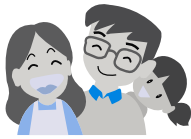


# 健康メモ



## 風邪の予防に旬の野菜・果物を

冬の「旬の野菜」をご存じですか。この時期の野菜は、体を温めたり風邪の症状を和らげたりと、うれしい作用がいっぱいです。また、果物に多く含まれるビタミンCは、寒さに対する抵抗力を強くする働きがあります。野菜と果物を多く取りましょう。



1日当たり野菜は350g（うち、緑黄色野菜は120g）、果物は200gを目標に取りましょう。

いろいろな種類の野菜や果物も、上手に選んで食べようね！



ホームページ「きよたF a n倶楽部」の「健康アドバイス」にも関連情報掲載中。(http://www.ci.ty.sapporo.jp/kiyota)

平成十年に本市が策定した「札幌市環境基本計画」では、地球温暖化の原因となる二酸化炭素について、「二〇一七年までに、市民一人当たりの排出量を一九九〇年を基準として10%削減する」という目標を設定しています。そこで本市では、二酸化炭

### 市内で三校目となる

#### 太陽光発電設備

新エネルギーとして最近注目されている「太陽光」。この太陽光を使って発電する「太陽光発電設備」が、昨年末、美しが丘小学校に設置されました。

# ECO CITY 環境を 考えよう

第20回

## 美しが丘小学校で 太陽光発電

素を排出しない太陽光発電を普及させようと、市民へのPR効果が期待できる学校に太陽光発電設備を率先的に設置する、「太陽光発電普及促進事業」を行っています。今回の同校への設置はこの事業の一つで、市内の小学校では三校目となるものです。

### 太陽光発電

#### その期待される効果

同校の屋上に設置された、縦約三メートル、横約十三メートルの巨大な太陽光パネル二基。このパネルが太陽光を受けると、約十キロワットの電力を発電します。これは、一般

庭約三軒分の電力を賄うことができる量です。教室の照明など、同校で年間に使う電力のうち五%程度は、この設備により発電した「きれいな」電力で賄える見込みです。

また、環境教育への活用という面も見逃すことができません。同校の玄関ロビーに設置された表示パネルには、現在の発電量や、その電力でどれだけの教室の電力を賄えるかなどが逐一表示されるほか、太陽光発電の仕組みを解説した図も描かれています。「子どもたちが省エネについて理解を深め、自分の生活と結びつけた学習ができることを大変うれしく思います」と語る、同校の若澤勉校長。発電を開始した今、登校する子どもたちの好奇心に満ちた視線が、表示パネルに日々注がれています。



美しが丘小学校の屋上に設置された二基の「太陽光パネル」

## 広告欄