

家庭でできる 簡単省エネ

エアコンの利用などで電気代が高まる夏、

家族で省エネに取り組んでみませんか？

省エネは、温暖化を防ぐとともに、家庭の経済にも優しい取り組みです。

家庭で簡単にできるポイントをご紹介します。

エアコン 夏は28度、冬は20度に設定

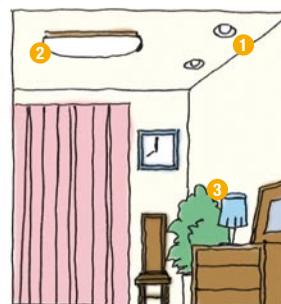
- 1 夏はレースのカーテンで日差しをカット。
- 2 外出時は昼間でもカーテンを。
- 3 ドアや窓の開け閉めは最小限に。
- 4 冬は厚手の長いカーテンで冷気をカット。



冷房時の室温を27度から28度にする
と、年間約670円の節約。
暖房時の室温を21度から20度にする
と、年間約1,170円の節約

照明器具 電球型蛍光灯がおすすめ

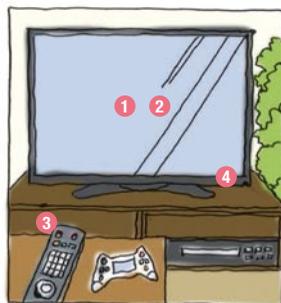
- 1 白熱電球から電球型蛍光灯に。
- 2 照明器具のこまめな掃除で明るさアップ。
- 3 インバーター器具は、ON・OFFだけでなく明るさも調節可能。



白熱電球から電球型蛍光灯にする
と、年間約1,850円の節約

テレビ 見る時間を減らそう

- 1 テレビの明度、音量を抑える。
- 2 こまめに画面の掃除をすると明るさアップ。
- 3 見ていないテレビは消す。
- 4 消す時は主電源も切る。



1日1時間テレビ(28インチ)を見る
時間を減らすと、年間約940円の節約

冷蔵庫 詰め込みすぎに要注意

- 1 ものを詰め込みすぎない。
- 2 無駄な開閉はせず、開ける時間は短く。
- 3 熱いものは、冷ましてから保存。



物を詰め込みすぎず半分にした場合、
年間約960円の節約

バックナンバー

『第251号暮らしの賢い節約術』『第204号上手なあかりの選び方』『第189号電力の基本と美しい配線のすすめ』
『第176号照明』もあわせてご覧ください。