



節エネ・省エネ 生活マニュアル

なんか～
うちらんとこの氷
だんだん
減ってるねんけど
なんで？

間違いなく地球は温暖化しています

世界の平均気温は上昇を続けています。温暖化によって、北極や南極の氷床、海水などの減少、世界各地の氷河の融解が進んでいます。南極やグリーンランドの氷床の減少は、世界の海面水位の上昇の一因にもなっています。

わたしたちにできる

温暖化は人間の活動が主な原因で起きています

温暖化は二酸化炭素をはじめとする温室効果ガスの増加が原因です。産業革命以降、化石燃料の使用の増加により温室効果ガスの排出量が増加しました。気温の上昇と温室効果ガスの総量は比例関係にあります。

このままだと様々なリスクが迫ってきます

2081年から2100年の世界の平均気温は最大で4.8℃上昇すると予測されています。温暖化の主なリスクには、海面上昇、動植物の絶滅リスクの増加、異常気象の増加、熱帯低気圧の強大化、水不足、食糧不足、マラリア感染地域の増加などがあります。後戻りできない変化が起きる可能性が非常に高いのです。

ことはなんでしょう？

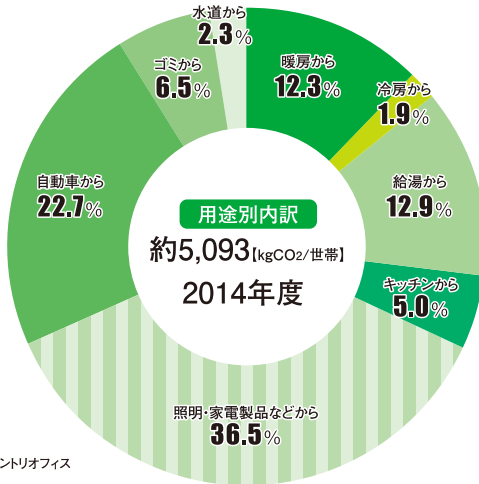
気候を安定させるためには二酸化炭素の排出を大幅に削減しなければなりません

平均気温の上昇は、2℃未満に抑える必要があるとされており、そのためには、世界全体で温室効果ガス排出量を2050年に2010年比で40～70%削減し、2100年には排出をゼロかマイナスにする必要があります。

温暖化の主な原因は、 エネルギー消費に伴う二酸化炭素の排出。 私たちの暮らしの中でもっと節エネ・省エネを進めましょう。

ところで、家庭でのエネルギー消費実態ってどうなってるんでしょう？

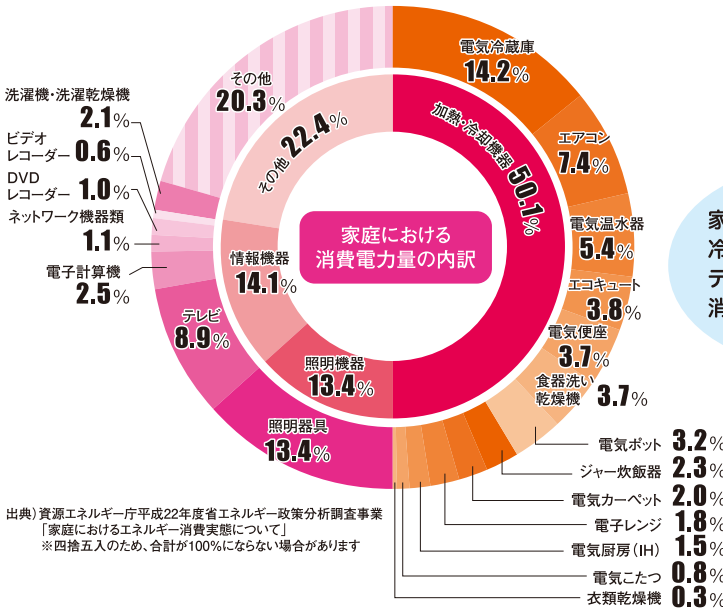
家庭からの二酸化炭素排出量



暖房、給湯、照明・家電や自動車からのCO₂排出量が多いね！

出典) 温室効果ガスインベントリオフィス

家庭のなかで電気をたくさん使っている電化製品は？



家電の中でも特に冷蔵庫、照明、テレビ、エアコンの消費電力が大きいね！

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」
※四捨五入のため、合計が100%にならない場合があります

やってみましょう!

