

省エネの取り組みを詳しく知りたい方に向けて、「省エネ講座」を開催します。内容については、22ページをご覧ください。

エコエネ推進室 23局7401

冬の省エネチェック表

項目		チェック		対策
1	暖房の温度は20℃に設定します。	Yes	No	服を一枚重ね着するなどして温度を調節しましょう。21℃から1℃下げただけで、年間1,170円お得になります。
2	温水洗浄便座は温度調節をします。	Yes	No	便座のフタを閉じるだけで、年間1,100円の節約になります。
3	暖房機器の温度はこまめに調節します。	Yes	No	こたつは上かけや下敷きマットを使い、熱を逃がさないようにしましょう。
4	人のいない部屋は消灯します。	Yes	No	こまめにスイッチを切る習慣をつけましょう。
5	テレビをつけっぱなしにしません。	Yes	No	別の用事を始めたときは、テレビのスイッチを消しましょう。
6	使わない電化製品のプラグを抜きます。	Yes	No	使わない電化製品のプラグは抜きましょう。コンセントにプラグが刺さっているだけで、電力は消費されています。
7	入浴時は、お湯やシャワーの使いすぎに注意します。	Yes	No	できるだけ続けて入浴するようにして、追いだきを減らしましょう。年間で5,690円の節約になります。
8	給湯温度はなるべく低温に設定します。	Yes	No	使用した食器などは、ため洗いをしましょう。節水にもなります。
9	地域の食材や旬の食材を選んで買うようにしています。	Yes	No	海外などからの郵送エネルギーを使わないようにしましょう。地元や旬の食材を使うことでエネルギーが節約できます。
10	無用なアイドリングはストップします。	Yes	No	近くに出かけるときは、公共交通機関などを利用しましょう。

～ Yesがいくつになりましたか？～

Yesが0～4個	Yesが5～9個	Yesが10個
省エネって難しい！と思っていませんか？毎日していることの中にも、できることはたくさんあります。1つ取り組むだけでも立派な省エネ！さあ、今日から取り組んでみましょう！	日ごろから省エネに興味をもっているあなたは、省エネマスターまであと一歩。家族の中でそれぞれが取り組めることを話し合い、実践していきましょう！	こまめな省エネに取り組んでいるあなたは、立派な省エネマスターです。しかし、まだまだ取り組めることがあるかもしれません。新しい取り組みを探してみましょう！