


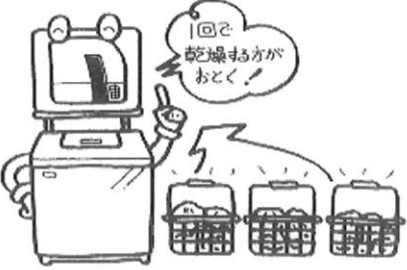


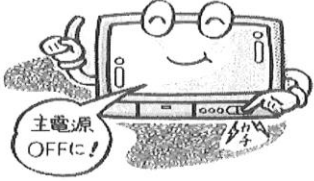














<p>冷蔵庫はうしろピッタリタイプを除き風通しが良いように設置しましょう。また、直射日光やコンロの熱が当たらないように。周りの温度が30℃になると15℃のときに比べ約80%も余分に電気を使います。</p>	
<p>肉や魚などの生ものを電子レンジで解凍するときは半解凍でストップ。あとは自然解凍の方が味もよく電気の節約にもなります。</p>	
<p>洗濯機は入れすぎると汚れの落ちが悪くだけでなく電気のムダ使い、少なすぎても電気と水のムダになります。洗濯機容量の80%ぐらいで洗濯するのがいちばん効率的です。</p>	
<p>衣類乾燥機は洗濯物をまとめて使うのがコツ。3kgを1kgずつ3回に分けて乾燥するより、1回で乾燥するほうが約40%の電力削減になるといった実験データもあります。ただし詰めすぎに注意しましょう。</p>	
<p>すまいの照明を明るくしたいなら、照明源の数を少なくして、電球1つ当たりのワット数を高くした方が節電になります。</p>	
<p>インバーター式蛍光灯は従来の照明と同じ明るさなら約20%の省エネになり、同じ電力なら25%も明るさがアップします。</p>	

<p>テレビの主電源が入っていると電力が消費されます。リモコンだけでなく主電源のOFFも忘れずに。</p>	
<p>テレビをだらだらと見ないようにするため、つける前に見たい番組をチェックして、その番組だけ見るようにしましょう。</p>	
<p>換気扇の内部に油かすやホコリがたまると機能が低下します。フィルター付き換気扇の場合、風量は3カ月で約10～25%低下します。こまめに掃除をしましょう。</p>	
<p>炊飯器でご飯を保温する時間は、取扱説明書には「12時間以内」などとなっていますが、ついそれ以上保温しがちです。でも、長時間保温すると味が落ちるだけでなく、新たに炊飯するより消費電力量が多くなります。</p>	
<p>アイロンはまとめて。低温扱いはOFFの余熱でかけられます。</p>	
<p>掃除機はスイッチの入った瞬間に大きな電力がかかるので、スイッチのON、OFFを繰り返すと消費電力が増えてしまいます。部屋を前もって片づけておいて、一気に掃除機をかけてしまうのが賢明です。</p>	

<p>掃除機のフィルターや集じん袋にほこりやごみがたまると、吸い込む力が低下しモーターに負担がかかります。フィルターや集じん袋はこまめに掃除しましょう。</p>	
<h3>3 自動車の効率よい利用方法</h3>	
<p>週に1日ノーカーデーを実行しましょう。</p>	
<p>車で買い物に出かけるときは、家族に声をかけて一度の外出で済ませましょう。</p>	
<p>通勤で車を利用する人は、一人で乗らずに相乗りを心がけましょう。</p>	
<p>車を利用するときは、予め目的地までの道順を確認し、無駄な走行を減らしましょう。</p>	
<p>自動車の急発進、急加速はやめましょう。ガソリンのムダになります。</p>	
<p>自動車は経済速度で走りましょう。一般道路なら時速40km、高速道路なら時速80km程度が経済的です。</p>	
<p>きちんと整備点検された自動車に乗ると、ガソリンの節約や大気汚染の防止にも効果的です。日常の点検や定期点検につとめましょう。</p>	

