

家庭でできる取り組み

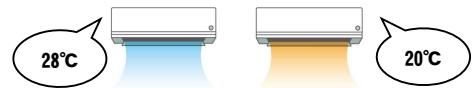
本市の家庭部門における温室効果ガス排出量は約 4.3 万 t-CO₂ であり、全体の約 25% を占めていることから、家庭における取り組みが重要です。次の取り組みなどを心掛け、エコと節約を両立させた暮らしをしてみましょう。（※年間 CO₂ 削減量と年間節約額は目安で、() 内は取り組み条件等です。）

照明器具・テレビ・パソコン



取り組み内容	年間 CO ₂ 削減量	年間節約額
電球型 LED ランプに切り替える。 <small>(54W の白熱電球から 9W の電球型 LED ランプに交換した場合)</small>	52.8kg	2,430 円
白熱電球の点灯時間を 1 日 1 時間減らす。 <small>(54W の白熱電球 1 灯の点灯時間を 1 日 1 時間短縮した場合)</small>	11.6kg	530 円
テレビを見ないときは消す。 <small>(32V 型テレビを見る時間を 1 日 1 時間減らした場合)</small>	9.9kg	450 円
テレビ画面は明る過ぎないようにする。 <small>(32V 型テレビの画面の輝度を最適 (最大→中間) にした場合)</small>	15.9kg	730 円
パソコンを使わないときは電源を切る。 <small>(デスクトップ型パソコンの利用時間を 1 日 1 時間、短縮した場合)</small>	18.5kg	850 円

エアコン・ファンヒーター



取り組み内容	年間 CO ₂ 削減量	年間節約額
夏の冷房時、エアコンの室温は 28°C を目安にする。 <small>(外気温度 31°C の時、エアコン(2.2kW)の冷房設定温度を 27°C→28°C にした場合)</small>	17.8kg	820 円
冬の暖房時、エアコンの室温は 20°C を目安にする。 <small>(外気温度 6°C の時、エアコン(2.2kW)の暖房設定温度を 21°C→20°C にした場合)</small>	31.2kg	1,430 円
ファンヒーターの室温は 20°C を目安にする。 <small>(外気温度 6°C の時、石油ファンヒーターの暖房設定温度を 21°C→20°C にした場合)</small>	25.4kg	650 円
冷房や暖房は必要な時だけつける。 <small>(エアコン(2.2kW)の暖房を 1 日 1 時間短縮した場合(設定温度 20°C))</small>	23.9kg	1,100 円
月に 1～2 回エアコンのフィルターを清掃する。 <small>(フィルターが目詰まりしているエアコン(2.2kW)とフィルターを清掃した場合の比較)</small>	18.8kg	860 円

アドバイス!

其の一 照明器具の掃除で明るさアップ

照明のかさやカバーが汚れると明るさが低下します。こまめな掃除を心がけましょう。

其の二 省エネ基準達成率が高い家電で省エネ向上

省エネルギー基準達成率が高い製品を選ぶと年間消費電力量が少なくなります。

其の三 エアコンの風向板を上手に活用

風向板を冷房では水平に、暖房では下向きにすることで効率よく使用できます。





冷蔵庫

取り組み内容	年間 CO2 削減量	年間節約額
冷蔵庫に食品等を詰め込み過ぎない。 <small>(詰め込んだ場合と半分にした場合との比較)</small>	25.7kg	1,180 円
冷蔵庫の無駄な開閉はしない。 <small>(冷蔵庫：12 分毎 25 回、冷凍庫：40 分毎 8 回 10 秒間開閉した場合とその 2 倍開閉した場合)</small>	6.1kg	280 円
冷蔵庫の設定温度は適切にする。 <small>(周囲温度 22°C で設定温度を強→中にした場合)</small>	36.2kg	1,670 円
冷蔵庫は壁から適切な間隔で設置する。 <small>(上と両側が壁に接している場合と片側が壁に接している場合との比較)</small>	26.5kg	1,220 円

