

# ひとり一人の行動が地球温暖化防止につながります



取り組んだ場合の年間CO<sub>2</sub>削減量



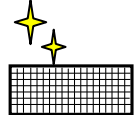
取り組んだ場合の年間節約金額


**1** エアコンは温度設定を控えて必要な時だけ使用する  
夏は 28℃以上  
冬は 20℃以下に  
(1日9時間、設定温度を1度控えた場合)



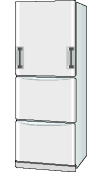
35kg  2,250 円

**2** エアコンのフィルターは月に1回以上掃除する  
目詰まりしているエアコンのフィルターを清掃した場合




11kg  700 円


**3** 冷蔵庫の使い方を考える  
温かいものをそのままいれると庫内の温度が上がり、冷すのに余分なエネルギーが消費されます。




内容は次ページ参照


56kg  3,540 円


**4** テレビ画面は明るくしすぎない。見ない時は、主電源を切る  
1日1時間、利用を減らし、画面の輝度を最大→中央にした場合(32型液晶)




15kg  970 円


**5** パソコンを使うときは省エネ設定にする。使わないときは電源を切る  
(デスクトップ型は 15.4 kg 970 円)  
ノート型は



2.4kg  150 円

**6** 洗濯物は、まとめて洗う  
定格容量の4割→8割にして洗う回数を減らした場合




2kg  3,950 円


**7** 白熱電球から電球型蛍光灯やLEDに取り替える  
蛍光灯なら寿命は約6倍  
電気代は約1/4



29kg  1,850 円

**8** 使わない電化製品のコンセントを抜く  
テレビやエアコン、DVDプレーヤーなどの待機電力を少なくする



40kg  2,490 円


**9** シャワーは流しっぱなしにしない  
45℃のお湯を流す時間を1分間短縮した場合




ガス代 1,760 円  
水道代 1,000 円

29kg  2,760 円


**10** 野菜の下ごしらえは電力ピーク時間帯をなるべく避けて電子レンジを活用する  
(夏の電力ピーク時間帯は13時~16時)




・ほうれん草、キャベツ	14.3 kg	860 円
・ブロッコリー、カボチャ	15.4 kg	930 円
・ジャガイモ、里いも	13.9 kg	830 円

43kg  2,620 円

**11** ガスコンロは炎が鍋底からはみ出さないように調節する  
20℃程度の水1リットルを沸騰させる時、強火から中火にした場合(1日3回)



5kg  2,620 円

## 環境政策課からのお知らせ

ワットチェッカー・エコワットを貸出中です。  
コンセントに差し込んで家電製品につなぐとCO<sub>2</sub>排出量や電気料金などがわかります。



環境政策課 23-1111  
(内線 2266)