

掃除機は、「じゅうたん(強)、床・畳(弱)」など、用途によって設定を変更しよう。エアコンのフィルターも月に2回くらい、こまめに掃除。ほこりがたまると、冷房効率が下がって、消費電力が大きくなるんだって。

冷蔵庫の開け閉めはできる限り短く少なく！内側にビニールカーテンなどをつけると、冷気が逃げないよ。

💡玄関・洗面所などの電球をLEDに取り替えると、1時間当たり47Wh、1日3時間使用で**141Wh** 節電。

💡冷蔵庫に物を詰め込み過ぎないことも節電に！冷蔵庫内の設定温度「中」で、物をいっぱいに入れた場合と半分の量を入れた場合の1日当たりの消費電力の差は、**119Wh**。



1日の中でも、午後2時は消費電力量が最大に！この時間の電気の使用をなるべく抑えるようにしましょう。

💡電気ポットの保温中の消費電力は、1時間当たり20Wh。日中の保温をやめると、4時間で**80Wh** 節電。

💡ゲームの利用時間をいつもよりも1時間減らして**18Wh** 節電。

IH炊飯器(5.5合炊き)の保温中の消費電力は、1時間当たり15Wh。4時間以上保温する場合は、別の容器に移し、電子レンジで温め直す方が節電になるよ。

💡ノート型パソコンの利用時間をいつもより1時間減らして**25Wh** 節電。



💡エアコンの利用時間を1時間減らすと**168Wh** の節電。設定温度を27℃から1℃上げて28℃にすると、1時間当たり30Wh、12時間で**360Wh** の節電。

扇風機の消費電力は、エアコンの約1/4！エアコンで冷やして、扇風機を活用しよう。



簡易電力計 貸し出します

リアルタイムで家電製品の消費電力を計測できます。機器は、1週間無料で貸し出します。詳しくは、環境政策課にお尋ねください。





早めの起床！
早寝早起きは節電
にもつながるし、
健康にもいいね！



💡お出かけ前のドライヤー
(1,200W)。利用時間を1回当
たり3分短くして60Wh、4人
で240Whの節電。

💡室内照明(6~8畳)の消
費電力は、1時間当たり
64Wh。自然光を活用して、
6時間で384Whの節電。

今日から始めよう！ 家庭の節電

今年の夏は、各家庭で15%・約1,935Whの節電が目標！！

環境政策課 ☎224-5723

電力の供給不足が心配される今年の夏。生活の中で無くてはならない電気は、家庭でちょっとしたことに気をつけると、市内全体として大きな節電につながります。

1日に家庭で使用される電力は、平均12,900Wh。どのようなことに気をつければ目標が達成できるか、ある家族の節電対策を例に考えてみましょう！

*ワット数は目安です。

ドライヤー	240Wh
照明	384Wh
LED	141Wh
冷蔵庫	119Wh
電気ポット	80Wh
ゲーム	18Wh
パソコン	25Wh
エアコン (利用時間)	168Wh
エアコン (設定温度)	360Wh
テレビ	94Wh
待機電力	309Wh

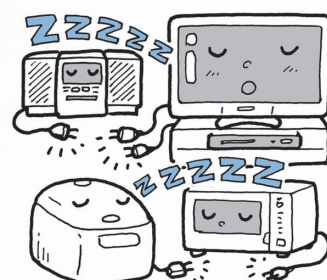
1日の合計 1,938Wh

目標
達成！！

💡早めの就寝。
使用していない家電製品は、
主電源のスイッチオフやプ
ラグをコンセントから抜く
ことを徹底！ これで待機
電力が309Wh節電。



💡テレビ(液晶32V型)を
見る時間をいつもより1時
間減らして94Wh節電。



待機電力あれこれ
テレビ・パソコン・炊
飯器・オーディオ機器・
使っていないエアコン・
温水洗浄便座・etc