

2022 年度の電力需給の見通しと節電のご協力をお願いについて

2022 年 6 月 17 日
電気事業連合会
送配電網協議会

今年度の非常に厳しい電力需給の見通しを踏まえ、国の審議会でその対策の検討が進められ、本年 6 月 7 日、政府の「電力需給に関する検討会合」において、今年度の電力需給の見通しと総合的な対策がとりまとめられました。

今年度の電力需給について、夏は東北・東京・中部エリアで 7 月の予備率が 3.1%と安定供給に最低限必要な予備率 3%をわずかに上回る非常に厳しい見通しとなるとともに、冬は東京から九州にかけての 7 エリアで予備率 3%を下回るなど、東日本大震災以降で最も厳しい見通しとなりました。加えて、ここ数年の需要の増加傾向や、ウクライナ情勢の影響による燃料調達リスクの高まりを踏まえると、電力需給の見通しは極めて厳しく、予断を許さない状況にあると認識しております。

そのため、私どもとしても、まずは当面の厳しい需給状況を乗り越えるべく、設備トラブルによる供給力の減少リスクに備え、適切な設備保全や燃料確保に努めるほか、kW 公募や kWh 公募といった追加の供給力確保策に加え、需要面では節電を呼びかけるとともに、ディマンドレスポンスの普及拡大に向けた検討を進めるなど、需給両面で最大限の取り組みを行ってまいります。

皆さまには、無理のない範囲でできる限りの節電にご協力いただきますようお願いいたします。

2022 年度夏季の電力需給見通し※ (単位：%)

	北海道	東北	東京	中部	北陸	関西	中国	四国	九州	沖縄
7 月	21.4	3.1			3.8				28.2	
8 月	12.5	4.4				22.3				
9 月	23.3	5.6				19.7				

※ 10 年に一度の猛暑を想定した需要に対する予備率
(6/7 電力需給に関する検討会合資料より作成)

<別紙>省エネ・節電お役立ち情報

<参考>電気事業連合会「省エネ・節電お役立ち情報」

<https://www.fepc.or.jp/sp/powersaving/index.html>



以上

省エネ・節電

お役立ち
情報

みなさんのご家庭でできる

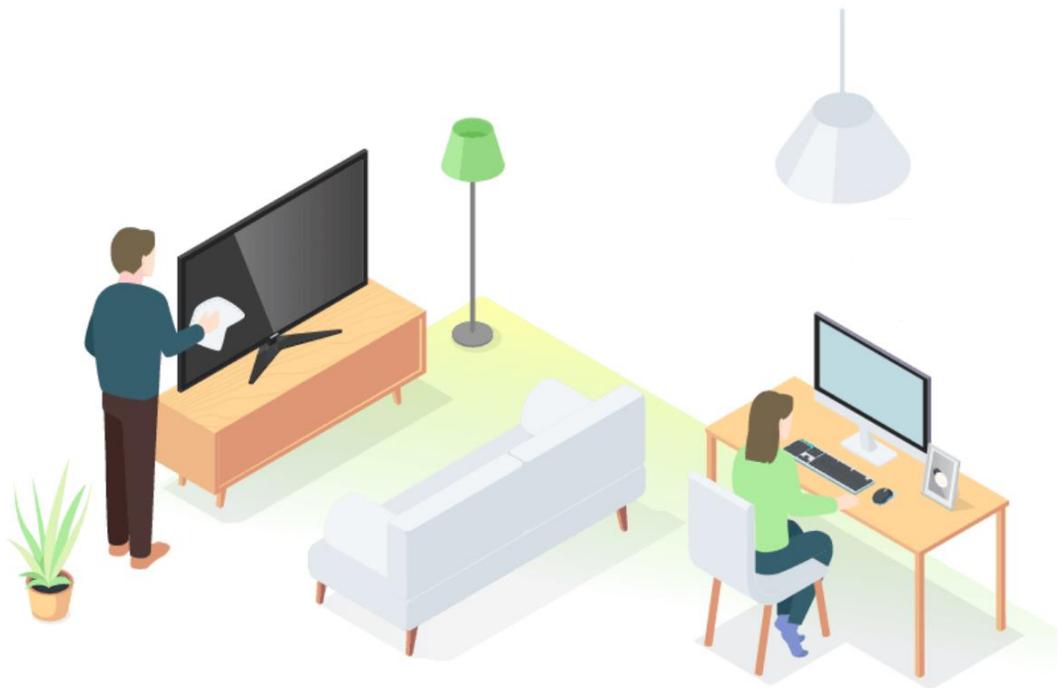
効果的な省エネ・節電の方法の一例をご紹介します。

詳しくはHPをご覧ください。

power saving & ecology

すぐにできる省エネポイント

- 涼しい場所をみんなでシェアするクールシェアリングに取り組む。
- 電気製品の無駄な使用を控える。
- 省エネモードがある電気製品は、省エネモードで使用する。
- 使用していない電気製品のプラグはコンセントから抜く。



