

はじめようスマートライフ！

スマートライフマイスターからスマートライフに関する説明を受け、省エネの取り組みやCO₂削減の大切さを理解いただけたと思います。

冷蔵庫の買い替えは省エネ、CO₂削減の取り組みの一つにすぎません。引き続きご家庭において、省エネ、CO₂削減の取り組みに努めてください。

項目	内容	年間 節約分	年間 CO ₂ 削減量
スマートライフ	省エネ家電に太陽光などの「創エネルギー」機器と蓄電池などの「蓄エネルギー」機器を組み合わせ、エネルギーを最適に利用する暮らし方		
冷蔵庫	室温22℃で、庫内設定温度を適切にする(強→中)。	1,670円	36.2kg
	冷蔵庫内に詰め込みすぎない(詰め込んだ状態から半分に削減)。	1,180円	25.7kg
	壁から適切な間隔で設置する(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比較)。	1,220円	36.5kg
エアコン	外気温31℃の時、冷房の設定温度を27℃から28℃に上げる(1日9時間)。	820円	17.8kg
	外気温6℃の時、暖房の設定温度を21℃から20℃に下げる(1日9時間)。	1,430円	31.2kg
	※扇風機を使って空気を循環させることで、夏は体感温度を下げ、冬は天井にたまりがちな暖かい空気を足下に広げることができます。		
	フィルターを月に1～2回清掃	860円	18.8kg
電気ポット	長時間使用しないときはプラグを抜く。 (ポットに水2.2Lを沸騰させ、1.2L使用後6時間保温した場合と、プラグを抜いて保温しないで、再沸騰させて使用した場合)	2,900円	63.1kg
電気カーペット	電気カーペット(3畳)設定温度を強→中に下げる(1日5時間)。	5,020円	109.2kg
	※カーペットの下に断熱材を敷くとさらに省エネになります。		
照明	同じ明るさの電球型蛍光灯に取り替える。 白熱電球54W → 電球型蛍光灯12W	2,270円	49.3kg
	同じ明るさのLEDランプに取り替える。 白熱電球54W → 電球型蛍光灯9W	2,430円	52.8kg
	点灯時間を1日1時間短くすることで削減する。 白熱電球 蛍光灯 LEDランプ	530円 120円 90円	11.6kg 2.6kg 1.9kg
テレビ	液晶テレビ(32型)画面の明るさを下げる(最大→中間)。	730円	15.9kg
	見ないときはテレビを消す(1日1時間)。	450円	9.9kg
温水洗浄便座	使わないときはふたを閉める。	940円	20.5kg
	暖房便座の温度を低めに設定する(中→弱)。	710円	15.5kg
うちエコ診断	うちエコ診断士が家庭の”どこから””どれだけ”CO ₂ が排出されているかを「見える化」し、各家庭のライフスタイルに応じて無理なく取り組める効果的なCO ₂ 削減対策を、各家庭のライフスタイルに応じて個別に提案します。家庭での効果的なCO ₂ 削減のため、是非受診してください。 (お申し込みは、「見つけた!!ecoで節約Happy Life」うちエコ診断のチラシをご覧ください。)		