

県地球温暖化防止活動推進員



福田 稔子さん



岩田 正江さん



笛木 京子さん

達人に聞く節電のすすめ

―節電で心掛けることを教えてください。

福田 普段から節電に取り組みで
いましたが、震災を機に、より一層取
り組まなければと思うようになりました。
した。

笛木 お勧めしたいのは、消費電力
量

をグラフで記録すること。一目で
分かって生活の見直しにもつながり
ますよ。

岩田 いろいろな人と情報交換す
ることも節電のポイント。周りの人
たちと一緒に取り組むことで初心者
でも効率よくできるんです。

福田 家族みんなが一つの部屋で過
ごせば、節電もできて家族のだんら
んも増えますよ。

笛木 ほかにも余熱でご飯を炊く
など、いろいろな方法がありますが、
無理のない範囲で行うことが長く続
けるコツ。

岩田 家族とよく相談して、普段の
生活とバランスよく行えるのが理想
ですね。

福田 この夏、各家庭での取り組み
は絶対に必要です。わたしたちだけ
でなく一人一人の心掛けがあれば、き
つと夏の電力不足も解決できると思
います。

3人 皆さんも一緒に頑張りましょ
う。



今、節電を考える

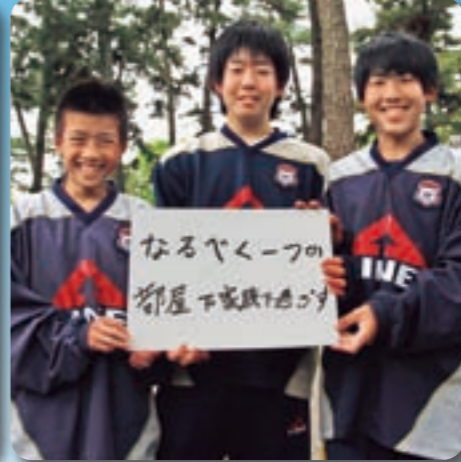
知っていますか？ 節電の豆クイズ

●エアコン
Q1 夏の冷房時の設定温度を1度高くすると、
約 %の電力を削減。

●冷蔵庫
Q2 庫内の温度設定を「強」から「中」に変更し
たときの省エネ効果は、平均で %。

●照明器具
Q3 白熱電球、蛍光灯、LEDの3つのうちで、
消費電力が一番小さいのは 。

●テレビ
Q4 テレビの明るさと音量。2つのうち調整す
ることで省エネ効果が高いのは 。

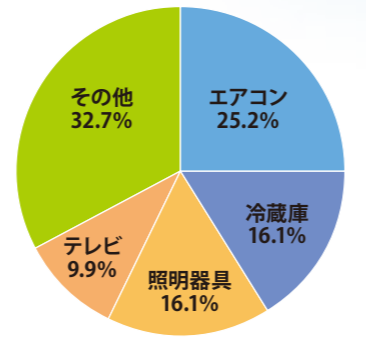


■本市の節電への取り組み
本市は、今夏の節電計画を策定中で
す。市有施設での取り組みなどを、次
号で取り上げます。

家庭で使用している家電製品の消費
電力量を把握すると節電しやすくなり
ます。効率的な節電を行うには、電力
使用割合の大きな物から取り組むと効
果があります。(右図のとおり)

家電製品の消費電力量は、本体の記
載やカタログなどでも分かれますが、
電気料金などに換算できる機器の使用
をお勧めします。市環境政策課では機
器ごとに測定できる「エコワット」の
無料貸し出しを行っています。また、
県中部環境事務所では、各家庭の消費
電力量が随時分かる「省エネナビ」の
無料貸し出しを行っています。ぜひ、
利用してください。

1年間の家電の電力使用割合



出典：資源エネルギー庁「平成16年度電力需給概要」

■家電製品消費電力量の見える化
使用しているかが一目で分かり、翌月以降の目安にすることが出来ます。

■見える化で消費電力量を把握
節電を考える上でポイントとなるのが消費電力量の把握（見える化）です。電気は目に見えないので、何となく電気を使っているという人も多いはず。そこで、自分が普段使っている電力量を数値などに置き換え、正確に把握することで節電に一層取り組みやすくなります。

まずは各家庭に送付される電力会社の「電気ご使用量のお知らせ」を見て、1カ月の使用量を把握することから始めましょう。毎月これを保管することで、各家庭が月ごとにどれだけ電気を

問い合わせは
環境政策課 ☎8998-6262
省エネナビの貸し出しについては
県中部環境事務所 ☎219-2020

東日本大震災の発生に伴い、今夏の電力供給量が不足することが懸念されています。国が示している各家庭の夏の電力使用量削減目標を達成するためにも、前号で紹介したグリーンカーテンや本紙で紹介する取り組みなどを実践し、一人一人が節電を心掛けることが必要です。みんな力を合わせてこの夏を乗り切りましょう。