

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
電気代	2,916円/年	432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27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



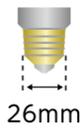
LED電球って、そんなに明るい? 照らす360°

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。

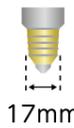
ポイント.2 口金のサイズをチェック

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。



E26口金

26mm



E17口金

17mm

ポイント.3 ひかりの広がり方をチェック

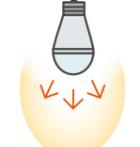
全方向が明るいタイプと下方向が明るいタイプがあります。使う場所に合わせて選びましょう。

全方向が明るいタイプ



ペンダント、フロアスタンドなど

下方向が明るいタイプ



ダウンライト、スポットライトなど

調光機能付の照明や密閉型の照明には、使用できないものもあるので、カタログやパッケージで確認しましょう。

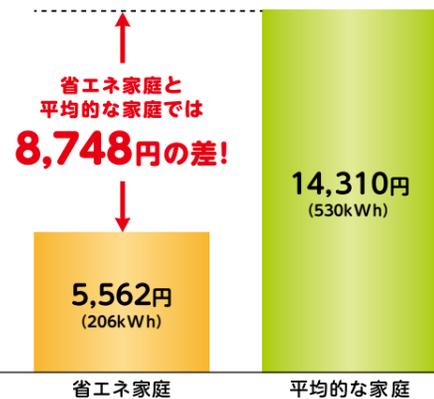


*「都における最終エネルギー消費及び温室効果ガス排出量総合調査」(2018年度速報値)東京都環境局

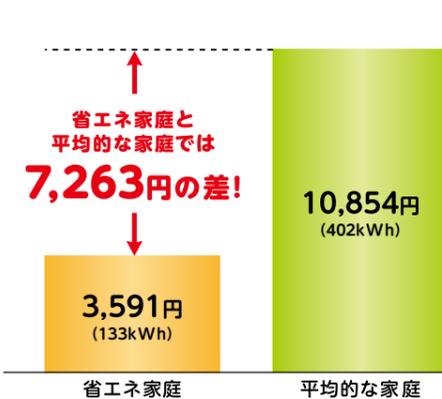
こんなに違う! 省エネ家庭の電気代 <東京都(1月分)>

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。

戸建住宅3人世帯の場合



集合住宅3人世帯の場合



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冬の省エネフレット

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

冬の省エネ



地球温暖化の影響によるとされる異常気象や水害などが頻発しています

世界各地では、地球温暖化の影響によるとされる危機的な状況が顕在化しています。

熱波や大雨、水害、干ばつ、大規模な山火事などの異常気象や気象災害が各地で頻発に発生しており、多くの人が亡くなるケースも発生しています。

日本でも各地で高温や集中豪雨が発生しています。

令和2年7月豪雨による水害



(出典: 国土地理院ウェブサイト)

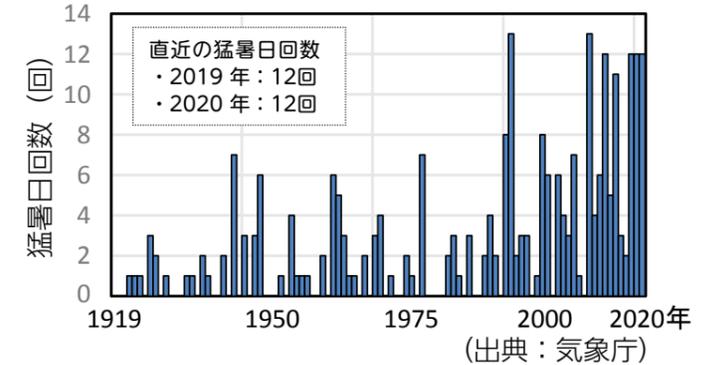
東京でも例外ではありません

2020年には、東京都心の猛暑日(※)の回数が8月としては過去最多を記録するなど、猛暑日は増加傾向にあります。

また、集中豪雨の発生頻度も増加傾向にあり、あちこちで床上浸水などの浸水被害が発生しています。

※最高気温が35℃以上になる日

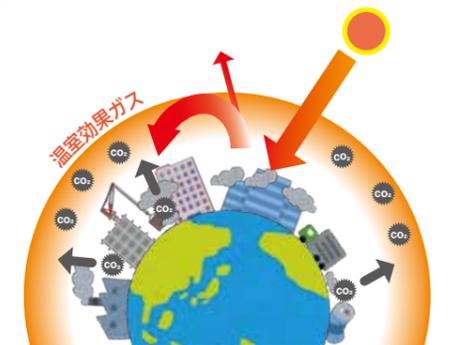
東京管区気象台での猛暑日回数



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。

この冬は、新しい日常の定着に伴い、自宅で過ごす機会も多くなると考えられます。また、冬は暖房や給湯などの使用により、エネルギー消費が多くなる傾向があります。一人ひとりが省エネに取り組みながら、暖かく快適な生活を送りましょう。



