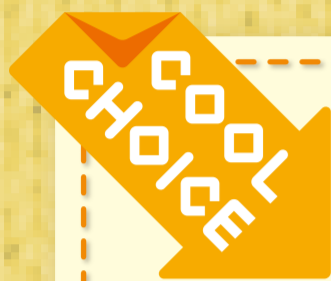


# WARMBIZ

室温20度で快適に暖かく過ごすために様々な工夫が行われてきたウォームビズ。  
冬の節電は、夏の対策よりも省エネ効果やCO<sub>2</sub>排出量の削減効果が高いといわれています。  
家・職場・通勤・旅…といった、ライフスタイルに関わるあらゆるシーンで、  
ウォームビズをみんなでいっしょに始めませんか？



## 衣

### ぽかぽかアイテムをCHOICE!

#### 追加アイテム

ストールやひざ掛けなどの「追加アイテム」で、  
3つの首(首、手首、足首)を暖かく。

#### 機能素材のウェア

蓄熱保湿、吸収発熱などの機能素材の  
インナーや靴下で暖かさをアップ。

#### 化粧品を上手に

血流効果や保湿効果など化粧品の機能を上手に使おう。



## 食

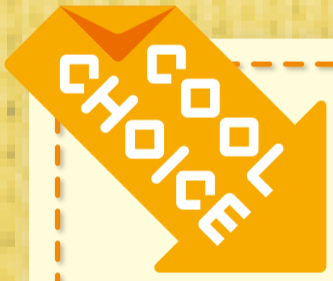
### ぽかぽかメニューをプラスCHOICE!

#### あたたかい鍋

みんなで鍋を食べて、  
暖房を使わずに体も室内も  
ポッカポカ。

#### オフィスであったか飲料

生姜などを使った温かい飲み物で、  
体の中から温まろう。



## 住

### 家であったかグッズをCHOICE!

#### あったか生活雑貨

遮熱効果のあるカーテンやインテリア、  
電気を使わずに手足を暖めるカイロも  
おすすめ。

#### 節約アイデア

ちょっとしたことでまだまだ節約できる、  
効率的な電気・ガスの使い方を学ぼう。



## 楽

### あったかアクションをプラスCHOICE!

#### 健康・スポーツ

オフィスや家庭で気軽にできる  
体操や運動で、血行を良くして  
冷えを改善。

#### オフィス内移動

オフィス内の移動も、エレベーターを  
使わずに2アップ3ダウン。



期間

令和4年 **12** 月 **1** 日(木) ~ 令和5年 **2** 月 **28** 日(火)



2050年脱炭素に向けて  
身近なことから  
取り組んでみよう!!



推奨  
室内温度  
**20°C**