

# やさしくエコライフ

未来のために始めよう、小さな心がけ

区内で排出されるCO<sub>2</sub>（二酸化炭素）の約半分は「家庭」から。区内約20万世帯がほんのちよつと工夫すると、省エネが進み、削減効果は絶大です。そこで今号では、区内在住のあおいちゃんにエコライフに挑戦してもらいました。

4月16日、区役所



すみません、なかのエコポイントに興味があるのですが…

なかのエコポイント制度は、今年度新しくなりました。7月からの電気・ガスの検針票を出していただきます

**なかのエコポイント**  
家庭でのCO<sub>2</sub>削減や、環境行動への参加を応援する制度です。詳しくは4ページをご覧ください。



今すぐできることはありますか？



それでは、これを使ってはいかがですか？

エコワットと省エネナビです。家庭の消費電力が表示されるので、省エネの参考になりますよ



ありがとうございます！

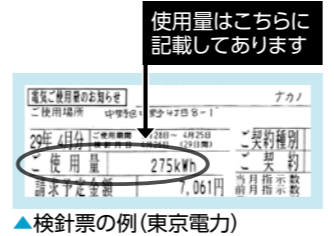
これを使って、まずは家の消費電力を測ってみます！

## 目で分かる省エネ効果

エコワットは家電製品ごとの、省エネナビは家全体の消費電力やCO<sub>2</sub>排出量がリアルタイムで表示されます。区内在住の方や区内事業者に無料で貸し出しています。ぜひお試しください。

## まずは確認 みんなの消費電力は

電気の検針票が届いたら、1か月の使用量に注目。目安に次の表(5月の都内世帯の平均値)と比べてみましょう。



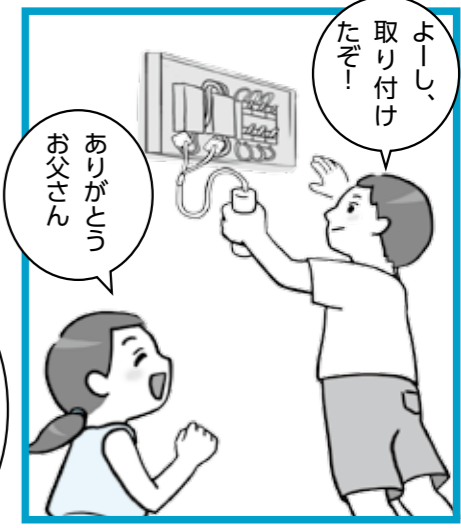
世帯の人数	◆電気(kWh/月)	
	戸建	集合
1人	192	153
2人	269	214
3人	314	261
4人以上	343	267

家庭の省エネハンドブック2018 (平成30年3月、東京都発行)より抜粋

地球温暖化対策担当 8階  
TEL (03)5551-0100  
FAX (03)5551-0103

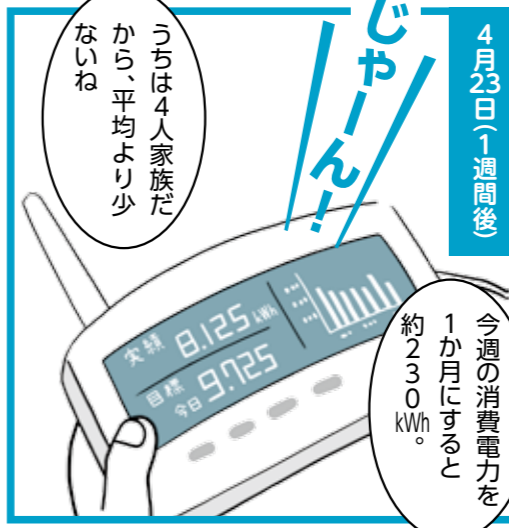


一緒に始めよう



よーし、取り付けたぞ！

ありがとうございます お父さん



うちは4人家族だから、平均より少ないね

4月23日(1週間後)

今週の消費電力を1か月にすると約230kWh。



もっと消費電力を減らすにはどうしたらいいんだろう

## みんなでやってみよう エコライフ

下記を参考に、地球温暖化防止のためにすぐできることから始めましょう。  
☆「家庭の省エネハンドブック2018」では更に詳しい省エネのポイントや削減効果を掲載。東京都地球温暖化防止活動推進センターや、区役所8階地球温暖化対策担当でもご覧になれます

## 省エネのコツを1つ案内します



## 「なかのエコチャレンジ」を始めよう

家庭で取り組める省エネ項目のチェックシートです。まずは1週間、始めてみましょう。  
☆区役所8階地球温暖化対策担当で受け取るか、区からダウンロードして活用を



▲区内の小・中学校でも配布しています。平成30年度版は6月下旬配布開始予定

## エアコン

冷房時の室温は28℃を目安にする	エアコンの使用を1日1時間減らす	フィルターを月2回程度掃除する
省エネ 30.2kWh/年 節約 <b>790円</b> /年 CO <sub>2</sub> 削減量 14.8kg/年	省エネ 18.8kWh/年 節約 <b>490円</b> /年 CO <sub>2</sub> 削減量 9.2kg/年	省エネ 32.0kWh/年 節約 <b>830円</b> /年 CO <sub>2</sub> 削減量 15.6kg/年

## テレビ

つけている時間を1日1時間減らす	省エネ 16.8kWh/年 節約 <b>440円</b> /年 CO <sub>2</sub> 削減量 8.2kg/年
画面を明るすぎないように設定する	省エネ 27.1kWh/年 節約 <b>700円</b> /年 CO <sub>2</sub> 削減量 13.3kg/年

## 照明

白熱電球をLEDに交換する	省エネ 92.0kWh/年 節約 <b>2,390円</b> /年 CO <sub>2</sub> 削減量 45.0kg/年	白熱電球の使用を1日1時間減らす	省エネ 19.7kWh/年 節約 <b>510円</b> /年 CO <sub>2</sub> 削減量 9.6kg/年
---------------	--	------------------	---

## 掃除機

部屋を片付けてから掃除機をかける	省エネ 5.5kWh/年 節約 <b>140円</b> /年 CO <sub>2</sub> 削減量 2.7kg/年
モップや雑巾を使い、掃除機をかける時間を減らす	省エネ 16.4kWh/年 節約 <b>430円</b> /年 CO <sub>2</sub> 削減量 8.0kg/年
フローリングや畳は「弱」、じゅうたんは「強」で使い分ける	省エネ 41.6kWh/年 節約 <b>1,080円</b> /年 CO <sub>2</sub> 削減量 20.3kg/年

## 電気ポット

長時間保温せず、使用時に再沸騰	省エネ 107.5kWh/年 節約 <b>2,800円</b> /年 CO <sub>2</sub> 削減量 52.6kg/年
-----------------	---

## 冷蔵庫

壁から離して設置する	季節に合わせて設定温度を調節する	冷蔵庫にもものを詰め込まない
省エネ 45.1kWh/年 節約 <b>1,170円</b> /年 CO <sub>2</sub> 削減量 22.1kg/年	省エネ 61.7kWh/年 節約 <b>1,600円</b> /年 CO <sub>2</sub> 削減量 30.2kg/年	省エネ 43.8kWh/年 節約 <b>1,140円</b> /年 CO <sub>2</sub> 削減量 21.4kg/年



まずは1週間！

結果は次のページへ



削減に向けて

家に帰って