

2アップ3ダウンを実行しよう！



①エレベーターを使わない
ことによる消費電力の削減

②階段を利用すれば適度な
運動のおかげでメタボリ
ックシンドロームを解消
できる。

③近くの階への移動で
エレベーターを待たない
ことでの時間的な効率ア
ップ

※2アップ3ダウン

階段を使って歩ける程度の間隔での移動であれば、エレベーターを使わずに歩こうと
いう意味の和製英語です。

環境管理チーム

2アップ3ダウンを実行しよう！



①エレベーターを使わない
ことによる消費電力の削減

②階段を利用すれば適度な
運動のおかげでメタボリ
ックシンドロームを解消
できる。

③近くの階への移動で
エレベーターを待たない
ことでの時間的な効率ア
ップ

※2アップ3ダウン

階段を使って歩ける程度の間隔での移動であれば、エレベーターを使わずに歩こうと
いう意味の和製英語です。

環境管理チーム