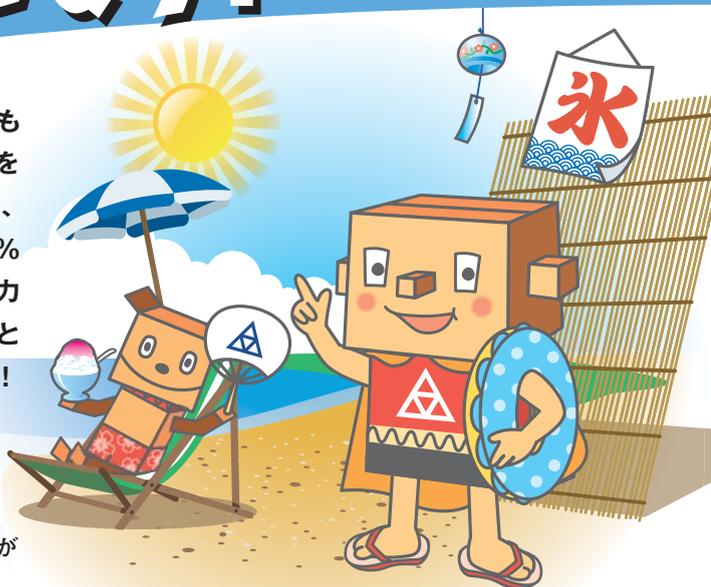


みんなで節電しよう!

いよいよ本格的な夏がやってきました。7月～9月は1年の中で最も電力消費量が多くなる時期です。東日本では、たくさんの電力を使用する企業にたいして、ピーク電力の削減が義務づけられ、家庭でも、電力ピークをむかえる平日9時～20時の使用電力を15%減らすことが求められています。さらに東日本以外の地域でも電力がひっ迫する事態となっています。節電を通じて、みんなで電力とエネルギーの未来について考え、ライフスタイルを見直しましょう!



1

節電は東日本だけではありません!

東京電力と東北電力管内の家庭で15%以上のピーク電力削減が求められていますが、この夏の節電は全国共通の課題です。

2

供給量を上まわれば大停電に!

東日本大震災以降、電力会社の供給できる電力が減っています。停電を起こさないために、私たち一人ひとりが使用電力を減らすことが必要です。

3

電力のピークは9時から20時!

企業や家庭でみんなが集中して電力を使う時間帯は、9時から20時です。この時間帯に使う電力を減らすことがポイントです。

4

電力消費の半分以上がエアコンです!

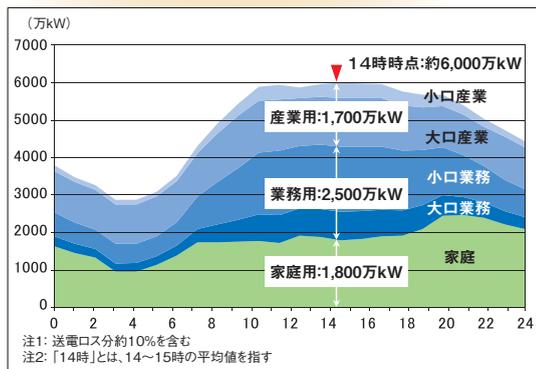
家庭で使われる電力の半分以上はエアコンによるものです。冷房中の室温を下げ過ぎず、窓からの日差しを防ぐ、扇風機を使うなどの工夫で効果的に節電をしましょう。

5

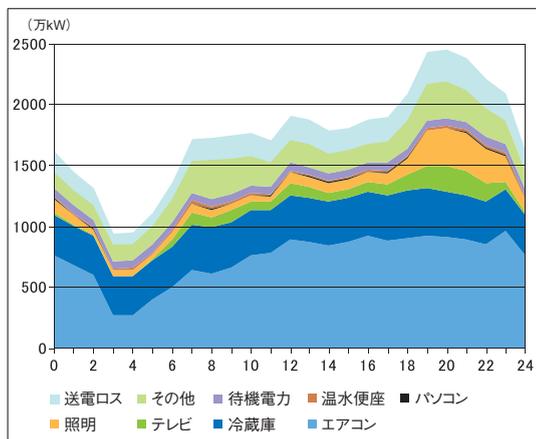
生活スタイルを節電モードで見直しましょう!

