

ナニデ? ナニデ? ナニデ? ちゃんの

なるほど!

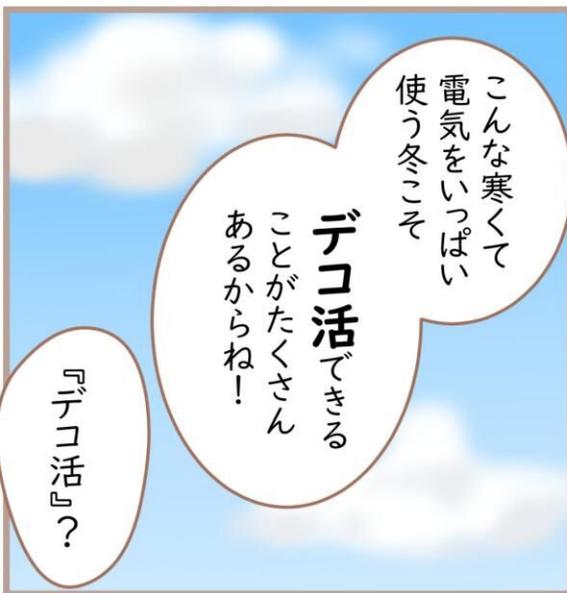
カーボンニュートラル

from あつき

～省エネ編～



まんが。きくち梨



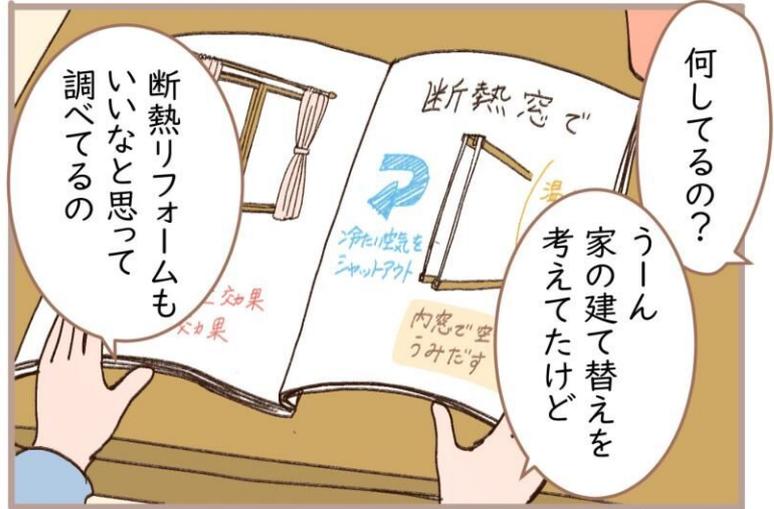


DE(減らす)と CO(CO2) それに「エコ」を 掛け合わせた 言葉で公募で 決まったんだよ

