

# 夏に家庭でできる節電対策

## 【今夏における節電ご協力のお願いについて】

- 今夏も厳しい需給見通しであることを踏まえ、お客さまには、少なくとも、昨夏お取組みいただいた節電を目安に、生活・健康や生産・経済活動に支障のない範囲で可能な限り、節電にご協力いただきますようお願いいたします。
- 特に、猛暑日となることが予想される場合などには、体調に十分ご留意の上、今一度、お客さまの身の回りで出来る節電をご確認いただき、一層の節電（空調の一時停止、照明の消灯等）へのご協力をお願いいたします。

### 〔ご協力いただきたい期間・時間帯〕

・期間：平成27年7月1日（水）～9月30日（水）の平日（お盆期間8/13～8/14を除く）

・時間帯：9時～20時

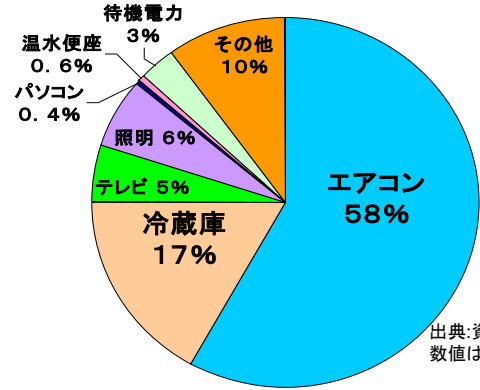
※特に電力需要が高くなる時間帯（13時～17時）は、重点的な節電へのご協力をお願いいたします。

## 1 夏の日中（14時頃）の消費電力（全世帯平均）

14時頃には、在宅世帯平均で約※1,200Wの電力が消費されており、そのうちエアコンの使用量が半分以上を占めています。

※1,200Wの電力を1時間使うと、1.2kWhの使用量になります

外出中のご家庭でも、冷蔵庫、温水洗浄便座、待機電力などにより、平均で約340Wの電力が消費されています。



出典：資源エネルギー庁推計  
数値は最大需要発生日を想定

## 2 夏の家電別節電対策メニュー（省エネ行動と月間省エネ効果）

○ 昨年の夏場の使用量実績 (7月 ※420 kWh)・・・E ※モデル家庭：従量電灯B、契約容量40A、使用量420kWh/月

○ 下記のA+B+C+D削減使用量 ( 42 kWh )・・・F

○ F÷E **10%程度の削減** **約950円/月の節約**

### A. エアコン

#### ① 設定温度を1℃上げる

外気温度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)

削減率	削減使用量	削減額
1.9%	8.1 kWh	約183円

#### ② フィルターを月に1回か2回清掃

フィルターが目詰まりしているエアコン(2.2kW)とフィルターを清掃した場合の比較

削減率	削減使用量	削減額
2.0%	8.6 kWh	約195円

(参考)  
扇風機と併用すると早く涼しく感じます

計	削減率	削減使用量	削減額
	3.9%	16.7 kWh	約378円

※【算定根拠】 運転期間：冷房期間 3.6ヶ月(6月2日～9月21日)112日

### B. 冷蔵庫

#### ① 温度設定を「強」から「中」へ

#### ② 壁から適切な間隔で設置

上と両側が壁に接している場合と、片側が壁に接している場合との比較

#### ③ ものを詰め込み過ぎない

詰め込んだ場合と、半分にした場合との比較

削減率	削減使用量	削減額
1.2%	5.1 kWh	約115円

削減率	削減使用量	削減額
0.9%	3.8 kWh	約86円

削減率	削減使用量	削減額
0.9%	3.7 kWh	約84円

計	削減率	削減使用量	削減額
	3.0%	12.6 kWh	約285円

※冷蔵庫400Lで試算

### C. テレビ

#### ① テレビを見ないときは消す

1日1時間液晶テレビ(20インチ)を見る時間を減らした場合

削減率	削減使用量	削減額
0.3%	1.25 kWh	約28円

#### ② 画面の輝度を、大→中に調節した場合(プラズマ32インチ)

削減率	削減使用量	削減額
1.1%	4.45 kWh	約101円

計	削減率	削減使用量	削減額
	1.4%	5.7kWh	約129円

### D. 照明

#### ① 白熱電球から電球形蛍光灯に取り替える

54Wの白熱電球から12Wの電球形蛍光灯に交換した場合

削減率	削減使用量	削減額
1.7%	7 kWh	約158円

(参考)

