

家庭で出来る省エネ対策始めてみませんか？

電力消費の多い家電から省エネ・節電を始めてみましょう！

エアコン



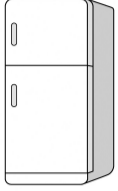
冷房時の室温を28℃目安にする

※外気温31℃の時、エアコン(2.2kW)の冷房設定温度を27℃から28℃にした場合(使用時間:9時間/日)

省エネ効果 30.2kWh

CO²削減量 14.8kg

冷蔵庫



冷蔵庫は季節に合わせて設定温度を調節する

※周囲温度22℃で、冷蔵庫の設定温度を「強」から「中」にした場合

省エネ効果 61.7kWh

CO²削減量 30.2kg

照明



白熱電球をLED電球に交換する

※54Wの白熱電球から8WのLED電球に交換した場合(使用時間2.0時間/年)

省エネ効果 92.0kWh

CO²削減量 45.0kg

テレビ



テレビ画面は明るすぎないように設定する

※テレビ(液晶・32V型)の画面の輝度を最適(最大→中間)にしに場合

省エネ効果 27.1kWh

CO²削減量 13.3kg

みんなもできることから
はじめてほしいも~!



【家庭で出来る取組と効果一覧】

行動の例	省エネ効果	CO ² 削減量
① フィルターをこまめに掃除する(月2回程度) フィルターが目詰まりしているエアコン(22kW)とフィルターを掃除した場合の比較	32.0kWh	15.6kg
② 暖房時の室温は20℃を目安にする 外気温6℃の時、エアコン(22kW)の暖房設定温度を21℃から20℃にした場合(使用時間:9時間/日)	53.1kWh	26.0kg
③ 電気カーペットの設定温度は「強」から「中」にする 電気カーペット3畳用で設置温度を「強」から「中」にした場合(使用時間:5時間/日)	186.0kWh	91.0kg
④ モップや雑巾を使って掃除機をかける時間を減らす 掃除機を利用する時間を1日3分間短縮した場合	16.4kWh	8.0kg
⑤ 冷蔵庫にはものを詰め込まない 冷蔵庫に物を詰め込んだ場合と、半分にした場合との比較	43.8kWh	21.4kg
⑥ 電気ポットの長時間保温はしない 電気ポットで水22Lを沸騰させ、12Lを使用後、6時間保温状態にした場合と、プラグを抜いて保温しないで使用時に再沸した場合の比較	107.5kWh	52.6kg
⑦ 食器洗いのお湯の量を減らす 手洗い(給湯器温度40℃、使用水量65L/回、2回/日、冷房期間は給湯器を使用しない)の場合の、年間ガス使用量81.62m ³ 、年間水道使用量47.45m ³ をそれぞれ10%削減した場合	8.2m ³ 4.7m ³	21.0kg
⑧ お風呂は間隔をあけずに続けて入る 2時間放置により4.5℃低下した湯(200L)を追いだきする場合(1回/日)	38.2m ³	82.9kg
⑨ 衣類乾燥機は、自然乾燥と併用して使う 自然乾燥8時間後、未乾燥のものを補助乾燥する場合と、乾燥機のみで乾燥させる場合の比較、2日に1回使用	394.6kWh	193.0kg
⑩ 使わない時は、電気便座のふたを閉める 便座のふたを閉めた場合と、開けばなしの場合との比較(貯湯式)	34.9kWh	17.1kg
⑪ 歯磨き中、水を出しっぱなしにしない 30秒間流しっぱなし(6L)にした場合と、コップ(0.6L)に水をくんで使用した場合の比較(2回/日)	3.9m ³	2.6kg

