

## 【 11月のデコ活 】

### | くらしの中のエコロがけ 今月のデコ活

普段の暮らしの中で実践できるデコ活（エコロがけ）を紹介します。

#### | 近場の移動は歩くや自転車で！



歩くや自転車を利用してことで、運動量を増やし健康を促進できます。

さらに、公共交通機関や自動車に比べてコストがかからず、燃料費や交通費を節約でき、CO<sub>2</sub>排出量も削減できます。