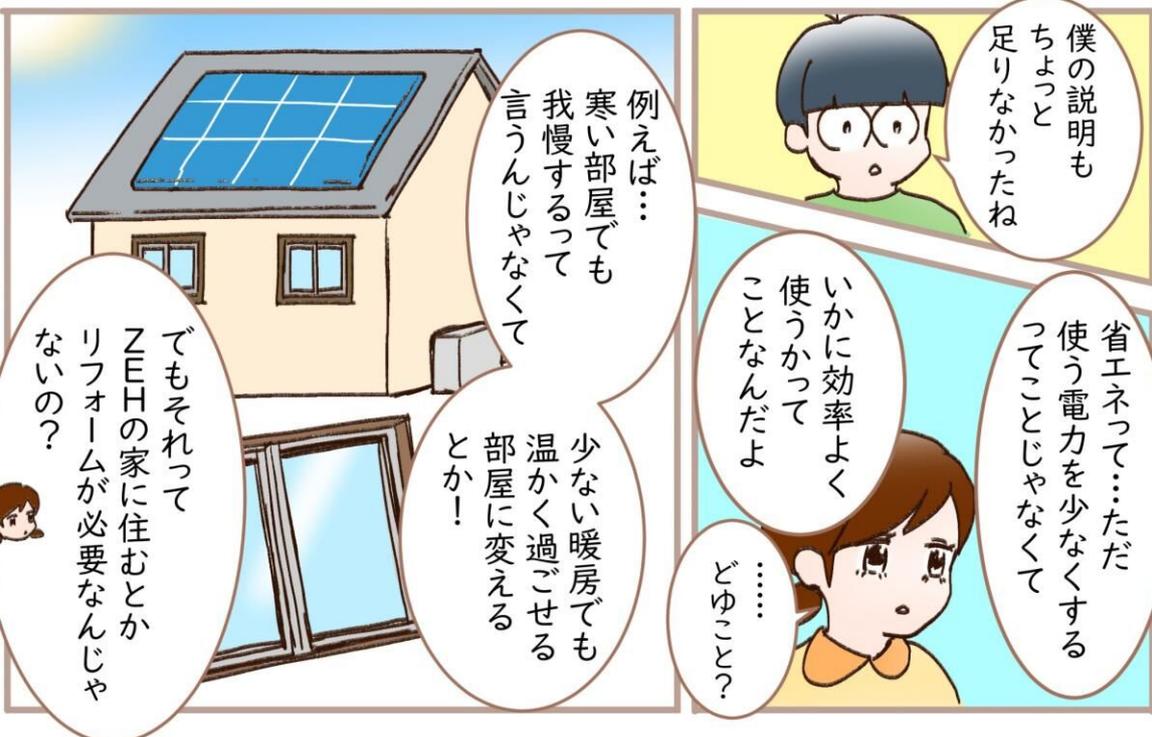
デコ活
くらしの中のエコろがけ

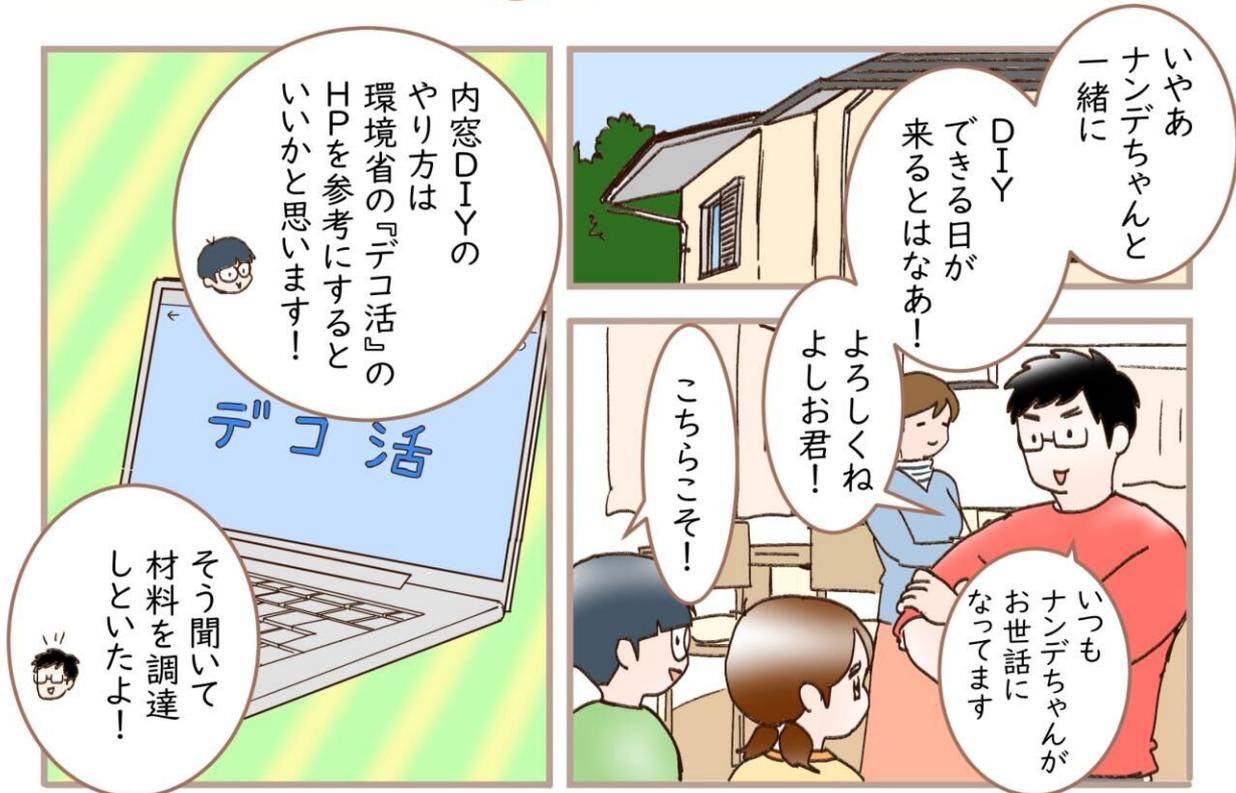
なんか かわいい！











●カッター
●セロハンテープ
●両面テープ
(必要に応じてノコギリ、マスキングテープ)

