

# 住のポイント

## 暖の工夫

◆ 湯たんぽが見直されています。



ほんのりとした幸せも加味されて温かいと請け合い!  
ポットの中に残ったお湯も活用すれば「一石二鳥」。

◆ 綿入水丹前のお出札



半ズンを長にしたような綿を入れた広袖のせき  
大きめの着物。この後ろ前を逆にして布団のように  
かけると、肩から冷たい空気が入るのを防ぐ。

## 自分ができること



車のアイドリングストップ  
急発進急ブレーキを控える

おススメは「ひたすら歩く」  
体の中から温まり、健康のため  
にもよい。「むざ・腰」の筋力  
アップにも心がけよう(^-^)



## 待機電力の節約

コンセントをこまめに抜く  
無駄な照明を消す  
情生でつけっぱなしのTVを消す



最近では  
電気ポットから  
魔法びんへの  
回帰も始まっ  
ているそうです