

毎日暑い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？  
世間は「節電」「節電」と言っていますが、この暑さ...  
節電も限界がありますよね。

そこで、四国電力(株)さんよりいただいた資料の中に良いのがあったのでご紹介します。



## 今すぐできる省エネポイント（夏用）

### エアコン

室温は28℃を目安に。(設定温度を2℃上げると約10%削減)

設定温度は高めに。ドア・窓の開閉を少なくしましょう。

"すだれ"や"よしず"などで日差しをカット。

窓からの日差しを和らげることで、冷房効率がアップ。

つる性の植物を育ててグリーンカーテンを作るのもお薦め。

扇風機を併用すれば、さらに涼しく感じられます。

エアコンの頻繁なオンオフは、

電力の増加につながるので注意しましょう。

室外機の周りはずっきりと。

室外機の周りに物を置くと、効率が下がってしまいます。

フィルターはこまめにお掃除を。

フィルターの目詰まりは効率を悪くします。

月に1～2回はお掃除を。



### 照明

照明はこまめに消灯を。

日中や、使わない照明はこまめに消灯を。

家族が一部屋に集まって団らんを

楽しむことも省エネに。

こまめなお掃除で明るさアップ。

電球や照明カバーにホコリがたまると、

明るさが低下します。

暗いな、と思ったら、

他の照明をつける前にまずお掃除を。

取り替えも省エネに。

白熱電球を電球型蛍光灯ランプやLED電球に

取り替えると、大きな省エネ効果が。

蛍光灯ランプは古くなると明るさが落ちますが

消費電力量は同じです。

両端が黒ずんできたら早めに取替を。

### テレビ

明るさや音量はほどほどに。見ない時はスイッチOFF。

画面の輝度を上げたり、音を大きくしたりすると、

たくさんの電気を消費します。

省エネモードに設定することで、

電気の消費を抑えることが出来ます。

こまめなお掃除で画面を明るく。

テレビ画面は静電気の影響でホコリがたまりやすい場所。

画面が暗くなったら、輝度を上げる前にまずお掃除を。



### 炊飯器

4時間以上保温するなら、

電子レンジで温め直す方が省エネ。

ご飯の保温は4時間までが目安。

タイマー機能で早朝にまとめて炊飯し、

冷蔵庫に保存しましょう。



### 冷蔵庫

設定温度は「強」から「中」に。

食品を詰め込み過ぎないようにし、

ドアの開閉は回数や時間を少なめに。

探し物がすぐに見つかるよう、

庫内を整理することもポイント。

効率よく食品を冷やせます。

壁から離して設置を。

壁にぴったり付けると、放熱ができず、

電気をたくさん消費してしまいます。

熱いものを冷ましてから。

いきなり熱いものを入れると庫内の温度が上がり、

設定温度に冷やすまで電気を沢山消費することに。



### 温水洗浄便座（暖房便座）

夏場は電源OFFでも充分快適。

便座保温・温水のオフ機能、

タイマー節電機能があれば利用しましょう。

機能がなければ、コンセントからプラグを

抜くことも有効です。



### 待機電力を削減

ご家庭の年間消費電力量の約6%を占める

待機電力をカットしましょう。

リモコンの電源ではなく、本体の主電源をオフ。

長時間使わない機器は、コンセントから

プラグを抜く習慣を。スイッチ付タップを

活用すると、プラグの抜き差しがなく便利です。

### 食器洗い乾燥機

食器はまとめて洗って省エネを。

少ない食器を数回に分けて洗うと、

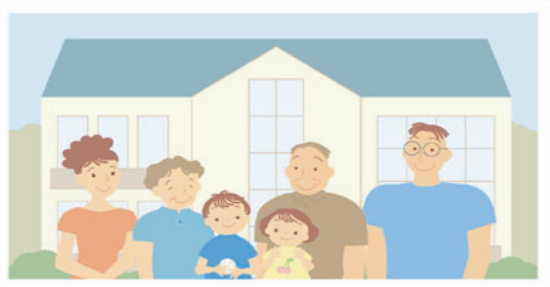
電気や水、洗剤を余分に使用します。

ある程度まとめて洗いましょう。



簡単に出来る省エネです。

少しでも省エネを心がけるようにしましょう。



TOYAスマイル倶楽部事務局

今治市玉川町中村甲677-7

有限会社十弥工務店内

TEL (0898)36-8182 FAX (0898)36-8183

E-mail : toya-info@toya.co.jp

URL : <http://www.toya.co.jp>