

COOL
CHOICE

WARM BIZ

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CO₂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？

COOL
CHOICE

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

蓄熱保温、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う。



COOL
CHOICE

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。



COOL
CHOICE

住

家であっかグッズをCHOICE!

あっか生活雑貨

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。



COOL
CHOICE

楽

あっ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。



しものせき ウォームビズ



2025 12.1 月 ▶ 2026 2.28 土



環境政策課
(☎252-7115)