

# 省エネ・節電 お役立ち情報

## キッチン

### 冷蔵庫



#### 熱いものは冷ましてから保存

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。

#### 庫内の温度設定を適切に

庫内の温度を控えめに設定することで、消費電力を小さくできます。ただし、食品の傷みには注意してください。

### 食器洗い乾燥機



#### 余熱で乾燥させる

洗浄終了後、扉を開けて余熱だけで乾燥させれば省エネにつながります。

#### コースを選択する

食器の点数が少ないときは「少量コース」等を選びましょう。

### 炊飯器



#### 必要な時だけ使用する

長く保温しないようにしましょう。食べる時間にあわせて炊き上がるようにタイマー予約を上手に使いましょう。使わないときは、プラグをコンセントから抜きましょう。

### 電気ポット



#### 保温は低めの温度で

低めの温度で保温して、必要な時にそのつど再沸騰させましょう。長時間使わないときは、プラグを抜きましょう。

#### 省エネタイプの機種を使う

断熱を強化してお湯を冷めにくくすることで、保温時の消費電力量を従来のものより大幅に減らした機種もあります。



# 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 <sub>2</sub> 削減量 <sup>※</sup>	節約額(年間) <sup>※</sup>
冷蔵庫	<input checked="" type="checkbox"/>	<b>ものを詰め込みすぎない</b> 詰め込んだ場合と、半分にした場合の比較	43.84kWh/21.4kg	約 <b>1,360円</b>
	<input checked="" type="checkbox"/>	<b>無駄な開閉はしない</b> 旧JIS開閉試験の開閉を行った場合と、その2倍の回数を行った場合の比較 (旧JIS開閉試験:冷蔵庫は12分ごとに25回、冷凍庫は40分ごとに8回で、開放時間はいずれも10秒)	10.40kWh/5.1kg	約 <b>320円</b>
	<input checked="" type="checkbox"/>	<b>開けている時間を短く</b> 開けている時間が20秒間の場合と、10秒間の場合の比較	6.10kWh/3.0kg	約 <b>190円</b>
	<input checked="" type="checkbox"/>	<b>設定温度は適切に</b> 設定温度を「強」から「中」にした場合(周囲温度22℃)	61.72kWh/30.1kg	約 <b>1,910円</b>
	<input checked="" type="checkbox"/>	<b>壁から適切な間隔で設置</b> 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の比較	45.08kWh/22.0kg	約 <b>1,400円</b>
電気ポット	<input checked="" type="checkbox"/>	<b>長時間使用しないときはプラグを抜く</b> 電気ポットに満タンの水2.2Lを入れ沸騰させ、1.2Lを使用後、6時間保温状態にした場合と、プラグを抜いて保温しないで再沸騰させて使用した場合の比較	107.45kWh/52.4kg	約 <b>3,300円</b>

※ここでご紹介している節約額、CO<sub>2</sub>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CO<sub>2</sub>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CO<sub>2</sub>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)]  
CO<sub>2</sub>排出係数 : 0.488kgCO<sub>2</sub>/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。

