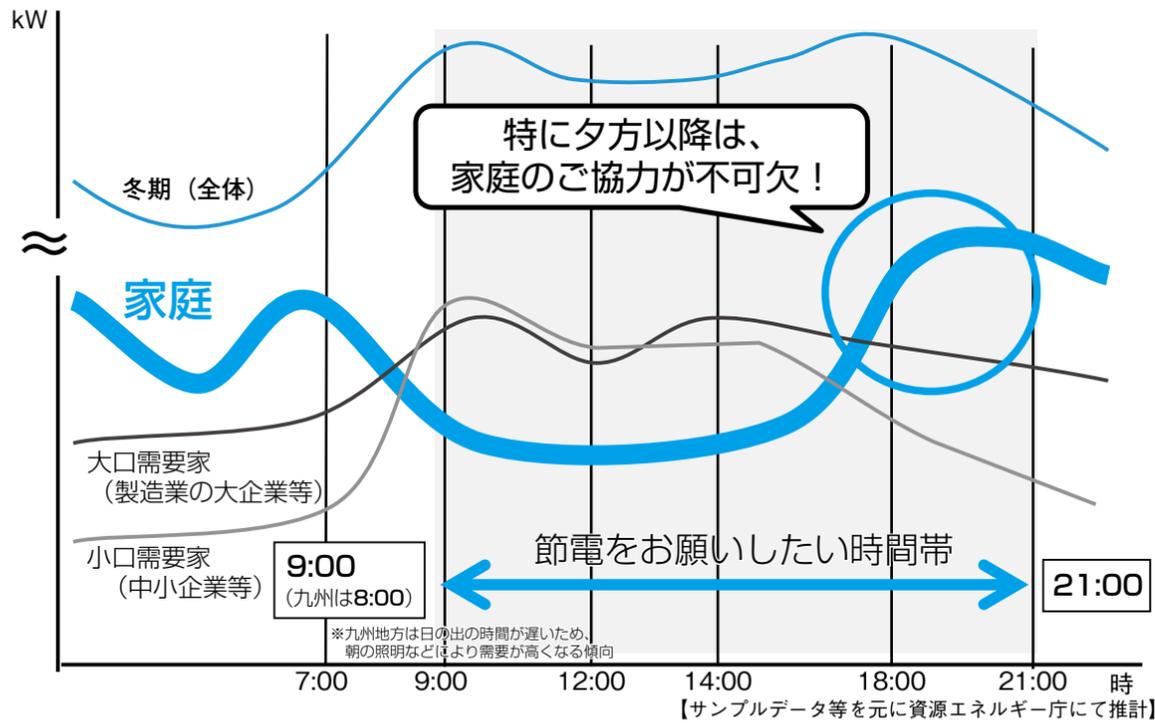


表1 冬期平日の電気の使われ方(イメージ)



東日本大震災により、今年の夏に電力の供給が落ち込む中で、住民の皆さんには節電のご協力をいただき、ありがとうございます。

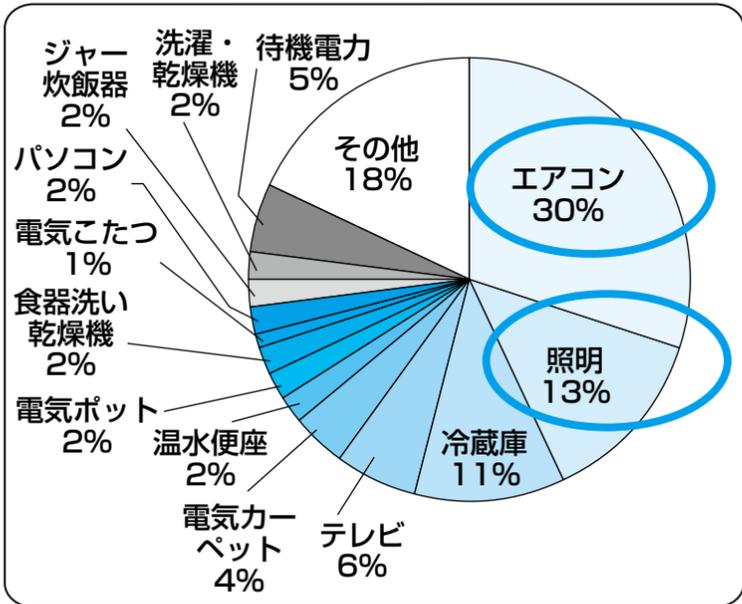
これから冬を迎える中で、来年3月頃まで暖房需要が増え、各家庭においては、1日の中では午後7時頃が電力需要が最も大きくなると予想されます(表1参照)。

