

節電にご協力ください。

●身の回りの不要な照明は消しましょう。

照明（60w形電球形蛍光灯、白熱電球の場合）は、点灯はじめの消費電力量増加は少なく、再点灯までの時間が1分でも、一度消灯する方が節電できます。また、省エネタイプの蛍光灯やLEDタイプに切り替えることでも節電につながります。

●温水洗浄便座のふたは閉めておきましょう。

一年を通してつけっぱなしにするのは大きな無駄です。夏場の使用は控えましょう。また、ふたを閉めることによる節電効果は大きく、貯湯式で11%、瞬間式で19%の削減効果があります。便座部及び加熱部の両方の設定を「中」から「低」にすると、貯湯式で14%、瞬間式で12%の節電効果があります。

●洗濯物はまとめて洗いましょう。

数回に分けて洗うより、まとめて洗いが効果的です。乾燥機能を使うときは、十分に脱水して、天日干しなどの自然乾燥を併用すると節電になります。

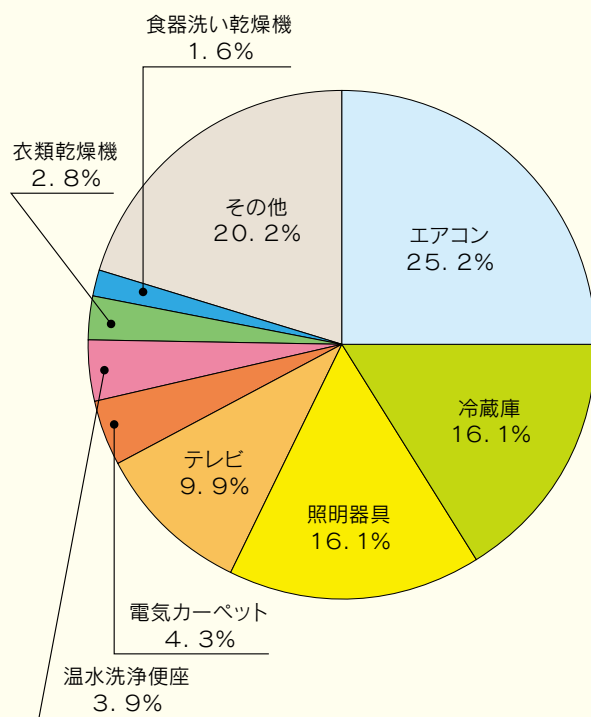
●パソコンも使用しないときは電源OFF

パソコンは使用しないときにコンセントを抜くと、デスクトップで14%、ノートPCで24%の節電になります。常時電源をオンしている場合、低電力機能をモニター電源オフからシステムスタンバイやシステム休止に変更すると、70～90%の節電、不使用時に電源オフにすると、80～90%の節電につながります。

《経済産業省「各種家電製品の省エネ対策による効果試算」から》

家庭でいちばん電気を消費するものは？

家庭では、電気の約7割がエアコン、冷蔵庫、照明器具、テレビの4つに使われています。消費電力量の多い機器にきちんと対応することが、節電効果を高めるポイントになります。



《出所 資源エネルギー庁平成16年度電力需要の概要》

待機時消費電力を減らしましょう。

リモコンの指示待ちや時計やモニター表示などの機能表示、さらにコンセントにプラグがささっているだけでながれてしまう電気を待機時消費電力といいます。

家庭内で使用する電力量のうち、約6%が待機時消費電力分です。このうちガス温水器などの給湯機器の待機電力消費が約30%を占め、テレビやパソコン、HDD・DVDプレーヤーなどの映像・音響機器の待機電力消費も約25%を占めます。

待機時消費電力を減らすため、家庭用電気製品の主電源をこまめに切るようにしましょう。また、長時間使わない機器はプラグを抜いておきましょう。



これだけでできる節電

電気は貯めておけないエネルギー

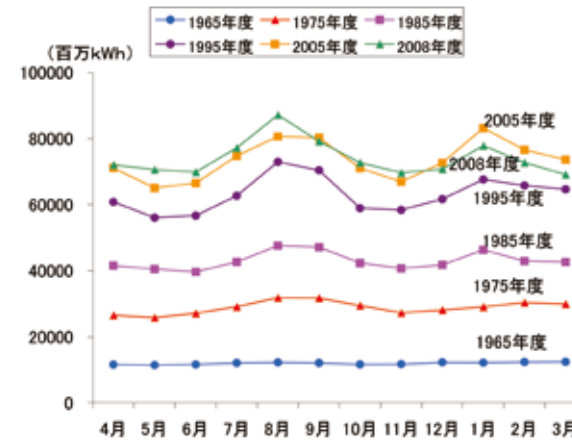
電力の需要は季節や時間帯などにより大きく変化します。しかし、電気は貯めておくことのできないエネルギーです。電力会社は消費量を前もって予測して発電しており、消費量が発電量を上回った場合、突発的に大規模な停電が起こる可能性もあります。

家庭での使用量は約3割

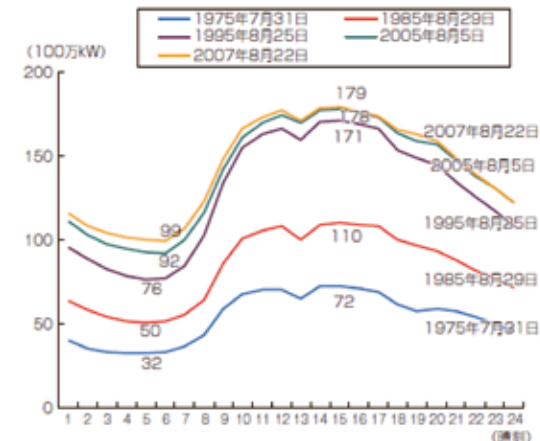
家庭での電力使用量は全電力需要の約3割を占めており、各家庭での節電量は小さくともそれが集まれば大きな節電効果を期待できます。また、ピーク時の電力使用量をみんなで抑えることができれば、さらなる節電効果を発揮します。

一人一人が生活習慣を少し見直すことでできる節電があります。不要・不急の電気は消すなどの小さなことの積み重ねが重要です。

◆1年間の電気の使われ方



◆夏季1日の電気の使われ方



《資源エネルギー庁エネルギー白書 2010 より》

●エアコンの設定温度は適温に

エアコンの設定温度を1℃調整することにより、10%の消費電力を削減できます。さらにフィルターの目詰まりが無い場合、ある場合と比べて6%消費電力を削減できます。



●冷蔵庫は詰め込みすぎないようにしましょう。庫内の温度はまめに調整しましょう。

設定温度を「強」から「中」に変更したときの節電効果は平均11%。このとき、冷蔵室温度は1～2℃、冷凍室温度は2～2.5℃上昇します。

冷蔵庫いっぱい詰め込んだ場合に比べ、2分の1程度とした場合は平均8%の節電効果があります。ドアの開閉を減らし、熱い物は十分冷ましてから入れることも効果あり。