

省エネで冬を乗り越えよう！

■問合せ

産業振興課ゼロカーボン推進係 (☎74-3005)

近年、気候変動を背景とする異常気象により年間猛暑日の増加や熱中症患者の増加、また、大雨、台風などの増加に伴う洪水、土砂被害により、農作物や生態系への影響が出ており、今後も、豪雨や猛暑のリスクがさらに高まることが予測されています。

また、日常生活に目を向けるとロシアによるウクライナ侵攻などの影響により、世界規模でエネルギー安定供給の不確実性が高まり、原油を始めとするエネルギーコストの上昇による国内の経済活動への打撃な

ど、エネルギーの安定供給を巡る課題は複雑化・深刻化しており、灯油の価格も高止まりの状態、これから冬を迎える北海道に暮らす私たちの生活にも大きな影響があると思われます。

そこで、みんなが安心して生活できるよう省エネの取組でこの冬を乗り切っていきましょう。

経済産業省資源エネルギー庁から冬季の省エネルギーの取組について、家庭向け・オフィス向けのリーフレットの提供がありましたので、ご紹介いたします。

ご家庭の皆様

冬季の省エネ

に取り組みましょう

全家庭で消費電力の1%を節電すると、毎日、コンビニ約2万店舗が消費する電力と同程度のエネルギーが削減できます。

暖房の省エネ対策と省エネ効果

- ☑ 重ね着をするなどして、無理のない範囲で室内温度を下げる。 **省エネ効果 約2%**
- ☑ 窓には厚手のカーテンを掛ける。 **約0.7%**
- ☑ 目詰まりしたフィルターを清掃する。 **約0.7%**
- ☑ 暖房は必要な時にだけつける。
- ☑ こたつや電気カーペットの設定温度は高すぎないようにする。

給湯の省エネ対策と省エネ効果

- ☑ 入浴は間隔を空けずに入る。 **省エネ効果 約5.6%**
- ☑ お湯の出し過ぎに注意し、シャワー時間を短くする。 **約1.9%**

冷蔵庫の省エネ対策と省エネ効果

- ☑ 冷蔵庫の冷えすぎを避け（強一中）、扉を開ける時間を減らし、食品を詰め込みすぎないようにする。 **省エネ効果 約1%**

その他の省エネ対策と省エネ効果

- 照明**
 - ☑ 不要な照明は消す。 **省エネ効果 約4%**
 - ☑ リビングや寝室の照明の明るさを下げる。 **約1%**
- テレビ**
 - ☑ 省エネモードに設定し、画面の輝度を下げる。見ていないときは消す。 **約1%**
- 調理**
 - ☑ 炎は鍋底からはみ出さないように、火力を調整する。 **省エネ効果 約0.3%**
 - ☑ お皿を洗うときのお湯の温度を下げる。 **約0.6%**

事業者の皆様

冬季の省エネ

に取り組みましょう

全オフィスで消費電力の1%を節電すると、毎日、家庭約12万世帯が消費する電力と同程度のエネルギーが削減できます。

暖房の対策と省エネ効果

- ☑ 重ね着をするなどして、無理のない範囲で室内温度を下げる。 **省エネ効果 約3%**
- ☑ 使用していないエリア（会議室、休憩室、廊下等）は、空調を停止する。 **約2%**

照明の対策と省エネ効果

- ☑ 可能な範囲で執務室や店舗エリアの照明を間引きする（省エネ効果は照明を半分程度間引きした際の数値）。 **省エネ効果 約8%**
- ☑ 使用していないエリア（会議室、休憩室、廊下等）は、消灯する。 **約3%**

OA機器の対策と省エネ効果

機器

- ☑ 長時間離れるときは、OA機器の電源を切るか、スタンバイモードにする。 **省エネ効果 約4%**

給湯器の対策

給湯器

- ☑ 給湯器の温度を下げて、洗い物をしたり、給湯器を買い換える場合は、省エネタイプのもも検討する。

その他の対策

- 自動車**
 - ☑ 自動車を利用する場合には、エコドライブ10のすめを実践する。（ふんわりアクセル、減速時は早めにアクセルを離す、無駄なアイドリングはしない等）
- 便座**
 - ☑ 温水洗浄便座は可能な範囲で保温・温水の温度設定を下げ、不使用時はふたを閉める。
- 電気ポット**
 - ☑ 使わないときは、電源をオフにする。

※省エネ効果は一日間のオフィスでの電力使用量に対する省エネ効果の概算値で、地域・時間帯による違いを考慮に入れた全国平均の値です。地域・時間帯により省エネ効果は変動します。

経済産業省では、企業・家庭向けの省エネ支援を強化しています。企業には省エネ設備への更新や省エネ診断、家庭には高効率給湯器の導入などを支援しています。詳細は「省エネポータルサイト」をご覧ください。

🔍 [省エネポータルサイト](#) 🔍 [検索](#)

