

家庭でできる節電 7つのポイント

チェック



Point 1 エアコンで節電！

設定温度・風向きを調節して節電！

- フィルターの掃除をこまめにする
- 室外機の周りに物を置かない
- 扇風機を併用して風向きを上手に調節する
- 室内温度は28℃に
- レースのカーテンやすだれなどで日差しをカット



Point 2 冷蔵庫で節電！

扉の開閉時間を短く、詰め込む量も考えて節電！

- 開けている時間を短くする
- 物を詰め込みすぎないようにする
- 熱いものは冷ましてから入れる
- 壁から適切な間隔で設置する
- 傷んだパッキンは取り替える



Point 3 照明で節電！

明るさや点灯時間を調節して節電！

- 照明器具の掃除で明るさアップ
- 点灯時間を短くする
- 照明のスイッチを消して、待機消費電力を削減する
- 省エネ型の照明器具に買換える



Point 4 テレビで節電！

主電源OFF・明るさを調節して節電！

- テレビを見ないときは消す
- 画面を掃除する
- 音量は不必要に大きくしない
- 画面モードを省エネモードにする



Point 5 トイレで節電！

便座・温水機能で節電！

- 温水洗浄便座の設定温度は低めにする
- 温水のオフ機能、タイマー節電機能を利用する
機能がない時はコンセントからプラグを抜く



Point 6 待機電力を削減！

使用していない場合にも電力が消費される待機電力を削減！

- 「待機電力」の削減のためプラグから抜く
- スイッチ付きタップを活用する



Point 7 他にもこんなところで節電！

生活スタイルを見直して節電！

- 台所で節電！
・炊飯器や電気ポットの保温は控えましょう。
・食器洗浄機は汚れを拭き取ったうえで、節約モードで使いましょう。
- パソコンで節電！
・パソコンを使わない時は電源 OFF。

- 洗濯で節電！
・洗濯物はお風呂の残り湯を利用し、まとめ洗いを。
・乾燥機は使用をなるべく控えましょう。
- お風呂・洗面所で節電！
・お風呂の自動保温は控えましょう。
・蛇口をこまめに閉めたり、シャワーの使用は控えめに。
- 生活スタイルを見直して節電！
・外出・旅行で節電！ ・一家庭らんで仲良く節電！

<熱中症にご注意ください>

屋内でも熱中症にかかる場合があります。適切な室温管理や水分補給に注意してください。特に高齢の人や体調に不安のある人はお気をつけください。

※出典：環境省「みんなで節電アクションチャレンジ25」、北陸電力（株）「今夏電力需給見通し」

家庭でできる節電アクション

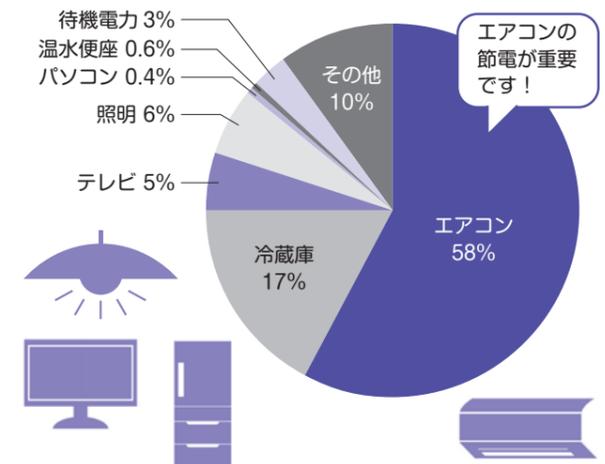
昨年、3月11日に発生した東日本大震災により、東北・関東地方を中心に未曾有の災害を被りました。

また、巨大津波により引き起こされた福島第一原子力発電所の事故の影響から、脱原発・反原発の機運が高まり、5月5日、北海道電力の泊原子力発電所3号機が定期点検に入ったことで、42年ぶりに国内の原子力発電所が全て停止しました。発電の約3割を原子力発電に頼ってきた日本では、国内全体で電力需給のバランスが極めて厳しい状況となり、国民生活や経済活動への深刻な影響が懸念されています。

このため、北陸電力は、北陸電力管内において、志賀原子力発電所が停止していることから、管内の電力需給状況が非常に厳しいとして「2010年対比マイナス4%以上の節電」を、平日の日中を中心に企業や家庭に対して協力要請を行う予定です。

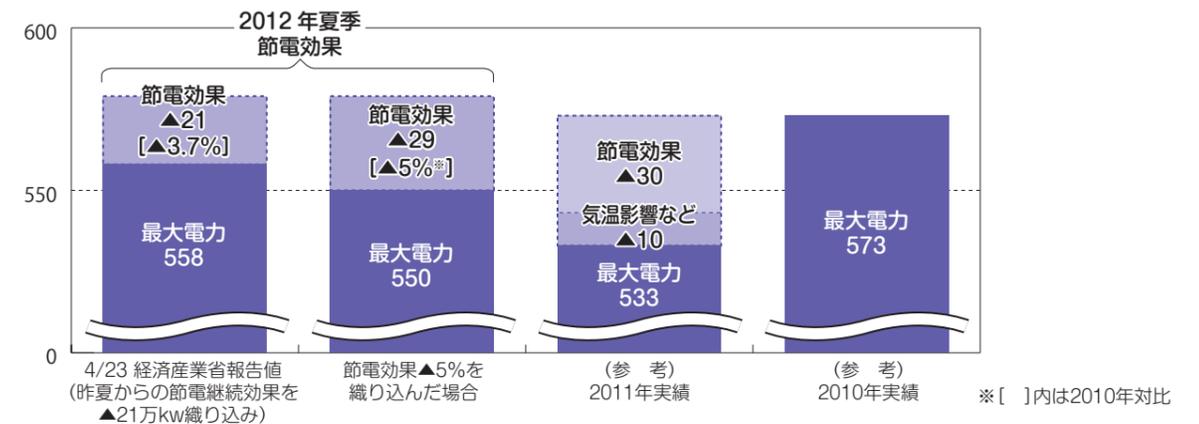
電気機器の使用例（在宅世帯）

夏の昼間（14時頃）の電気機器の使用例



[資源エネルギー庁推計]

節電イメージ



今夏の電力需給バランス（猛暑ケース）

[発電端、単位：万 kw、%]

	7月	8月	9月
供給力	575	578	556
最大電力*	557	558	534
供給予備力	18	20	22
供給予備率	3.2	3.6	4.1

※昨夏からの節電継続効果（7・8月：▲21万 kw、9月：▲19万 kw）を織り込み（注）上記の最大電力はいずれも一日最大で想定しています。

今回の震災については、私たち一人ひとりですぐに支援・協力できることはたくさんあります。そのひとつが「節電」です。家庭でオフィスで、一人ひとり、みんなが少しずつ節電の努力をすることが、被災地の復興と安定した電力供給につながります。

ここでは、「家庭でできる節電アクション」(7つのポイント)をご紹介します。ぜひ、皆さんも積極的に「節電」のご協力・ご理解をお願いします。