

冬は
エネルギーの
使用量が増加

今すぐできる! 家庭の省エネ

区では、二酸化炭素の5割以上が家庭から排出されています。少しの工夫でできる、環境にも家計にも優しい省エネに取り組んでみませんか。▶**問合せ**:地球温暖化対策係☎5984-4705

照明器具

- 白熱電球をLED電球に交換
92.0kWh ↓ 2,960円 ↓
- カバーを掃除する

エアコン

- 暖房時の室温は20℃に
53.1kWh ↓ 1,710円 ↓
- フィルターは月2回程度掃除
32.0kWh ↓ 1,030円 ↓

服装

- 重ね着をして、3つの首(首・手首・足首)を暖かく!

冷蔵庫

- 設定温度は「中」か「弱」に
61.7kWh ↓ 1,990円 ↓
- 物を詰め込みすぎない
43.8kWh ↓ 1,410円 ↓

温水洗浄トイレ

- 使わないときは、ふたをする
34.9kWh ↓ 1,120円 ↓
- 便座の設定温度を下げる
26.4kWh ↓ 850円 ↓

洗濯機・乾燥機

- 洗濯物はまとめて洗う
- 乾燥機は自然乾燥と併用して使う
394.6kWh ↓ 1万2710円 ↓

テレビ

- 見ていないときは消す
1日1時間で16.8kWh ↓ 540円 ↓
- 画面の明るさを下げる
27.1kWh ↓ 870円 ↓

使っていない部屋

- 不要な照明は消す
1日1時間で19.7kWh ↓ 630円 ↓ (白熱電球の場合)

電気カーペット

- 必要な部分だけ温める
89.9kWh ↓ 2,890円 ↓
- 断熱マットを敷いて暖かさを保つ

お風呂

- 間隔をあけずに入浴する
- こまめにシャワーを止める

その他の省エネ対策(全37項目)は、「**家庭の省エネハンドブック2024**(令和6年3月東京都発行)」を
ご覧ください



出典: 家庭の省エネハンドブック2024(令和6年3月東京都発行)



“減らす”だけじゃない! 節電方法



ずらす

電力使用のピークは午後5時~9時です。調理時間や食器洗い乾燥機などの利用時間を「ずらす」ことは、この時間の節電につながります。

切り替える

省エネ家電に買い替えるなど「切り替える」ことは光熱費の削減にもつながります。

切り替えは「東京ゼロエミポイント」でお得に!

都では、家庭の省エネ行動を促すため、省エネ性能の高い機器への買い替えなどに対して「東京ゼロエミポイント」を付与しています。登録店舗での購入時にポイント相当額がその場で値引きされます。詳しくは、東京ゼロエミポイントホームページをご覧ください。▶**区**の担当:地球温暖化対策係▶**問合せ**:東京ゼロエミポイントコールセンター☎0120-083-255(午前9時~午後5時<年末年始を除く>)



STOP! 地球温暖化

エコライフチェックで
二酸化炭素を削減しました

ケヤキの木
約3,860本の
吸収量に相当!



エコライフチェックは、家庭でできる省エネについて学び、日常生活での実践につなげる取り組みです。今年の夏休み期間に、小中学生など約2万1000人が参加し、1,080kgの二酸化炭素を削減しました。結果など詳しくは、区ホームページや区民事務所(練馬を除く)、図書館、リサイクルセンター、環境課(区役所本庁舎18階)でご覧になれます。

▶**問合せ**:環境課地球温暖化対策係☎5984-4705



12/23(月)~1/14(火)

こどもエコ・コンクール100選展



地球環境に関する絵画コンクールの応募作品から、入賞作品19点と小中学生の作品をそれぞれ約100点展示します。▶**日時**:12月23日(月)~1月14日(火)午前8時45分~午後8時(23日は午後1時から。14日は午後4時まで。年末年始を除く)

▶**場所**:区役所アトリウム▶**問合せ**:ねり☆エコ事務局☎3993-8011