

冬の節電

期間 3月31日まで
目標 5%以上の削減

※対前年度同時期
特に12/26～2/3の平日
午前8時～午後9時
※12/29～1/4を除く

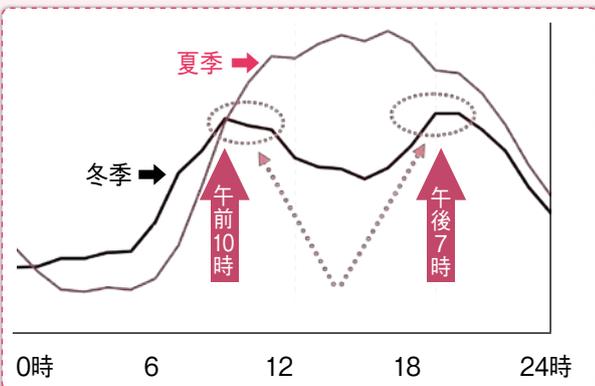
節電は、がまんすることではありません。必要のない時は使わず、エネルギーを効率的に使い無駄づかいを無くしましょう。
家庭でも、冬の節電にご協力をお願いします。

東日本大震災の影響を受け、この冬も電力不足が懸念されており、市では3月までの期間、冬の節電5%以上削減を目指して取り組めます。
ご家庭で使われる電気の約7割は、エアコン・冷蔵庫・照明器具・テレビの4製品で消費されています。これにあわせて季節家電製品の電気カーペットやこたつなど、使い方を工夫することで効率のよい節電省エネが実現できます。

冬の節電に

ご協力ください！

◆◆◆ 冬季の消費電力のピークは、午前10時と午後7時です ◆◆◆



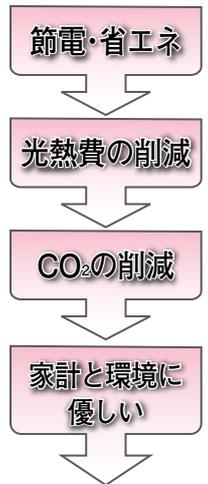
冬季は、午前10時前後と午後7時前後に、暖房や炊事などで電力の需要が増加します。
また、家庭では夕方の需要が全体の4割を占めています。
タイマーを活用するなどして、炊飯・洗濯の時間帯を調整するなど、ご協力をお願いします。



冬の節電・省エネをチェックしてみましょう！！

チェックリストを参考に、冬の節電に継続的に取り組みましょう！

分野	対象	チェック
断熱など	暖房時は、カーテンやブラインドを閉める	
	床に断熱シートやカーペットを敷く	
	すき間テープなどを活用して冷気の侵入を防ぐ	
衣類など	重ね着などで暖かくする	
	湯たんぼ、ひざかけなどを活用する	
暖房	エアコンなどの室温を低め(目安は20℃)に設定する	
	こたつや電気カーペットなど効率のよい部分暖房を活用する	
	暖房時に部屋のドアやふすまを閉め、暖房範囲を小さくする	
	扇風機などを使い、天井付近の温かい空気を室内に循環させる	
	暖房の使用時間を可能な限り短くする(外出30分前に消すなど)	
照明	照明時間・部屋を可能な限り減らし、LED照明などに交換する	
テレビ	テレビを見る時間を少なくする(つけっぱなしにせず、見る番組を絞る)	
保温	電気ポットや炊飯ジャーの保温をやめる	
炊事	圧力鍋などの活用により調理時間を短くする	
	お湯を出しっぱなしで食器を洗わない	
風呂	節水シャワーヘッドを取り付け、使うお湯の量を減らす	
	家族が続けて入り、風呂の追い炊きをしない	
便座	保温便座の温度設定を下げ、使わないときは保温便座のふたを閉める	
車	エコドライブを実践する	





save electricity

冬の家電別節電効果 ※1か月相当

エアコン

外気温度6℃

- ①設定温度を1℃下げる
エアコン(2.2kW)
暖房設定温度を21℃から20℃へ
※使用時間:9時間/日
→ 9.42kWh 約192円
- ②暖房時間を1日1時間短縮
エアコン(2.2kW:設定温度20℃)
→ 7.23kWh 約147円



冷蔵庫

※冷蔵庫400ℓで試算

- ①温度設定を「強」から「中」へ
→ 5.1kWh 約104円
- ②壁から適切な間隔で設置
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との比較
→ 3.8kWh 約77円
- ③ものを詰め込み過ぎない
満杯と半分に整理した場合
→ 3.7kWh 約75円



電気カーペット

室温20℃

- ①3畳用から2畳用へ変更
設定温度「中」
1日5時間使用した場合
→ 15.96kWh 約325円
- ②設定温度を「強」から「中」へ
3畳用の場合
※使用時間:5時間/日
→ 33.01kWh 約671円



※省エネルギーセンターの省エネ試算値を基に九州電力の従量電灯B・電力量料
金(121kWh~300kWhの単価20.34円)を適用。(平成20年9月改定)
※エアコン・電気カーペット・こたつの運転・暖房期間5.5か月、169日

こたつ

室温15℃

- ①上掛けと敷布団を併用使用
温度設定「強」
こたつ布団だけと、
上掛けと敷布団を併用して使用
※使用時間:5時間/日
→ 5.77kWh 約117円
- ②設定温度を「強」から「中」へ
※使用時間:5時間/日
→ 8.69kWh 約177円



上手な節電に取り組みましょう!!

エアコン

- ・設定温度は20℃を目安に
- ・フィルターは月に1、2回掃除
- ・カーテンや断熱フィルムなどで、窓の冷気を遮断
- ・タイマーを活用し、運転時間を減らす
- ・外出や就寝する10分前には消す
- ・扇風機で暖かい空気を循環させる



冷蔵庫

- ・設定温度を中~弱にセット
- ・扉の開閉を少なくする
- ・開閉時間を短くするために庫内を整理整頓
- ・熱いものは十分冷ましてから入れる
- ・壁から5cm程度隙間を空けて置く



電気カーペット

- ・分割機能を活用し、使う所だけスイッチON
- ・下に断熱マットを敷いて放熱を防ぐ

こたつ

- ・上掛けと敷布団を併用して保温効果を上げる
- ・暖まったらスイッチをこまめに切る



照明器具

- ・照明やトイレ・洗面所・浴室にLEDを使用する
- ・照明器具の汚れやホコリを取り除き明るさアップ
- ・廊下、階段など誰もいないときは照明を消す

テレビ

- ・消す時は主電源を切る
- ・見ない時はこまめに消す
- ・テレビ画面の明るさを調整し、音量を抑える
- ・画面のほこりをこまめに取る
- ・タイマー機能を活用しつけっぱなしを防止する



タイマーの活用

- ・炊飯は早朝、洗濯は早朝や夜間に
- 待機電力の多い主な家電製品
- ・デスクトップパソコン、周辺機器
- ・HDDレコーダー
- ・エアコン

その他

- ・温湿度計を置き暖めすぎを防止する
- ・部屋の出入口にのれんを付ける
- ・温水洗浄便座の温度は低めに
- ・部屋を片付け掃除機の使用時間を短縮する
- ・簡単な掃除は、ほうきや雑巾がける
- ・衣類を多めに着て、設定温度を低めに



1部屋で一家団らんを
過ごしましょう!!
暖かいグッズで体感
温度もアップ!!

