



しぞーかの冬をあたたかく過ごそう！

2017年3月15日発行



ウォームビズ通信 平成28年度 vol.4

★静岡市風力発電「風電君」



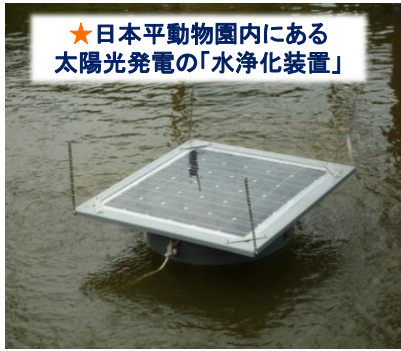
★メガソーラーしみず



★日本平動物園(ロッキー・パニラ)



★日本平動物園内にある太陽光発電の「水浄化装置」



春の訪れを少しずつ感じるこの季節。日中暖かな日も増えてきました。が、天気の良い日には、『静岡市次世代エネルギーパーク』に出かけてみませんか？家族や友人と一緒に出かければ、暖房の使用を減らせるとともに太陽を適度に浴びること、ビタミンDが生成され、体の健康にもつながります。

楽しく遊べて、市内観光もできる『静岡市次世代エネルギーパーク』周遊コースをご紹介します！

さあ、静岡市次世代エネルギーパークへ出かけよう！

☆印が次世代エネルギーパーク構成施設



静岡市

発行：環境創造課 協力：農業政策課 JA静岡市



未来のために、いま選ぼう。

暖房いらず！毛布の掛け方も“COOL CHOICE”

「毛布」の位置をどこにするかによって、暖かさの度合いは、大きく変わります。寒さが厳しい夜には、下のランキングにある、1位の掛け方が特にオススメです。今後少しずつ暖かくなってきたら、2位や3位の掛け方に変えて、自分の好みの暖かさに調整することも可能です。

掛け方別の暖かさランキング

- 1位 敷布団の上に毛布を敷いて、その上に寝る。
- 2位 体の上に掛布団、その上に毛布を掛ける。
- 3位 体の上に直接毛布をかけて、その上に掛布団をかける。



出展：ねむりラボ

地産地消でSTOP温暖化！第4弾

久能産の「葉しょうが」を食べて体ぽっかぽか！

カリッとして、みずみずしい食感が特徴の「葉しょうが」。特に静岡市久能地区では、他の産地に先駆けて3月初旬に出荷が始まることから「早出しの産地」として有名です。



写真提供：JA静岡市

【葉しょうがの効果】

葉しょうがには、ジンゲロールという辛味成分が含まれているため、血行を促進したり、体の表面温度を上げる効果があります。

【オススメの食べ方】

葉しょうがは、辛みがありつつも、爽やかな後味が特徴的であるため、甘酢漬けにして魚料理に添えたり、天ぷらにしたり、生の状態で味噌をつけて食べるのがオススメです！



ウォームビズが3月15日(水)で終了しました！

12月15日から3月15日までの間、ウォームビズにご協力いただきありがとうございました。

引き続き、地球温暖化防止・温室効果ガス削減のため、省エネへの取組みに御協力をお願いします！