

その他の対策メニュー

チェック

- エアコン** フィルターを定期的(2週間に1回程度)に掃除しましょう。
- 冷蔵庫** 庫内にビニールカーテンを取りつけましょう。
- 電気ポット** お湯はガスコンロで沸かし、ポットの電源は切りましょう。
- 洗濯機** 容量の80%程度を目安にまとめ洗いをしましょう。
- パソコン** 日中、短時間であればノートパソコンの電源を抜いて使いましょう。
- 掃除機** 紙パック式はこまめにパックを交換しましょう。
- ライフスタイル**
 - 節電のための家事スケジュールをたてておきましょう。**

日中(9時~20時)を避けて電気製品を上手に使うため、一日の家事スケジュールを事前にたてておきましょう。
 - 旅行や外出も節電に役立ちます。**

外出時の家庭の電力消費は、在宅時を大きく下回ります。旅行や外出は、有効な節電手法の一つです。
- 節水** **食器のまとめ洗いやシャワー時間の短縮など節水を心がけましょう。**

節水によって、水を送るポンプや上下水道施設の消費電力を減らすことができます。

夏前の準備

○主な電気製品の消費電力を調べてみましょう。

ご家庭で使っている主な電気製品の消費電力を調べてみましょう。電気製品の取扱説明書や本体には年間消費電力量や定格消費電力などが記載されています。

夏にご家庭で使う電気製品の消費電力を推定してみましょう。

エアコン	冷房時消費電力	W	×	台	=	W
冷蔵庫	年間消費電力量に0.3を掛けた値	W	×	台	=	W
テレビ	年間消費電力量に0.6を掛けた値	W	×	台	=	W
照明1	定格消費電力	W		個	=	W
照明2		W		個	=	W
照明3		W		個	=	W

※計算した値はあくまで目安の値になります。

○省エネ家電に買い替えましょう。

最新型の電気製品は消費電力が少なく、買い替えると大きな節電効果があります。統一省エネラベルを参考に省エネ家電を購入しましょう。(ただし、お使いの電気製品をより大型のものに替えると消費電力が増えることもありますのでご注意ください。)

○白熱電球を電球形蛍光灯やLED電球に交換しましょう。

白熱電球1個(60形の場合:54W)は、最新式の32V型液晶テレビとほぼ同じ電力を消費します。

白熱電球を電球形蛍光灯(12W)に交換することで42W、LED電球(8W)なら46W程度節電することができます。

統一省エネラベル

