8月1日は「夏の省エネ総点検の日」です

この夏、家族みんなで省エネに取り組みませんか

地球と家計にやさしい暮らしを

私たちの暮らしは、たくさんのエネルギー消費に支えられています。しかし、エネルギーには限りがあり、地球温暖化など環境への悪影響も現れています。八月一日は「夏の省エネ総点検の日」です。省エネは、エネルギーの節約や地球温暖化を防ぐとともに、家計の節約にもつながります。この夏、家族みんなでライフスタイルを見直してみませんか。

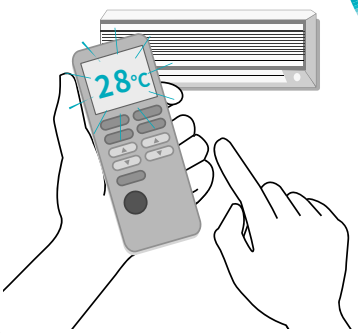
小さな工夫で大きな効果

家庭でできる節電のコツ

家電製品などの使用で省エネできることを、電気使用量と金額で見てみましょう。
（資料＝経済産業省　資源エネルギー庁）
※数値はあくまでも目安です。

エアコンの設定温度は28℃に

1カ月の節電効果
およそ
4 kWh
（約101円）



冷房温度を1℃上げた場合

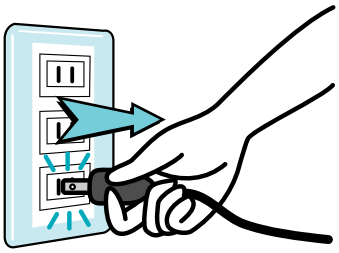
電灯は蛍光ランプに交換し、こまめに消灯

1カ月の節電効果
およそ
20 kWh
（約453円）

54Wの白熱電球から15Wの電球型蛍光ランプに3つ交換し、使用時間を1時間短縮した場合

使わない電化製品はコンセントから抜く

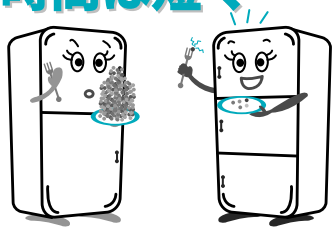
1カ月の節電効果
およそ
14 kWh
（約316円）



使わない電化製品のプラグをコンセントから抜いた場合

冷蔵庫は中身を整理し、開ける回数は少なく、時間は短く

1カ月の節電効果
およそ
8 kWh
（約192円）



冷蔵庫に詰め込みすぎず、開閉を少なくし、開けている時間を短縮した場合

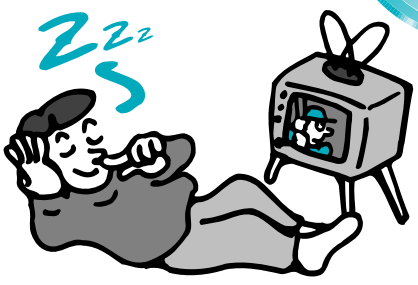
電気ポットのお湯は保温せず、使うたびに沸騰させる

1カ月の節電効果
およそ
9 kWh
（約203円）

保温状態にした場合と、使用の都度、再沸騰させた場合との比較

テレビは見ないとき消す

1カ月の節電効果
およそ
3 kWh
（約77円）



テレビをつける時間を1日1時間短縮した場合