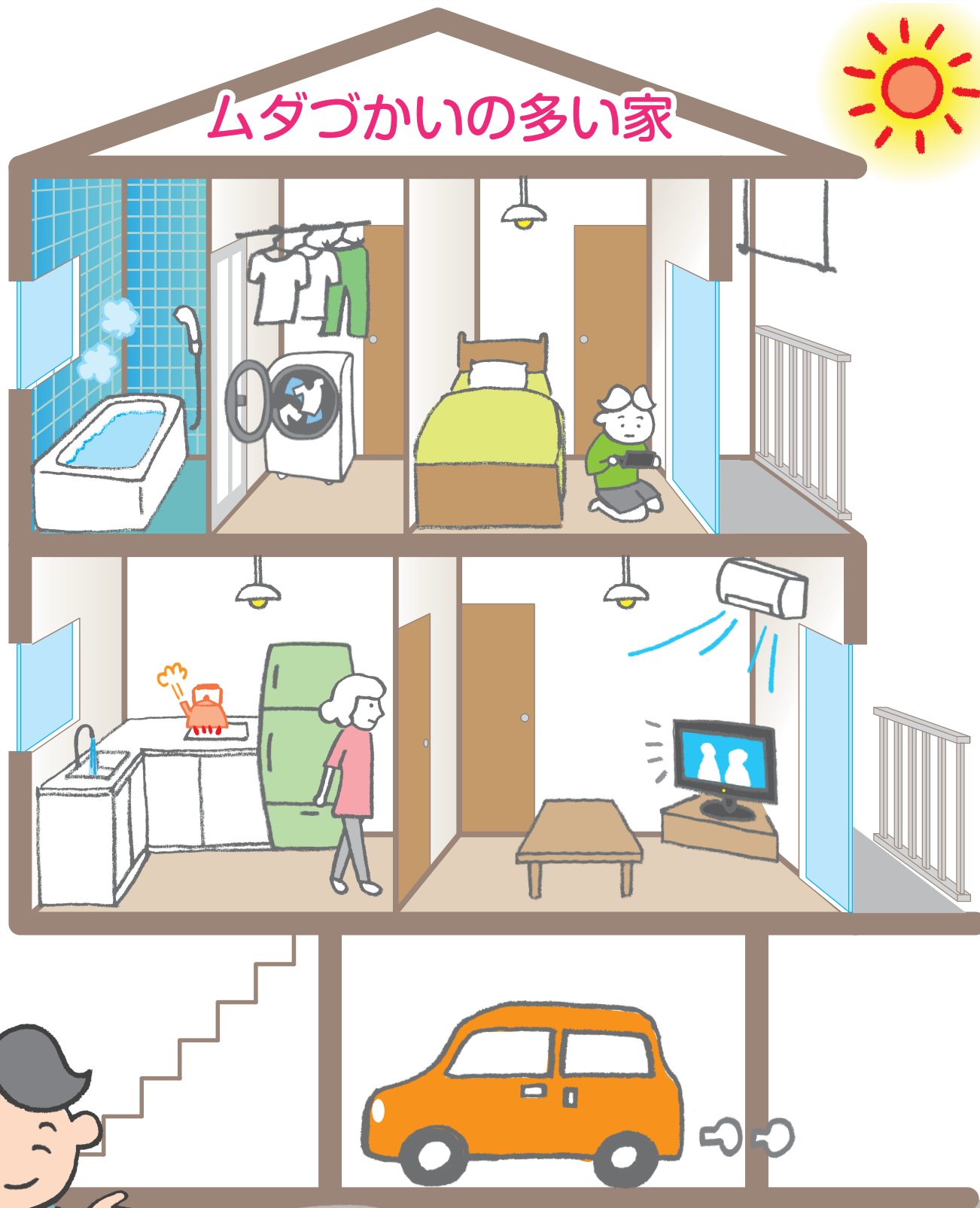


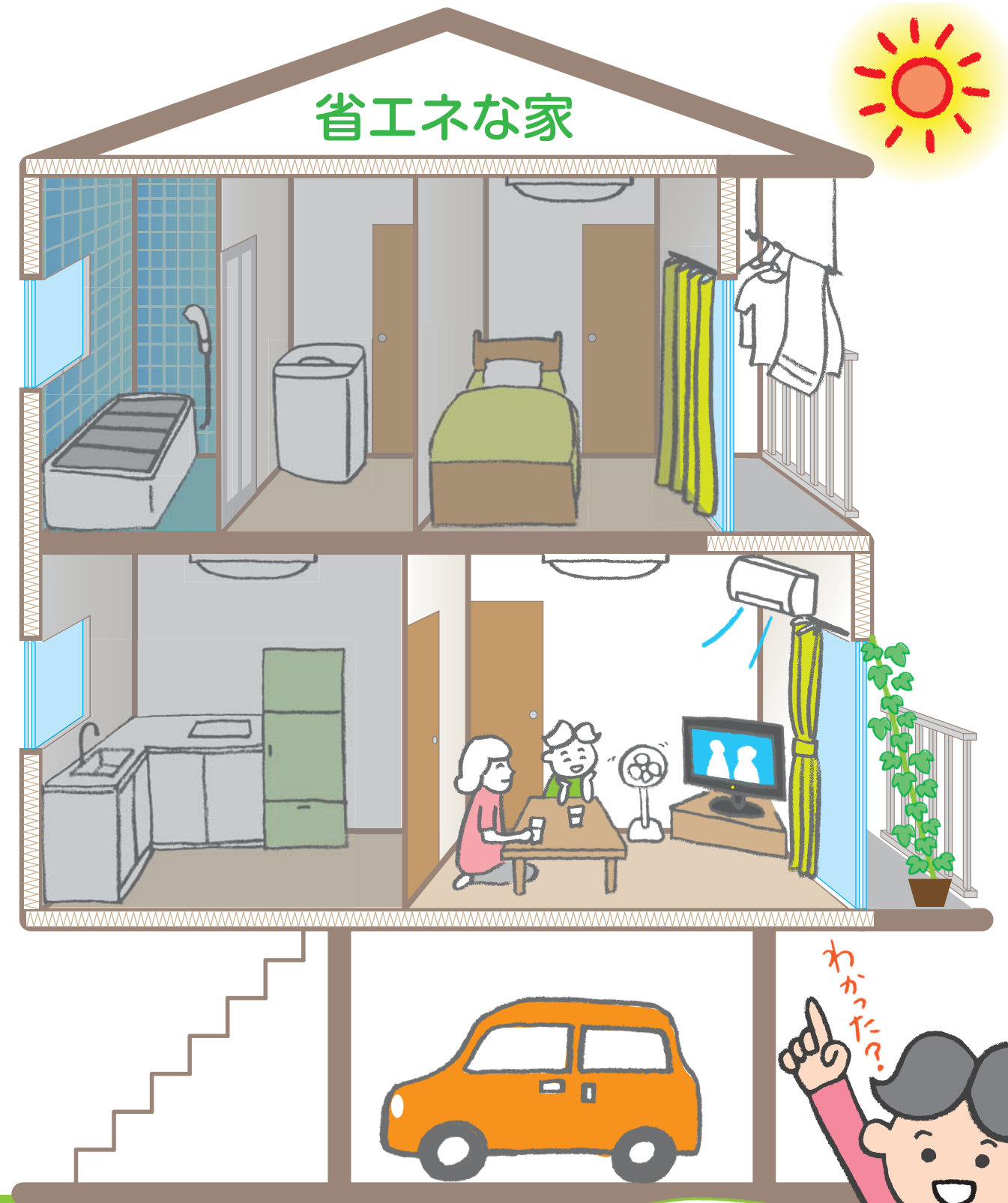
省エネを探そう！

右の家と左の家を比べてみよう

ムダづかいの多い家



省エネな家



答えは
逆さまにして見てね

どこが省エネかな？
比べてみよう！

答え：①使っていない部屋の照明がつけっぱなし
②キッチンのお湯が冷たくなるとお湯を注ぎ替える
③洗濯機が乾かすまで乾燥機を使っている
④カーテンを開けてお日差しをたくさん取り込んでいる
⑤カーテンを開けてお日差しをたくさん取り込んでいる
⑥カーテンを開けてお日差しをたくさん取り込んでいる
⑦カーテンを開けてお日差しをたくさん取り込んでいる
⑧カーテンを開けてお日差しをたくさん取り込んでいる
⑨カーテンを開けてお日差しをたくさん取り込んでいる
⑩カーテンを開けてお日差しをたくさん取り込んでいる



