



冬季の省エネ・節電にとりくみましよう！

2022冬号



グラフで見る家庭の消費電力



冬場の家庭では、エアコン・電気カーペット・石油ファンヒーター・給湯器等に多くの電気が使われています。

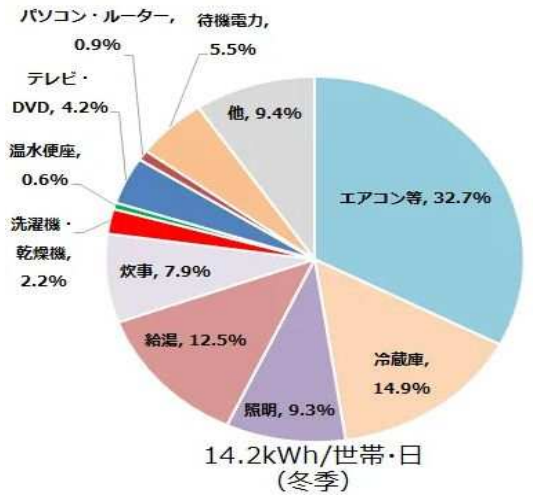
そのため、各家電製品ごとに省エネの取組を行うことがポイントです。

また、今冬の電力の予備率は、安定供給に最低限必要な3%を上回る見通しですが、今夏と同様に予断を許さない状況が続くものと思われます。

日本の全世帯で1%節電すれば、コンビニエンスストア約1万5000店分の1日の消費電力を削減できます。

みんなで、「無理のない範囲での省エネ・節電」に取り組みましよう。

家庭における家電製品の一日での電力消費割合



出典：資源エネルギー庁
平成30年度電力需給対策広報調査事業の結果より作成



家庭でできる省エネ！

～ 無理のない省エネ節約 ～



©鹿児島県ぐりぶ

エアコン(暖房)



- 冬の暖房は、室温20°Cを目安に！
- ドア・窓の開閉を少なく！（※適宜、換気をしましょう。）
- 厚手のカーテンを利用！

☆節電効果☆

- ◇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(外気温6°C)
- 約1,650円の節約(年間)

ガス・石油ファンヒーター



- 冬は室温20°Cを目安に！
- 上着等で体感温度アップ！（カーディガン:+2.2°C, ひざ掛け:+2.5°C）

☆節電効果☆

- ◇1日1時間運転を短縮した場合(設定温度:20°C)
- ガスファンヒーター 約2,150円の節約(年間)
- 石油ファンヒーター 約1,470円の節約(年間)

照明・テレビ



- 電球を交換！（白熱電球→LED等へ）
- テレビを見ないときは主電源をオフ！

☆節電効果☆

- ◇1日1時間テレビ(液晶32V型)を見る時間を減らした場合
- 約520円の節約(年間)
- ◇54Wの白熱電球から9Wの電球形LEDランプに交換
- 約2,790円の節約(年間)

ガス給湯器・風呂給湯器



- 食器を洗うときは低温に設定！
- シャワーは不必要に流したままにしない！

☆節電効果☆

- ◇65Lの水道水を使い、設定温度を40°Cから38°Cに下げ1日2回手洗いした場合 → 約1,430円の節約(年間)
- ◇45°Cの湯を流す時間を1分間短縮した場合
- 約3,210円の節約(年間)

この冬季
コロナ禍でも
ひと工夫 

ご家庭でも省エネに 取り組みましょう



寒い冬は、エネルギーの使用が増える季節です。

この冬は特に、感染症予防の影響で、ご自宅で過ごす時間が多くなると考えられます。少しの工夫でできる省エネへの具体的な取り組みをご紹介します。ぜひご家族みんなで取り組んでください！

冷蔵庫



自宅での食事が増えると、冷蔵庫の中のものも増え、冷やすための電気も増加します。

- ❗ 冷蔵庫の温度設定を確認しましょう。(強から中や弱にする)
- ❗ 冷蔵室は、庫内が均一に冷えるように、常温保存できるものは冷蔵庫から出したりしながら、隙間を空けて食品を入れましょう。

※食品の備にも注意

暖房



暖房をつける時間も長くなります。

- ❗ 暖まった空気を循環させたり、厚手のカーテンや床まで届く長いカーテンを使用して、暖房効果を高めましょう。また、フィルターの清掃も有効です。
- ❗ ひざ掛けを使って過ごすなどのウォームビズを実践しましょう。

照明



在宅時間が増え、冬は日照時間も短いので、照明を多く使います。

- ❗ 不要な照明はこまめに消灯したり、思い切ってLEDに変えることも考えてみましょう。

パソコン



テレワークによりパソコンの使用時間が長くなります。

- ❗ 「ディスプレイの電源を切る」や「PCをスリープ状態にする」の時間を短くしたり、画面の輝度を下げるなど、設定を確認しましょう。

テレビ



テレビをつける時間も長くなりがちです。

- ❗ 視聴しない時はこまめに消したり、画面の設定を確認して、部屋の明るさに合わせた適切な明るさで視聴しましょう。

お風呂



寒い冬には、ゆっくりとお風呂につかることも多くなり、追い炊きの機会も増えます。

- ❗ 間隔をあけずに入浴したり、間隔をあける場合でもフタをして浴槽にためたお湯の熱を逃がさないようにしましょう。

温水洗浄便座



トイレに行く機会も増え、冬は暖房便座を使用する家庭も多くなります。

- ❗ 放熱防止のために、フタの閉め忘れが無いように心がけましょう。お出かけ前や就寝前はタイマーなどの節電モードを上手に使いましょう。

「うちエコ診断」などを活用し、年間のエネルギー使用量や光熱費などの情報をもとに、お住まいの気候やご家庭のライフスタイルに合わせた省エネ対策を検討してみましょう。

 **家庭エコ診断制度**


関連情報はこちら



省エネポータルサイト
「無理のない省エネ節約」
(資源エネルギー庁)



スマートライフ おすすめBOOK
(一般財団法人 家電製品協会)

 経済産業省
資源エネルギー庁

 環境省

地球環境を守るかごしま県民運動推進会議

【事務局】 鹿児島県環境林務部地球温暖化対策室 (TEL: 099-286-2586)
鹿児島県地球温暖化防止活動推進センター (TEL: 099-284-6013)