

# ながさきデコ活<sup>かつ</sup> やってみよう! ゼロカーボン アクション12

地球温暖化を防止し、脱炭素・資源循環型ライフスタイルへの転換を進めるため、私たちが今すぐ取り組める環境にやさしい行動「ながさきデコ活 ゼロカーボンアクション12」をこれから毎月紹介していきます。是非チェックして実践してみてくださいね。

9月の  
テーマ

『サステナブルなファッションを！』

～クールビズ&ウォームビズは当たり前～  
着るコト上手はエコ上手

クールビズ



涼しい素材を選んだら  
暑い夏でもさらに快適！

ウォームビズ



重ね着は素材の組合せ  
であったか効果が倍増！

長く大切に



デザイン良し！  
素材良し！  
なら長く着られます！

ながさき環境県民会議・長崎県地域環境課

TEL：095-895-2512 長崎県 ゼロカーボンアクション12

検索



デコ活  
くらしの中のエコろがけ

## ■ながさきデコ活 ゼロカーボンアクション12ってなに？

地球温暖化を防止し、脱炭素・資源循環型ライフスタイルへの転換を進めるための、環境にやさしい行動「ながさきデコ活 ゼロカーボンアクション12」  
今すぐ取り組めるアクションをこれから毎月紹介していきますので、ぜひ実践してみてくださいね。

### ～クールビス～

風通しが良く涼しい夏向けの素材にもこだわって、天然素材の服を選びましょう。

○夏向けの代表素材 「リネン（麻）」「オーガニックコットン（綿）」

- ・リネン（麻）は植物の茎で作られる素材。繊維の中が空洞になっており、丈夫な素材で長く着続けられます
- ・「オーガニックコットン（綿）」はコットンに比べて製造時の水消費が大幅に少ない環境にやさしい素材です

○服の作られ方にも目を向けよう！

CO2排出量の45%以上が原材料調達によるものです。

オーガニックコットンなどのサステナブルな素材を選ぶことで環境負荷を削減できます。

### ～ウォームビス～

冬を暖かく過ごすための着こなしのポイントは「重ね着」です。重ね着をすると、服と服の間に空気の層（そう）ができるので、より暖かく保たれます。

○重ね着のポイント 1枚目 インナーは吸湿性のすぐれたものを着ましょう

2枚目 シャツやブラウスはゆったりめで空気の層を作りましょう

3枚目 カーディガンやセーターはふんわり繊維で保温効果を保ちましょう

4枚目 コートやジャケットで風通しをシャットアウトしましょう

さらに！三つの首（首・手首・足首）を温めたら体はポカポカです。

お部屋でも上手に「重ね着」をしたら、寒い季節でも暖房器具の設定温度を下げ、電気代もお得になりますよ。二酸化炭素の排出量も削減できて一石二鳥！

### ～長く大切に～

一着を長く着るために品質を重視し、組合せがしやすいデザインの服など価格に見合う価値ある商品を購入しましょう。

素材に適したお手入れや、洗濯を心掛け長く着られるようにしましょう。