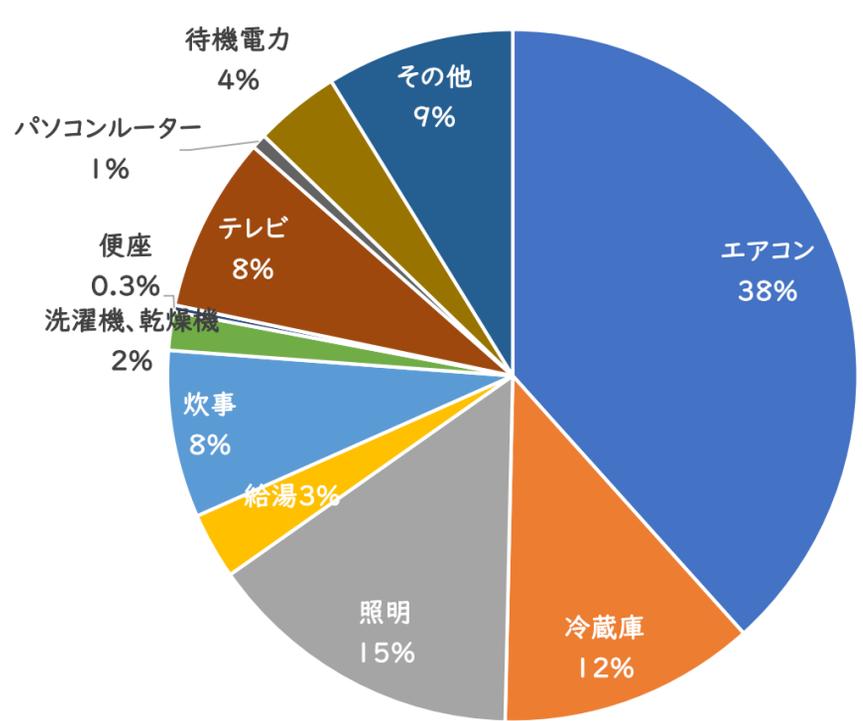


みなさん、ご家庭の省エネとエコドライブは順調ですか?まだまだ暑い日が続いていますので、無理のない範囲でチャレンジしてください!今年は省エネに71人、エコドライブに158人の方にご参加いただいています。このニュースレターでは、今すぐ出来るエコなアイデアをご紹介します!

節電のコツは「多い所を少なく」

家庭の電気はちょっとした工夫で節電ができます。下のグラフは夏の19時ごろの家庭の電気使用の割合です。夏の電力消費量は、エアコン、冷蔵庫、照明が6割以上を占めています。節電する際はこれらの家電を特に効率よく節電しましょう。

夏の電灯帯(19時頃)



出典:資源エネルギー庁「夏季の省エネ・節電メニュー ご家庭の皆様 東北・東京・中部・北陸・関西・中国・四国・九州エリア版」

上手なエアコンの使い方



①カーテンで窓からの熱を防ぐ

熱気の多くは窓から入り込みます。カーテンは日差しを遮るだけでなく、外からの熱気も防ぎます。また、冷気が逃げないため、効率よく冷房を使うことができます。

②室外機に物を置かない

室外機の吹き出し口に物を置くと効率が下がります。また、室外機に直射日光を当てると冷房効果も下がるため、植木やすだれなどで日陰を作ってあげましょう。

③部屋の空気を循環させる

空気は温度が低いと下へ行く性質があり、下の方だけが冷たいという「むら」が生まれます。そこで、**エアコンの風向きを上にして、風量を強くしたり、扇風機などで空気を循環させます。**



フィルターは月一回程度掃除する。

上手な照明の使い方



①こまめに掃除する

汚れが増えると明るさが低下します。

②点灯時間を短くする

日中は消して、夜も減らして一日1時間短縮すれば、9WのLEDランプで3.29kWhの削減につながります。

③LEDランプに替える

54Wの白熱電球から、12Wの電球形LEDランプに交換すると、年間で90.00kWhの削減になり、約2430円の節約になります。



トータルコストはLEDがお得。

上手な冷蔵庫の使い方



①物を沢山詰め込まない

詰め込むと冷気の流れが悪くなり、均一に冷えません。その分余計な冷却が必要になり、消費電力も増えます。また、未開封のびん詰や調味料など常温で保存できるものは入れないようにします。

②季節に合わせて温度調整

周囲温度22℃で、設定温度を「強」から「中」にした場合、年間で61.72kWh削減できます。



中の見通しをよくして、すぐ取り出せるように。無駄な開閉を減らせます。

猛暑で高温の車内 素早く温度を下げるには

連日猛暑日が続いています。炎天下で駐車していた車はすぐに乗りこめないほど温度が上昇しており、エアコンは必要不可欠です。しかし、エアコンを沢山使うと燃費に大きく影響してしまいます。そこで、熱がこもった車内の温度を素早く下げる方法をご紹介します。

①ドアをパタパタ

助手席側の窓を開け、運転席のドアを5回ほど開閉して車内の熱気を逃がします。



※狭い駐車場などでは車や人と接触する危険があるので注意してください。

②エアコンを「外気導入」

車のエアコンを外気導入、温度設定はLoにします。



③窓を全開にして走行

窓を全て開けて、エアコンは②の状態ですら2分ほど走行します。



④エアコンを内気循環に

窓を閉めて、エアコンを内気循環に切り替えて車内を冷やします。



車内が冷えたら温度設定は控えめに

他にも「サンシェードを使う」「窓を少しだけ開けておく」など、車内の温度上昇をあらかじめ抑えておくことも効果的です。

出典：JAF「夏の駐車時、車内温度を最も早く下げる方法は？(JAFユーザーテスト)」

編集後記

厳しい暑さの毎日ですがいかがお過ごしでしょうか。つい冷たい物を食べがちですが、身体を冷やしすぎないようにしたいですね。

さて、今回ご紹介したアイデアには共通点があります。それは家電も車も効率よく使えば、結果的に環境面でのメリットが多くなるということです。皆様の省エネ生活のご参考になれば幸いです。



冷やし中華最高!

(星野)