

ふ

(ウォームビズ)

冬の暖房、

適温設定20℃目安に。

ま

(クールビズ)

窓の開け閉め少なめに。

冷やした空気を逃がしません。

め

(エコドライブ)

エコドライバー。

CO₂減らすため。

へ

(ウォームビズ)

部屋でもストール使用して

設定温度を下げましょう。

み

(ウォームビズ)

みんなでお鍋、

体ポカポカ、ウォームビズ。

も

(あかり未来計画)

もう交換時かな。
LEDなら

明るく、長持ち。

【LED】
発光ダイオード(Light Emitting Diode)を省略したもの。これまでの電球と比べて、省エネ効果が高く環境にやさしい照明。

ほ

(ウォームビズ)

ホッと一息入浴は、

38度で20分、

半身浴が効果的。

む

(クールビズ)

胸もと涼しい

ノーネクタイで、

クールビズ。

や

(ウォームビズ)

やってみよう、

ゆず湯、しじょうが湯で

温まる。