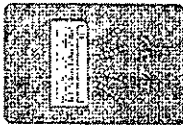
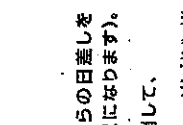
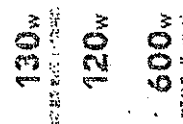
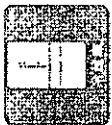
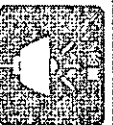

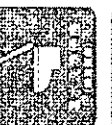
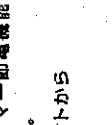
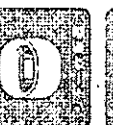



家庭の節電対策メニュー

ご家庭で取りくく対策をチェックし、「我が家の節電対策」を作りましょう。

- ①  室温28℃を心がけましょう。 **10%** **130W**
- ②  "すだれ"や"よしず"などで窓からの日差しを利らげましょう(エアコンの節電になります)。**10%** **120W**
- ③  無理のない範囲でエアコンを消して、扇風機を使いましょう。**50%** **600W**
- ④  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、食品をつめこまざいようにしましょう。**2%** **25W**
- ⑤  日中は照明を消して、夜間も照明をできるだけ減らしましょう。**5%** **60W**
- ⑥  省エネモードに設定するとともに画面の輝度を下げ、必要な時以外は消しましょう。**2%** **25W**
- ⑦  便座保温・温水のオフ機能、タイマー・節電機能があれば、これらを利用しましょう。**1%** 未測 **5W**
- ⑧  上記の機能がなければコンセントからプラグを抜いておきましょう。**2%** **25W**
- ⑨  早朝にタイマー機能で1日分まとめて炊いて、冷蔵庫に保存しましょう。**2%** **25W**
- ⑩  リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切りましょう。長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜いておきましょう。**2%** **25W**

外出している時にも、①②③④の対策に取り組みましょう。


△エアコンの控え過ぎによる熱中症などに気をつけて、無理のない範囲で節電しましょう。


※節電率の計算は、エアコンの消費電力(1000W)に24時間(24時間)をかけた消費電力(24000Wh)を基準とし、削減された消費電力を削減率として計算しています。

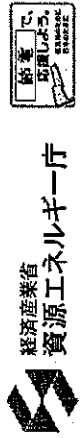
（参考）0570-064-443 (TEL) <http://setsuden.go.jp>



みんなであれば、必ずできる。

 <http://seikatsu.setsuden.go.jp>

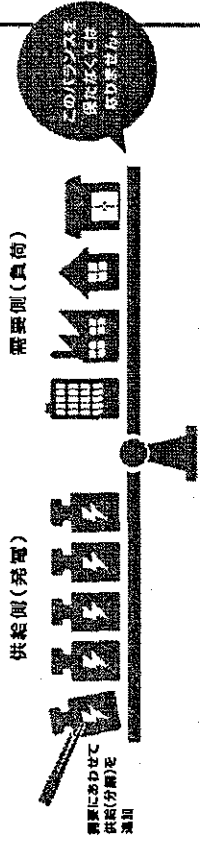
 <http://setsuden.go.jp>



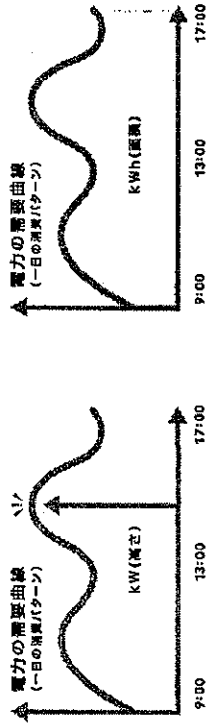
節電のタイミングとコツを知って、効果的な「節電アクション」を。

この夏電力の不足が予想されています。
ご家庭においても、無理のない範囲で、節電へのご協力をお願いしています。
電気は、ためておくことができません。
需要が供給を上回らないようにするためには、皆さんの節電が不可欠です。
必要な電気と不必要な電気を分別することで、告々の節電ポイントをしっかり見極め、この夏を乗り切りましょう。皆さま、よろしくお願いします。

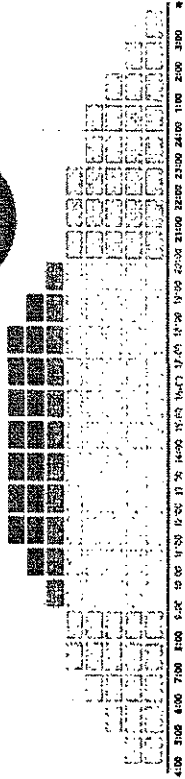
電気はためて使うことができません。
一瞬一瞬、需要にあわせて供給しています。



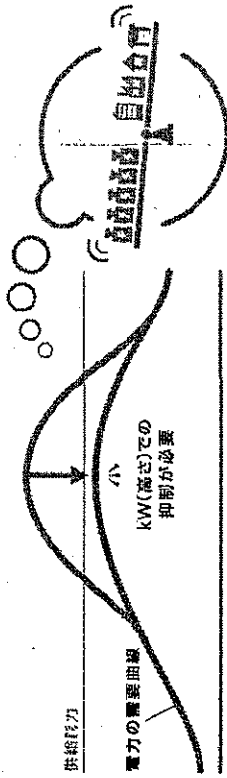
瞬間の使用電力をkW、
時間あたりの使用電力の総量をkWhといたします。
節電で気にしなければいけない単位は、kWです。



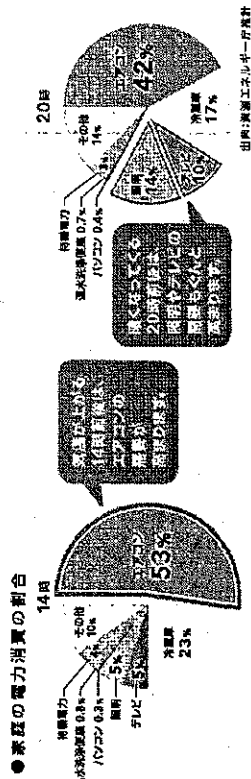
平日の日中は、電力需要が高まり、
節電が必要な時間帯となります。



ピーク時間帯は、使用電力の削減により、
需要が供給をこえないようにしなければなりません。



昼間と夜では、使っている電気の割合が異なります。
時間帯に応じた効果的な節電に取り組みましょう。



出典: 経済産業省