

☆ エコを意識した生活をはじめてみませんか ☆

○適温設定にし、必要な時だけ使うようにするとこれだけ変わります。

* 夏の室温は28℃、冬の室温は20℃を目安に。

(外気温度31℃の時、エアコン(2.2kW)の冷房設定温度を27℃から28℃にした場合 使用時間:9時間/日)

・年間で電気30.24kWhの省エネ 約670円節約 CO₂削減量14.7kg

(外気温度6℃の時、エアコン(2.2kW)の暖房設定温度を21℃から20℃にした場合 使用時間:9時間/日)

・年間で電気53.08kWhの省エネ 約1170円節約 CO₂削減量25.9kg



* 冷房、暖房は必要な時だけつける。

(冷房を1日1時間短縮した場合。設定温度28℃)

・年間で電気18.78kWhの省エネ 約410円節約 CO₂削減量9.1kg

(暖房を1日1時間短縮した場合。設定温度20℃)

・年間で電気40.73kWhの省エネ 約900円節約 CO₂削減量19.8kg



* 入浴は間隔をあけずに。

(2時間放置により4.5℃低下した湯200Lを追い焚きする場合。1回/日)

・年間でガス38.20m³の省エネ 約6530円節約 CO₂削減量87.0kg

出典:経済産業省 資源エネルギー庁「無理のない省エネ節約」

(電気 22円/kWh 0.487kgCO₂/kWh、ガス 171円/m³ 2.277kgCO₂/m³)

○他にも少しの意識でできるエコがいろいろあります。

エコを意識した生活を実践し、環境家計簿をつけて実感してみませんか。

* 家族みんなで取り組むエコ

- ・誰も見ていないテレビや誰もいない部屋の照明は消す習慣を
- ・冷暖房が必要な時期や照明の必要な時間はできるだけ同じ部屋で過ごすように
- ・手洗い、歯磨き、洗面、シャワーは水を流しっぱなしにしないように
- ・ゴミを分別し、出来る限り、リサイクルに出せるように
- ・長時間使用しない家電は主電源を切ったりコンセントを抜くように



* 台所でできるエコ。

- ・野菜(特に根菜類)の下ごしらえに電子レンジ活用を
- ・炊飯器の保温機能は4時間までが目安。それ以上は保温せず食べる前に電子レンジで温める
- ・鍋を火にかけるときは、底の水滴を拭き取ってからコンロに
- ・冷蔵庫の中の整理しておき開閉は短く手早く
- ・冷蔵庫には熱いものを入れず、室温にさまし、不要なものは入れない



* 洗濯や掃除のエコ。

- ・洗濯物は洗濯機の容量に合わせたまとめ洗いをし、残り湯の使用や節水モードを
- ・洗濯用洗剤や柔軟剤の使用量は使い過ぎないように適量の確認を
- ・部屋の床面に応じて掃除機の強弱の使い分けを
- ・エアコンなどのフィルター清掃を定期的



* その他のエコ

- ・家電の買い替え時は販売価格だけでなく、消費電力も考慮したトータルコストを意識して
- ・カーテンやブラインドやサンシェード等の利用で夏場の遮熱を
- ・夏場は家具の配置を考え風通しの良い工夫や打ち水を
- ・カーテンや断熱シートの利用で冬場の断熱対策を
- ・買い物の時はマイバッグの持参を
- ・自家用車の使用を控え、近場への外出には徒歩や自転車、遠くへは公共交通機関の利用を