計	削減率	削減使用量	削減額
	1.7%	7kWh	約158円

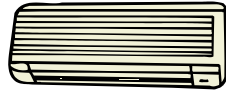
#### 電球の寿命

- ・白熱電球60型54W 約1,000時間
- ・電球形蛍光灯12W 約6,000時間
- ・LED6.9W 約40,000時間

# 節電のまめ知識（家電などの上手な使い方）

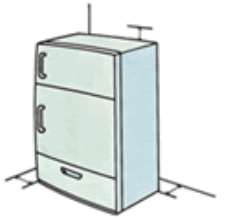
## エアコン

- 設定温度は28℃を目安に。
- 運転時間を1時間減らす。
- 扇風機を併用して空気の流れを循環させる。
- 外出時は、カーテンを閉めて室温上昇を抑える。
- タイマーを活用し、運転時間を減らす。
- 外出や就寝する10分前には消す。
- フィルターは月に1、2回掃除を。
- 室外機にも日除けを。また、吹出口近くに物を置かない。



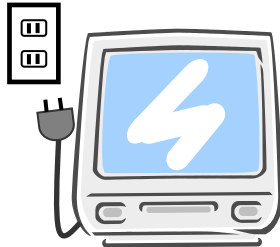
## 冷蔵庫

- 設定温度を中～弱に。
- 扉の開閉を少なく。
- 開閉時間を短くするため整理整頓を。
- 庫内での物の定位置を決めておく。
- 保冷カーテンを利用する。
- 熱いものは十分冷ましてから入れる。
- プラスティックトレイなどを利用し、出し入れをスムーズに。
- 壁から5cm程度間隔を空けて置く。  
(間隔を空けなくてもよいタイプもあります)



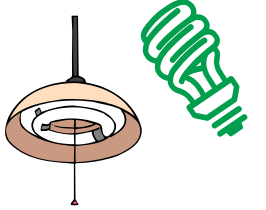
## テレビ

- 消す時は主電源を切る。
- 見てない時はこまめに消す。
- テレビ画面の明るさを調整。
- 音量を抑える。
- 画面のほこりをこまめに取る。(明るさキープ)
- タイマー機能を活用。(点けっぱなし防止)



## 照明器具

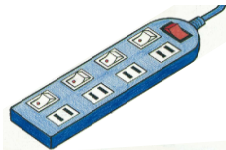
- LEDは点灯の繰り返しにも強いので、オンオフが多いトイレ・洗面所・浴室に使用。
- 長時間使用する照明もLEDへ。
- 照明器具の汚れやホコリを取る。(明るさアップ)
- 廊下、階段など誰もいない箇所の照明は消す。



## 待機電力

### 待機電力の多い主な家電製品

- デSKTOP PC
- パソコン周辺機器
- HDDレコーダー
- 冷暖エアコン
- 液晶テレビ 0.4W
- テレビゲーム 2.4W

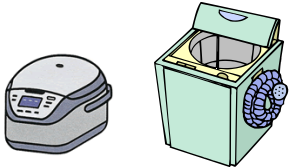


出典：(財)省エネルギーセンター

家庭で消費する電力のうち、年間6%が待機時消費電力です。  
待機時消費電力は、見逃せない省エネの大敵です。  
使用していない機器はプラグを抜くか、スイッチ付きタップを利用して待機電力をカットしましょう。

## タイマーの活用

- 炊飯は早朝、洗濯は早朝や夜間にタイマーを活用して済ませる。



補足：詳しくは各機器の取扱説明書をご覧ください。

## その他

### 夜寝るまでは1部屋で家族団らん。

- 温湿度計を置き、常にチェック。(冷やしすぎ防止)
- 温水洗浄便座の温度は低めに。(フタも閉める)
- 掃除の前には部屋の片付けを。簡単な掃除は、ほうきや雑巾がけで。(掃除機の使用時間短縮)
- 洗濯物はまとめ洗いを。(容量の8割を目安に)
- 打ち水をしたり、窓によしずをかけたたりも効果的。
- 窓辺でヘチマやゴーヤ、朝顔などのつる性の植物を育てて、グリーンカーテンを作ると日射しを遮ることができ、室温上昇を抑えることもできます。

### 家の中での熱中症にご注意ください

- 無理な我慢はせず、エアコンや扇風機を上手に利用しましょう。
- 涼しい衣服を着るなど衣類で調整しましょう。
- こまめに水分補給に心がけましょう。

