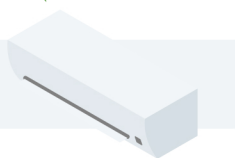


省エネ・節電 お役立ち情報

冷暖房

エアコン



クールシェアリング・ウォームシェアリング

複数台のエアコン使用を抑え、空調の効いた1か所に集まって過ごす「クールシェアリング」「ウォームシェアリング」で電気の使用量を抑えることができます。

冷房時の工夫

日中は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、扇風機を併用することで、控えめな設定温度でも涼しく感じます。

暖房時の工夫

厚手のカーテンを使用しましょう。長いカーテンの方が効果的です。また、扇風機を併用することで、控えめな設定温度でも効率的に暖まります。※適宜、換気をしましょう。

室外機のまわりに物を置かない

冷暖房の効果が下がってしまう原因になります。

電気こたつ



上半身にはカーディガンを

こたつは上半身が寒くなりがちです。カーディガンなどを1枚多めに着込むことが温かさのポイントです。暖房機器を併用する場合は、温度設定を控えめにしましょう。

電気カーペット



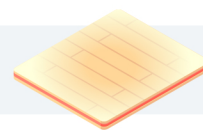
断熱マットで効率アップ

熱が床に逃げて暖房効率が下がらないよう、電気カーペットの下に断熱マットなどを敷きましょう。

人のいない部分は、温めない

分割して温める機能を備えているものもあります。人のいない部分はOFFに設定しましょう。

床暖房



床暖房の上手な使い方

床暖房は室温を低めに設定し、就寝や外出の約30分前にスイッチを切るようにしましょう。床暖房の上には、カーペットやラグマットなどを使わない方が効果的です。



省エネ効果をチェック!



対象	チェック	省エネ行動	消費電力削減量/CO ₂ 削減量*	節約額(年間)**
エアコン	<input checked="" type="checkbox"/>	夏の冷房時の設定温度は控えめに <small>外気温度31°Cの時、エアコン(2.2kW)の冷房設定温度を27°Cから28°Cにした場合(使用時間:9時間/日)</small>	30.24kWh/14.8kg	約 940円
	<input checked="" type="checkbox"/>	冬の暖房時の設定温度は控えめに <small>外気温度6°Cの時、エアコン(2.2kW)の暖房設定温度を21°Cから20°Cにした場合(使用時間:9時間/日)</small>	53.08kWh/25.9kg	約 1,650円
	<input checked="" type="checkbox"/>	冷房は必要なときだけつける <small>冷房を1日1時間短縮した場合(設定温度:28°C)</small>	18.78kWh/9.2kg	約 580円
	<input checked="" type="checkbox"/>	暖房は必要なときだけつける <small>暖房を1日1時間短縮した場合(設定温度:20°C)</small>	40.73kWh/19.9kg	約 1,260円
	<input checked="" type="checkbox"/>	フィルターを月に1回か2回清掃 <small>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</small>	31.95kWh/15.6kg	約 990円
電気カーペット	<input checked="" type="checkbox"/>	広さに合った大きさを <small>室温20°Cの時、設定温度が「中」で1日5時間使用した場合、3畳用のカーペットと2畳用のカーペットとの比較</small>	89.91kWh/43.9kg	約 2,790円
	<input checked="" type="checkbox"/>	設定温度は低めに <small>3畳用で、設定温度を「強」から「中」にした場合(1日5時間使用)</small>	185.97kWh/90.8kg	約 5,770円
電気こたつ	<input checked="" type="checkbox"/>	こたつ布団に上掛と敷布団をあわせて使う <small>こたつ布団だけの場合と、こたつ布団に上掛けと敷布団を併用した場合の比較(1日5時間使用)</small>	32.48kWh/15.9kg	約 1,010円
	<input checked="" type="checkbox"/>	設定温度は低めに <small>温度調節を「強」から「中」に下げた場合(1日5時間使用)</small>	48.95kWh/23.9kg	約 1,520円

※ここでご紹介している節約額、CO₂削減量は下記を参考に算出した目安値であり、電気料金単価やCO₂排出係数は、お使いの電力小売事業者や料金メニューによって異なります。実際の電気料金単価やCO₂排出係数については現在契約している料金メニューの単価や電気小売事業者からの発信情報等をご確認ください。
 電気料金：電気料金:31円/kWh【令和4年7月公益社団法人 全国家庭電気製品公正取引協議会 新電力料金目安単価(税込)】
 CO₂排出係数：0.488kgCO₂/kWh【電気事業者別排出係数令和2年提出用「代替値」】

電気事業連合会ホームページ <https://www.fepc.or.jp/sp/powersaving/index.html>

電気事業連合会ホームページでは、より詳細な節電方法のご紹介や省エネ家電の選び方をご紹介しますので是非ご覧ください。

