

照明をLEDに!

都内の家庭が一年間に使う電気の使用量のうち、最も多い割合を占める家電製品は照明です。省エネ効果の高いLED照明のご使用をおすすめします。

	白熱電球	LED電球
電気代	2,808円/年*	416円/年*
寿命	1,000時間	40,000時間
電気使用量	108kWh/年*	16kWh/年*

*電気代、電気使用量は、年間の点灯時間を2,000時間、電気料金を26円/kWh、消費電力を白熱電球は54W、LED電球は8Wとした場合の試算

電気代がお得 **長寿命** **省エネ**

他にもこんなメリットが!

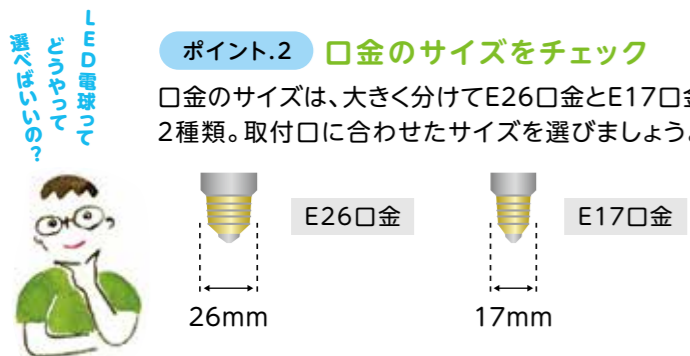
- オン・オフの繰り返しに強い
- スイッチオンですぐに明るい
- 虫が寄り付きにくい

ポイント.1 明るさをチェック

LED電球の明るさはルーメン(lm)で表示。値が大きいほど、より明るい電球です。

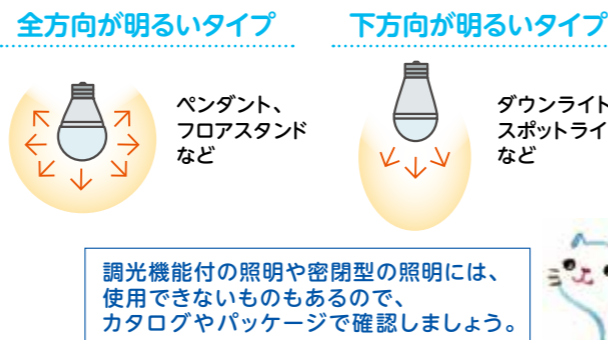
ポイント.2 口金のサイズをチェック

口金のサイズは、大きく分けてE26口金とE17口金の2種類。取付口に合わせたサイズを選びましょう。



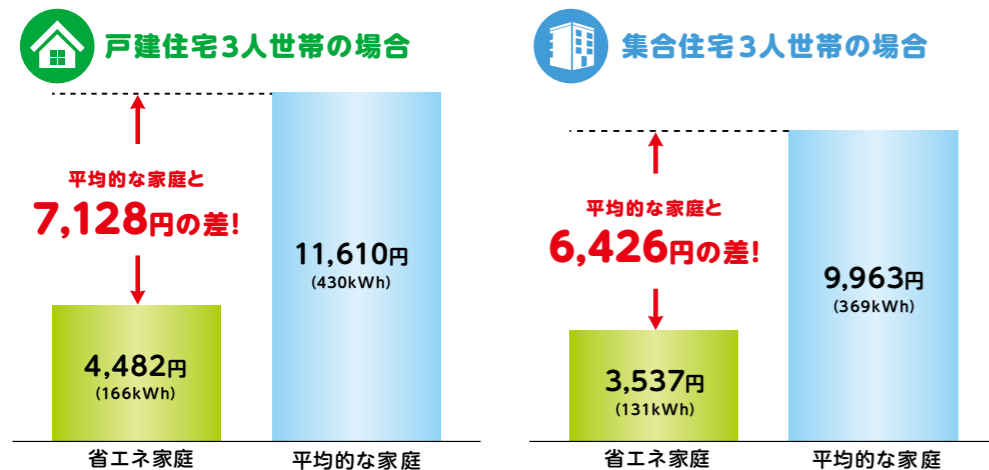
ポイント.3 ひかりの広がり方をチェック

全方向が明るいタイプと下方向が明るいタイプがあります。使う場所に合わせて選びましょう。



こんなに違う! 省エネ家庭の電気代 <東京都(8月分)>

省エネは、電気代などの光熱費の抑制にもつながる、家計にやさしい取組みです。



実は、都内の6軒に1軒が省エネ家庭!

さあ、あなたもはじめよう!

