



ハルノ学院大地域経営学部地域経営学科教授のハリノ・グロスマンさんと一緒に、持続可能な開発目標(SDGs)を英語で学ぶ企画です。QRコードを読み取ると、クイズ形式で学習もできます。楽しみながら、SDGsについて理解を深めましょう。

※次回から毎月第1、第3月曜日に掲載



◆プロフィール 米国ニューヨーク市出身。1991年来日。ハルノ高専での英語指導などを経て、98年からハルノ大(現ハルノ学院大)に勤務。階上町在住。57歳。



クイズで理解を深めよう!

<https://1.ttd.ac/JRRMZ>

## ⑦ Affordable and Clean Energy

### Save energy

Think about your **daily routine** and the kinds of energy you use for home, work, and play. Sustainable Development Goal (SDG) number seven is "Affordable and clean energy" which means having access to energy that is not too expensive and that does not harm the environment. There are several ways that the average person can save energy. Here are some **practical tips**:

1. Look for **appliances** that have an energy-saving rating, which means they meet energy efficiency guidelines set by the government. **Energy-efficient** appliances use less electricity and can save you money on your energy bills.
2. LED light bulbs use **significantly** less energy than traditional light bulbs and can last up to 25 times longer. They may cost more, but they save money over time due to their energy efficiency and long lifespan.
3. Make the most of natural light by opening curtains and blinds during the

day. This reduces the need for artificial lighting and saves energy.

4. Properly **insulating** your home can help keep it warm in the winter and cool in the summer, reducing the need for heating and air conditioning and saving energy.

5. Walking, biking, or taking public transportation can significantly reduce your **carbon footprint**. If driving is necessary, consider **carpooling** or using an electric or hybrid vehicle.

By implementing these tips, we can save energy, reduce our carbon footprint, and save money on our energy bills. So, during your day, try to consider the kinds of energy being used and the effects it has on the world around us and our future. Let's take up the challenge by decreasing energy and/or changing to clean sources!

- daily routine=日常生活
- affordable=安価
- practical=実用的
- appliances=家電製品
- energy-efficient=エネルギー効率の良い
- significantly=大幅に
- insulate=断熱
- carbon footprint=二酸化炭素排出量
- carpooling=相乗り

## ⑦ エネルギーをみんなに、そしてクリーンに

### エネルギーを節約しよう

和訳

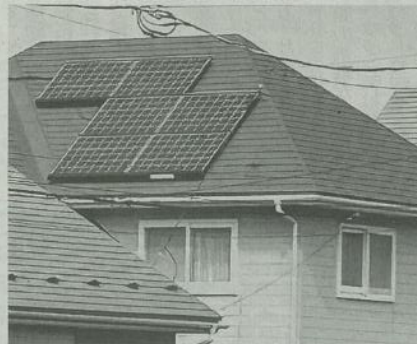
家庭、仕事、遊びなど、日常生活でどんなエネルギーを使っているか考えてみましょう。持続可能な開発目標(SDG)の7番目は「安価でクリーンなエネルギー」で、これは高価過ぎず、環境に害を与えないエネルギーへのアクセスを持つことを意味します。一般市民がエネルギーを節約する方法は幾つかあります。ここでは、実用的なヒントを幾つかご紹介いたします。

1. 政府が定めたエネルギー効率のガイドラインを満たした、省エネ性能のある家電製品を探しましょう。エネルギー効率の良い家電製品は、使用する電力が少なく、光熱費の節約になります。
2. LED(発光ダイオード)電球は、従来の電球に比べて消費電力が大幅に少なく、最大で25倍も長持ちします。コストはかかりますが、エネルギー効率と長い寿命のおかげで、長期的にお金を節約することができます。
3. 日中はカーテンやブラインドを開けて、自然光を最大限に活用しましょう。これにより、人工照明の必要性を減らし、エネルギーを節約できます。
4. 家の断熱を適切に行うことで、冬は暖かく、夏

は涼しく、冷暖房の必要性を減らし、エネルギーを節約することができます。

5. 徒歩や自転車、公共交通機関の利用で、二酸化炭素排出量を大幅に減らすことができます。車での移動が必要な場合は、相乗りもしくは電気自動車やハイブリッド車の利用を検討しましょう。

これらのヒントを実践することで、私たちはエネルギーを節約し、二酸化炭素排出量を減らし、光熱費を節約することができます。ですから、一日の中で、どのようなエネルギーが使われているか、そしてそれが私たちを取り巻く世界や私たちの未来にどのような影響を与えるかについて考えてみてください。エネルギーを減らしたり、クリーンなエネルギーに変えたりすることに挑戦してみましょう!



太陽光パネルも、二酸化炭素排出量の削減や光熱費節約につながります。12日、階上町