

# 冬季の省エネ・節電にとくみましよう！！

H26年度冬季



冬は、暖房の使用により、夏と並んで一年で最も電力の需要が大きくなる季節です。

今冬は、節電の数値目標は設定されておりませんが、定着節電として見込まれている▲3.7%（H22年度比）を目安にして、無理のない範囲での節電をお願いします。

※ 障害のある方々や高齢者の方々など、それぞれのご事情のもと、無理のない範囲でご協力ください。

## 節電期間等

12月1日（月）～3月31日（火）までの平日（12月29日～31日、1月2日を除く）

午前8時～午後9時

無理のない範囲での節電（数値目標は設けない）

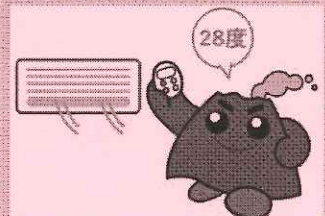
## \*節電のポイント\*

### ○ 電力需要が大きい時間帯の電力需要を減らす

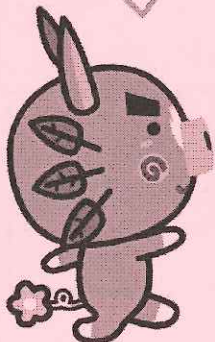
発電した電力は、ためておくことができません。

もし、供給している電力よりも多くの電力を一度に消費しようとした場合、大規模な停電がおこるおそれがあります。

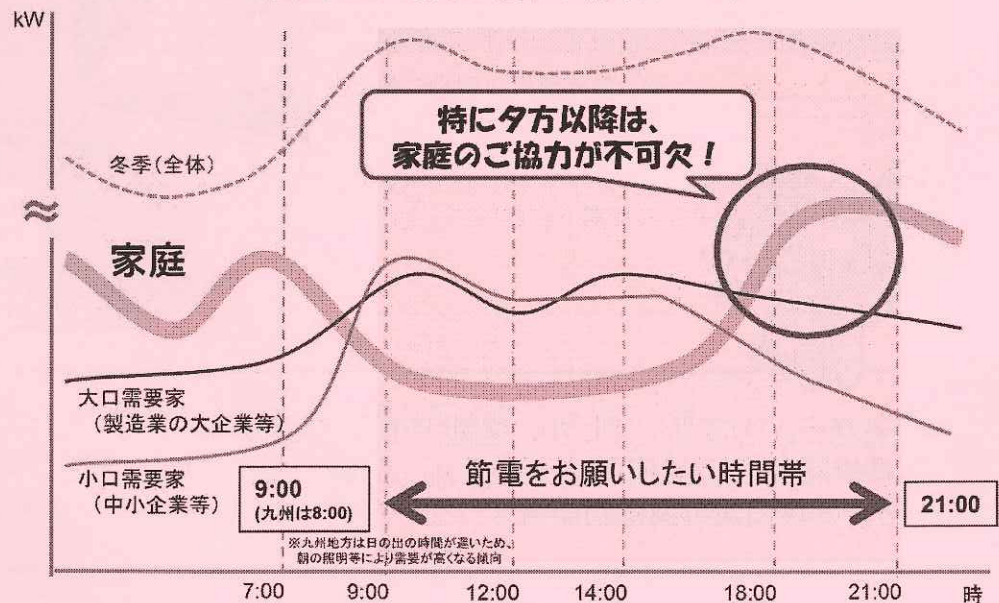
電力使用量が、発電所の供給能力を超えないように、電力需要が大きくなる時間帯の電力使用量を減らすことが大切です。



冬の電力需要  
ピークは…  
朝・夕を中心に  
長時間となる傾向  
があるよ！



冬季平日の電気の使われ方(イメージ)



