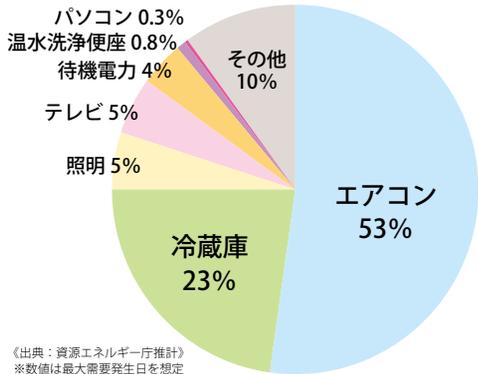


夏の日中の消費電力(14時頃、全世帯平均)



《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
※端数処理の関係で合計は100%になりません

家庭でも**15%**節電を

政府の電力需給緊急対策本部は5月13日、夏期の電力需給対策を決定しました。

家庭でも、7月から9月の平日、9時から20時の使用電力を15%減らそうというものです。

私たち一人ひとり、積極的に節電に取り組みましょう。

家庭の節電対策

夏の日中の消費電力は、エアコンと冷蔵庫が約3/4と大きな割合を占めます。消費電力をたくさん使う家電製品を上手に使い効果的に節電しましょう。



エアコン

夏のピーク時間で最も大きな消費電力を占めるエアコン。設定温度は高めにして、特に平日の9時～20時はできるだけご使用をお控えください。

■設定温度は28℃を目安に
設定温度は高めにしていただきますようお願いいたします。

約10%
削減
設定温度を2度上げた場合

■「すだれ」や「よしず」などを上手に活用

日よけにより窓からの日差しを和らげ、エアコンの消費電力を抑えていただきますようお願いいたします。

約10%
削減

■エアコンを消して扇風機のご使用を

無理のない範囲でエアコンを消して、扇風機をご使用いただきますようお願いいたします。

約50%
削減

■フィルターの掃除はこまめに

フィルターに目詰まりがないか、使用前にチェックし、定期的に(2週間に1回程度)掃除していただきますようお願いいたします。

※除湿運転やエアコンの頻繁なオンオフは消費電力の増加になるのでご注意ください。



冷蔵庫

エアコンの次に電力を消費している冷蔵庫。設定温度の再確認や使用方法を工夫してお使いいただけますようお願いいたします。

■設定温度の再確認を
「強」の場合は「中」へ変更していただきますようお願いいたします。

■詰め込みすぎに注意
庫内は、詰め込みすぎないようにお願いいたします。

約2%
削減
右の3つを取り組んで

■扉の開け閉めは、短く、少なく

普段から庫内を整理して、開閉の回数や回数を減らしていただきますようお願いいたします。



照明

普段使っている照明や電気製品も、使い方を工夫することで、確実に消費電力を抑えることができます。

■照明はこまめに消灯を
日中は照明を消して、夜間も照明をできるだけ減らしていただきますようお願いいたします。

約5%
削減

■待機電力を減らすことも節電のポイント

リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切り、長時間使用しない機器についてはコンセントからプラグを抜いていただきますようお願いいたします。

約2%
削減

電球形蛍光灯ランプや電球形LEDランプに交換すると節電に

白熱電球をご使用の場合、
●電球形蛍光灯ランプに替えると約1/5
●電球形LEDランプに替えると約1/7
節電することができます

《資料提供 東京電力》
詳しい節電情報は東京電力ホームページにあります。
<http://www.tepco.co.jp/setsuden/>

**熱中症に
注意してください**
水分をこまめに補給し、
体調に注意しながら無理
のない範囲で、節電にご
協力をお願いします。



- ・ 緑のカーテンを育てる
- ・ 打ち水をする
- ・ すだれで日陰をつくる
- ・ ゴザや籐を利用する
- ・ 庭やバルコニーに緑を
- ・ 遮熱フィルムを貼る
- ・ 寝具を工夫する

暮らしの中の涼