

2013

# 今年の夏も節電を!

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。電力需給は依然として厳しい状況にあり、企業や家庭での節電が欠かせません。節電を通じてライフスタイルを見直し、みんなで電力とエネルギーの未来について考えましょう!



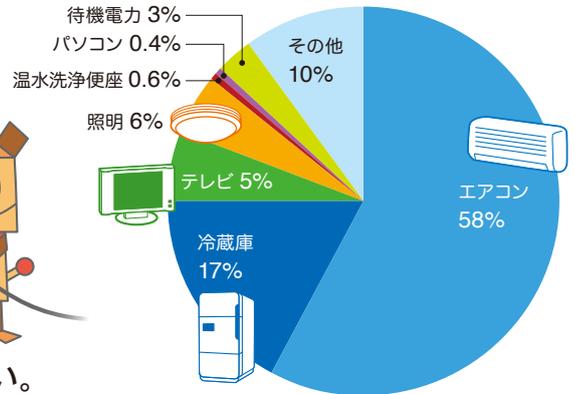
## 家庭でできる節電7つのポイント!



### 夏の昼間はエアコンと冷蔵庫で、家庭の電力の約7割を消費します。

電力の使用実態をよく理解し、どこで節電するのかを家族でよく話し合い、効率的な節電に取り組みましょう。

家庭における消費電力量ウェイトの比較(夏の14時頃)

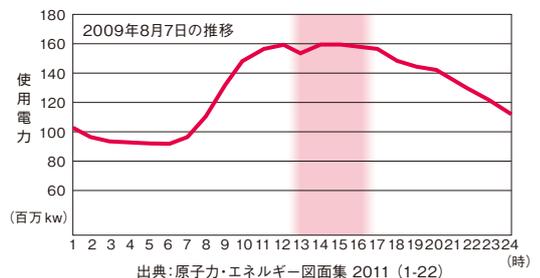


出典:資源エネルギー庁推計

### 電力使用のピークも考えながら生活習慣を見直しましょう。

消費電力のピークはおよそ13時から16時頃まで。この時間の節電がポイントです。節電を通じてライフスタイルを見直しましょう。

夏の最大電力発生日における1日の電気の使われ方推移



1

### こまめにスイッチオフ!

節電の基本。電気の使用は必要最小限に。

2

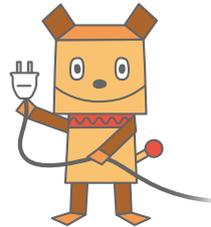
### 待機電力を削減!

チリも積もれば山となる。意外と大きい待機電力。

3

### エアコンで節電!

節電最大のターゲット!冷やし過ぎに注意。



4

### 冷蔵庫で節電!

開け閉め短く、詰め込まず、温度設定は「強」にしない。

5

### 照明で節電!

こまめにON、OFF。夜ふかしやめて朝早起きを!

6

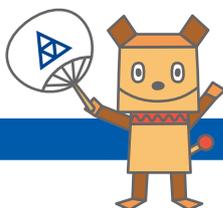
### テレビで節電!

主電源オフ。明るさも調節。テレビやめて本を読もう!

7

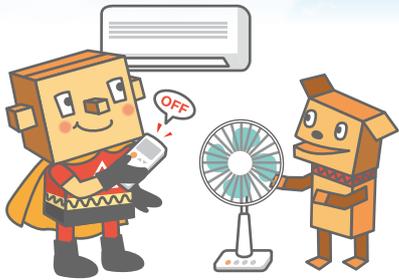
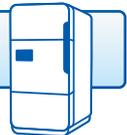
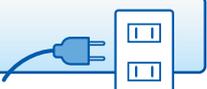
### 生活スタイル見直し節電!

一家だんらん、エアコンや照明は一箇所で。



うら面にも、詳しい節電メニューがあります!

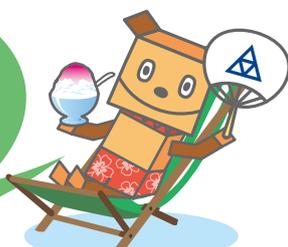
# 家庭で取り組む対策をチェックして、「わが家の節電対策」を作りましょう。

		節電		
		削減率	削減消費電力	チェック
<b>エアコン</b> 	室温28℃を心がけ、冷やし過ぎに注意しましょう。	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"/>
<b>冷蔵庫</b> 	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"/>
<b>照明</b> 	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"/>
<b>テレビ</b> 	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"/>
<b>温水洗浄便座 (暖房便座)</b> 	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"/>
<b>電気炊飯器</b> 	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"/>
<b>待機電力</b> 	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** 各ご家庭で実施できる項目をチェックして  %  W 電力と電気代を節約しましょう。

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)

電力使用状況やもっと詳しい節電対策については「節電アクション」ポータルサイトで確認してね!  
▶ <http://setsuden.go.jp/>



**レンゴー株式会社**  
 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>  
 2013年6月制作