

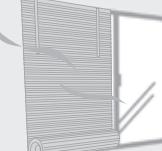
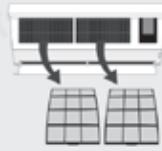
わが家の省エネ・節電メニュー

期間 7月～9月

ライフスタイルに合わせて、無理のない範囲で省エネ・節電に取り組みましょう。

ご家庭ごとに実施できるものをチェックしましょう。

エアコン



室内の冷やしすぎに注意し、無理のない範囲で室内温度を上げましょう。(右記の節電効果は室内温度を26°Cから2°C上げた場合の数値)

※熱中症に気をつけて、無理のない範囲でお願いします。

目詰まりしたフィルターを清掃しましょう。

日中はすだれ、よしづ、カーテンなどで窓からの日差しを和らげましょう。

節電効果
(削減率)
 5.4%

節電効果
(削減率)
 1.9%

OFF

照明



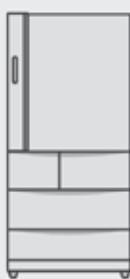
リビング等の部屋の明るさを下げましょう。

不要な照明は消しましょう。

節電効果
(削減率)
 2.5%

節電効果
(削減率)
 1.5%

冷蔵庫

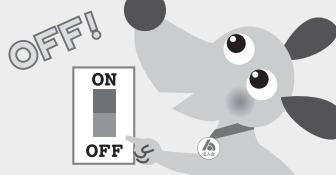


冷蔵庫の冷やしすぎを避け(強→中)、扉を開ける時間を減らし、食品を詰め込みすぎないようにしましょう。

※食品の傷みにはご注意ください。

壁との間に適切な間隔を空けて設置しましょう。

みんなで 節電アクション!



節電効果
(削減率)
 1.2%

テレビ



省エネモードに設定して、画面の輝度を下げましょう。見ていらない時は消しましょう。

節電効果
(削減率)
 2.0%

温水洗浄便座



温水のオフ機能、タイマー節約機能を利用しましょう。機能がない場合はコンセントからプラグを抜きましょう。

節電効果
(削減率)
 0.3%

待機電力



リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切り、長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜きましょう。(テレビ、パソコン、プリンターなど)

節電効果
(削減率)
 0.5%

洗濯機 乾燥機



洗濯は容量の8割以上を目安にまとめ洗いをしましょう。

節電効果
(削減率)
 0.4%

衣類乾燥機(洗濯機の乾燥機能含む)や浴室乾燥機は、部屋干しと併用して使用時間を見短くしましょう。

節電効果
(削減率)
 0.4%

「節電効果」は点灯帯(19時頃)の家庭の電力使用量に対する節電効果の概算値です。

地域・時間帯により節電効果は変動します。

出典：経済産業省 省エネポータルサイト

公益社団法人古河法人会
住所：古河市鴻巣1189-4 古河商工会議所内
電話番号：0280-48-6123



法人会「いちごプロジェクト」サイトはこちら ➡