冬の夕方(午後7時頃)の消費電力について、エアコンを主に使用する家庭とガス・石油ストーブを主に使用される家庭における消費電力の内容を表2のとおり掲載しています。

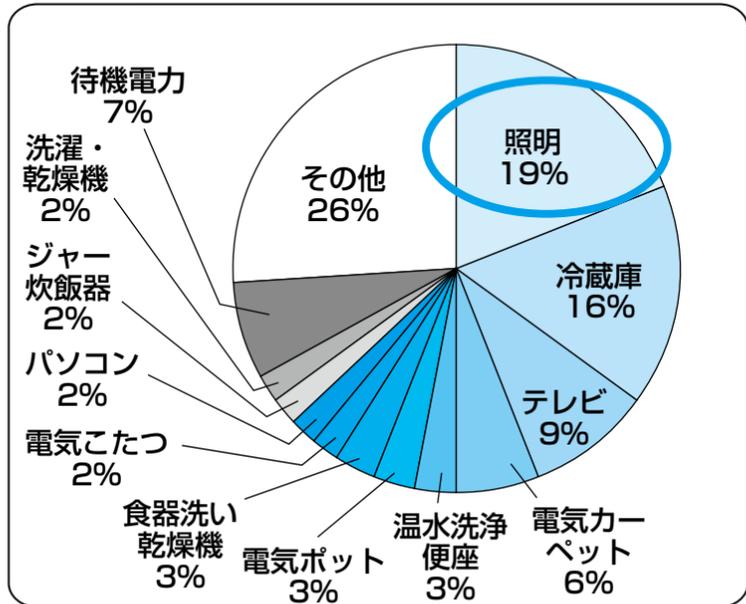
# 節電に取り組む冬

表2 家庭における冬の夕方(午後7時頃)の消費電力(例)

<通常、エアコンを使用される家庭>



<通常、ガス・石油ストーブ等を使用される家庭>



【資源エネルギー庁推計】



▲浅野美保さん(写真右)と優奈さん(若葉)

## 夏の節電経験を基に冬の節電に取り組みます

我が家の節電対策は、どこの家庭でもされていると思います。今年夏には部屋に入る陽射しを遮光カーテンで防いで、なるべくクーラーを使用しないようにしました。

また、日が暮れる前に部屋のカーテンを閉め、外気による室内温度の低下を防ぎます。家庭で節約できる電力量はわずかかもしれませんが、家族や地域で協力して節電に取り組んでいきたいと思えます。

部屋の照明などの電気は、こまめに消す癖を家族全員で徹底する、といったことを継続して実行していきます。

そして、身体の中で特に寒さを感じる足や首を冷やさないように、防寒グッズ(靴下、ネックウォーマーなど)を使用します。

## 家庭の節電メニュー

- ◆**エアコン**
  - できるだけ重ね着などをして、室温20℃を心がけましょう
  - 窓には厚手のカーテンを掛けましょう
- ◆**テレビ**
  - 画面の輝度を下げましょう
  - 点けっぱなしをやめ、必要な時以外は消しましょう
- ◆**冷蔵庫**
  - 冷蔵庫の設定を「弱」に変えましょう
  - 扉を開ける時間をできるだけ減らしましょう
- ◆**炊飯器ジャー**
  - 早朝にタイマー機能で1日分をまとめて炊きましょう
  - 保温機能は使用せず、よく冷ましてから冷蔵庫に保存しましょう
- ◆**温水洗浄便座(瞬間式)**
  - 便座保温や温水の設定温度を下げましょう
  - 不使用時はふたを閉めましょう
- ◆**待機電力**
  - リモコンではなく、本体の主電源を切りましょう
  - 使わない機器はプラグを抜いておきましょう

※外出時も、冷蔵庫、温水洗浄便座、待機電力の節電について、ご協力をお願いします。



**無理のない範囲で、節電にご協力願います**

障がいをお持ちの人や高齢者など、それぞれの事情のもので、無理のない範囲(使用していない部屋の電気はこまめに消すなど)で節電にご協力をお願いします。