●ポリカーボネート板 ×2

●レール 上下セット

窓枠の横寸法

窓の縦寸法

ホームセンターでカットしてくれる所もあるよ

窓枠の縦幅 - 2mm

窓枠の横幅の半分 + 1cm

●カブセ ×4
(ポリカ板の側縁部にはめる)

セットになってるものもあつたよ!

これだけの材料でできちゃうんだ!

作者はセット品を購入。2窓分で総額4万円ほどでした。(単品買いならもっとお安い)

☆手順☆

①窓枠の寸法を測る

②寸法にあった資材の準備(前コマ参照)

③両面テープを使い上下レールを取り付ける

④ポリカ板断面をセロテープで補強

⑤縦部分にカブセを取り付ける

上レール 深い

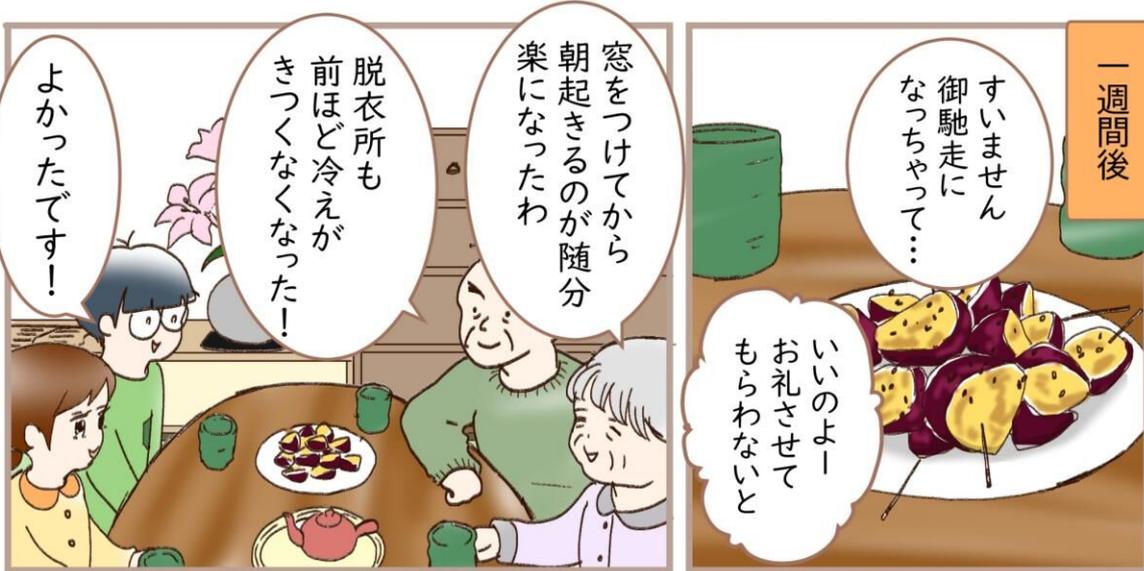
下レール 浅い

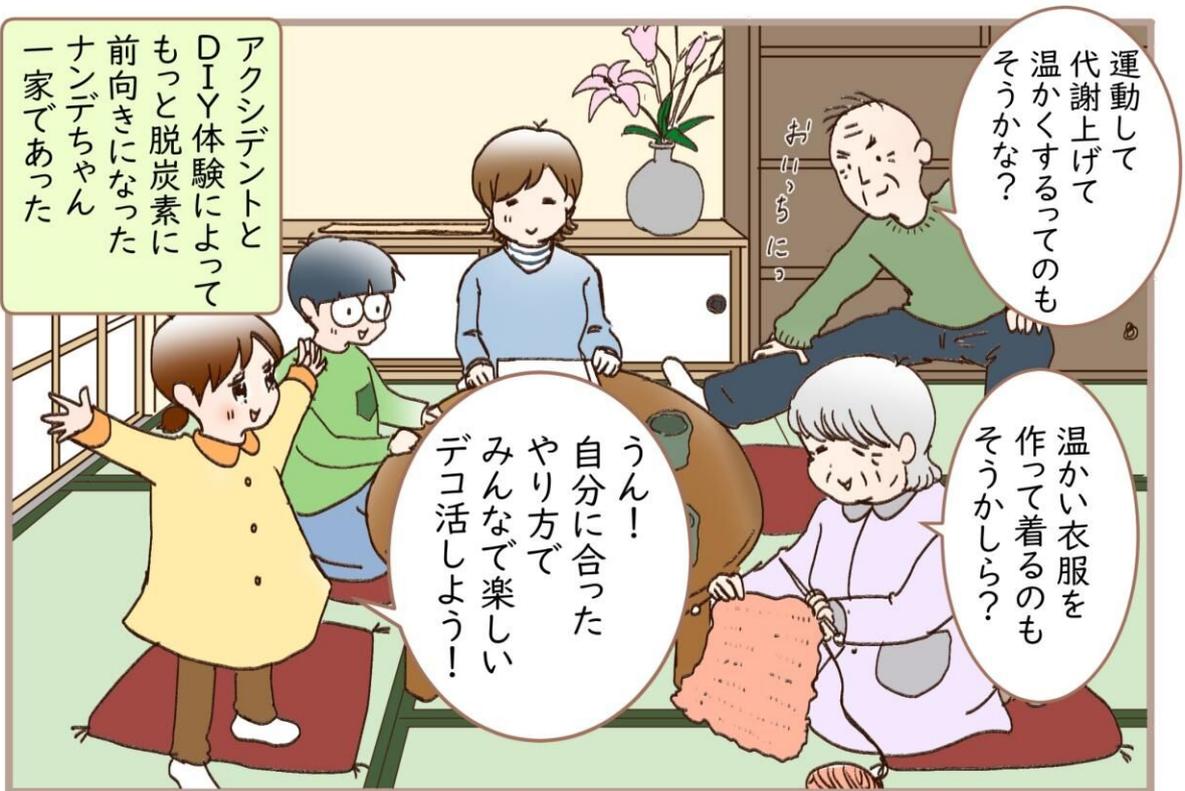
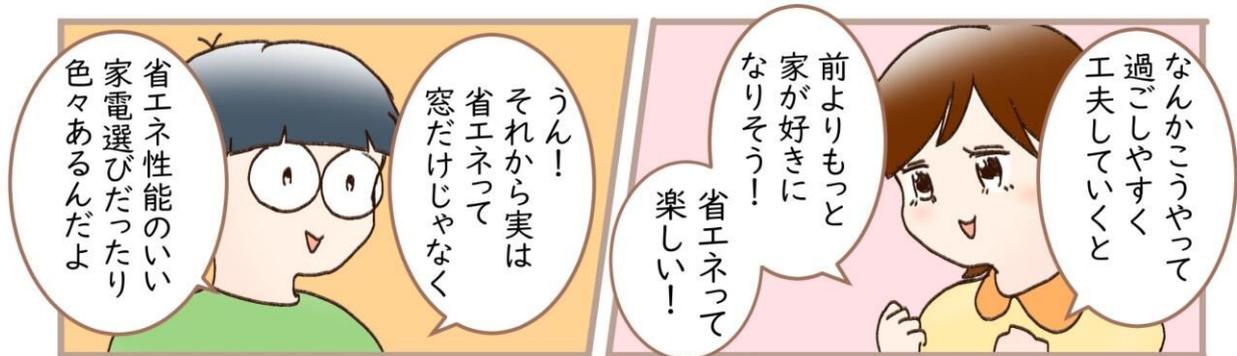
窓枠幅は32mm以上必要





※蛍光灯照明は2027年末までに製造・輸出入が終了





教えて!よしおくん!