省エネ家庭: 都内世帯平均値の半分以下の使用量である家庭の平均値
平均的な家庭: 都内世帯平均値±25%範囲内の使用量である家庭の平均値

*電気代は東京都環境局「家庭のエネルギー消費動向実態調査」(平成26年度実施)による電気使用量に27円/kWh((公社)全国家庭電気製品公正取引協議会 新電力料金目安単価)を掛けて計算

2020夏の省エネフレット

地球温暖化対策のために

やってみよう!簡単に取り組める

夏の省エネ

地球温暖化の影響による気候変動が様々な災害を引き起こしています

気候変動がもたらす影響は深刻さを増しつつあり、世界の各地で超大型台風、異常高温、干ばつ、洪水などを引き起こしています。

日本でも各地で高温や集中豪雨が発生しており、2019年は、年平均気温が統計開始以降で最も高い値となりました。

令和元年台風第19号による水害



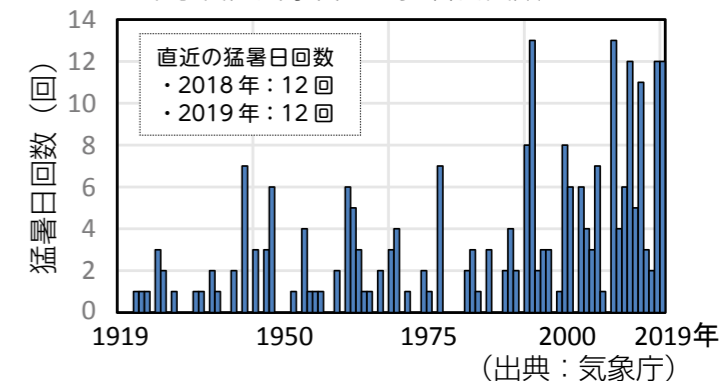
(出典: 国土地理院ウェブサイト)

東京でも例外ではありません

都内でも、過去10年間のうち、最高気温35℃以上になる猛暑日が10日以上発生した年が半数となる※など、気候変動の影響が深刻さを増しています。

また、2019年秋の台風上陸の際には、浸水や道路崩壊などの甚大な被害が発生しました。 ※気象庁調べ

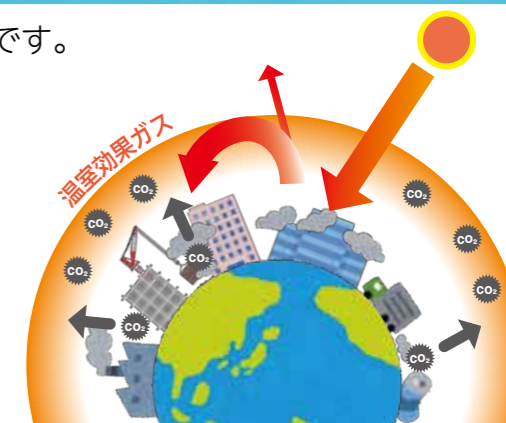
東京管区気象台での猛暑日回数



地球温暖化対策のためには省エネが必要不可欠です

地球温暖化の原因は、CO₂など温室効果ガスの濃度上昇です。省エネに取り組むことは、CO₂の排出を減らすことにつながり、地球温暖化対策には必要不可欠です。

テレワークなどにより自宅で過ごす機会が多くなる今夏、一人ひとりが省エネに取り組むことで、家計も地球も大きく変わられます。省エネの工夫を知って、賢い省エネに取り組みましょう!



エアコンの上手な使い方!

夏の日中の電力消費は、エアコンによる消費が**半分以上***を占めます。冷房時の室温は28℃が目安。家の中での熱中症や換気にも気を付けながら室温調節して、無理のない範囲で省エネしましょう。

※資源エネルギー庁推計



- **フィルターを掃除** 月2回を目安に、フィルターを掃除しましょう。
(目詰まりすると、吸い込む空気の量が減り、冷やす力が小さくなります)
- **扇風機も併用** 扇風機を使えば、涼しい空気を循環できます。
- **風向きは上向き・水平に** 冷気は下降するため、羽根の向きは上向き・水平に
- **室外機周りに物を置かない** 排気をスムーズにしましょう。
- **オン・オフを繰り返さない** エアコンは設定温度に達するまでに大きな電力を使い、そのあとは比較的小さな電力で室温を保ちます。そのため、頻繁なオン・オフは省エネにならないこともあります。

暑さは窓からやってくる!

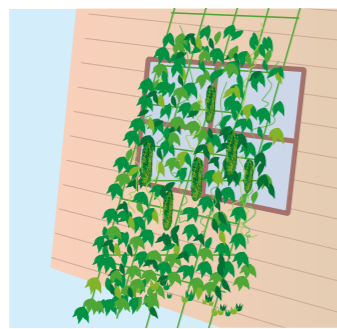
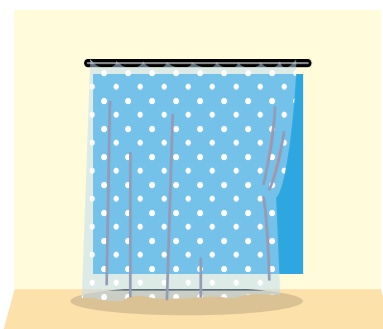
夏の冷房時に、外から室内に伝わる熱の**7割以上***は窓からです。窓の断熱性能を上げるとともに、夏は日差しを遮り、冷房効果を高めましょう。

カーテンやブラインドで日差しをカット

日差しを遮るのは、住宅の内側よりも外側で行う方が効果的

外出時は昼間でも閉めましょう

すだれや緑のカーテンがおすすめです



※「住宅の省エネリフォームガイドブック」東京都都市整備局

【家庭における熱の有効利用促進事業】

熱の出入りが大きい窓、ドアの断熱改修等に係る費用の一部を助成します。

助成対象	助成率	助成対象
高断熱窓	1/6	50万円/戸
高断熱ドア	1/6	8万円/戸

※その他熱利用機器設置に係る費用助成もあります。詳しくはHP又は以下までお問い合わせください。

問い合わせ先/東京都地球温暖化防止活動推進センター(クール・ネット東京) 創エネ支援チーム

03-5990-5066 受付時間 月~金9:00~17:00 (祝日・年末年始除く)

HP 東京都 熱の有効利用 検索

お湯の省エネも忘れずに!

