

始めよう!! 屋上・壁面緑化

～緑に包まれた癒しの住空間をつくろう～

【お問い合わせ】地球温暖化対策推進室 ☎951-3392

屋上・壁面緑化は、建築物自体の蓄熱を軽減し室内環境を涼しく保つほか、グリーンセラピーというヒーリング療法もあるように、緑の持つ癒しの効果も期待できます。

市では「人・自然・地球にやさしい環境共生都市なほ」を目指し、建築物の緑化推進に努めています。

あなたの家も、過ごしやすい癒しの空間にしませんか。

＜日中の平均気温36.5℃での屋上緑化の効果＞

屋上緑化面

芝生表面

32.5℃

植栽基盤下面(タイル表面)

28.7℃



緑化のない面

タイル表面

51.7℃

平成19年8月16日
日中(13時～15時平均)データ
国土交通省ホームページより



石嶺にお住まいのTさん

屋上緑化を行った後は室内がだいぶ涼しくなりました。エアコンの効きも良くなり、使用回数も減りました。また、植え込んだ植物の成長を眺める楽しみが増え、あまり上ることが無かった屋上に頻りに上るようになりました。



屋上緑化の維持管理は社長をはじめ、社員全員が協力して行っており、社員意識の中に物事を見る力が芽生え、日々の業務にも活かされるようになりました。また、毎日のラジオ体操も芝生の上で行うことで、清々しい気持ちの中で一日を迎えることが出来るようになりました。



(在:曙) 日進電気土木(株)

屋上・壁面緑化助成制度

市では、屋上・壁面緑化を行う建築物所有者に対し、工事費の一部を助成する制度を設けています。

助成金の対象物(那覇市内の建築物)	助成金額(助成総額の上限は70万円)
①屋上緑化工事(緑化面積3㎡以上)	緑化面積×8,000円(上限50万円)
プランター類(合算面積1㎡以上、深さ40cm以上)	合算面積×4,000円(上限20万円)
②壁面緑化工事(緑化面積3㎡以上)	緑化面積×4,000円(上限20万円)

ただし、上記計算額(①、②)と各工事費の50%とを比較し、いずれか低い金額を助成します。

*緑化に直接必要な経費が助成の対象です。手すりや階段設置、緑化しない面の防水加工などは対象になりません。詳しくは、地球温暖化対策推進室までお問い合わせください。



屋上のプライベート庭園で、家族団欒や星空観察はいかが？



プランターでお手軽緑化。ハイビスカスなどのきれいな花で心も癒されます。子どもと一緒に無農薬野菜を栽培すれば、心も体もスワスク!!

壁面を緑でデコレーション。ブーゲンビリアなどで壁面を彩るのもよし! またパッションフルーツなどでは実の収穫も楽しめますよ。

漫湖チュラカーギ作戦27

参加者大募集!!

漫湖へ再び1万羽の渡り鳥が飛来することを目標に、漫湖およびその周辺で清掃イベント(ごみ拾いなど)を行います。市民のみならずのご参加をお待ちしています!



日 7月16日(土)
9時半～12時
場 漫湖水鳥・湿地センター
申 当日受付 費 無料
【お問い合わせ】
環境保全課 ☎951-3229



【お問い合わせ】環境政策課 ☎951-3392
FAX 951-3230
【会場】那覇市地球温暖化対策協議会
7月10日(日) 開場13時半 開演14時
【入場料】無料
【申込方法】FAXか電話でお申し込みください。
【主催】那覇市地球温暖化対策協議会
【協力】桜井国俊氏(沖縄大学図書館長)
【パネリスト】枝廣淳子氏
「50年後も暮らしたいなほ」

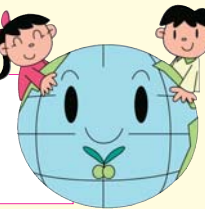
3月11日に発生した東日本大震災と原発の事故。電気をはじめとするエネルギーはどうなっていくのだろうか...。30年後、50年後のあなたが住み続けたい街はどんな「まち」ですか? この講演会で、きっとヒントが得られるはずです!

【内容】
第一部 枝廣淳子氏講演会
第二部 パネルディスカッション
テーマ 「50年後も暮らしたいなほ」
パネリスト 枝廣淳子氏
桜井国俊氏(沖縄大学図書館長)

環境ジャーナリスト 枝廣淳子さん講演会
「見直そう! 私のライフスタイル」
3月11日に発生した東日本大震災と原発の事故。電気をはじめとするエネルギーはどうなっていくのだろうか...。30年後、50年後のあなたが住み続けたい街はどんな「まち」ですか? この講演会で、きっとヒントが得られるはずです!



市では、市民・事業者・行政などの協働により、地球温暖化の防止を目的として、平成20年7月「那覇市地球温暖化対策協議会」を設立しました。



カーブス 真地

☎098-832-1500



カーブス 首里りうぼう

☎098-884-1211



カーブス 那覇壺川

☎098-833-3550



カーブス 小禄

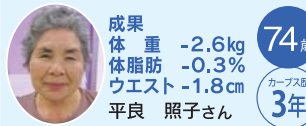
☎098-857-7880



お問い合わせ時間 平日 10:00-20:00 土曜日 10:00-13:00

カーブス 小禄に通う

メンバー様にお話をうかがいました



成果
体重 -2.6kg
体脂肪 -0.3%
ウエスト -1.8cm
平良 照子さん
74歳
カーブス歴 3年
ひざ痛、腰痛があり整形外科のリハビリに通っていました。筋肉をつけるためカーブスを始めました。運動することで、ひざや腰の痛みの改善があり、2年目からはほとんどハビリに行かなくなりました。たまにひざや腰の痛みがある時にも、運動をすることで、自然と痛みが良くなっていることに驚いています。



自分のペースで♪運動が苦手な人でも楽しい
予約不要だから行きたいときに、着いたらすぐ始められます。女性だけなので気兼ねなく、ムリのない年齢の方でも楽しく取り組めます。

「なほ市民の友」をみたで
1週間体験 無料

先着20名
7/29(金)まで ※日祝を除く
※ご希望の方はお電話にてご連絡ください
※初回来店時に入会いただいた方は特典あり

1日30分の健康生活

カーブスは女性にとって必要な運動をすべて取り入れた新・健康習慣です。「体重を減らしたい」「筋力をつけたい」という方にお勧めのカンタン30分健康体操教室。女性スタッフが運動が苦手な方にも丁寧にサポートしますので、誰でもムリなく長く続けられ、楽しく健康的に筋力をつけられます。現在、カーブスでは手軽に試せる「1週間体験無料」を開催中。一度試してみたいか、がでしょうか。

健康レポートカーブス
目指せ! 体重3kg減
お腹すっきり!
「お腹すっきり」「たるみ」「血圧」「コレステロール」「腰痛」「ひざ痛」「体力不足」「足腰しつかり」
カーブスは女性にとって必要な運動をすべて取り入れた新・健康習慣です。「体重を減らしたい」「筋力をつけたい」という方にお勧めのカンタン30分健康体操教室。女性スタッフが運動が苦手な方にも丁寧にサポートしますので、誰でもムリなく長く続けられ、楽しく健康的に筋力をつけられます。現在、カーブスでは手軽に試せる「1週間体験無料」を開催中。一度試してみたいか、がでしょうか。

女性だけ

今年の夏は、昼夜2時間程度の消灯を環境省でも呼び掛けています。節電に努めましょう。