

夏季の

省エネ・節電のお願い

これからエアコンなどの使用で、1年間を通じて最も電力を消費する時期を迎えます。

電力の安定供給に向けて、ご家庭で「無理のない範囲」で、できる限り節電に取り組まれるよう、ご協力をお願いします。

ご家庭における節電のポイント

エアコンや冷蔵庫などの消費電力の割合の高い電化製品の節電が効果的。

夏の日中のご家庭における消費電力のうち、エアコン、冷蔵庫、テレビ、照明が約8割を占めています。これらを中心に節電に取り組むと効果的です。

具体的な節電方法って何？

知らないうちに、電気を無駄に使っていることがあります。

電化製品の設定などを見直してみましよう。一度見直しておけば、この夏、効果的な省エネ・節電を持続できます。

さらに効果を高めるために…

エアコンのフィルターなどを、定期的に掃除が必要な電化製品は小まめに掃除をすると、より効果的に省エネ・節電することができます。

また、節電料金メニューや、適切なアンペア設定など、契約電力を見直すことも省エネ・節電を達成することができます。

○消費電力大きい電化製品
アイロン、電気ポット、電子レンジ、ホットプレート、ドライヤー、トースター、IHクッキングヒーター、食器洗浄機、浴室乾燥機、掃除機、乾燥機など

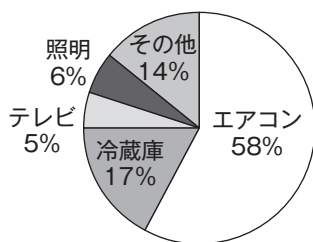
省エネ・節電に取り組みます！

町では今年も夏季における省エネ・節電対策に取り組めます。本庁舎や各公共施設内温度を28℃に設定し、状況に応じて照明の消灯などを行います。



問 環境課（美化センター内）
☎（72）4438
総務課 ☎内線 209

夏の昼間（14時頃）の消費電力（在宅世帯）



経済産業省『夏季の節電メニュー（ご家庭の皆様）』（平成26年5月）より

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

具体的な節電方法	節電効果（削減率）	
エアコン	①室温28℃を心掛けましょう。（設定温度を2℃上げた場合）	10%
	②「すだれ」、「よしず」、「みどりのカーテン」などで窓からの日差しを和らげましょう。（エアコンの節電になります。）	10%
	③無理のない範囲でエアコンを消し、扇風機を使用しましょう。	50%
冷蔵庫	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、食品を詰め込み過ぎないようにしましょう。＊食品の傷みにご注意ください。	2%
照明	日中は不要な照明を消しましょう。	5%
テレビ	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。＊標準から省エネモードに設定し、使用時間を2/3に減らした場合	2%
温水洗浄便座	温水のオフ機能、タイマー節電機能を利用しましょう。機能がなければ、コンセントからプラグを抜きましょう。	1%未満
ジャー炊飯器	早朝にタイマー機能で1日分まとめて炊いて、冷蔵庫や冷凍庫に保存しましょう	2%
待機電力	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きましょう。	2%

水分補給をするようにしましょう。特に、乳幼児、高齢の方や体調に不安がある方は、無理のない範囲でご協力をお願いします。



問 環境課（美化センター内）
☎（72）4438

熱中症を予防しよう

家の中でじっとしていても、室温や湿度が高いために、体から熱が逃げにくく熱中症になる場合があります。注意が必要です。こんな時はためらわずに救急車を呼びましょう

●自分で水が飲めなかったり、脱力感や体のだるさが強くと、動けない場合。

●意識がない（おかしい）、全身のけいれんがあるなどの症状を発見された方。

熱中症予防のポイント

- 部屋の温度をこまめにチェック！（普段過ごす部屋には温度計を置くことをお奨めします）
- 室温28℃を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう！
- のどが渇かなくてもこまめに水分補給！
- 外出の際は体をしめつけない涼しい服装で、日よけ対策も！
- 無理をせず、適度に休憩を！
- 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを！
- 熱中症を知って、しっかりと予防し、楽しい夏を過ごしましょう。

問 消防署 ☎（61）0911