

【氣候暖化】

地球暖化問題日趨嚴重，氣候變遷引發的自然災害不斷。人類文明發展，導致能源耗竭，生態環境倍受威脅，世界各國紛紛推動節能減碳運動，經濟部能源局長葉惠青表示，去年台灣二氧化碳排放量達 2 億 6600 萬噸，居全球排行第 22 位；人均排放量更達 11 萬噸，是全球第 16 位。

【節能減碳的方法】

節能指的是節約能源－節能小撇步實例

★自己種植蔬果，健康安全又環保

利用自家陽台、屋頂或社區附近的荒地，自己種植蔬果，能夠減少對外來食物的依賴，也可確保蔬果不使用農藥、化肥。農藥、化肥都需由石化原料製成，對健康、環境有害，也相當耗能。

★多蔬食，少吃肉

每天食用新鮮蔬果，不但有益身體健康，從能量的觀點，直接食用蔬果，可以減低能量轉換時的浪費，更是有效使用自然能量的最好方式。平常飲食或喜慶宴客，都可以盡量遵循這個原則。

★少開冰箱

每開一次冰箱門，壓縮機需要運轉 10~20 分，才能回冷，減少開門次數與時間，保冷又省電。

★先泡米再煮飯

煮飯前將米洗好泡過再煮，省時省電飯好吃（白米約泡 20 分鐘，五穀雜糧約 1 小時）。

★衣物累積相當數量再洗滌

先浸泡 20 分鐘，可提高洗淨效率，衣料損傷少。並使用“適量”符合環保標章的清潔劑（肥皂絲、肥皂粉更佳），易洗、好沖、省水、省電。

★善用自然風乾

根據英國劍橋大學研究指出，一件衣物終其一生有 60% 的能源消耗與清洗及烘乾有關。台灣夏季酷熱衣料薄，應多利用自然晾乾，不用烘衣機！

★舊衣新穿或重新使用

每一件新衣的背後都代表著能量和資源的消耗，有些是合成材料，更是石油製品。另外，棉花田雖佔全球耕地的 3%，卻消耗了全球將近 25% 的農藥。因此，與鄰居、友人交換衣服，或將穿不下的衣物送給其他孩童，淘汰衣物的布料也可重新使用，製作抹布、環保袋等。

★不穿西裝不打領帶

夏天穿西裝打領帶真是對上班族的酷刑，冷氣也因此越開越強。改換輕便穿著、拿掉領帶，工作更加舒適，冷氣消耗也減少。

★多用抹布、手帕，少用面紙紙巾

過去學校總要求學生攜帶手帕，如今面紙幾乎取代手帕的功能，廚房紙巾則取代抹布。重新使用手帕及抹布，減少紙的使用，不但減少垃圾也留下可吸收二氧化碳的樹木。

★諮詢能源醫生

找專家到你的住家或辦公室作能源體檢，瞭解能源使用狀況，並詢問專家如何節能。據估計，每耗一度電約排放 0.625 公斤的二氧化碳，因此聰明節約能源，省電、省錢又環保。

能源教育宣導~ 節能無悔，牽手減碳

減碳指的是減少二氧化碳的排放量－減碳小撇步實例

★購買本地當季產品

支持本地農產品，可以減少長程運輸所需能源與二氧化碳排放量；選用當季食物，除了美味新鮮，更能免去儲藏的過程。若一個禮拜選用一次當地產品，一年就可減少兩噸二氧化碳。

★支持回收再製的產品

支持珍惜資源的公司，等於間接減少地球資源了浪費，保護我們的居住環境。

★拔插頭省能源

根據測試發現，一般家庭裡至少有 20 台電器隨時處於待機狀態，一個月最高可多支出 70 元電費，當然也增加了二氧化碳的排放。一個月最多則會多排放近 20 公斤的二氧化碳！添購新家電，請認定有節能標章的產品。雖然每小時待機電力所生產的二氧化碳量不大，但聚少成多積沙成塔，累積的量也相當驚人。因此，當電器用品不用時，別忘了拔掉插頭，或是選用主電源可關的機種，減少地球暖化。

★減少垃圾，做好資源回收

台灣大部分垃圾都送到焚化爐處理，焚燒會產生包括二氧化碳在內的大量廢氣，做好資源回收，將廚餘分類出來能增加焚化爐的效率，減少 10% 垃圾，就能減少 454 公斤的二氧化碳。使用一噸再生紙可節省三萬公升水並少砍 19 棵樹，寶特瓶重複使用 20 次能減少近四分之一的二氧化碳排放量，何樂而不為？

★綠屋子重視綠色風水

選購綠建築不但省能，也有助身心健康，選擇通風與採光良好的住屋，可以減少使用冷氣與電燈的頻率。如果住家已無法大幅改建，也能在屋頂、陽台種植植物，降低室內溫度，或養成打開窗戶的習慣，讓自然氣息在屋內流通，常保涼爽與新鮮空氣。種樹也是一種樂趣，有機會的話種一棵樹，樹木不但能提供涼爽的樹蔭，放鬆心情，更能吸收二氧化碳，大幅減少大氣中的二氧化碳量。如果每人都種一棵樹，一年約能減少兩噸的二氧化碳。

★搭乘大眾運輸，少騎車開車

汽車跑一公里，約產生 81 克二氧化碳，機車跑一公里約產生 23 克。交通運輸排放的溫室氣體佔全球排放量的 14%，如果多多搭乘大眾運輸，以步行或自行車作為短程接駁，不但節省能源，減少二氧化碳廢氣污染，還可以強健體魄呢！如果不得已真得開車，盡量共乘，行車時也請不要猛加速或急煞車，減少車上擺放物品，並在暫停時熄火，以減少耗油與廢氣排放。

★減少不必要的出差行程

長途旅行的交通運輸耗費資源又增加二氧化碳，善用網路、數位會議，減少不必要的出差往來，不但工作起來舒服，也有助環保。

參考資料： 節能減碳全民行動網

