

家庭のために、地球のために省エネしよう

省エネルギー（省エネ）には、皆さんが日頃から使う「エネルギーの安定供給を確保すること」と「地球温暖化を防ぐこと」の2つの意味をもっています。

日本のエネルギー自給率は、わずか6%で、エネルギー資源のほとんどを輸入に頼っています。皆さんが使っているエネルギーのうち無駄をなくすことで、少ない資源を効率よく安心して使うことができます。

また、石油や石炭を燃やして、エネルギーをつくる・使うことによって大気中に二酸化炭素（CO₂）が排出されます。この二酸化炭素（CO₂）の濃度が上昇すると、地球から宇宙に向かって出ていくはずの熱が大気中に封じ込められる「温室効果」現象が発生し、地球の温暖化が進んでいくと言われています。

地球温暖化を止めるためにも上手なエネルギーの使い方を考えてみましょう。



省エネにより、お家で使うエネルギーが減れば、節約にもなり家計にも優しくお得です！
一人ひとりの少しの工夫から、無駄をなくし家庭も地球も喜ぶ省エネを進めましょう！！

軽井沢環境ネットワーク

Karuizawa Eco Network Stop Enviromental Destruction

事務局：軽井沢町環境課 TEL：0267-45-8556

省エネの取組みに関する参考例はウラ面をご覧ください。

例えばこんな省エネがあります



家庭の省エネ徹底ガイド 春夏秋冬 2017

リビング&ダイニング

キッチン&サトリアー

洗濯機

省エネのコツ

洗濯物はまとめて洗いを。

少量の洗濯物を毎日洗うよりも、洗濯機の容量に合わせて、洗濯回数を少なくした方が効果的です。

年間で電気 5.88 kWh の省エネ	約 160 円節約	年間で約	
年間で水道 16.75 m ³ の省エネ	約 3,820 円節約	3,980 円節約	
原油換算	1.48 ℓ	CO ₂ 削減量	3.5 kg

定格容量（洗濯・脱水容量：6kg）の4割を入れて洗う場合と、8割を入れ、洗濯回数を半分にしている場合との比較

- お風呂の残り湯を利用しましょう。

ポンプなどを使って、お風呂の残り湯を洗濯に再利用して水の量を節約しましょう。

- 洗剤は適量に。

洗剤をたくさん入れても洗浄力がすすむわけではありません。洗剤が不必要に多いとすすぎの水が余分に必要になります。

- すすぎは注水すすぎより、ためすすぎで。



衣類乾燥機

省エネのコツ

まとめて乾燥し、回数を減らす。

年間で電気 41.98 kWh の省エネ	約 1,130 円節約		
原油換算	10.58 ℓ	CO ₂ 削減量	24.6 kg

定格容量（5kg）の8割を入れて2日に1回使用した場合と、4割ずつに分けて毎日使用した場合との比較

自然乾燥と併用する。

年間で電気 394.57 kWh の省エネ	約 10,650 円節約		
原油換算	99.43 ℓ	CO ₂ 削減量	231.6 kg

自然乾燥8時間後、未乾燥のものを補助乾燥する場合と、乾燥機のみで乾燥させる場合の比較、2日に1回使用



節電・節水モードのお試しも！

掃除機

省エネのコツ

部屋を片づけてから掃除機をかける。

年間で電気 5.45 kWh の省エネ	約 150 円節約		
原油換算	1.37 ℓ	CO ₂ 削減量	3.2 kg

利用する時間を、1日1分間短縮した場合

パック式は適宜取り替えを。

年間で電気 1.55 kWh の省エネ	約 40 円節約		
原油換算	0.39 ℓ	CO ₂ 削減量	0.9 kg

パックいっぱいになり詰まった状態と、未使用のパックの比較

- ほうきやモップと使い分けて省エネ。

昔ながらのほうきやモップは、サッと使えば手軽なうえ、使うエネルギーもゼロです。最近はデザインや素材が工夫されています。生活スタイルに合わせて掃除機と使い分けて利用しましょう。

- 運転モードの使い分けをしましょう。

パワーコントロール機能が搭載されている掃除機では、「自動」「強」「弱」など、掃除する場所やゴミの量に応じて、使い分けましょう。「エコモード、節電モード」などの機能がある場合は、選択することで節電につながります。

ランニングコストや吸引力の低下を気にするならサイクロン式。ゴミ捨ての回数を減らしたいなら紙パック式がおすすめ*。



使い終わったら電源プラグを抜きましょう。

*一般社団法人日本電機工業会 ホームページより抜粋

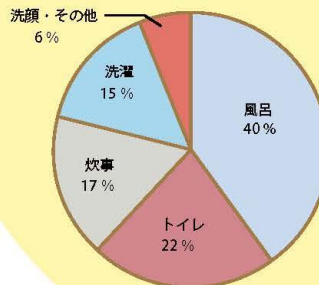
節水も省エネ！

水道水を家庭に送るためには、河川からの取水、浄水、送配水の各過程において、ポンプなどを動かすためにエネルギーが必要になります。また、下水処理の過程においてもポンプ場や下水処理場においてエネルギーが使われています。したがって、節水をすることは、省エネにもつながります（東京都の場合）それぞれの用途において、不必要に出しっ放しにしない、少ない水量で用事を済ますなどの節水につながる行動を実践するようにしましょう。

● 家庭における用途別水使用量の割合と世帯人数別平均使用水量

出所：東京都水道局「平成24年度一般家庭水使用目的別実態調査」より作成

（1ヶ月あたり）



世帯人員	使用水量
1人	8.0m ³
2人	16.2m ³
3人	20.8m ³
4人	25.1m ³
5人	29.6m ³
6人以上	35.4m ³

一般財団法人 省エネルギーセンターの実測値を使用しています。