発行：脱温暖化センターひろしま（一般財団法人 広島県環境保健協会）

〒730-8631 広島市中区広瀬北町9番1号

TEL：082-293-1512 FAX:082-293-1524

ふたばくん

うちの省エネ実践アイデア

広島県内各地から寄せられた
省エネ実践者の多彩なアイデアです。
あなたの暮らしにも取り入れてみましょう！



待機時消費電力

- ・使わないときや外出時は、プラグを抜く
- ・家のあらゆるコンセントをエコタップにする
- ・家中の電気製品を点検して、古い物や使っていないもののプラグを抜く



冷蔵庫

- ・上に物を置いたり、横に物を掛けない
- ・中を整理し、食品を詰め込みすぎない
- ・熱いものは冷ましてから入れる



エアコン

- ・遮光ネットで室外機の遮光を行う
- ・冷房の温度設定を2°C控え、扇風機を併用する
- ・カーテンを二重（厚手）にする



掃除機

- ・掃除機はフローリングや畳は「弱」、じゅうたんは「強」と使い分ける
- ・部屋を片付けてから、掃除をする
- ・少しのごみやほこりは、モップやぞうきんを使うと手軽で便利である

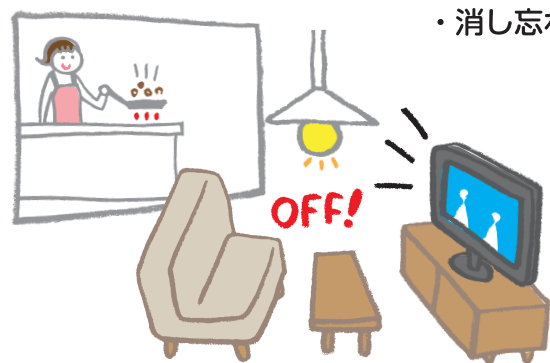
洗濯機

- ・洗濯機の容量にあわせて洗濯をまとめて行い、回数を少なくする
- ・乾燥機能を使わず、天日干しや部屋干しで乾燥させる



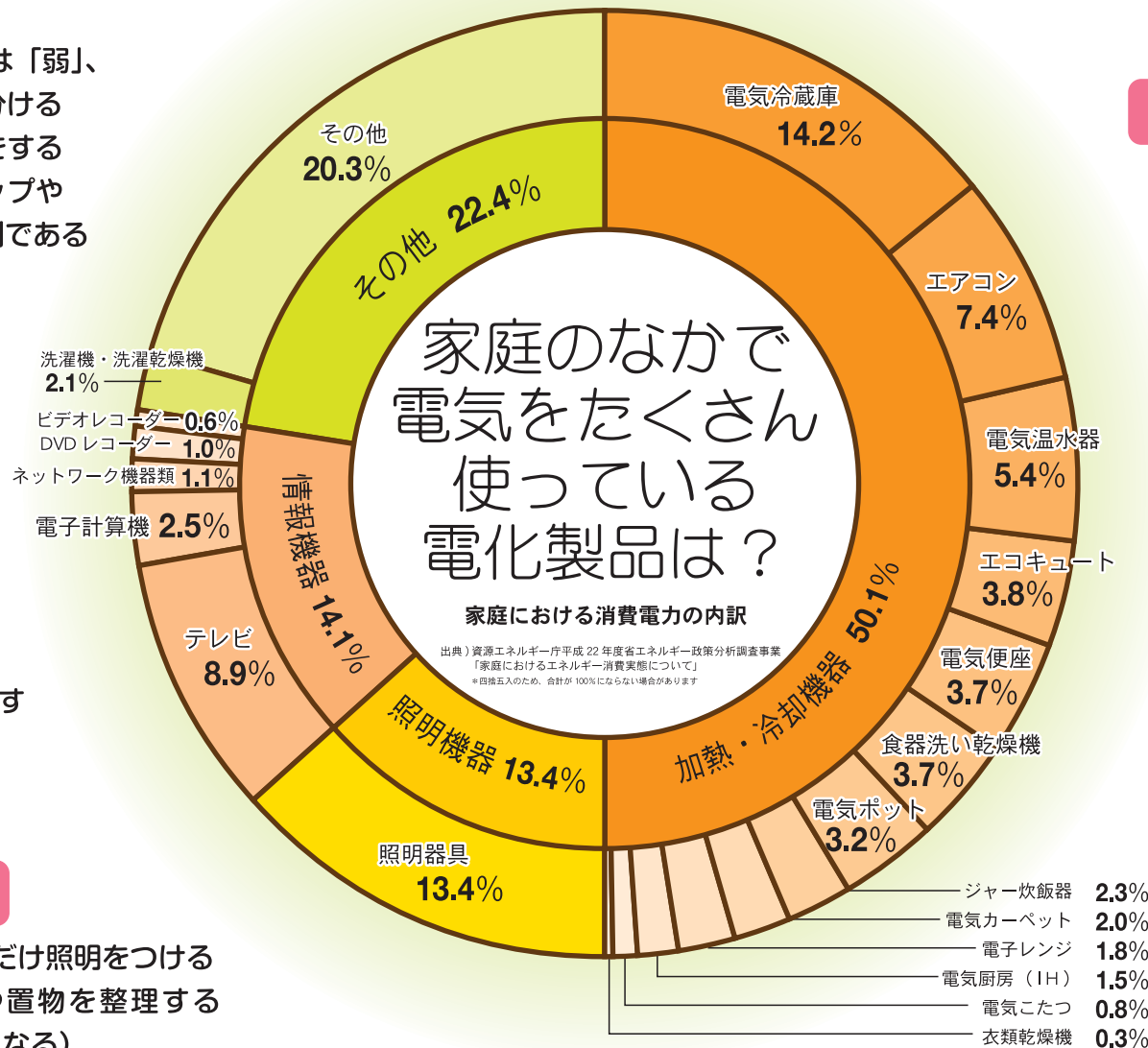
テレビ

- ・見る時間や使う台数を減らす
- ・ながら見をしない
- ・消し忘れに気をつける



照明

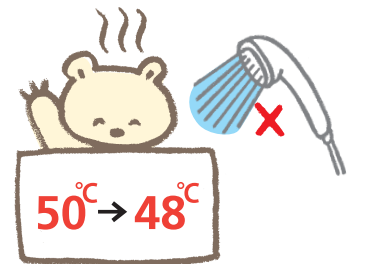