<p>エンジンの空ぶかしは、騒音が近所迷惑なばかりかガソリンの無駄使いにもなり、排気ガスによる大気汚染も引き起こします。</p>	
<p>自動車の省エネへの影響は、製造・廃棄や走行によるものだけではありません。洗車の際の水の消費量を減らすことも重要です。朝露が付いているときや雨上がり直後は洗車のチャンスです。水の使用量が少なくて済みます。お風呂の残り湯も洗車に利用できます。</p>	
<p>自動車のトランクを倉庫代わりに使うのはやめましょう。重量が増えると燃費が悪くなります。</p>	
<p>自動車のタイヤの空気圧は適性に。空気圧が低いと燃費が悪くなります。</p>	
<p>自動車をしばらく停車するときはエンジンをストップしましょう。</p>	

■こんなにCO2。出さなかったらこんなに節約

家計簿の原理は簡単。たとえば11の行動で約16,210円の節約(1年間)

省エネ行動	年間省エネ効果	節約金額
ブラウン管のテレビ(25インチ)を1日1時間見る時間を減らした場合は	電気31.86kWh CO2 13.1kg	約700円節約
デスクトップパソコンの利用を1日1時間短縮した場合は	電気31.57kWh CO2 12.9kg	約690円節約
電球形蛍光灯に取り替えた場合は(54Wの白熱電球から12Wの電球形蛍光灯)	電気84.00kWh CO2 34.4kg	約1,850円節約
電気ポットで6時間保温状態にした場合と、プラグを抜いて保温しないで再沸騰させて使用した場合は	電気107.45kWh CO2 44.1kg	約2,360円節約
エアコンの利用を1日1時間短縮した場合は	電気18.78kWh CO2 7.7kg	約410円節約
電気カーペット(3畳用)の利用を「強」から「中」にした場合は(1日5時間使用)	電気185.97kWh CO2 76.2kg	約4,090円節約
こたつの利用を1日5時間使用で、温度設定を「強」から「中」に下げた場合は	電気48.95kWh CO2 20.1kg	約710円節約
石油ファンヒーターの設定温度を21℃から20℃にした場合は	灯油10.22ℓ CO2 25.4kg	約820円節約
食器洗いで湯沸かし器の設定温度を40℃から38℃にし、2回/日手洗いをした場合は	ガス8.80m ³ CO2 20.5kg	約1,320円節約
シャワーで1日1分間45℃のお湯を流す時間を短縮した場合は	水道4.38m ³ CO2 0.61kg	約800円節約
40km走行毎に1回、5分間のアイドリングをした場合と、しなかった場合は	ガソリン17.33ℓ CO2 42.0 kg	約2,460円節約
CO2 297.01kg 排出削減		約16,210円節約

記載例

※記入後、6ヶ月に一度、環境防災課に提出してください。

我が家の省エネ家計簿(提出用)			世帯人数			人・登録No			平成 年度		
項目	CO ₂ 算出 係数	1 月			2 月			3 月			
		使用量	金額 円	CO ₂ 排出	使用量	金額 円	CO ₂ 排出	使用量	金額 円	CO ₂ 排出	
発電	KWH	-0.17									
電気	KWH	0.43									
LPガス	m ³	3.00									
都市ガス	m ³	2.08									
町水道	m ³	0.14	-	-	-			-	-	-	
ガソリン	ℓ	2.32									
軽油	ℓ	2.62									
灯油	ℓ	2.49									
合 計											
前月との差											
メ モ		<p>家計簿それぞれの項目において、基本的に家庭のみで使用した使用量、使用料金を記入してください。農業等に使用する燃料等については除外してください。請求書等が合算され、別々の算出ができない場合は、その数字を記入してください。</p>									

《省エネ家計簿の使い方》

- 電気、ガスについては1ヶ月分をメーターもしくは請求書で調べてください。水道については、請求書が2ヶ月に1回のため、偶数月に2ヶ月分をまとめて記入してください。使用量にCO₂算出係数をかけ算して、排出量欄に記入してください。この合計があなたの家庭から出されているCO₂の量です。
- CO₂の排出量を10%減らすことをめざし、チャレンジしてみましょう。
- 6ヶ月に一度、家計簿を環境防災課に提出していただき、集計を行います。