【サンプルデータ等を元に資源エネルギー庁にて推計】

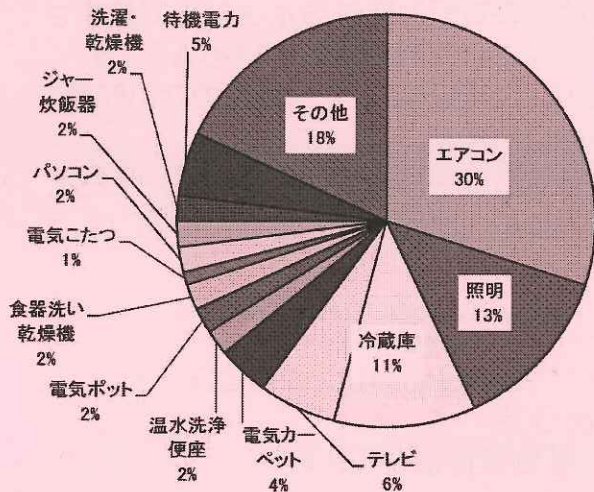


## ○ 家庭での電力消費の割合

家庭ではエアコン、照明、冷蔵庫、テレビに多くの電気が使われています。

特に、冬の夕方(午後7時頃)には、最大で約1,400Wの電力を消費していますが、そのうちエアコンが約3割を占めています。

エアコン等の家電製品を上手に使うことで、効果的に節電することができます。



★ 家庭には、消費電力が大きい電化製品がたくさんあります！  
これらの電化製品は、平日の節電をお願いする時間帯、特に夕方は気をつけて使いましょう。

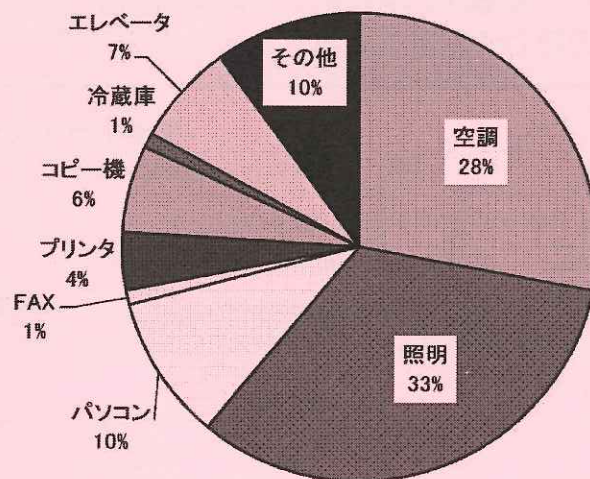
(例) 電気カーペット、電気ストーブ  
ジャー炊飯器、電気ポット  
電子レンジ、ホットプレート  
オーブントースター  
IHクッキングヒーター  
食器洗い乾燥機 など

## ○ オフィスビルでの電力消費の割合

オフィスビルでは、電力消費のうち、空調用電力が約28%、照明が約33%、OA機器(パソコン、コピー機等)が約21%を占めています。

これらを合わせると電力消費の約82%を占めるため、これらの分野における節電対策は特に効果的です。

節電のポイントを知って、  
楽しく、賢く  
“省エネ・節電”  
に取り組もう！



経済産業省から、①オフィスビル、②卸・小売店(百貨店、ドラッグストア等)、③食品スーパー、④医療機関(病院、診療所)、⑤ホテル・旅館、⑥飲食店(ファミレス、居酒屋等)、⑦学校(小中高校)、⑧製造業の業種別節電メニューが紹介されています。御参照ください。

■ 節電・電力需給に関する情報をwebでご紹介しています

政府の節電ポータルサイト「節電.go.jp」 <http://www.setsuden.go.jp>

経済産業省ホームページ <http://www.meti.go.jp/setsuden/index.html>



# 家庭の節電メニュー

今夏も、昨年度までに取り組んだ節電行動を継続し、下記の節電メニューを参考にして、よりかしこく電気を使う“節電”に取り組みましょう。

節電メニュー		節電効果		チェック
		エアコン有	エアコン無	
エアコン	重ね着などをして、室温20℃を心がけましょう。	7%	—	
	窓には厚手のカーテンを掛けましょう。	1%	—	
照明	不要な照明をできるだけ消しましょう。	4%	6%	
テレビ	画面の輝度を下げましょう。	標準→省エネモードに設定し、 使用時間を2/3に減らした場合	2%	3%
	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。	1%	2%	
	扉を開ける時間をできるだけ減らしましょう。			
	食品をつめこまないようにしましょう。			
ジャー炊飯器	早朝にタイマー機能で1日分をまとめて炊きましょう。	1%	2%	
	保温機能は使用せずに、良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・温水の設定温度を下げましょう。	1%未満	1%	
	不使用時はふたを閉めましょう。			
待機電力	リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切りましょう。	1%	2%	
	長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜いておきましょう。			

※ 夕方ピーク時の消費電力 エアコンを使用する家庭：約1,400W ガス・石油ストーブ等を使用する家庭：約1,000w(資源エネルギー庁推計)に対する削減率の目安

その他の節電メニュー	
ライフスタイル	夕方に電気製品の使用が重ならないように家事の段取りを組みましょう。
	温湿度計をつけて、室温の管理(20℃)を行いましょう。
暖房機器	電気の暖房機器(ガス・石油以外)を使う場合には、エアコンと電気ストーブ・ヒーターを上手に使い分けましょう。
	電気カーペットは人のいる部分だけを温めるようにしましょう。
	エアコンのフィルターを定期的(2週間に一度程度が目安)に掃除しましょう。
電気ポット	お湯はコンロで沸かし、ポットの電源は切りましょう。
洗濯機	容量の80%程度を目安にまとめ洗いをしましょう。

