



WARMBIZ (ウォームビズ) がはじまりました



令和元(2019)年 11月

栃木県環境森林部地球温暖化対策課

○WARMBIZ (ウォームビズ) とは

衣服や食事などの工夫で

暖房時の室温を 20℃で快適に過ごすライフスタイル

ウォームビズ期間：11/1 ~ 3/31



○WARMBIZ の工夫のポイント

衣



「3つの首」を温めよう

機能性下着を活用しよう

ひざ掛けやストールを活用しよう

食



根菜類、しょうがで身体がポカポカ

「鍋」で身体も室内も温めよう

あたたかいドリンクを飲もう

住



窓、ドアの熱の出入りをブロック

湿度管理も大事なポイント

扇風機で空気を循環させよう

ポイントを押さえて、家庭でも職場でも上手にウォームビズ

「COOL CHOICE とちぎ」推進チーム