脱・我慢の節エネ・省エネアクション

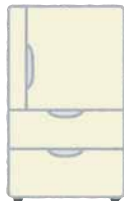
<カッコの中は年間の電気代、ガス代、水道代、ガソリン代の節約額とCO₂削減量の目安です。>

今すぐできて、とっても簡単

冷蔵庫

●温度設定を「強」から「中」へ

庫内の温度設定が「強」になっていたら「中」に。冬なら「弱」に。ただし、食品の傷みには注意してください。
(約1,670円 34.3kg-CO₂)※¹



●ものを詰め込みすぎない

冷蔵庫はすきまを開けて食品をいれましょう。缶詰、びん詰、調味料は未開封なら常温でも大丈夫。
(約1,180円 24.4kg-CO₂)※¹

テレビ

●省エネモードを活用

明るさセンサーがある機種では、部屋の明るさにあわせて、画面の明るさを自動調整してくれます。
(約730円 15.1kg-CO₂)※¹



●見ないときは電源OFF

見てないテレビは消しましょう。BGMがわりなら、ラジオにしましょう。(約450円 9.3kg-CO₂)※¹

エアコン

●冬の暖房時の室温は20℃を目安に

暖かい部屋着を着ましょう。半てん、セーター、フリース、ダウンetc。(約1,430円 29.5kg-CO₂)※¹



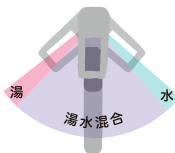
●出かける30分前に暖房OFF

OFFにしてもしばらく暖かさは続くし、出かける用意でバタバタしてますよね。
(約1,100円 22.6kg-CO₂)※¹

キッチン・洗面

●シングルレバー混合水栓を正しく使う

シングルレバー混合水栓は、一番右にした時が水です。水を使うときはレバーを右に。
(約1,580円 20.0kg-CO₂)※²



自動車

●ふんわりスタート

自動車はなるべく使わないのが一番ですが、乗るときは、やさしい発進を心がけるだけで10%程度燃費が改善。5秒で時速20kmが目安。(約13,620円 194.0kg-CO₂)※¹

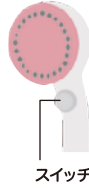


費用は少しかかるけど、もとはとれます

シャワー

●手元スイッチ付 シャワーヘッドの使用

ついついシャワーを出しっぱなしにしがち。手元スイッチ付のシャワーヘッドであれば、簡単に止められて、ガス代、水道代節約!
(約3,300円 29.0kg-CO₂)※1

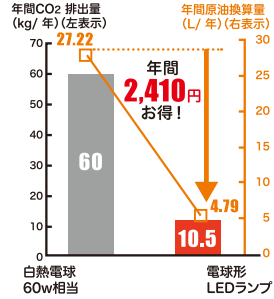


スイッチ

照明

●LED照明に交換

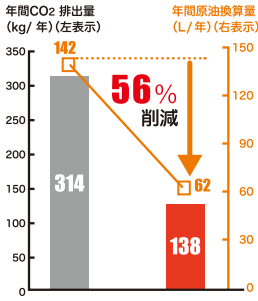
白熱電球を電球形LEDに取りかえれば、電気代も大幅に減り、はるかに長持ち。
(約2,410円 49.5kg-CO₂)※1



古い家電製品は買い替えた方がお得な場合も

最新の高機能機種にすると、電気冷蔵庫、液晶テレビ、エアコンは省エネ効果 (CO₂削減効果) が高く、買い替えた方がお得な場合もあります。

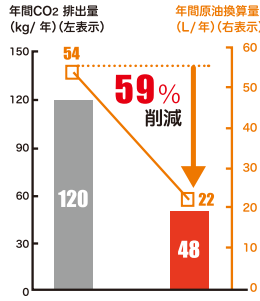
電気冷蔵庫401~450L 新旧機種比較



2007年	2015年
年間電気料金 15,230円	年間電気料金 6,700円

節約金額 約**8,530円**

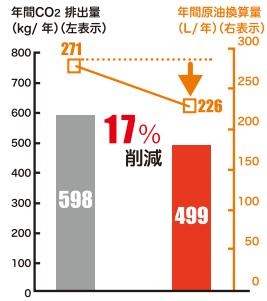
液晶テレビ 40V型 新旧機種比較



2007年	2015年
年間電気料金 5,830円	年間電気料金 2,320円

節約金額 約**3,510円**

エアコン2.8kw(8~12畳) 新旧機種比較



2007年	2015年
年間電気料金 29,050円	年間電気料金 24,250円

節約金額 約**4,800円**

出典:「省エネ性能カタログ・2016年夏版」経済産業省資源エネルギー庁

省エネラベルが目印!!



