

# 省エネで地球にやさしく、 財布にやさしく その③

私たちの家庭ではエアコン、冷蔵庫、照明器具、テレビが消費電力のベスト4。その中でも、冷蔵庫はものを過度に詰め込むのをやめたり、開閉を減らすことによって消費電力を軽減できます。常温で保存できるものが冷蔵庫に入ってませんか？缶詰、瓶詰めや調味料は未開封なら常温でも大丈夫です。それから、熱いものはさましてから、冷蔵庫に入れた方が、余分なエネルギーを使わなくて済みます。

どこの家庭でも、ずっと前に食べ残した食品が冷蔵庫に眠っていることがあります。でも、「とりあえず保存」は、結局食べずに捨てられることが多いようです。省エネセンターのアンケートによれば、生ごみの1/4は食べ残しや保存していたもののようです。食材を作るにも焼却するにもエネルギーが使われます。まずは、使い切れない量の食材を買わないことが、冷蔵庫にも財布にもやさしいことです。

また、遠くから運ばれる食品は搬送に大きなエネルギーを消費して店先に並びます。日本はフードマイレージ（「食料の（=food）輸送距離（=mileage）」という意味。重量×距離（たとえばトン・キロメートル）であらわす）が世界で一番大きな国で、総量では世界で群を抜いて大きく、国民一人当たりでも一位となっています。食料自給率を高めるためにも、エネルギー消費量の削減のためにも地元の食材を食べた方が良いわけです。産地が近いほど輸送に必要なエネルギーは少なくて済みます。「おくりびと」でアカデミー賞を獲った監督が絶賛するほど、おいしい庄内の食材。そのおいしい食材を旬に地産地消することも省エネルギーです。