電子レンジや電気炊飯器など、消費電力が大きな電気製品は、なるべく電力ピークの時間帯を避けて使しましょう。また、夜ふかしせず、一家だんらん、エアコンや照明は一部屋だけにしましょう。

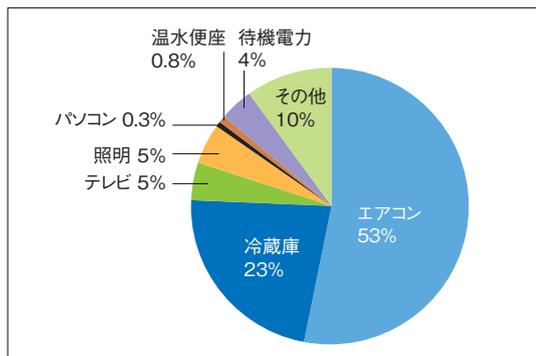
夏期最大ピーク日の需要カーブ推計 (全体)



家庭部門の電力需要カーブ推計



夏の14時頃の家庭における消費電力 (機器別)



あなただけのマイページをつくらせて
「節電宣言」をしましょう!

節電アクションは政府のポータルサイトです。
<http://seikatsu.setsuden.go.jp/>

「節電宣言」をすると...

1. あなたに合った節電メニューを作成できます。
2. 昨年度の電力使用量や今年度の節電実績が分かります。
3. グループを作って、みんなで達成を目指せます。
4. 様々な参加賞・達成賞がもらえます。

※協賛企業からの達成賞など、一部サービスのご利用は東京電力・東北電力の契約者のみが対象となります。

「参加賞」や「達成賞」など、
ご褒美もあるよ!



うら面の節電メニューで、わが家の節電対策をチェックしてみましょう。

出典:「夏期最大電力使用日の需要構造推計 (東京電力管内)」
資源エネルギー庁 平成23年5月

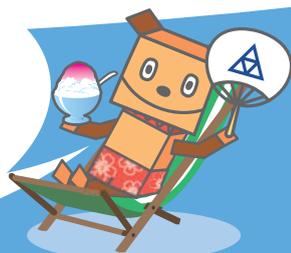
家庭で取り組む対策をチェックして、 「わが家の節電対策」を作りましょう。

		節電		
		削減率	削減消費電力	チェック
エアコン	室温28℃を心がけましょう。	10%	130w	<input type="checkbox"/>
	「すだれ」や「よしず」などで窓からの日差しを和らげましょう。	10%	120w	<input type="checkbox"/>
	無理のない範囲でエアコンを消して、扇風機を使いましょう。 こまめな水分補給で熱中症対策も忘れずに。	50%	600w	<input type="checkbox"/>
冷蔵庫	冷蔵庫の設定を「強」から「中」に変え、扉を開ける時間を減らし、食品を詰め込まないようにしましょう。	2%	25w	<input type="checkbox"/>
照明	日中は照明を消して、夜間もなるべく照明を減らしましょう。	5%	60w	<input type="checkbox"/>
テレビ	省エネモードに設定し、画面の輝度を下げ、必要な時以外は消しましょう。	2%	25w	<input type="checkbox"/>
温水洗浄便座 (暖房便座)	便座保温・温水のオフ機能、タイマー節電機能を利用しましょう。	1%未満	5w	<input type="checkbox"/>
電気炊飯器	早朝にタイマー機能で1日分をまとめて炊きましょう。	2%	25w	<input type="checkbox"/>
待機電力	リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切りましょう。長時間使わない機器はコンセントから抜いておきましょう。	2%	25w	<input type="checkbox"/>

合計 削減率の合計が15%を超えることを目標に節電しましょう。 % W

節電効果の記載値は、在宅世帯の日中の平均的消費電力（14時：約1200W）に対する削減率と削減消費電力の目安です。（資源エネルギー庁推計）

「節電宣言」を登録して
節電と同時に、
景品をゲットしよう！
▶「節電アクション」ポータルサイト
<http://seikatsu.setsuden.go.jp/>



本社 〒530-0005 大阪市北区中之島 2-2-7 中之島セントラルタワー
TEL. 06-6223-2371 FAX. 06-4706-9909
東京本社 〒108-0075 東京都港区港南 2-16-1 品川イーストワンタワー
TEL. 03-6716-7300 FAX. 03-6716-7330

<http://www.rengo.co.jp>