

9月のエコ



食欲の秋はエコクッキングで
CO2ダイエットに励みましょう。

●冷蔵庫の詰め込み過ぎは禁物！

(詰め込んだ場合との比較)



	【CO2 削減】	【 ¥ 節約】
食材を整理して半分	約 18.0 kg/年	約 960 円/年

●ポットやジャーの保温を . . .



	【CO2 削減】	【 ¥ 節約】
止める	約 34.0 kg/年	約 1,900 円/年

●ガスコンロの炎は鍋の大きさに合わせて！



(水温 20℃ の水道水 1ℓ を 1 日 3 回 沸騰させた場合)

	【CO2 削減】	【 ¥ 節約】
鍋底から炎がはみ出さないように 強火→中火	約 5.5 kg/年	約 360 円/年

●エコクッキングに挑戦しよう！



野菜の皮や芯をきんぴらにしたり、お茶がらでクッキーを作ったり、食材を使い切る工夫をしましょう。

●いよいよ台風シーズン到来です！

各地の異常気象、災害への関心を高めましょう。

