

# 過度な冷房に頼らない快適な暮らし方 「クールビズ」を始めよう！

今年も「COOL BIZ（クールビズ）」の季節がやってきました。地球温暖化を防ぐための国民的プロジェクト「チーム・マイナス6%」のCO2削減運動の一つとして、2005年の夏からスタートしたクールビズ。毎年6月1日～9月30日はクールビズ期間として、冷房時の室温を28度に設定した部屋でも快適に過ごせるライフスタイルを提案することによって、CO2を減らす取り組みを進めています。5年目である2009年は『MY COOL BIZ～私らしく、クールビズ～』をテーマに、オフィス・家庭での個性豊かな知恵を生かしたクールビズや商業施設・公共機関等のパブリックスペースでのさまざまな工夫によるクールビズなど、あらゆるライフシーンでの実践をより一層推進しています。



## 6割以上の企業がクールビズを実践

2005年からスタートした「クールビズ」。その目的は過度な冷房を行わないことで、CO2の排出量を減らし、温暖化防止に貢献することです。暑い夏の間も冷房の設定温度を28度にし、快適に過ごせる新しいビジネススタイルを提案しています。

クールビズに賛同する企業や事業者は年々増えており、平成20年9月のアンケート調査では、冷房の設定温度を高くしている企業や事業所は約6割。この割合をもとに試算すれば、クールビズを実施することによるCO2削減量は約172万トン（炭素換算）となります。

	2005年	2006年	2007年	2008年
例年より冷房温度を高くした企業等（実施率）	32.4%	43.2%	48.1%	61.8%

資料：環境省2009年5月26日報道発表資料

## 生活のあらゆる場所で実践したい、過度な冷房に頼らない暮らし方

内閣府が平成19年に行った世論調査によれば、クールビズという言葉は9割以上の人に知られています。そして過度な冷房に頼らなくても、快適に過ごせる工夫をしようという「クールビズ」の考え方は、家庭や学校、地域など、あらゆる生活の中に浸透してきています。現在、チーム・マイナス6%では、ビジネスシーンに限らず、すべてのライフシーンで「クールビズ」の実践を呼びかけています。

## 2009年のテーマは「MY COOL BIZ」！

クールビズの方法、工夫はさまざまです。今年、チーム・マイナス6%では、自分なりの方法や工夫で取り組む「MY COOL BIZ」を提案しています。

こまめな空調管理や身体を涼やかにする夏野菜を使った料理、暑さをやわらげるための打ち水、冷やし枕や布団など、冷房時の室温を28度にした部屋でも快適に過ごすことができる工夫はいろいろあります。また、28度の室内で快適に過ごすためには服装の工夫も大事です。上着を脱ぎ、ネクタイを外すと体感温度が2度下がるとするデータもあります。また、最近では、28度の室内でも快適に過ごせる通気性のよい素材を使った服や機能性下着なども登場しています。

皆さんもこの夏は、家庭や学校、オフィスなど、さまざまな場所でクールビズを実践してみませんか。