



できることから始めましょう! 省エネ行動



～家庭でできる温暖化対策～

■「リビング」での省エネ行動

	チェック	年間CO ₂ 削減量
[暖房] 設定温度を21℃から20℃に下げる<エアコン>	<input type="checkbox"/>	25.5
[暖房] 設定温度を21℃から20℃に下げる<石油ファンヒーター>	<input type="checkbox"/>	25.4
[暖房] 必要な時だけつける(1日1時間短縮)<エアコン>	<input type="checkbox"/>	19.6
[暖房] 必要な時だけつける(1日1時間短縮)<石油ファンヒーター>	<input type="checkbox"/>	39.6
[冷房] 設定温度を27℃から28℃に上げる	<input type="checkbox"/>	14.5
[冷房] 必要な時だけつける(1日1時間短縮)	<input type="checkbox"/>	9.0
[エアコン] フィルターを月1～2回清掃する	<input type="checkbox"/>	15.4
[照明] 白熱球から電球型蛍光灯に替える	<input type="checkbox"/>	40.4
[照明] こまめに消灯する <電球型蛍光灯12W>	<input type="checkbox"/>	2.1
[照明] こまめに消灯する <白熱球54W>	<input type="checkbox"/>	9.5
[パソコン] 未使用時は電源を切る <デスクトップ型>	<input type="checkbox"/>	15.2
[パソコン] 未使用時は電源を切る <ノート型>	<input type="checkbox"/>	2.6
[こたつ] 敷布団と上掛け布団を使用する	<input type="checkbox"/>	13.3
[こたつ] 設定温度のこまめな調節をする	<input type="checkbox"/>	23.5

■「キッチン」での省エネ行動

[冷蔵庫] 詰め込み過ぎず、扉の開閉を減らす	<input type="checkbox"/>	29.0
[冷蔵庫] 季節にあわせた庫内の温度調整をする	<input type="checkbox"/>	29.7
[冷蔵庫] 壁から適切な間隔を開けて設置する	<input type="checkbox"/>	21.7
[調理] 電子レンジを使用して下ごしらえする(果菜、ブロッコリー、カボチャ)	<input type="checkbox"/>	15.0
[調理] 炎がなべ底からはみださないよう調節する	<input type="checkbox"/>	5.5
[電気ポット] 長時間使わない時はコンセントからプラグを抜く	<input type="checkbox"/>	51.7
[食器洗い] 給湯器は出来るだけ低い温度を設定する	<input type="checkbox"/>	20.5

■「浴室・洗面所」での省エネ行動

[風呂] 間隔を開けず入浴し、追い焚きをしない	<input type="checkbox"/>	88.9
[シャワー] お湯を流しっぱなしにしない	<input type="checkbox"/>	29.8
[洗濯] まとめて洗う	<input type="checkbox"/>	2.8
[トイレ] 温水洗浄便座を使わない時はふたを閉める	<input type="checkbox"/>	14.3

■その他の省エネ行動

[電気製品] 使わない時はコンセントをプラグから抜く	<input type="checkbox"/>	72.2
[電気製品など] 省エネルギータイプのものを購入する	<input type="checkbox"/>	189.5

削減目標 **420Kg**

省エネ効果の算出根拠

CO₂換算係数

- 電 気 0.481kg/kWh [2006年度 中部電力(株)の温室効果ガス排出係数(中部電力(株)環境経営データ集)]
- ガ ス 2.328kg/m³ [地球温暖化対策の推進に関する法律施行令(第3条)ガス事業便覧(ガス種別13Aのガス発熱量)]
- 灯 油 2.488kg/L [地球温暖化対策の推進に関する法律施行令(第3条)]

【冷暖房運転期間・運転時間】

・運転期間: 暖房期間5.5か月(10月28日～4月14日) 169日 冷房期間3.6か月(6月2日～9月21日) 112日
 中間期84日 [(社)日本冷凍空調工業会規格/ルームエアコンの期間消費電力量算出基準]
 ・運転時間: 9時間/日 [期間中1日あたりの主機能動作平均時間として想定]
 ※電気、ガスの料金・単価は、時期や地域、契約内容等により異なります。また、市況により適宜改定されることがあります。
 また電気のCO₂換算係数は、毎年の発電の状況により変更されます。

「長野県地球温暖化防止県民計画」では、1世帯当たり420kgの二酸化炭素(CO₂)の削減を目標としています。(自家用車から排出するCO₂を除く)
 青く色塗した項目に取り組むと、合計で420kg以上の二酸化炭素CO₂の削減ができます。

出典:財団法人省エネルギーセンター「家庭の省エネ辞典」
 CO₂削減量は長野県環境部環境政策課で計算
 参考:「一人ひとりの行動で ストップ!地球温暖化」
 長野県環境部環境政策課 発行

環境出前講座に参加して
 エコ知識を学ぶのじゃ!



長野市地球温暖化防止活動推進センター

長野市新田町1513-2(82プラザ長野1階) TEL 026-237-6681 FAX 026-237-6690

E-MAIL nacice@dia.janis.or.jp http://www.eco-mame.net/