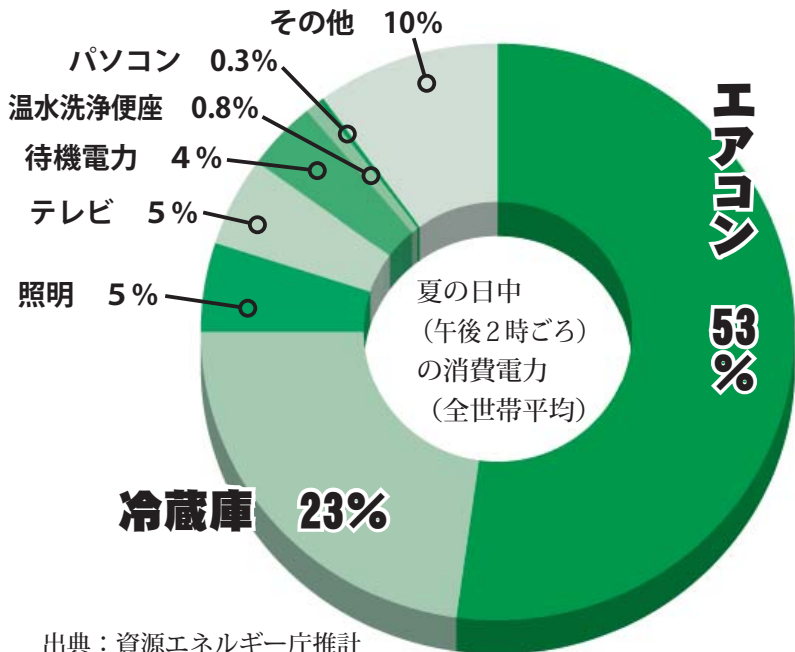


今、わたしたちにできること



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。

どんな電気製品を使っているの？

夏の電力消費のピークは暑さの厳しい昼間の時間帯です。ピーク時間の電力消費は、エアコンと冷蔵庫が約4分の3と大きな割合を占めています。特に、エアコンの使用をできるだけ控えることで、夏の節電の大きなポイントになります。家庭では、エアコンのほか、温水洗浄便座、電気ポット、食器洗い乾燥機、オーブントースター、掃除機、ドライヤー、洗濯乾燥機(乾燥)、浴室乾燥機、ジャー炊飯器、電子レンジ、アイロン、1日クッキングヒーターなどが、消費電力の大きい電気製品です。これらの電気製品の使用にあたっては、家庭での電力需要が最も大きい、午後7時から午後8時をなるべく避けて使用ください。

家庭の節電対策はどうすればいいの？

エアコン

■設定温度は28℃を目安に



約10%削減

※設定温度を2℃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、冷房の消費電力を抑えます。



約10%削減

■ご使用は控えめに
 ピーク時間は扇風機を使い、無理のない範囲でエアコンの使用を控えてください。
 ※除湿運転やエアコンの頻繁なオンオフは、電力の増加になるのでご注意ください。



約50%削減

■ご注意ください
 エアコンの控え過ぎによる熱中症などにご注意ください。無理のない範囲で、節電にご協力ください。
 長年使用の扇風機では、モーター、コード、コンデンサーなどの電気部品の経年劣化による発煙・発火のおそれがありますので、ご注意ください。

冷蔵庫

■設定温度は「強」から「中」へ

■詰め込み過ぎないように

■扉の明け閉めは、短く、少なく



約2%削減

これら3つに
 取り組んで

照明・その他の電気製品

■照明はこまめに消灯を



約5%削減

■長時間使用しない機器は、プラグからコンセントを抜く



約2%削減

※削減率は資源エネルギー庁推計。(在宅世帯の日中の平均消費電力(午後2時～約1200ワット)に対する削減率の目安。小数点以下を切り捨て)

節水でも節電効果あり

食器のまとめ洗いやシャワー時間の短縮など、節水することで、水を送るポンプや上下水道施設の消費電力を減らすことができます。

ライフスタイルの工夫で、より涼しく

朝夕に打ち水をしたり、気温に合わせて衣服を調整し、暑い時期を涼しく過ごしましょう。