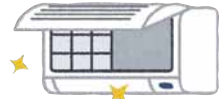
それ以外にもこんな方法が

家電全般

- ・使わない時は、機器本体の主電源スイッチをOFF
- ・長時間使わない時はプラグを抜く(待機時消費電力の削減)
- ・省エネモードの積極的な活用

電気冷蔵庫

- ・ドアの開閉時間を短く
- ・熱いものは冷ましてから入れる
- ・壁から適切な間隔で設置(特に放熱している部分)
(約1,220円 25.1kg-CO₂)※¹



エアコン

- ・夏: 日の入る窓の外にすだれ
- ・冬: 夜や日の入らない窓はカーテンをする
- ・フィルターを定期的に掃除
- ・室外機の吹き出し口の前に荷物を置かない
- ・扇風機を一緒に使う



電気洗濯機

- ・洗濯物はできるだけまとめて洗う
(約3,980円 3.3kg-CO₂)※¹



電子レンジ

- ・野菜の煮物、茹で物の下ごしらえに
(チンしてから鍋に)



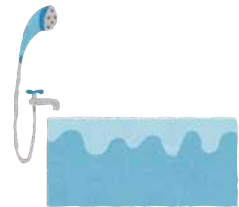
電気便座

- ・設定温度は低めに
- ・使わない時はふたを閉める



お風呂

- ・家族で間隔をあげずに入浴
(約6,880円 87.0kg-CO₂)※¹



自動車

- ・車間距離をとった加速・減速の少ない運転
- ・早めにアクセルオフ(エンジンブレーキの活用)
- ・無駄なアイドリングはストップ

※1※2 出典:「省エネ性能カタログ・2016年夏版」経済産業省資源エネルギー庁(注:節約額、CO₂削減量の数値は、一定の条件のもとで試算した数値で、すべての家庭でそうなるというものではありません。 ※2は、給湯温度を2℃下げた場合を準用しています。)

さらに節エネ・省エネに取り組むには

●省エネ診断を受ける

診断士が各家庭に合わせた省CO₂、節エネ・省エネのアドバイスを行う、無料の「家庭エコ診断制度」があります。

●省エネちょこっとリフォームをする

住まいの省エネ性能を高めるには、断熱性能を高めることが必要です。住まいで一番、熱の出入りが大きいのが窓。本格的なリフォームでなくても、窓に「断熱シート」を張ったり、簡単に取り付けられる「内窓」も効果があります。

●高性能給湯設備・太陽熱温水器を使う

ヒートポンプの仕組みを使った「エコキュート」、潜熱回収型の「エコジョーズ」、ガスエンジンでお湯と電気を作る「エコウィル」といった高性能給湯設備があります。また、太陽の熱でお湯をつくる「太陽熱温水器」も効果があります。

●家で電気をつくる

いわゆる「太陽光発電(ソーラーパネル)」で電気を作れば、発電した電気を自宅で使い、余った電気は10年間、固定価格で買い取ってもらえます。また、都市ガスなどを改質して取り出した水素と空気中の酸素を化学反応させて発電し、同時にお湯もつくれる家庭用燃料電池システム「エネファーム」という設備もあります。

情報入手先

●節エネ・省エネのいろいろなやり方を知るには

<家庭の省エネ大辞典>か<家庭の省エネ徹底ガイド>か
<スマートライフおすすめBOOK>で検索!

●家電製品、ストーブ、温水器の省エネ性能やお得な使い方を知るには

<省エネ性能カタログ>で検索!

●今、家で使っている製品と省エネ製品の電気代などを比較するには

<しんきゅうさん>で検索!

●無料の省エネ診断を受けるには

<家庭エコ診断制度>で検索!

●自宅に太陽光発電を設置したときの発電量や節約電気料金を知るには

<大阪府住宅用太陽光発電シミュレーションシステム>で検索!

●自宅に太陽光発電を設置するのに低利なローンをくみみたいときは

<大阪府低利ソーラークレジット事業>で検索!

発行：吹田市環境部環境政策室

〒564-8550 大阪府吹田市泉町1-3-40 E-mail: env-seisaku@city.suita.osaka.jp



この冊子は10,000部作成し、1冊あたりの単価は18円です。