- ・人がいる部屋だけ照明をつける
- ・窓際の家具や置物を整理する（室内が明るくなる）



出典：資源エネルギー庁平成22年度省エネルギー政策分析調査事業「家庭におけるエネルギー消費実態について」

お風呂・給湯

- ・お風呂では、沸かすお湯の量を減らす
- ・給湯器の温度を下げ、50°C⇒48°Cに設定変更する
- ・お湯やシャワーを出しっぱなしにしない



電気便座

- ・使用後は、便器のふたを閉める
- ・季節に合わせて、便座の温度を調節する
- ・長時間使わないときは、電源をオフにする



こたつ・電気カーペット

- ・こたつや電気カーペットの下に断熱シートや断熱材を敷く
- ・こたつの毛布を二重にする



キッチン

- ・IHレンジの火力目盛を低めにする
- ・煮物料理は、保温調理で余熱を利用する



緑のカーテン

- ・カーポートにも設置して、車が焼けないようにする
- ・家を囲む塀にも垂れるようにし、塀の温度が上がらないようにする
- ・見た目の涼しさと体感的な涼しさで、エアコンを使う日数を減らす



節水

- ・打ち水や花の水やりは、雨水や風呂の残り湯など使用済みの水を使う
- ・食器は、新聞紙・ウエスなどで汚れを拭いてから洗う
- ・水を流しっぱなしにしない（歯磨き、洗顔時）



車

- ・エコタイヤに替える
- ・不要な荷物を積んで走らない
- ・エコドライブを心がけ、急加速・急発進をしない
- ・冬の運転中はひざに毛布をかけるなどして、アイドリングを少なくする



そのほか

- ・冷暖房の効果が高くなるように、部屋の目張りを徹底する
- ・二重ガラスにする
- ・窓ガラスに断熱フィルムを貼る

