

問環境政策課 ☎ (338) 6831

家庭でできる 冬の省エネ・節電ポイントを紹介します！

家計も地球も笑顔に！

家庭でいくつ
できているかな？
☑ チェックしてみよう！

気候変動が進み、地球沸騰化とも言われる現代において、家庭でできる小さな省エネに取り組むことは、CO₂の排出を減らすことにつながり、地球温暖化対策には必要不可欠です。小さなことでも積み重ねると大きな節電効果が見込まれ、地球環境の負荷軽減につな

がります。我慢や無理をするのではなく、かしこくスマートにエネルギーを使いましょう。省エネは家計にも地球にも優しい暮らしにつながります。

地球温暖化を防ぐためにも、身近にできることから始めてみませんか？

照明編

- ☐ 家の電気を蛍光灯からLEDに変えている
- ☐ 使っていない部屋の電気を消している
- ☐ 日中の明るい時間は部屋の電気を消している
- ☐ 照明をこまめに掃除している



エアコン・ヒーター編

- ☐ 室温を20℃(目安)に設定している
- ☐ 月に1・2度フィルター掃除をしている
- ☐ 扇風機などを使用して、上にたまった暖気を循環させている
- ☐ ヒーターを窓付近に置いている



こたつ・電気カーペット編

- ☐ こたつ布団に上掛けとこたつ敷布団を合わせて使っている
- ☐ 設定温度を低めに設定している
- ☐ 電気カーペットの下に断熱マットを敷いている



冷蔵庫編

- ☐ 開けている時間を短くしている
- ☐ 食料などを詰め込み過ぎていない
- ☐ 季節に合わせた設定温度に調整している
- ☐ 料理やお茶などを熱いまま入れていない
- ☐ 直射日光や調理家電など熱を持つものから離して設置している



ちょっとした工夫で

ウォームビズ 冬期の地球温暖化対策の1つとして、暖房使用時の室温を20℃(目安)で快適に過ごすライフスタイルを推奨するものです。

一家団らん 1つの部屋に集まることで、暖房や照明の使用数を減らすことができます。

湯たんぽ エアコンより電気を使わずに朝まで暖をとれます。

どのくらいできていましたか？

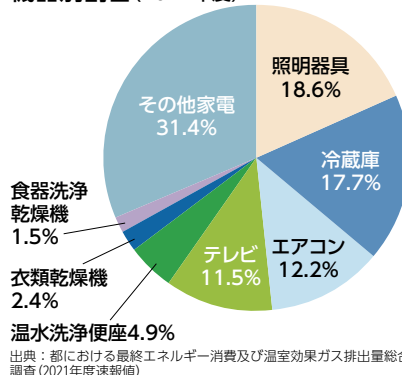
その他も東京都が発行している「家庭の省エネハンドブック」に掲載していますので、ご覧ください。

また、電気について家電製品でみると右のグラフのような消費量割合になります。

照明・冷蔵庫・エアコン・テレビで約6割を占めています。省エネ機器に買い替えるなど、家電製品を見直すことが省エネ・節約につながります。家族で暮らしを見直し、工夫しながら地球にも家計にも優しい省エネに取り組みましょう！



都における家庭部門の電気使用量の
機器別割合(2021年度)



出典：都における最終エネルギー消費及び温室効果ガス排出量総合調査(2021年度速報値)



市は、脱炭素社会の実現および地球温暖化防止に向けた取り組みの支援として、太陽光発電、再エネ電力切り替えを対象に補助金制度を実施しています。

