

# 和<sup>わ</sup>田<sup>だ</sup>季<sup>と</sup>子<sup>し</sup>の<sup>こ</sup> エネカ<sup>りよく</sup>アップ<sup>Energy</sup>

vol. 7

今回も一緒に<sup>りよく</sup>  
エネカ(エネルギーについて考え、  
行動できる力のこと)を  
アップしましょう!

フリーアナウンサー  
わだとしこ  
和田季子

## 省エネはなぜ必要?

省エネとは「省エネルギー」の略で、エネルギーをムダなく効率的に使うことをいいます。石油や石炭、天然ガスなどのエネルギー資源には限りがあり、エネルギーの大量消費は地球温暖化につながるため、私たちは省エネに取り組み必要があります。

また、東日本大震災以降、原子力発電所の停止によって電力の供給力が低下し、特に電力需要の増える夏季と冬季は電力需給のひっ迫が懸念されています。今夏は昨年よりも非常に厳しい状況であるとされており、節電・省エネの必要性が高まっています。

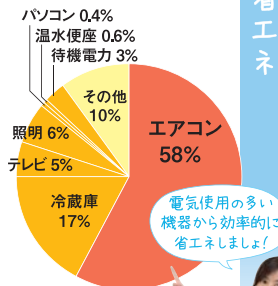
## 家庭でできる夏の省エネ

夏季における電気の使用は13時〜16時頃に最大ピークとなる傾向があり、電力需給のひっ迫を回避するためには、この時間帯の省エネが重要です。

### 【夏の省エネメニュー】

実践できるものをチェックして、さっそく始めてみましょう。

### 夏の電気機器の使用割合 (在宅世帯・14時頃)



元出典:  
「資源エネルギー庁統計」より  
出典:平成26年5月  
経済産業省発表資料より

電気使用の多い  
機器から効率的に  
省エネしましょう!

### 節電効果(削減率)

エアコン	<input type="checkbox"/> 室温28℃を心がける。 (設定温度を2℃上げた場合)	10%
	<input type="checkbox"/> “すだれ”や“よしず”などで窓から日差しを和らげる。 (エアコンの節電になります。)	10%
	<input type="checkbox"/> 無理のない範囲でエアコンを消し、扇風機を使用する。 ※除湿運転やエアコンの頻繁なオンオフは電力の増加になる場合があるため注意が必要です。	50%
冷蔵庫	<input type="checkbox"/> 冷蔵庫の設定を「強」から「中」に変え、扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品を詰め込みすぎないようにする。 ※食品の傷みにご注意ください。	2%
照明	<input type="checkbox"/> 日中は不要な照明を消す。	5%

### check

テレビ	<input type="checkbox"/> 省エネモードに設定するとともに、画面の輝度を下げ、必要な時以外は消す。 ※標準→省エネモードに設定し、使用時間を2/3に減らした場合	2%
温水洗浄便座	<input type="checkbox"/> 温水のオフ機能、タイマー節電機能を利用する。 <input type="checkbox"/> 上記の機能がいない場合、使わない時はコンセントからプラグを抜く。	どちらかで 1%未満
ジャー炊飯器	<input type="checkbox"/> 早朝にタイマー機能で一日分まとめて炊いて、冷蔵庫や冷凍庫に保存する。	2%
待機電力	<input type="checkbox"/> リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切る。長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜く。	2%

### 節電効果(削減率)

どちらかで  
1%未満

毎日の暮らしを少しずつ工夫して、節電・省エネに取り組みましょう。また、省エネ家電への買い替えやLED照明への交換も有効です。

日中は商業施設や  
公共施設で過ごすのも  
省エネになるわね!

中国地域エネルギーフォーラムは、講演会やイベントの開催、エネルギー施設の見学会、学校への出前授業、学習教材の貸出しなど、エネルギーと地球環境に関する様々な広報・普及活動を行っています。



熱中症防止のため、  
エアコンの省エネは、  
無理のない範囲で!

Next

次号では、新しいエネルギー源について紹介します。

## 中国地域エネルギーフォーラム

〒730-0011 広島市中区基町5-44 広島商工会議所ビル4階  
TEL 082-227-1044 FAX 082-227-1088 E-mail mail@cef.jp  
HPにて「エネカアップ」バックナンバー掲載 <http://cef.jp/>