家庭で一年間に使うエネルギーのうち、給湯用が**約3割***を占めます。

夏はシャワーの利用が増える季節。お湯の使い方にも気を配りましょう。



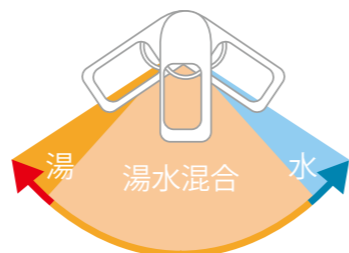
一人5分、家族3人で約180リットル

レバーを上げる位置に注意!

シングルレバー混合栓は、レバーを正面で上げると水とお湯が混ざって出てきます。お湯が必要ないときは、水側(最も右側)で上げましょう。

比較的簡単で効果が高い取組は?

節水型のシャワーヘッドへの交換で、お湯の使用量が2~3割減らせます。自分で簡単に交換できます。



※「都における最終エネルギー消費及び温室効果ガス排出量総合調査(2017年度速報値)」東京都環境局

夏になったら設定を変えよう!

機器の設定を、一年中同じにしていますか? 設定変更は一度やると、継続して省エネ効果が得られます。夏になったら温度設定を変えて、かしこく省エネしましょう。

温水洗浄便座

● 便座暖房はオフ、洗浄温水は低めに



タイマーや節電機能がある製品は設定しましょう



冷蔵庫

● 冷蔵庫の設定を「強」ではなく「中」に

夏は「中」に

夏以外の季節は「弱」に



テレビの設定変更でも省エネ

テレビの画面は、明るいほど、多くの電力を消費します。差し支えない程度に明るさを抑えましょう。製品によって異なりますが、「映像調整」などのメニューで明るさの変更ができます。



「中、弱」にしても心配無用!

「中」や「弱」にすると、「強」よりも庫内の温度は高くなりますが、食材の保存に適さない温度ではありません。扉を開ける時間を短くすることや、熱い物は冷ましてから入れるなどして、庫内の温度を上げないように気をつけて、やってみましょう。

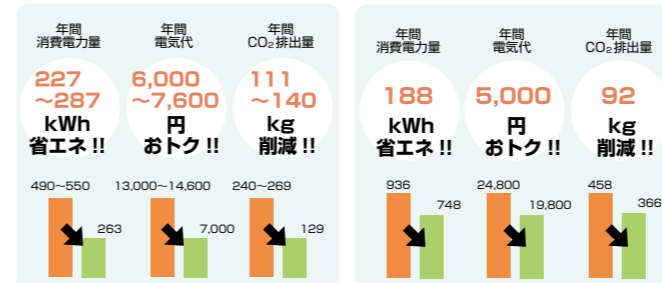
エアコン、冷蔵庫は買換でさらに省エネ!

家電製品の省エネ技術は、年々、進歩しており、買い換えるだけでも大きな省エネが図れます。

買い換える時は部屋の広さや家族の人数にあったサイズにし、どのような機能が必要かをよく考えて選びましょう。

10年前の機器を買換えたら

冷蔵庫(定格内容積 401~450L) エアコン(冷房能力: 2.8kW)



お店でこのラベルをチェック!

統一省エネルギーラベル



1 ★の数が多いほど省エネ性能が高い製品です。

2 基準を達成した製品には、(C) (緑色のマーク) がつきます。

3 年間の目安電気料金です。

対象機器

エアコン・テレビ・電気冷蔵庫・電気便座
蛍光灯器具(家庭用)・電気冷凍庫

★5つがもっとも省エネ



省エネ家電等への買換えでポイントがもらえます! (2021年3月まで)

一定の基準を満たす対象製品への買い換えに対して、商品券等に交換可能な「東京ゼロエミポイント」を付与します。

対象機器購入後、申請書(HPで入手可)と領収書・リサイクル券等を事務局へ提出。上限に達し次第終了。インターネット通販での購入も対象です。

HP 東京ゼロエミポイント 検索



コールセンター ☎0570-005-083 ☎03-6634-1337

対象機器		付与ポイント数	
エアコン	統一省エネラベル 4つ星以上	2.2kW以下 12,000 2.4~2.8kW 15,000 3.6kW以上 19,000	
	冷蔵庫	統一省エネラベル 5つ星以上	250ℓ以下 11,000 251~500ℓ 13,000 501ℓ以上 21,000
		給湯器	高効率給湯器 10,000