## 節電時に注意していただきたいこと

- ガス・石油ストーブ等を使うときは、窓を開けるなどして必ず換気。(空気が不足すると一酸化炭素が発生します。)
- 洗濯物や布団などはストーブの近くには置かない。(火災の原因となることがあります。)

経済産業省「冬季の節電メニュー(ご家庭の皆様)」より



# オフィスの節電メニュー

5つの基本アクションをお願いします		建物全体に対する節電効果	実行 チェック
照明	・執務エリアの照明を半分程度間引きする。	8%	<input type="checkbox"/>
	・使用していないエリア（会議室、廊下等）は消灯を徹底する。	3%	<input type="checkbox"/>
空調	・テナントは空調のスイッチを切り、オーナーはビル全体が適切な温度になるように調整を行う等、適切な温度管理を行う（次項参照）	4% <small>（3℃下げた場合）</small>	<input type="checkbox"/>
	・使用していないエリアは空調を停止する。	1%	<input type="checkbox"/>
OA 機器	・長時間席を離れるときは、OA機器の電源を切るか、スタンバイモードにする。	2%	<input type="checkbox"/>
さらに節電効果が大きい以下のアクションも検討してください			
空調	・室内のCO <sub>2</sub> 濃度の基準範囲内で、換気ファンの一定時間の停止、または間欠運転によって外気取入れ量を調整する（外気導入による負荷を減らすため）。	4%	<input type="checkbox"/>
	・夕方以降はブラインド、カーテンを閉め、暖気を逃がさないようにする。	1%	<input type="checkbox"/>
	・熱源機（ガス熱源は除く）の温水出口の温度を低めに設定し、熱源機ヒートポンプ等の動力を削減する。	1%	<input type="checkbox"/>
	・空調機器の一斉の起動を避ける。（運転時間前倒し、フロア毎の時間調整等）	4% <small>（1時間程度の効果）</small>	<input type="checkbox"/>
メンテナンスや日々の節電努力もお願いします			
照明	・昼休みなどは完全消灯を心掛ける。		<input type="checkbox"/>
	・従来型蛍光灯を、高効率蛍光灯やLED照明に交換する。 （従来型蛍光灯からHf蛍光灯又は直管形LED照明に交換した場合、約40%消費電力削減。）		<input type="checkbox"/>
空調	・フィルターを定期的に清掃する（2週間に一度程度が目安）。		<input type="checkbox"/>
	・電気室、サーバー室などで冷房を使っている場合には、可能な限り冷房を使わずに外気を取り入れる。または、空調設定温度が低すぎないかを確認し、見直す。		<input type="checkbox"/>
	・電気以外の方式（ガス方式等）の空調熱源を保有している場合はそれらを優先運転する。		<input type="checkbox"/>
	・暖房と冷房の同時使用による室内混合損失を避ける（次項参照）		<input type="checkbox"/>
コンセント 動力	・ハロゲンヒーター等の暖房機器を個人で使用しない。		<input type="checkbox"/>
	・温水洗浄便座は保温・温水の温度設定を下げ、不使用時はふたを閉める。		<input type="checkbox"/>
	・エアタオル等のプラグをコンセントから抜く。		<input type="checkbox"/>
その他	・自動販売機の管理者の協力の下、適切な温度設定等を行う。		<input type="checkbox"/>
	・デマンド監視装置を導入し、警報発生時に予め決めておいた節電対策を実施する。		<input type="checkbox"/>
	・コージェネレーション設備を所有している場合は、発電優先で運転する。		<input type="checkbox"/>
従業員やテナントへの節電の啓発も大事です			
節電 啓発	・ビル全体の節電目標と具体的なアクションについて、関係全部門・テナントへ理解と協力を求める。（次項参照）		<input type="checkbox"/>
	・節電担当を決め、責任者（ビルオーナー・部門長）と関係全部門・テナントが出席したフォローアップ会議や節電パトロールを実施する。		<input type="checkbox"/>
	・従業員やテナントに対して、家庭での節電の必要性・方法について情報提供を行う。		<input type="checkbox"/>

※ご注意

- ・記載している節電効果は、建物全体の消費電力に対する節電効果の想定割合の目安です。
- ・空調については電気式空調を想定しています。
- ・一定の条件の元での試算結果ですので、各々の建物の利用状況により削減値は異なります。
- ・方策により効果が重複するものがあるため、単純に合計はできません。
- ・節電を意識しすぎるあまり、保健衛生上、安全上及び管理上不適切なものにならないようご注意下さい。