暖房器具の上手な使い方！

冬の省エネ対策で欠かせないのが「暖房によるエネルギー消費を削減すること」です。暖房時は20℃を目安に、換気にも気を付けて室温調節。外出や就寝直前ではなく20分前を目安にオフにしましょう。

エアコン

- **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、暖める力が小さくなります)
- **扇風機も併用** 扇風機を使えば、暖かい空気を循環できます。
- **風向きは下向きに** 暖気は上昇するため、羽根の向きは下向きに。
- **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。

電気カーペット

- **断熱マットを敷く** 床側に熱が逃げないようにしましょう。
- **必要な部分だけ温める** 分割して温める機能がある場合は活用しましょう。
- **消し忘れに注意する**

電気こたつ

- **分厚いこたつ布団でより暖かく** 上掛けと敷布団で暖かさを逃がさない。
(敷布団の下に断熱マットを敷くとより効果的です)
- **消し忘れに注意する**

電気ヒーター

- **必要な時、必要な場所で使い分ける** 部屋全体を暖めるオイルヒーターなどは、窓側に置きましょう。足元や脱衣所などをすぐに暖めるカーボンヒーターやハロゲンヒーターなどは部屋全体を暖めるのには不向きです。

【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	上限額
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／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

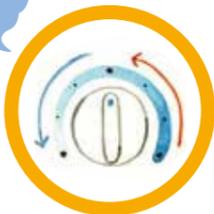


設定温度を変えましょう！

機器の設定温度を、一年中同じにしていますか？季節ごとに設定温度の変更をすると、継続して省エネ効果が得られます。設定温度を変えて、かしこく省エネしましょう。

夏は「中」に

冬、春、秋は「弱」に



冷蔵庫

- 冬は、冷蔵庫の設定を「弱」に

「弱」や「中」にすると、「強」よりも庫内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。

暖かい家で快適な暮らしを！

暖房器具の使い方とあわせて気にしたいのは、住宅の省エネ性能を高めること。熱を逃さない、冷気を入れないための工夫をしましょう。

※窓やドアの断熱改修も効果的です。(前ページの「家庭における熱の有効利用促進事業」をご参照ください。)



お湯の使い方を見直しましょう！

家庭で一年間に使うエネルギーのうち、給湯用が3割以上*を占めます。水温が低い冬の方が、夏よりも多くのエネルギーを使います。お湯の使い方にも気を配りましょう。

浴室

- 追いだきや自動保温をなるべくしないように、家族が続けて入る
- 短時間でも風呂ふたを閉める

食器洗い・洗面

- 設定温度は低めに
- お湯を流しっぱなしにしない
(食器洗いは、鍋や皿の汚れをふき取ってから)

*「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」(2018年度速報値)東京都環境局

エアコン、冷蔵庫は買い替えでさらに省エネ！

家電製品の省エネ技術は年々進歩しており、買い替えるだけでも大きな省エネが図れます。買い替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年前の機器を買い替えたら



出典:「しんきゅうさん」の「かんたん比較」より試算(同能力・サイズ)(買替前) 購入年:2009年 メーカー・型番:不明 (買替後)「省エネ性能カタログ2019年版」資源エネルギー庁に掲載された製品のうち、最も省エネ性能が高い製品

お店でこのラベルをチェック！
統一省エネラベル



照明器具・電気冷蔵庫・電気冷凍庫・電気便座の場合(新ラベル※)



※令和2年11月2日から適用(ただし、令和3年10月31日まで猶予期間あり)

ラベルのチェックポイント

- ★の数が多い
- 🌱のマークが緑色
- 目安電気料金が安い

★5つがもっとも省エネ



省エネ家電等への買い替えでポイントがもらえます！

一定の基準を満たす対象製品への買い替えに対して、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。

申請方法

HP 東京ゼロエミポイント

検索



コールセンター ☎03-6634-1337 ☎0570-005-083

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	冷房能力 2.2kW以下	12,000
		2.4~2.8kW	15,000
		3.6kW以上	19,000
冷蔵庫	省エネ基準達成率 100%以上※ (緑色の🌱が目印)	定格内容積 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	

※冷蔵庫の対象機器の確認方法が変わりました。