

ecoviva!

夏エコ・クール! な
すごしかた大公開。



今回の ecoviva は、
夏の省エネお助け情報。
節電しつつも冷房効果を UP
させるエアコンの使い方や
エアコンなしでも涼しく
過ごすアイデアがいっぱい♪

ちょっと気になる夏の家庭の電力使用状況

- 平日午後 2 時・昼間のピーク電力使用量 在宅世帯の使用電力 **1200w**
留守中の使用電力 **340w** ※冷蔵庫やポットなどの待機電力
- 使用内訳 エアコン **58%** 冷蔵庫 17% その他 10% 待機電力 3% パソコン 0.4%
温水便座 0.6% テレビ 5% 照明 6% ※数値は最大需要発生日を想定・在宅世帯 (データ出典: 資源エネルギー庁推計)



夏

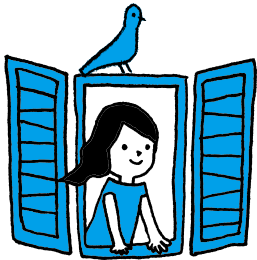
Let's Challenge

エコ・クール!

うお悩みの声もちらほら。今年はエアコンを上手に使うコツと涼しく過ごす知恵をフル活用して、電気代を賢くセーブしませんか。夏エコ・クールで快適に暑い夏を乗り切りましょう♪

夏本番。暑さもピークを迎えます。この時期、家庭で使う電力の半分以上はエアコンが占めています。「エアコンを使うと電気代がかかりすぎて憂鬱」とい

知って得する節約設定 夏エコ冷房エアコン術



まずは換気から

家に帰ると締め切った部屋に熱気が! そんなときは、エアコンのスイッチを入れる前にまず換気。余分な熱気を追い出せばエアコンの効率もアップ♪ 外出時は、昼間でもカーテンを閉めておくとお効果的。

冷やしすぎない 節約快適温度は 28℃

省エネ温度設定は 28℃がベスト。扇風機と併用して涼しく快適に。28℃の設定は、27℃に比べて年間約 670 円の節約に。(※外気温度 31℃の時、エアコン (2.2kw) の冷房設定温度を 27℃から 28℃にした場合) (使用時間: 9 時間 / 日)

頻繁なスイッチ ON/OFF は NG!!

エアコンはオンするたびに高い起電力がかかるため、オンオフを頻繁に繰り返すと無駄な電力消費がかかります。



冷房時の風向板は 水平に設定。

扇風機を回して床に溜まりがちな冷気を循環させれば短時間で部屋全体が涼しくなります♪



強い日差しをカットする グリーンカーテン

冷房効果を上げるには「窓の断熱」が欠かせません。遮光ネットやすだれ、グリーンカーテンなどで窓からの強い日差しを遮断を。窓際に大きめの観葉植物を置いて効果的♪



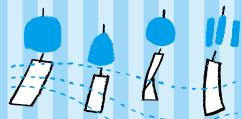
2 週間に1回のフィルター掃除で 年間 5~10%の省エネ

フィルターが目詰まりしていたり、室外機の周辺に物があると、冷房効率落ちて無駄な電気を消費します。2 週間に1回のフィルター掃除と室外機まわりのお掃除で冷房効率をあげると、年間の電気は 31.95kwh の省エネ・約 700 円の節約に♪ (※フィルターが目詰まりしているエアコン (2.2kw) とフィルターを清掃した場合の比較)

エアコンいらずの **夏** エコ・クール!

快適アイデア

い る い る



納涼



保冷剤も使いよう

保冷剤を冷凍庫に常備。小さな保冷剤ならガーゼに包んで脇の下や首を冷却。大型の固形保冷剤ならフリスなどに包んで膝に乗せておくと長時間ひんやり快適♪

涼しさアップ! 扇風機の裏技

凍らせた2リットルのペットボトルを扇風機の後ろに置くとしばらく冷風が楽しめて、室温を下げる助けになります♪

夏の夜は、
怖い話や
肝だめしも
いいねー



家電の放熱は 見逃さない

夏はパソコンや大型テレビなどの家電の放熱でも室温が上がります。使わない家電の電源を消して放熱をシャットアウト。天井やスタンドの白熱電球をLEDに替えるだけでもかなり違います♪



視覚効果で マイナス3度

青色系は視覚マジックで3度涼しく感じる効果が♪カーテンやキッチンクロス類を青色系に替えて、ひんやり感を楽しんで♪



熱帯夜でも

ぐっすり眠れるグッズ

熱帯夜を乗り切るポイントは風通し。窓を2カ所以上開けて家の中に風の通り道を作る、シーツや枕カバーを麻やコットン・い草など通気性のよい素材に。パイプ枕、氷枕も活用して安眠を♪



1日2回の 打ち水タイム

お風呂の残り湯は打ち水に。打ち水ベストタイムは太陽が登りきらない早朝と夕方。南側の庭木やグリーンカーテンにも打ち水しておくと、気化熱効果で部屋の温度が下がります♪



※熱中症にはくれぐれもご注意ください。無理のない範囲で省エネを♪



● HP、Twitter、Facebook で役立つエコ情報を発信中!

知って、動いて、削減する。CO2CO2 勝つコツ

高知県地球温暖化防止活動推進センター

<http://npo-kankyonomori.com/ondanka/>

facebook

twitter

高知県から「地球温暖化対策の推進に関する法律」に基づく都道府県地球温暖化防止活動推進センターの指定を受け活動を行っている「環境の杜こうち」の取り組みをご紹介します。

交通エコポイント活用社会還元事業

「ですかでゴー！」



クルマに比べてCO2排出量が少ない公共交通利用をすすめる温暖化防止活動の一環として、高知県地球温暖化防止県民会議が主体で実施している事業「ですかでゴー」。県内の小学生を対象にICカード「ですか」を無料で貸し出しています。カードにかかる費用は事業所・団体の皆様からの寄付で支えられています。公共交通を利用した子どもたちの校外活動を支援するために、ご協力をお願いいたします。詳細は県民会議県民部会のHPをごらん下さい。

<http://npo-kankyonomori.com/kenminkaigi/>



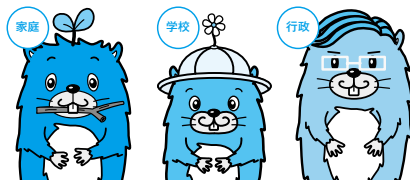
「高知コソコソ削減プロジェクト」

8月スタート！

ビー助くん

まなビーくん

ビー蔵くん



高知県地球温暖化防止活動推進センターでは、H26年8月から家庭と行政と学校が共同でCO2削減を目指す「高知コソコソ削減プロジェクト」を開始します。家庭部門では、HPを利用して楽しくエコの実践を、行政部門と学校部門では「グリーンチャンピオン」を選出し、現場に合ったエコ活動を広めます。詳細は県センターHPをごらんください。

<http://npo-kankyonomori.com/ondanka/>

●高知県地球温暖化防止活動推進センターでは、家庭の省エネや節電対策など、身近な地球温暖化対策についてのご相談を受け付けています。どうぞお気軽にお立ち寄りください。

発行 高知県地球温暖化防止活動推進センター (認定特定非営利活動法人 環境の杜こうち)

〒780-0935 高知市旭町三丁目115番地
 こうち男女共同参画センター3階
 環境活動支援センターえこらぼ内
 電話 088-802-2201 FAX088-802-2205
 E-mail center@ecolabo-kochi.jp

●開館時間 月・土 9:00～17:00
 火・水・木・金 9:00～19:00
 日曜・祝日・第二水曜日 休み