～LED交換のこと～



うちの電気、まだ古い電球が多いけど、省エネにできるかな？



もちろん！LEDに交換すると消費電力がぐっと減るんだ。



でも、交換って難しそう…

自分でもできるタイプの交換もあるよ。
たとえば家庭用のシーリングライトなら、
今の照明器具を外して引っ掛けシーリングがあったら
簡単にLED照明器具に付け替えることができるんだ。
ただし、器具によっては専門工事が必要なものもあるから注意が必要だよ。



そうなんだ！手軽にできるなら、うちでもやってみようかな。



それにね、2027年末からは蛍光灯の製造や輸出入が
禁止されることが決まっているんだ。
だから、早めに蛍光灯からLED照明に
切り替えるのが推奨されているんだよ。



よしおくんのワンポイントコラム



LED電球への交換で、省エネ・長寿命・電気代節約ができるよ。一般的な白熱電球からLEDに交換すると、消費電力は約1/5～1/6に減少することもあるんだ。

家庭用のシーリングライトなどは、配線器具が付いていれば自分でLED器具に取り替えられる場合があるよ。

ただし、器具によって配線形状が異なることや、必ず電源を切る、安全指示に従うなどの注意が必要なので、よく確認してから交換してね。

【経済産業省HP】

https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/joho/led_shomei/index.html

～ヒートショックのこと～



おじいちゃんが体調を崩したのって、寒い家と関係があるの？



そうだね。冬は、暖かい部屋と寒い部屋の温度差が大きくなりがちで、それがヒートショックの原因の一つなんだ。



じゃあ、寒い部屋をなくすことが大事なんだね。



その通り。家の中をできるだけ同じ温度に保つことが、ヒートショック対策につながるんだよ。



でも、暖房をたくさん使うのは大変そう…



そこで大切なのが断熱だよ。断熱窓にすると、外の冷気が入りにくくなって、少ない暖房でも部屋が暖かくなりやすいんだ。



それなら、おじいちゃんも安心だね。



内窓など、DIYで設置できるものもあるし、リフォーム業者さんをお願いして、補助金を活用しながら設置する方法もあるよ。



よしおくんのワンポイントコラム



ヒートショックは、居室と浴室・脱衣所・トイレなどの急激な温度差で起こりやすくなるよ。窓は住宅の中で最も熱が逃げやすい場所の一つで、冬の暖房時には家の中の熱の約5～6割が窓から逃げると言われているんだ。断熱窓を設置することで、お風呂やトイレの寒さをやわらげ、家全体の温度差を小さくする効果が期待できるよ。

～断熱窓のこと～



でも、リフォーム業者さんに設置を頼むとお金がかかりそう…



うん、でもね、高性能な窓の断熱改修には国の補助金を使えるんだ。



補助金があると、安心してお願いできるね！



そう。2025年には「先進的窓リノベ」という国の制度で、高断熱窓のリフォームを支援していて、大体かかる費用の半分程度補助してもらえたんだよ。厚木市でも、国の補助金に市の補助金を上乗せする形で支援していたんだ。



国と市、両方の支援があったんだね。



うん。2026年も後継となる制度が予定されていて、国の補助金は最大で100万円程度になる見込みだよ。詳しい内容は、これから発表されるんだ。



なるほど！補助金のことを知っておけば、断熱窓も前向きに考えられそうだね。



よしおくんのワンポイントコラム



窓の断熱改修には、国の補助金を活用しないともったいない！

2025年に実施された「先進的窓リノベ」では、高断熱窓のリフォームを補助していて、2026年も後継制度が予定されているんだ。最大で100万円程度の補助が受けられる見込みだよ。

詳しい内容や申請条件は、国のHP等で最新情報を確認してね。神奈川県も補助金があったから、あわせてチェックしてみてね。

～シェアサイクルのこと～



暖かい家の対策が大事なのは分かったけど、
外出するときの移動も省エネできるの？



もちろん！移動の仕方も環境に影響するよ。
自動車ばかりじゃなくて、自転車を使う方法もあるんだ。



自転車？毎日乗るのは大変そうだけど…



最近、市内のいろんな場所で
シェアサイクル（貸し出し自転車）が使えるようになってるよ。
厚木市内にもステーションがあって、
HELLO CYCLINGというサービスで借りたり返したりできるんだ。



へえ！どこで使えるの？

市役所や駅、文化施設、公園など、たくさんのステーションがあるよ。
近くのステーションで借りて、目的地のステーションで返せるんだ。



便利だね！それならお買い物や通勤にも使えるね。



そう！自転車ならCO₂を出さずに移動できるし、健康にもいいんだよ。



よしおくんのワンポイントコラム



厚木市内では、シェアサイクルの実証実験を実施しているよ！

「HELLO CYCLING」のステーションが市役所や駅、公園など複数箇所があり、スマホアプリで自転車を借りて、別のステーションで返すことができるんだ。

自動車に比べて環境にやさしく、健康的な移動手段として便利なので、ぜひ活用してね。

【厚木市のシェアサイクル（HELLO CYCLING）】

<https://www.hellocycling.jp/station/kanagawa/厚木市>

マンガ作者のきくち栞さんが 内窓をDIYでつけてみました!