効果的な家電の使い方

※消費電力の削減量、CO₂の削減量、節約金額は年間での影響

エアコン

夏の冷房時の室温は28℃を目安に

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
（冷房期間 3.6か月（6月2日～9月21日）112日、使用時間：9時間/日）

⚡ 消費電力の削減量 30.24kWh

🌿 CO₂の削減量 14.8kg

→約820円の節約

フィルターを月に1回か2回清掃

フィルターが目詰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

⚡ 消費電力の削減量 31.95kWh

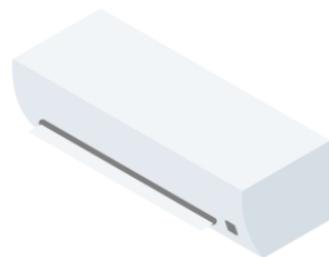
🌿 CO₂の削減量 15.6kg

→約860円の節約



冷房時の工夫

ドア・窓の開閉は少なく、レースのカーテンやすだれなどで日差しをカットしましょう。外出時は、昼間でもカーテンを閉めると効果的です。また、扇風機を併用しましょう。風をカラダにあてることで、控えめな設定温度でも涼しく感じることができます。



冷蔵庫

ものを詰め込みすぎない

詰め込んだ場合と、半分にした場合の比較

⚡ 消費電力の削減量 43.84kWh

🌿 CO₂の削減量 21.4kg

→約1,180円の節約

設定温度は適切に

設定温度を「強」から「中」にした場合
（周囲温度22℃）

⚡ 消費電力の削減量 61.72kWh

🌿 CO₂の削減量 30.1kg

→約1,670円の節約



熱いものは冷ましてから保存

麦茶やカレー、シチューなど温かいものをそのまま冷蔵庫に入れていませんか？庫内の温度が上がり、冷やすのに余分なエネルギーを消費してしまうため、冷ましてから入れましょう。



テレビ



テレビを見ないときは消す

- 液晶の場合

1日1時間テレビ（32V型）を見る時間を減らした場合

⚡消費電力の削減量 16.79kWh

🌿CO₂の削減量 8.2kg

→約450円の節約

画面は明るすぎないように

- 液晶の場合

テレビ（32V型）の画面の輝度を最適（最大→中間）にした場合

⚡消費電力の削減量 27.10kWh

🌿CO₂の削減量 13.2kg

→約730円の節約



明るさ調節する前に、画面の掃除を

テレビ画面は静電気でホコリを寄せ付けるので汚れやすいです。一週間に一度のペースで掃除をしましょう。

洗濯機

洗濯物はまとめ洗いを

少量の洗濯物を毎日洗うよりも、洗濯機の容量に合わせて、洗濯回数を少なくしたほうが省エネにつながります。

定格容量（洗濯・脱水容量：6kg）の4割を入れて洗う場合と、8割を入れて洗う回数を半分にした場合の比較

⚡消費電力の削減量 5.88kWh

→約160円の節約

💧水道の節水量 16.75m³

→約4,360円の節約

→合計 約4,510円の節約

※四捨五入の関係で合計が合わない場合があります。



すすぎのモード

すすぎは注水すすぎより、ためすすぎを使用しましょう。



省エネ家電の選び方

家電の省エネ性能は日々進歩しており、より効率のいい製品に買い替えるということも選択肢の一つです。省エネ家電の性能が一目で分かる2つの「ラベル」をご紹介します。

緑の「e」にご注目！
「省エネルギーラベル」



メーカーがカタログや家電本体、包装などに表示する「省エネルギーラベル」は、省エネ法で定めた省エネ性能の向上を促すための目標基準（トップランナー基準※）の達成度合いをラベルに表示するものです。

※トップランナー基準：設定時点において最も省エネ性能に優れる製品をさらに上回るように決められた基準

省エネ性マーク

目標基準を達成した（省エネ基準達成率100%以上）製品にはグリーン色のマークを表示し、未達成（100%未満）の製品にはオレンジ色のマークを表示します。

省エネ基準達成率

その製品が目標基準値を、どの程度達成しているかを%で示します。

エネルギー消費効率

エネルギー消費効率は、機器ごとに定められた測定方法によって得られた数値です。消費電力あたりの明るさなどの効率で表すものや年間消費電力量のようにエネルギーの消費量で表すものがあります。

目標年度

目標年度は目標基準を達成すべき年度で、機器ごとに設定されています。

この家電は星いくつ？
「省エネ統一ラベル」



①多段階評価点

市場における家電の省エネ性能の高さを5.0～1.0の多段階で表示しています。

②省エネエネルギーラベル

③年間の目安電気料金

この家電を1年間使用した場合の目安電気料金を表示しています。

販売店が家電本体やその近くに表示する「統一省エネラベル」は、星の数で省エネ性能を表しているほか、「省エネエネルギーラベル」や年間の目安電気料金も表示しています。「統一省エネラベル」が表示される製品は、エアコン、冷蔵庫、冷凍庫、液晶テレビ、電気便座、照明器具です。

電気事業連合会

詳細はこちら→