キッチン・水回り・その他



取り組み内容	年間 CO2 削減量	年間節約額
お風呂には間隔をあけずに入る。 <small>(2 時間放置により 4.5°C 低下した湯(200ℓ)を追い炊きする場合(1 回/日))</small>	87.0kg	6,880 円
シャワーは不必要に流したままにしない。 <small>(45°Cのお湯を流す時間を 1 分間短縮した場合)</small>	29.0kg	3,300 円
洗濯物はまとめて洗いをする。 <small>(定格容量(6kg)の 4 割入れて洗う場合と 8 割入れ、洗濯回数を半分にした場合との比較)</small>	3.5kg	3,980 円
洗濯物はまとめて乾燥し、回数を減らす。 <small>(定格容量(5kg)の 8 割を入れて 2 日 1 回使用した場合と 4 割ずつ毎日使用した場合との比較)</small>	24.6kg	1,130 円
洗濯物は乾燥機と自然乾燥を併用する。 <small>(自然乾燥 8 時間後、未乾燥のものを補助乾燥する場合と乾燥機のみで乾燥させる場合の比較)</small>	231.6kg	10,650 円
部屋を片付けてから掃除機をかける。 <small>(掃除機の使用時間を 1 日 1 分短縮した場合)</small>	3.2kg	150 円
ガスコンロは炎が鍋底からはみ出さないようにする。 <small>(水 1ℓ(20°C程度)を沸騰させるとき、強火から中火にした場合(1 日 3 回))</small>	5.4kg	430 円

アドバイス!

其の一 温かいものは冷ましてから冷蔵庫へ

カレーやシチューなど、温かいものを冷やさずに冷蔵庫へ入れると庫内の温度が上がり、冷やすのに余分なエネルギーが消費されます。冷ましてから冷蔵庫へ入れましょう。

其の二 冷蔵庫の温度設定を強→中へ変更

温度設定を控えめにすることで消費電力量が少なくなります。温度設定を見直してみましょう。ただし、食品の傷みには十分に注意してください。

其の三 お風呂の残り湯を活用

ポンプなどを使って、お風呂の残り湯を洗濯に再利用して水の量を節約しましょう。節水も省エネに繋がります。

○
月
○
日
()
日
直
○
○

自動車



取り組み内容	年間 CO2 削減量	年間節約額
アクセルはふんわりと踏む。(e スタート) <small>(最初の 5 秒で時速 20km を心がけるだけで 10% 程度燃費が改善します)</small>	194.0kg	10,030 円
加減速の少ない運転をする。 <small>(無駄な加速・原則を繰り返すことで市街地では 2% 程度、郊外では 6% 程度燃費が悪化します)</small>	68.0kg	3,510 円
早めのアクセルオフをする。 <small>(早めにアクセルを離すと 2% 程度燃費が改善します)</small>	42.0kg	2,170 円
アイドリングストップをする。 <small>(エアコン OFF の状態で 10 分間アイドリングした場合、130 cc 程度の燃料を消費します)</small>	40.2kg	2,080 円

👉 アドバイス!

其の一 マナーを守れば省エネ運転

急発進・急加速は事故のもとであり、空ぶかしは歩行者等の迷惑であると同時に燃料の無駄遣い、大気汚染のもとです。マナー違反をしないドライバーは省エネの達人です。

其の二 公共交通機関の積極利用

自家用乗用車に比べ、バスや鉄道などの公共交通機関は多くの人を一度に運ぶため、環境に優しい移動手段です。積極的に利用しましょう。

○月○日(○)日直

出典：家庭の省エネ徹底ガイド 春夏秋冬（資源エネルギー庁）

👉 エコドライブってなに？

エコドライブとは、燃料消費量や二酸化炭素排出量を減らし、地球温暖化防止に繋げるために運転手が行う運転方法や心がけのことで、エコドライブには【環境にやさしい】、【お財布にやさしい】、【人にやさしい】という効果があります。

エコドライブは全部で 10 項目あり、すべてマスターして地球温暖化防止に繋げましょう！

- 🚗 自分の燃費を把握しよう
- 🚗 無駄なアイドリングはやめよう
- 🚗 ふんわりアクセル「e スタート」
- 🚗 渋滞を避け、余裕をもって出発しよう
- 🚗 加速・減速の少ない運転
- 🚗 タイヤの空気圧から始める点検・整備
- 🚗 減速時は早めにアクセルを離そう
- 🚗 不要な荷物はおろそう
- 🚗 エアコンの使用は適切に
- 🚗 走行の妨げとなる駐車はやめよう

出典：エコドライブ 10 のすすめ（環境省サイト）