リサイクルマーク

マーク	マークの名前	マークの意味	ついている物
	プラスチック容器包装の 分別収集時の 識別表示マーク	容器や包装がプラスチックで できていることを表すマーク	お水の袋
	スチール缶 識別表示マーク	スチールでできている缶に ついているマーク アルミ缶と区別するためについてる	缶コーヒー 缶づめなど
	アルミ缶 識別表示マーク	アルミニウムでできている缶に ついているマーク スチール缶と区別するためについている。	炭酸飲料 ビールなど
	PETボトル 識別表示マーク	容器がペットボトルでできている ことを表している。	飲み物など
	紙パック 識別表示マーク	リサイクルできる飲料用紙 パックにつけられるマーク 洗って開いて乾かしてリサイクルを	牛乳パックなど
	紙製容器包装 識別表示マーク	容器や包装が紙で できていることを表すマーク	包装紙など
	ダンボールの リサイクルマーク	リサイクルできるダンボールで あることを表している世界共通の マーク	ダンボール



エコですずしいエアコンの 使い方

私は、夏をすずしく、エコに乗り切るために、エコなエアコンの使い方を4つ調べました。

1. 設定温度

冷ぼうの設定温度は、28度が最適だそうです。冷ぼうは、1度設定温度を上げると、10%の電力を節約することが出来ます。

2. 準備

エアコンをつける前の部屋が、外よりも暑と感じたら、エアコンをつける前に、窓を開けて、空気を入れかえるとよいそうです。

3. 風向き

冷たい空気は、下に降りるので、風向きを上に向けるとよい。

4. メンテナンス

フィルターがよごれていると、たくさんの電力も使うので、月に1回2回のそうじをすると、使う電力が少なくなります。

このことを使うと、エコに夏をすずしく乗り切ることができると思います。