栞さん、断熱窓ってすごそうだけど…賃貸だときかないよね?

実はね、今回このマンガを描くのに、自分のアパートの部屋で、ホームセンターの簡易内窓キットを使ってつけたの。



えっ!本当にやってみたの?

うん。デコ活のホームページを見てホームセンターに行ってみたら、いろんな種類のものが並んでいたよ。説明書もついているセットになっているものを選んだの。



DIYって、むずかしくなかった?

サイズを測って、カットはホームセンターにお願いしたから、工作が得意じゃなくても大丈夫だった。この写真①はレールを貼り付けているところ、写真②は中空ポリカーボネートの板に枠をはめた窓を取り付けているところ。



ホントだ!一人でもできちゃう?

やっぱり二人はいたほうがいいかな。初めてで戸惑いながらも2窓を4時間で完成できたの。



写真①



写真②



内窓つけてどんな感じ？

内窓をつける前後での部屋の温度の変わり方も調べてみたの。
まず朝、起きたときの部屋の温度がちょっと高く、
エアコンをつけてから部屋が20℃になるまでの時間も、
だいたい10分くらい早くなったよ。



10分も！朝の寒い時間には助かるね。
寒いとお布団から出たくないもんね。
他にはどんないいことがあるの？

夜もね、エアコンを切ってからすぐに冷えてこない感じ。
測ってみたら23℃から18℃まで下がる時間が
15分くらい長くなっていたの。



じゃあ、暖かさが長持ちするんだね！

そう。ちょっとだけ魔法瓶のような感じかな。



DIYでも、ここまで変わるんだ…！

うん。全部の家で同じ結果になるわけじゃないだろうけど、
賃貸でもできる寒さ対策としてはいいかな。
今までは夏もエアコンガンガンつけても涼しくならなかったの、
去年の酷暑はきつかったの。
今年の夏、どんな効果があるか楽しみ！

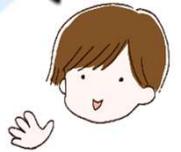


あったかくなるといいな～



まずは簡単などころから、できることを始めてみるのもいいね。

そう、すき間テープ使ってみようかとか、
キッチンの窓も工夫しようか、考えているの。
一番よかったのはこんなふうに、私自身が部屋の快適さについて、
すごく意識できるようになって、いろんなことに気づけるようになったことかな。
そしてCO₂の削減にも役立つ実感を持って、なんか嬉しい。



なるほど!また何かわかったら教えてね。

【DIY内窓の実施内容】

- ・アパート 2Fの部屋 (約6畳)
- ・内窓を付けた窓：南東向き掃出し窓、南西向き腰高窓
- ・材料：簡易内窓セット+中空ポリカーボネート、マスキングテープ
- ・価格：掃出し窓 約2.5万円、腰高窓 約1.3万円
- ・効果測定：内窓を付ける前後で、室温と室外気温を3日間ずつ連続測定

【測定でわかったこと】

(測定日数が少ないので断定的なことは言えないが、外気温が同じくらいの日で比較。エアコンは25℃設定)

- ・朝 エアコンをつけてから20℃になるまでの時間
設置前(11.9℃→20.0℃)53分 設置後(12.2℃→20.0℃)44分 9分短い
- ・夜 エアコンを切ってから18℃になるまでの時間
設置前(23.1℃→18.0℃)54分 設置後(23.7℃→18.0℃)67分 13分長持ち

発行 厚木市 環境政策課

制作 厚木市 環境政策課、カーボンニュートラルあつぎ未来プロジェクト

まんが・イラスト きくち栞

この漫画は厚木市市民協働提案事業として作成しました。

初版 令和8年2月1日