

■皆さまから頂きました節電アイディアの一覧です  
 ー節電計画策定の際にお役立て下さいー

照明	・朝、夕、夜間など日照時間や晴天、曇天など天候に合わせて、廊下照明を計画的に点灯
	・照明設備のタイマー設定時間を見直す
空調	・朝夕・雨上がり時、窓を開け館内の換気し冷房を止める
	・壁掛け式扇風機で冷気を循環させる
	・昼間でも居室のカーテンを閉めて冷気を逃がさないようにする
OA機器	・エアコンと扇風機を併用する
	・終業時にはOA機器の電源をコンセントから抜き取る
節電啓発	・入居者に対してポスター・ピラにより節電を呼びかける
	・夜間入居者に対して消灯の声かけをする
	・省エネデー（ノー残業デー）を設定する
	・朝礼時、毎朝節電アナウンスをして意識付けを行う
その他	・契約アンペア数を下げる
	・ビルのエネルギー回収システムの導入する
	・電力監視（デマンド）装置の設置
	・エコアラームの設置
	・エレベーター使用量をグラフにして掲示する
	・自動ドア使用時間帯の短縮を図る
	・自動販売機の照明も不要な分は抜いて、夜間のみ点灯するようにタイマー設定する
	・電気ポットの使用を止めて保温できるポットに換える
	・炊飯器のスイッチを早めに入れる
	・パソコンの出力モードを低くしたり、不使用時の主電源OFF
	・食器乾燥機は可能な限りまとめてかける
	・冷蔵庫の開閉を少なくする
	・冷蔵庫へ食材を詰め込みすぎない。冷ましてから入れる
・必要最低限以外のコンセント差し込み口をラベルでふさぐ	

その他	・掃除機を室内用のほうきに変え、ゴミはちりとりで取る
	・洗濯物をまとめて洗い、回数を減らす
	・レクリエーション等は比較的照明を使用しなくてもよい明るい場所での実施を心がける
	・事務所や厨房など利用者の生活スペース以外は昼休みに照明を消す
	・日中の電力消費のピーク時間帯は、居住エリアを限定して空調負荷を集中する
	・窓ガラスへ遮熱フィルムの貼り付け
	・日よけネットの設置
	・屋上緑化と壁面緑化
	・冷感タオルの使用
	・氷枕を利用して寝る
	・涼感寝具、吸汗下着の着用
	・介護に携わる職員は上をTシャツ、下を短パンとする
	・体の熱を下げる食べ物を摂取する
	・サマータイムの導入
	・事務系職員は時差出勤とし、暗くなる前に帰る
	・スポーツセンター等の公的施設の活用
	・外出や自然とのふれあい行事等を増やし、施設の節電を行う
・打ち水（散水）	