

一人ひとりの行動でストップ！地球温暖化

急速に進む地球温暖化。この100年間で地球の平均気温は0.74℃上昇しました。この原因は私たち人間が出す温室効果ガスの増加によるものです。このまま気温が上昇すると、私たちが暮らす地球を将来の世代に引き継ぐことができなくなるかもしれません。今、私たちにできるのは、「温暖化を防止するための行動を起こす」こと。一人ひとりが日ごろの暮らし方やエネルギーの使い方を見直し、二酸化炭素など温室効果ガスの排出削減に向けた行動を実践しましょう。

快適！省エネライフの始め方

1
わが家の光熱費はどのくらい？
電気やガスの検針票を見て
使用量や金額を調べましょう！
家計簿などで1年間の
わが家の光熱費を把握しましょう。

2
家電の電力量をチェック
エアコン、冷蔵庫、テレビ。
まずは3つの家電の消費電力量や
製造年を調べましょう。
簡易電力量計などで、実際の
消費電力量を測ってみるのもおすすめ！

住まい全体の省エネを、1年間通して見直す！



3
省エネは住まい全体で！
家電や機器の使い方だけが
省エネではありません。
カーテンを見直したり
断熱シートを利用したり
簡単に取り組める
アイデアを探しましょう。

冷暖房中はココしめる！
おしゃれなカーテンも
いいかも！

住まいの遮熱や断熱は効果的

4
家族みんなで
コミュニケーション
わが家の省エネプランが
できたら、家族みんなで
協力して実行！
省エネを
楽しもう！
どんな使い方をしているかな？
長く使っている家電はないかな？

省エネライフを始めよう!と思ったら、まず調査

省エネライフをスタートするためには、まず年間の光熱費や、使っている家電製品の消費電力量を把握しましょう。一度調べておくと対策が立てやすくなります。

省エネプランを考える時は、住まい全体で。カーテンやひさしなど、コストをかけずに簡単に取り組める対策も盛り込みましょう。プランを立てたら、家族みんなでコミュニケーション。無駄な照明を消したり、エアコンの設定温度を調節したり、ひとりで実行するだけでは、なかなか省エネが進まないものです。家族の協力を得ることが成功のコツです。わが家のエネルギー使用量をきちんと把握し、ライフスタイルに合わせたプランを立てて、みんなで楽しみながら取り組みましょう。

どんなふうに家電を使っていますか？
わが家の省エネを見つけよう
冷蔵庫は… エアコンを…
テレビが

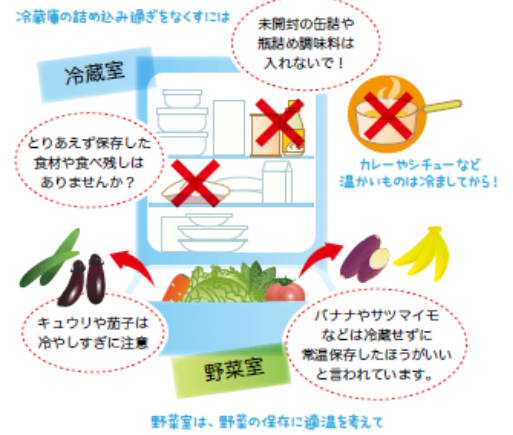
エアコン

軽井沢環境ネットワーク KARUIZAWA ECO Network Stop Environmental destruction

参考：経済産業省 資源エネルギー庁 「家庭の省エネ徹底ガイド」より

夏の節電メニュー

節電メニュー		節電効果
エアコン	1 室温を28℃にする。(+2℃の場合)	10%
	2 「すだれ」や「よしず」などで窓からの日差しを和らげる。	10%
	3 無理のない範囲でエアコンを消し、扇風機を使用する。	50%
冷蔵庫	4 設定温度を「強」から「中」に変え、扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品を詰め込みすぎないようにする。(食品の痛みにご注意ください。)	2%
	5 日中は不要な照明を消す。	5%
テレビ	6 省エネモードに設定する。画面の輝度を下げ、必要な時以外は消す	2%
温水洗浄便座 (暖房便座)	7 温水のオフ機能、タイマー節電機能を利用する。	1%
	8 上記機能がない場合、使わない時はコンセントからプラグを抜く。	1%
ジャー炊飯器	9 早期にタイマー機能で1日分まとめて炊いて、冷蔵庫や冷凍庫に保存する。	2%
待機電力	10 リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切る。長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜く。	2%



冬の節電メニュー

節電メニュー		節電効果
エアコン	1 重ね着などをして、室温20℃を心がける。(設定温度を2℃下げた場合)	7%
	2 窓には厚手のカーテンを掛ける。	1%
照明	3 日中は不要な照明を消す。	4%
テレビ	4 省エネモードに設定する。画面の輝度を下げ、必要な時以外は消す	2%
冷蔵庫	5 設定温度を「弱」に変え、扉を開ける時間をできるだけ減らし、食品を詰め込みすぎないようにする。(食品の痛みにご注意ください。)	1%
温水洗浄便座 (暖房便座)	6 便座保温・温水の設定温度を下げ、不使用時はふたを閉める。	1%
ジャー炊飯器	7 早期にタイマー機能で1日分まとめて炊いて、冷蔵庫や冷凍庫に保存する。	1%
待機電力	8 リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切る。長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜く。	1%



町では、「かんきょう家計簿」をつけていただけのご家庭を募集しています。
 詳細については、軽井沢町ホームページ<http://www.town.karuzawa.lg.jp/>をご覧ください。



参考：経済産業省 資源エネルギー庁 「家庭の省エネ徹底ガイド」より

【問い合わせ：軽井沢町生活環境課環境係 TEL0267(45)8556】