

# 節電

やってみんべえ

# 15%

「節電マイナス15%  
みんな達成 エコライフ」

東日本大震災の影響により、夏期には大幅な電力不足が生じる見通しです。電力は家庭・事業所ともに、平日午前9時から午後8時のピーク時には15%節電することが求められています。また、節電は被災地の支援にもつながります。この夏、15%の節電を目指して、一人ひとりが無理のない範囲で「節電対策」に取り組みしましょう。

## 家庭の節電対策

### エアコン

- ・室温は28℃が目安。(10%減)
- ・“すだれ”や“よしず”などで窓からの日差しを和らげましょう。(10%減)
- ・無理のない範囲でエアコンを止め、扇風機を使いましょう。(50%減)

### 冷蔵庫

- ・設定を「強」から「中」に変更したうえ、扉を開ける時間を減らし、食品を詰め込まないようにしましょう。(2%減)

### 待機電力

- ・リモコンではなく、本体の主電源を切り、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%減)

### テレビ

- ・省エネモードに設定し、画面の輝度を下げ、必要なとき以外は消しましょう。(2%減)

### 空調

- ・執務室の室温を28℃または風通しなどに配慮して28℃より引き上げましょう。(4%減)
- ・使用していないエリアは空調を止めましょう。(2%減)

### ステップアップ

- ・換気ファンの一定時間の停止などで外気取り入れ量を調整しましょう。(5%減)
- ・ブラインド、遮熱フィルム、ひさしなどで日光を遮りましょう。(3%減)
- ・冷凍機の冷水出口温度を高めに設定し、動力を削減しましょう。(2%減)

### OA機器

- ・長時間席を離れるときは、電源を切るかスタンバイモードにしましょう。(3%減)

### 家庭とオフィスの節電対策メニュー

参考：資源エネルギー庁「家庭の節電メニュー」「小口需要家の節電行動計画の標準フォーマット」

※かっこ内の数値は電力削減率。節電効果の記載値は在宅世帯の日中の平均消費電力（家庭）、建物全体の消費電力に対する想定値（オフィス）。